

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta  
Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

ČINITELE VOLNOČASOVÉ VÝCHOVY A VZDĚLÁVÁNÍ  
V OBLASTI JEZDECTVÍ

Vedoucí práce: PaedDr. Petr Bauman, Ph.D.

Autor práce: Dita Harvanová, DiS.

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 3.

2019

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypouštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

27. března 2019

Podpis

### **Poděkování**

Děkuji vedoucímu bakalářské práce PaedDr. Petru Baumanovi, Ph.D., za odborné rady, připomínky, pomoc a metodické vedení při zpracovávání této práce. Také bych velice ráda poděkovala své rodině za trpělivost a podporu, kterou mi při zpracovávání práce poskytovala. V závěru (nikoli však na posledním místě) bych ráda poděkovala všem členům jezdecké stáje Wagrann, z. s., kteří byli mojí inspirací při psaní bakalářské práce.

## Obsah

Úvod.....	6
1 Historie využití koně a počátek volnočasového ježdění .....	9
2 Koncepce jezdeckého vzdělávání .....	11
3 Projektová forma: příprava výuky jezdeckví.....	13
3.1 Jezdec .....	13
3.1.1 Děti od 3 do 6 let (předškolní věk): ježdění jako hra .....	13
3.1.2 Děti od 6 do 11 let (mladší školní věk): ježdění jako hra.....	14
3.1.3 Děti od 11 do 15 let (starší školní věk): ježdění jako hobby nebo sport .....	15
3.1.4 Kategorie 15–20 let (adolescence): ježdění jako hobby nebo sport.....	16
3.1.5 Kategorie 20–45 let (mladší dospělost): ježdění jako hobby nebo sport .....	17
3.1.6 Kategorie nad 45 let (starší dospělí a senioři): ježdění jako hobby a hra.....	18
3.2. Cvičitel a cíle jezdeckého výcviku .....	19
3.3 Kůň .....	23
3.4 Prostředí (rodina, stáj) .....	26
3.4.1 Rodina .....	26
3.4.2 Jezdecká stáj .....	28
4 Jezdecký výcvik .....	29
4.1 Základní výcvik jezdce dle ČJF .....	29
4.2 Vzdělávací systém GALOP .....	30
4.3 Pony Games .....	32
4.4 Metoda Bruns-Behr .....	33
5 Výsledky jezdeckého výcviku .....	36
5.1 Zkoušky základního výcviku jezdce .....	36
5.2 Systém Galop.....	37
6 Případová studie.....	38
6.1 Koncepce jezdeckého vzdělávání.....	38
6.2 Příprava výuky jezdeckví .....	39
6.3 Jezdecký výcvik.....	40
6.4 Výsledek jezdeckého výcviku .....	42
Závěr .....	44
Seznam literatury .....	47
Seznam příloh .....	50
Přílohy.....	I
Příloha č. 1: Bezpečnostní pravidla jezdecké stáje.....	I
Příloha č. 2: Rozpis jezdeckých lekcí (zkrácený vzor).....	II
Příloha č. 3: Charta jezdce.....	IV
Příloha č. 4: Některé disciplíny Pony Games.....	V

Příloha č. 5: Bruns-Behr Metoda – používané trenažéry pro jezdce .....	VI
Příloha č. 6: Drezurní úloha a parkur pro ZZVJ.....	VIII
Příloha č. 7: Plán pro jezdeckou lekci .....	IX

## Úvod

Hlavním tématem bakalářské práce je teoretická analýza činitelů volnočasové výchovy a vzdělávání v oblasti jezdeckví. K tomu, abych mohla co nejlépe vymezit činitele, se kterými se setkáváme v oblasti jezdeckví ve volném čase, jsem si zvolila část teorie kurikula, která popisuje jednotlivé formy existence kurikula.

Na tomto místě nejprve alespoň ve stručnosti tuto teorii rámcově představím. V obecném pojetí je kurikulum chápáno jako obsah vzdělávání a proces jeho osvojování, tj. jako veškerá zkušenost žáka, kterou získává ve vzdělávacím prostředí, a činnosti, které jsou spojeny s jejím plánováním a hodnocením.<sup>1</sup> Další definice vyjadřující kurikulum v širším pojetí říká, že jde o veškeré učení, jež probíhá ve škole nebo v jiných institucích, a to jak plánované, tak neplánované učení.<sup>2</sup> Průcha<sup>3</sup> upozorňuje, že plánovaný obsah vzdělávání není shodný s realizovaným obsahem. Existuje tedy rozdíl mezi tím, co je naplánováno a tím, co jsou žáci schopni se naučit. Rozlišuje tak jednotlivé formy existence kurikula:

- **konceptní forma** představuje plány a vize toho, co má být obsahem vzdělávání. Jednotlivé cíle jsou stanoveny v dokumentech školské politiky a v koncepcích zájmových skupin;
- **projektová forma** zahrnuje konkrétní plánované projekty obsahu vzdělávání; je realizována formou vzdělávacích programů, učebních osnov, učebních plánů, apod.
- **realizační forma** prezentuje obsah vzdělávání předkládaný žákům; jedná se prakticky o konkrétní výuku realizovanou učiteli během vyučování;
- **rezultátová forma** (forma vzdělávacích výsledků) zahrnuje obsah vzdělávání skutečně osvojený žáky během edukačního procesu (vědomosti, dovednosti) a s tím související hodnocení;
- **efektová forma** ukazuje dosaženou úroveň vzdělání, která je uplatňována v praxi formou profesního uplatnění jedince, nebo se projevuje jiným dlouho-

---

<sup>1</sup> Srov. MAŇÁK, J. JANÍK, T., ŠVEC, V. *Kurikulum v současné škole*, s. 14.

<sup>2</sup> Srov. PRŮCHA, J. *Moderní pedagogika*, s. 237.

<sup>3</sup> Tamtéž, 245–246.

dobějším způsobem, který se promítá do životního stylu člověka (např. v podobě postojů apod.).

Chceme-li systematicky porozumět jakémukoli vzdělávání, je nutné brát v úvahu všechny uvedené formy existence kurikula. Právě z tohoto důvodu jsem si vybrala výše uvedenou teorii také jako určitou osnovu pro svoji práci a snažila se jednotlivé formy vysledovat v oblasti jezdeckví.

Cílem práce je tedy rozbor edukačních faktorů v oblasti jezdeckví s využitím teorie forem kurikula, kdy bych chtěla ve své práci uvést jednotlivé fáze od koncepční po rezultatovou a zachytit jejich vazbu na výcvik a vzdělávání ve výše zmíněné oblasti. Jedná se o velmi obsáhlé téma. Moje analýza končí fází vzdělávacích výsledků, jelikož rozbor efektové fáze by obsahově vydal na další bakalářskou práci, která by mohla obsahovat sociologický výzkum na téma promítnutí volnočasové aktivity jezdeckví do dalšího (někdy i profesního) života účastníků.

Pokud zde chceme uvádět jezdeckví jako volnočasovou aktivitu, musíme se v krátkosti vrátit do historie využití koní a zmínit vývoj a postup jezdeckví v kontextu dějin. Trávení volného času ve společnosti a blízkosti koní se stalo hojně rozšířeným fenoménem teprve v poslední době a rozšíření masového počtu jezdeckých koní či vysokého počtu jezdců, kteří jsou členy nejrůznějších klubů a oddílů, značně vzrostl.<sup>4</sup> Pro ilustraci uvádím počet registrovaných subjektů. V roce 2016 bylo ve středočeské oblasti registrováno 270 jezdeckých stájí, v roce 2019 již 487. Z uvedených čísel je nárůst zřejmý. (Výsledky vychází ze statistiky České jezdecké federace, která registruje stáje, kluby, jezdce i koně). Nabídka, jakým způsobem je možné realizovat volný čas v jezdeckém klubu či stáji, je rozmanitá. Může se jednat např. o zájmový kroužek s pobytem ve stáji a se seznámením se s koňmi, individuální lekce jezdeckví pro všechny věkové kategorie, jezdeckou turistiku či agroturistiku. Jezdeckých aktivit je velmi mnoho, ale pro potřeby této práce se budeme zabývat výše uvedenými aktivitami s orientací na anglický styl ježdění.

Téma práce jsem si zvolila z důvodu svého mnohaletého působení v oblasti jezdeckví. Na počátku jsem byla účastník volnočasové aktivity, poté jako aktivní sportovec a v poslední době jako cvičitel koní i adeptů jezdeckví. Jako cvičitel, pedagog si neustále kladu otázku, jakým způsobem nejlépe vyučovat a předávat zkušenosti, znalosti a dovednosti zájemcům o jezdeckví a jaké nejlepší metody a způsoby používat,

---

<sup>4</sup> Srov. *Jezdecký informační systém ČJF: Subjekty* [online].

aby si účastníci jezdeckých lekcí odnesli nejen dobrý pocit z pobytu s koňmi, ale také potřebné informace, znalosti a dovednosti.

Analýzu jsem provedla v podobě případové studie jezdecké stáje, ve které působím. (Stáj nabízí volnočasové vyžití bez možnosti účasti na oficiálních jezdeckých závodech). Jedná se o komerční organizaci s právní subjektivitou spolku. Posláním spolku je vytvoření podmínek pro zapojení občanů (dětí, mládeže, dospělých i seniorů) do aktivit spojených s jezdeckým.<sup>5</sup>

Skutečnost, že je stáj komerčním subjektem, mnohdy značně ztěžuje pozici cvičitelů jezdeckých a vedoucích zájmových kroužků jezdeckých. Účastníci zde často vystupují jako klienti, kteří za lekce zaplatí a mnohdy očekávají, že se za peníze jejich nebo jejich rodičů bez jakéhokoli většího přičinění dostaví očekávané (nebo vysněné) výsledky. Opak je ale bohužel pravdou. Proto velmi často cvičitel přichází do střetu se zákazníkem a mnohdy musí volit kompromis a hledat nový způsob či metodu výcviku tak, aby na jedné straně alespoň z části vyhověl přání klienta, na druhé straně musí také udržet standard a náplň jezdecké lekce.

Uvedená jezdecká stáj nabízí jezdecké lekce pro všechny věkové kategorie, tj. pro nejmenší děti (věk 3–5 let), děti mladšího školního věku (věk 5–10 let), děti staršího školního věku (11–15 let), lekce pro dospělé a v neposlední řadě také lekce pro seniory. Proto není úloha cvičitele nikterak lehká. Cvičitel musí brát v potaz celou řadu aspektů a pro každou věkovou skupinu volit i nejrůznější a nejvhodnější výukové metody.

Z hlediska aspektů, podle nichž porovnávám způsob vnímání ježdění na koni jako využití volného času, jsem dále navrhla vlastní členění jezdeckých aktivit do následujících kategorií. Nazvala jsem je: ježdění jako hra, ježdění jako hobby, ježdění jako sport, ježdění jako profesionální sport. Poslední z uvedených kategorií nebudu ve své práci dále rozvádět, neboť se zde již nejedná o volnočasovou aktivitu.

Z velkého, ale rozmanitého množství literatury týkající se uvedené problematiky, jsem využila převážně následující: *Příručka jízdy na koni* (W. Micklem), *Coaching and teaching riding* (I. Auty), *Teaching children to ride* (J. Wallace), *Reiten lernen mit allen Sinnen* (J. Schumacher, M. Krämer) a *Obrazová encyklopedie koní* (H. E. Edwards).

---

<sup>5</sup> Srov. *Stanovy jezdecké stáje Wagrann*[online].



## 1 Historie využití koně a počátek volnočasového ježdění

Pro porozumění jezdeckví v současné podobě je důležité nejprve zmínit historický vývoj a vývoj vztahu mezi člověkem a koněm. Pokusím se tak objasnit, proč je v současné době kůň využíván ve stále větší míře k trávení volného času v nejrůznějších formách a podobách pro všechny věkové kategorie.

Historie chovu koní je velmi dlouhá. Na úplném začátku panoval mezi člověkem a koněm vztah lovce a kořisti. Člověk si poté všiml rychlosti, vytrvalosti a síly tohoto zvířete a domestikoval si jej, což se odehrálo přibližně v období 4000 let před naším letopočtem. Nejprve byli domestikovaní koně využíváni k tahu a koně se tak stali zvířaty pracovními. Později byli využíváni k nošení břemen. Teprve až později se stali koně zvířaty jezdeckými. Koně umožnili lidstvu migrovat a dobývat další nová území (stali se zvířaty válečnými) a také napomohli rozvoji obchodu, když přepravovali nejrůznější zboží. V dobách míru (už ve středověku) se koně využívali i pro zábavu. V té době se stal lov nejen zdrojem obživy, ale také i hrou. Ve stejném období se začali koně uplatňovat i jako zvířata sportovní. I když se využívali koně ke hře a zábavě, stále převažovalo jejich využití pro válečné a dobytelské účely. Později se také začali využívat pro doručování dopisů, vzkazů a zásilek. Dalo by se říci, že koně dosáhli svého pracovního vrcholu v 19. století, kdy je začal vytlačovat nastupující technický pokrok. Stroje sice ulehčily lidem práci, ale na druhou stranu jim začal postupně chybět kontakt s přírodou a se zvířaty. Takto vzniklá situace začala motivovat lidi k opětovnému návratu k přírodě. Především mládež poznala, že právě koně mohou být vhodným prostředníkem mezi člověkem a přírodou. V té době začínají koně zaujímat ve společnosti a v historii další poslání, sportovní a společenské, a dochází k dalšímu využití koní, a to rekreačně-sportovnímu. Koně se tak stávají jedním ze společníků lidí ve volném čase. I z lékařského a zdravotního hlediska je prokázáno, že je ježdění na koni prospěšné pro všechny věkové kategorie. Pomáhá udržovat fyzickou zdatnost, posiluje psychiku i charakter.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Srov. MAHLER, Z. *Člověk a kůň*, s. 11–34.

S volnočasovým využitím koní vznikají další odvětví jezdeckví, např. Pony games (kapitola 4.3), jezdecká turistika, distanční ježdění či agroturistika. Nezřídka se využívají koně také k léčebným účelům (hipoterapie), které pomáhají pacientům po zraněních či nemocech zlepšit hybnost nebo nervosvalovou koordinaci a také posílit psychiku.

Z uvedeného stručného historického vývoje využití koní můžeme vidět, že je v současné době kůň využíván převážně pro trávení volného času všech věkových kategorií. Zatímco v dřívějších dobách byla jízda na koni převážně výsadou šlechty, vojska či lépe situované vrstvy obyvatel, je dnes snaha jezdecký sport a pobyt u koní zprostředkovat daleko většímu okruhu zájemců než v dobách minulých.

## 2 Koncepce jezdeckého vzdělávání

Jezdectví v České republice zaštiťuje Česká jezdecká federace (dále jen ČJF). Každý klub či stáj by měl být registrovaný pod hlavičkou uvedené organizace a měl by s ní spolupracovat zvláště tehdy, pokud se zabývá výchovou, vzděláváním a výcvikem jezdecké veřejnosti. ČJF sdružuje jednotlivé jezdecké disciplíny a jejím cílem je propagovat jezdecký sport ve společnosti, metodicky a cílevědomě působit ve všech oblastech jezdeckého sportu (rekreačního, výkonnostního, profesionálního aj.). ČJF organizuje jezdecký sport, vydává pravidla a předpisy a zabezpečuje vzdělávací programy.<sup>7</sup> Až do roku 2016 ČJF nedisponovala téměř žádnými koncepčními dokumenty, které by stanovovaly jakékoli kompetence, které by cvičitel, trenér nebo žák měl mít. Teprve v roce 2017 byla schválena Koncepce rozvoje a podpory sportu ČJF. Např. projekt pro zvyšování kvality instruktorů a trenérů, systematizace práce s jezdci v domácích klubech pomocí vzdělávacího systému Galop (více o systému v kapitole 4.2), projekty pro rozšiřování členské základny, práce s talenty, výběr a příprava reprezentace.<sup>8</sup> Bohužel nebyly vydány žádné dokumenty, metodiky či publikace, podle nichž by se mohl cvičitel v klubu řídit. Podle uvedené koncepce by se dalo v krátkosti říci, že cvičitel by měl postupovat tak, aby byl žák postupně připravován na zkoušky základního výcviku jezdce. Jezdec po dosažení požadovaného věku a získání potřebných znalostí a dovedností a po složení uvedené zkoušky obdrží jezdeckou licenci, která ho opravňuje k účasti na oficiálních závodech a umožňuje mu také možnost následného zvyšování kvalifikace v oblasti jezdecké (kapitola 4.1 a 5.1).

ČJF ve své koncepci vzdělávání nepočítá s výcvikem dospělých jezdců začátečnicků a s účastníky, kteří chtějí trávit volný čas ve společnosti koní bez větších jezdeckých ambicí. Ale i tito lidé chtějí být v blízkosti a společnosti koní. Domnívám se, že by se funkcionáři a zástupci jmenované organizace měli do budoucna začít více zabývat i touto problematikou. Pomohlo by to nejen uvedeným adeptům jezdecké, ale také cvičitelům.

---

<sup>7</sup> Srov. *Česká jezdecká federace* [online].

<sup>8</sup> Srov. *Systém podpory sportu a vzdělávání v rámci ČJF* [online].

Když jsem se zabývala otázkou metodické a legislativní podpory v oblasti jezdeckví, navštívila jsem pro srovnání internetové stránky tří nejbližších sousedních organizací, kterými byly: Slovenská jezdecká federace, Německá jezdecká federace a Rakouská jezdecká federace. Prvně jmenovaná rovněž jako ČJF sdružuje stejná odvětví tohoto sportu i v podstatě stejné dokumenty týkající se materiálů pro cvičitele i jezdce.<sup>9</sup> Naopak Německá jezdecká federace, kromě přípravy jezdců na sportovní ježdění, zahrnuje i oblast nazvanou „ježdění jako volnočasový sport“. Jmenovaná oblast v sobě zahrnuje ještě další odvětví jezdeckví, jakými jsou: vyjížďky na koni, jezdecká turistika, orientační ježdění, dovolená s koněm či zdravotní ježdění, které dokonce doporučuje starším, postiženým či nemocným lidem.<sup>10</sup> Tato oblast v sobě obsahuje pod jednotlivými odvětvími potřebné dokumenty, pravidla apod., kterými se zájemci mohou řídit či které jim mohou pomoci orientovat se v dané problematice.

Třetí organizací, jejíž dokumenty jsem analyzovala, byla již zmíněná Rakouská jezdecká federace. Dovoluji si říci, že má nejlépe zpracovanou problematiku volnočasového ježdění. Stejně jako německá federace obsahuje kromě sportovního ježdění také širokou oblast ježdění ve volném čase a zastřešuje nejrůznější odvětví jezdeckví, jakými jsou: outdoorové aktivity s koňmi (což bychom mohli nazvat jako wellness v přírodě pro jezdce či koně), honební (lovecké) ježdění, koně – sport – hra (jezdecké hry), jezdecká turistika. Velmi rozsáhle zpracovanou má také oblast terapeutického ježdění, která obsahuje hipoterapii, léčebně-pedagogické ježdění a pobyt s koněm, ergoterapii s koněm. Pro všechny uvedené oblasti má federace vydané předpisy, pravidla a metodické dokumenty, což může být přínosem jak pro cvičitele, pedagogy, terapeuty, tak pro účastníky samé.<sup>11</sup>

Jezdecká stáj, kterou ve své práci analyzuji, má ve své koncepci výuku a zprostředkování jezdeckví všem věkovým kategoriím. Cílem je naučit účastníky vnímat čas, který mohou trávit ve stáji nejen jako příležitost a možnost pro výuku jízdy na koni, ale také jako možnost setkávání s vrstevníky a přáteli a hodnotně naplnit svůj volný čas.

---

<sup>9</sup> Srov. *Slovenská jazdecká federácia* [online].

<sup>10</sup> Srov. *Německá jezdecká federace* [online].

<sup>11</sup> Srov. *Rakouská jezdecká federace* [online].

### **3 Projektová forma: příprava výuky jezdeckví**

V této kapitole bych ráda zachytila aspekty, se kterými je možné se setkat při plánování výuky jezdeckví. Musíme brát v úvahu činitele, kteří vstupují do procesu vyučování a které je v rámci přípravy třeba zohlednit. Jsou to v první řadě žák, cvičitel, kůň, prostředí a rodina žáka. Dalšími faktory jsou cíle, které si jezdec a cvičitel v rámci dané koncepce stanoví, zvolený typ a styl ježdění (anglický styl, westernový apod.). V neposlední řadě do procesu přípravy vstupuje jako faktor také vybavení jezdce.

#### **3.1 Jezdec**

Jak jsem již zmínila v úvodu své práce, v současné době je jezdeckví v určité formě a rozsahu dostupné všem zájemcům v podstatě bez omezení (ať už věkového či fyzického). Proto bych v kapitole pojednávající o jezdcích ráda uvedla i krátké pasáže z vývojové psychologie, které nesmí být opomenuty. Podle věku je nutné plánovat jezdecké lekce a bez znalosti vývojové psychologie by tento plán nebylo možné korektně sestavit.

##### **3.1.1 Děti od 3 do 6 let (předškolní věk): ježdění jako hra**

Pro tyto nejmladší adepty je volný čas strávený ve společnosti koní spíše příležitostí k navázání vztahu se zvířetem a s okolím. Zde, jak se domnívám, se nejedná o volný čas v pravém slova smyslu, neboť by se dalo namítnout, že děti v uvedené věkové kategorii disponují jen volným časem. Pokud ale navštěvují předškolní zařízení, pak bychom návštěvu jezdecké stáje mohli považovat za volnočasovou aktivitu.

Z hlediska vývoje dítěte se hovoří o období identifikace. Dítě si začíná uvědomovat svoji jedinečnost a převládá u něho individualismus. Protože již zvládá samostatný pohyb, může poznávat svět kolem sebe. Je však schopno si velmi omezeně uvědomovat možné nebezpečí. Důležité je proto dítě seznámit s pravidly bezpečnosti.

Cílem výcviku je především rozvoj psychomotoriky a rozvoj tělesného schématu (dítě obtížně odděluje pohyby nohou a rukou). Je nutné vést jezdecký výcvik především hravou formou a zařazovat jednoduché cviky rozvíjející pohybovou zručnost (přenášení předmětů, položení plyšových hraček na dané místo, sesednutí z koně, nasednutí na koně apod.).<sup>12</sup> V počáteční fázi výcviku se nijak neliší přístup k dítěti z hlediska jeho dalších jezdeckých ambicí.

U účastníků této věkové kategorie je hlavním přínosem a výchovným aspektem především navázání kontaktu se zvířetem, učení se komunikaci nejen s koněm, ale také s cvičitelem, učení se brát ohled na druhé, uklízet věci, poděkovat, pozdravit atd. Je velice důležité, aby dítě získalo pozitivní vztah ke zvířeti. Děti popisovaného věku také rády tráví čas společně se svými vrstevníky. Zde můžeme zčásti využít přirozenou soutěživost mezi nimi.

Jelikož je ježdění na koni pro takto malé děti psychicky i fyzicky náročné, je nutné upravit podle potřeby i délku lekce a zařazování přestávek z důvodu udržení pozornosti (pozornost je v tomto věku krátkodobá). Pro zpestření je velmi vhodné zařazování procházek na koni, které mají malí jezdci v oblibě. Zde se také velmi dobře navazuje vztah dítěte nejen se zvířetem, ale i se cvičitelem.

Již v této věkové kategorii rodiče svým chováním a podporou zájmů jedince ovlivňují formování postojů budoucího jezdce ke koni. Dítě projeví zájem o koně a rodiče se buď snaží, (nebo ne) jeho vyjádřenou touhu naplnit.

### **3.1.2 Děti od 6 do 11 let (mladší školní věk): ježdění jako hra**

V uvedeném věku se z fyzického hlediska u dítěte velmi rychle vyvíjí zejména rychlost a obratnost a uzrávají v něm základní pohybové stereotypy. Z pohledu psychického vývoje nemá dítě ještě vyhraněný smysl pro povinnost, vůle je slabě vyvinuta. Jedinec bývá také často impulzivní, což pro výcvik jezdecký nebývá zcela příhodné. Dítě nedokáže sledovat dlouhodobý cíl a překonávat překážky. V tomto období se u něho vyvíjí smysl pro čest, pravdu a spravedlnost. Vznikají kamarádské vztahy, proto je dobré pracovat s dětmi ve skupině.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Srov. FFE, *Jezdecký průvodce Galop Pony*, s. 7–10.

<sup>13</sup> Srov. SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*, s. 43–45.

Cílem je postupně naučit dítě základní péči o koně, základní jezdecké názvosloví, důležitost ohleduplnosti k ostatním lidem i koním, zásady dodržování bezpečného pohybu mezi zvířaty a rozvoj jezdeckých dovedností (správný sed, ovládnání koně atd.). V této fázi se s dítětem pracuje také převážně formou hry. Je dobré využívat soutěživosti mezi dětmi. Je také důležité pracovat s faktem, že dítě snadno přechází z radosti do smutku a naopak. Proto je velmi důležité pracovat v kratších blocích s větším množstvím přestávek a do lekcí zahrnovat pochvalu za dobře vykonaný cvik. Ostatně pochvala se vyžaduje vždy i od jezdce směrem ke koni za správně provedený cvik nebo za uposlechnutí povelu jezdce. Důležitá je též pestrost výcviku (časté obměny cviků, střídání koní, střídání prostředí – jízdárna, procházka mimo jízdárnu, doplnění výuky např. obrázky, knihami apod.). Na cvičiteli je, aby připravil výcvik tak, že pro dítě bude zábavný, aby se pro dítě nestal nudným a stereotypním.

### **3.1.3 Děti od 11 do 15 let (starší školní věk): ježdění jako hobby nebo sport**

Pro dítě i okolí se jedná o období složitější. Je charakteristické značnými biologickými změnami, které se odrážejí i na psychické stránce. Vyznačuje se především rychlým tělesným růstem, což vede také k určitému zhoršení pohybové koordinace, které může mít také vliv na zhoršení kvality provádění požadovaných cviků.<sup>14</sup>

Pokud se jedná o účastníka, který vydržel ve stáji z předchozích let od jeho raného dětství, pak již může být hovořeno o trvalejším zájmu. V případě nového adepta jezdeckví mohou být potom důvody pro rozhodnutí se pro daný způsob trávení volného času a vstup do klubu různé. Například, že se mu koně líbí a předtím neměl možnost se tomuto zájmu věnovat (rodiče ho nechtěli dříve ke koním pustit z nejrůznějších důvodů), nebo že jezdeckou stáj navštěvuje některý z jeho kamarádů, případně se jedná o důvod seberealizace, kdy chce něco dokázat sobě i okolí apod.

V této fázi vývoje si mladý člověk začíná mnohdy uvědomovat, že pokud u volnočasové aktivity vydrží, mohla by se v budoucnu změnit na volbu povolání. Velkou úlohu zde hraje cvičitel, který vhodným působením může dítě směřovat a usměrňovat vhodnou cestou k postupu dále a k dosažení vytyčených cílů.

---

<sup>14</sup> Srov. SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*, s. 45–47.

Cvičitel se musí snažit, aby mu dítě věřilo, a nesmí ho zklamat, ať už přístupem k ostatním nebo přístupem ke zvířatům i okolí. Je také důležité vyhnout se veřejnému vytýkání chyb a kritice. Je lepší vzít si žáka stranou a v klidu vše projednat.

Pokud dítě dosáhne věku 12 let, může pod hlavičkou České jezdecké federace skládat zkoušky základního výcviku jezdce, což může být také další motivací a další cestou k volbě budoucího zaměření (volbě školy a povolání). Více v kapitole 5.1.

### **3.1.4 Kategorie 15–20 let (adolescence): ježdění jako hobby nebo sport**

Z pohledu vývoje jde o poslední fázi mezi dítětem a dospělostí. Jedinec zpravidla dokončuje tělesný i duševní vývoj, dotváří se individuální osobnost. Z hlediska pohybového je to období plného rozvoje pohybových schopností (rychlosti, obratnosti, síly i vytrvalosti).<sup>15</sup> Pokud se jedná o psychický a emocionální vývoj, je toto období ještě poněkud složitější. Mladý člověk již sice není dítětem, ale ještě není ani dospělým člověkem. Dospěli se k adolescentům často chovají ještě jako k dětem, neboť nejsou ještě plně finančně soběstační. Tento vnitřní konflikt v mladém člověku může vést také k rozvoji nežádoucího chování (kriminalita, užívání drog, nomofobie apod.).

Domnívám se, že volnočasová aktivita může mladému jedinci významně pomoci v bezproblémovém zvládnutí tohoto období, které pro něho bývá leckdy kritické. Má své cíle a zájmy, které může ve volném čase uskutečňovat. Někdy se může stát, že se právě díky mezilidským konfliktům jedinec rozhodne svůj zájem obrátit právě ke zvířatům, přičemž zde najde skupinu vrstevníků, se kterými může sdílet svůj volný čas. Mnohdy se stává, že díky pobytu v jezdecké stáji jedinec nejen překoná uvedené období snáze, ale i se nakonec rozhodne pro další profesní zaměření právě v dané oblasti.

Pro cvičitele je práce s mladým člověkem v kritickém období o něco náročnější. Je důležité na jedince zapůsobit spíše svými znalostmi, dovednostmi a životním nadhledem než formální autoritou. Mladý člověk často hledá podporu právě u druhých. Často cvičitel bývá oním člověkem, ke kterému se adolescent obrací jako k někomu, komu může věřit, protože rozkazů a příkazů má např. doma od rodičů mnoho.

---

<sup>15</sup> Srov. SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*, s. 49.



### **3.1.5 Kategorie 20–45 let (mladší dospělost): ježdění jako hobby nebo sport**

Dospělost je časově nejdelším obdobím v životě člověka. Je velmi těžké ji přesněji časově vymezit. Různé publikace uvádějí rozdílné věkové hranice. Charakterizovat dané období z hlediska jezdeckví není zrovna jednoduché z důvodu velkého časového rozpětí.

Z pohledu tělesného vývoje je člověk již zcela vyvinut. Je plný energie a životní svěžesti. Co se týká sociálního vývoje, je tu ještě rozdíl mezi počátkem a koncem uvedeného období. Na počátku může být člověk ještě závislý na rodičích, např. z důvodu studia. Na konci tohoto období pak většinou již pečuje o rodinu, děti a své blízké.

Pokud se člověk rozhodne pro využití volného času v oblasti jezdeckví, může to být opět z nejrůznějších důvodů. Ať už je to větším množstvím volného času, např. po ukončení studia, po studijním pobytu v zahraničí, nebo se jedná o splnění dětského snu, návrat k dřívějšímu zájmu či jen touze vyzkoušet si něco nového, méně obvyklého. Někteří účastníci hledají u koní a v oblasti jezdeckví relaxaci, rekreaci či odreagování se od každodenního stresu, pracovních či denních starostí.

Může se také stát, že se dospělý člověk začne věnovat jezdeckví kvůli svému dítěti, které také začalo jezdit a rodič si chce danou aktivitu rovněž vyzkoušet. Jedná se o velice prospěšné trávení volného času, když se mu věnuje buď jeden nebo někdy i oba rodiče, především z důvodu posílení vztahu mezi členy rodiny. Rodinní příslušníci si mohou navzájem porovnávat své dovednosti a soutěživou formou se učit a zdokonalovat. Uvedená forma trávení volného času jistě pobaví účastníky více než jen individuální lekce. Z vlastní zkušenosti ale vím, že vzhledem k dnešnímu časovému a pracovnímu vytížení rodičů se tato (troufám si říci, že ideální) forma trávení a využití volného času vyskytuje pouze zřídka, což je obrovská škoda.

U dospělých adeptů jezdeckví je úloha cvičitele velmi obtížná a složitá. Ke každému z účastníků musí přistupovat zcela individuálně a podle individuálních zvláštností, cílů a potřeb lekce připravovat. Musí se brát na zřetel fyzická stránka a pohybové možnosti jedince stejně jako jeho momentální psychické rozpoložení.

U dospělých jedinců nemohu také nezmínit finanční zainteresovanost účastníka. Své lekce si musí platit. Mnohdy si neuvědomuje, že naučit se jezdit je proces zdoluhavý a náročný (fyzicky, psychicky i finančně). Záleží na mnoha faktorech, které jsem již zmínila. V této kategorii jezdců je důležité brát v úvahu fakt, že jízda na koni

bude brána opravdu jako volnočasová aktivita, vyjížďka do přírody, sociální kontakt s ostatními stejně zájmově zaměřenými lidmi, kontakt se zvířaty.

K otázce, kolik času je potřeba k tomu, aby se člověk naučil jezdit na koni, Hollý<sup>16</sup> uvádí, že pro účely jezdecké turistiky, tedy základní úrovně ovládnutí koně, lze očekávat osvojení potřebných dovedností po 50 až 200 výcvikových hodinách. Z uvedeného vyplývá, že pokud bude člověk opravdu chtít využívat jezdeckví jako oddech ve volném čase, v podstatě jako „ventil“ ke svému vyčerpání, je to možné, ale důležitá je vytrvalost i při počátečních nezdarech.

Za dobu své praxe jsem zjistila, že dospělí účastníci jezdeckých lekcí bývají oproti dětem zpočátku velice pokornými a dobrými žáky. Domnívám se, že je to dáno především tím, že si často uvědomují své fyzické předpoklady a možnosti. Mají také lety ověřené zkušenosti z nejrůznějších oblastí svého života, že pokud chtějí něco dobře umět, bude to stát nemalé úsilí. Co se týká přístupu ke koni i mimo ježdění, je jejich péče lepší a pečlivější. Jako faktory ztěžující proces učení bych mohla uvést např. větší strach z pádu, menší pružnost těla či obavy z velikosti a síly zvířete.

Jízda na koni je pro dospělé jedince pozitivním krokem, a to hned v několika oblastech. Například podle Linharta<sup>17</sup> je jízda na koni výborná a úplná relaxace, která posiluje pocit sebejistoty. Na otázku fyzického přínosu pro dospělé jedince odpovídá Linhart také kladně, a to následujícími slovy: „*Při jízdě na koni neexistuje jediná kost a jediný sval v těle, které by nebyly zapojeny do činnosti. Jinými slovy, je to výborný tělocvik.*“<sup>18</sup> Pokud se týká zdravotních omezení a nebezpečí, Linhart<sup>19</sup> doporučuje dbát zvýšené opatrnosti zejm. u osob s epilepsií, vysokých krevním tlakem a těžkou osteoporózou. Nedoporučuje jezdeckví lidem, kteří mají strach z koní a lidem postiženým nestabilitou. Všem ostatním jezdeckví doporučuje.

### **3.1.6 Kategorie nad 45 let (starší dospělí a senioři): ježdění jako hobby a hra**

Poslední věkovou kategorií jsou starší dospělí až senioři. I takoví lidé mohou využívat jízdu na koni pro svoje potěšení a oddech nebo pro navázání kontaktu nejen se zvířaty, ale i s ostatními lidmi, ať už vrstevníky nebo lidmi mladšími. Domnívám se, že pro všechny zúčastněné věkové kategorie je uvedené mezigenerační setkání velice pro-

---

<sup>16</sup> Srov. HOLLÝ, K. *Jezdeckví pro samouky*, s. 9.

<sup>17</sup> Srov. LINHART, K. *Léčba koněm, Jezdeckví*, 2009, č. 7, s. 15.

<sup>18</sup> Tamtéž.

<sup>19</sup> Tamtéž.

spěšné. Pro děti mohou být dospělí určitým vzorem, motivací, některým dětem dokonce mohou připomínat a určitým způsobem i nahrazovat prarodiče. Dospělí naopak mohou získat pocit, že zvládnou to, co mladší generace, což posiluje jejich psychiku. Především pro seniory je pobyt ve stáji velkou motivací, dobrým způsobem, jak uniknout pocitu samoty či méněcennosti, který se s přibývajícím věkem může dostavit, a v neposlední řadě také dobrým způsobem, jak si udržet i přes vyšší věk dobrou kondici.

Při výcviku se staršími dospělými a seniory musí být cvičitel opatrnější, jejich reakce nemusí být tak rychlé jako u dětí či mladších jezdců, na druhou stranu tito lidé často vycházejí z vlastních životních zkušeností. Faktorem znesnadňujícím učení mohou být některé zažitě pohybové stereotypy, které se hůře odbourávají. Stejně, jako v předchozí kategorii dospělých, tito lidé vědí, že nic v životě není zadarmo, a pokud chtějí něco dobře umět, musí vynaložit větší úsilí, aby požadovanou cvik či úkol zvládli. Mají, právě díky životním zkušenostem, zpravidla větší a silnější vůli. Při výcviku je dobré zařadit (alespoň z počátku) určité prvky a cviky, které se využívají u ježdění s malými dětmi (pro rychlejší nácvik rovnováhy, pro odbourání počátečního strachu apod.). V podstatě se můžeme vrátit do kategorie ježdění jako hra. Je také vhodné častěji zařazovat přestávky, právě z důvodu vyššího věku adeptů, jejich nižší fyzické výkonnosti a snadnější unavitelnosti.

### **3.2. Cvičitel a cíle jezdeckého výcviku**

V kapitole pojednávající o cvičiteli bych ráda shrnula nejdůležitější faktory, které mohou mít vliv na vztah jezdce a cvičitele jako dvou subjektů. Edukátorem je v tomto případě cvičitel, edukantem je zde jezdec. Ideálním případem edukačního procesu je ale spolupráce obou stran. „*Vztahy mezi cvičitelem a žákem mohou být různé a vyvíjet se různými způsoby, nejlepší je vzájemnost: dobrý cvičitel se vždycky učí i od svých žáků.*“<sup>20</sup> Například, pokud cvičitel vidí stále se opakující určitý druh chyb, hledá lepší způsob, jakým jezdcům vysvětlit požadovaný cvik nebo cvičební úsek, musí si

---

<sup>20</sup> MICKLEM, W. *Příručka jízdy na koni*, s. 382.

požadované sám vyzkoušet, musí se umět vcítit do pocitů žáků, učit se jejich způsob vnímání apod.

Úkolem cvičitele je pomoci žákům naučit se korektnímu zacházení s koněm a ježdění, které odpovídá individuálním cílům adepta jezdeckví. Samozřejmě, že se cíle mohou během doby měnit, přizpůsobovat se každému jedinci. Důležité ale je, aby cíle byly vzhledem ke schopnostem jezdce a dalším podmínkám dosažitelné. K tomu může sloužit SMART analýza, kterou si mohou společně jezdec a cvičitel např. na počátku jezdeckého výcviku vypracovat a podle níž budou ve výcviku postupovat. Cíle každé lekce by měly být konkrétní, měřitelné, proveditelné, relevantní a dosažitelné v konkrétním časovém úseku. Lze si také stanovit cíle z hlediska časového období (dlouhodobé a krátkodobé). Provedení SMART analýzy je vhodné zejména u starších věkových kategorií jezdců, kteří již dokážou díky svému vývoji chápat, co může být v daném časovém úseku pro ně dosažitelné (např. uvědomí si, že bude nerelevantní stanovit si cíl účasti na mistrovství světa v daném roce apod.).<sup>21</sup> Bez trvalejšího naplnění cílů by mohlo dojít ke zklamání a snížení motivace jezdce. Mnozí začátečníci mají velké a mnohdy nesplnitelné cíle a na cvičiteli je, aby jim vysvětlil nutnost postupovat po malých, ale důležitých krocích k velkému cíli.

Cílem se rozumí zamýšlený a očekávaný výsledek. V cíli se promítá celková představa o tom, co se má jezdec naučit. Důležitý je také fakt, že i nesplněný cíl je v procesu výcviku velmi důležitý, protože se promítá do další spolupráce jezdce a cvičitele při výcviku. Úkolem cvičitele je také posilovat sebedůvěru jezdce, a to zejména v případě, že se nepodaří stanoveného cíle ihned dosáhnout.<sup>22</sup> V jezdeckví se uvedený případ může stát, protože se splnění cíle nemůže dosáhnout např. z důvodu meteorologické změny, aktuálního psychického či fyzického rozpoložení jezdce či koně apod. Na cvičiteli je upravit cíl lekce tak, aby jezdec měl i při nesplnění stanoveného cíle dobrý pocit z absolvované hodiny a zůstala mu zachována motivace do další lekce k dosažení určeného cíle. Na tomto místě může cvičitel užít vstřícný model kurikula, který je zaměřen na potřeby jezdce, a cíle lekcí vyvstávají průběžně na základě interakce jezdce s podněty v rámci lekce (zatímco zprostředkující model kurikula

---

<sup>21</sup> Srov. AUTY, I. *The BHS manual for coaching and teaching riding*, s. 40–42.

<sup>22</sup> Srov. SKALKOVÁ, J. *Obecná didaktika*, s. 127–129.

vychází přímo ze stanovených cílů a je založen na jejich plnění a dosahování v průběhu lekce).<sup>23</sup>

V souvislosti s použitím uvedeným modelů kurikula je také důležité zmínit osobnost cvičitele na základě Caselmannovy typologie. Vhodný cvičitel by měl být orientován na jezdce, jejich potřeby a problémy, s chápavým přístupem k jednotlivci, tj. paidotropní typ s individuálně psychologickou orientací.<sup>24</sup>

Jelikož se jezdeckví řadí do psychomotorické oblasti, která se zaměřuje na osvojování dovedností při tělesném pohybu, práce s nástroji apod., je dobré pro specifikaci cílů použít taxonomii dle Davea,<sup>25</sup> která se zaměřuje na smyslové učení od bezděčných reflexních pohybů až po zvládnutí složitých úkonů. Taxonomie se skládá z pěti kroků, kdy nižší cíle jsou vždy podřízeny cílům vyšším. Jedná se o: imitaci, manipulaci, zpřesňování, koordinaci a automatizaci.

Nyní se ještě vrátím k otázce, zda je vůbec cvičitel při výcviku potřebný. Holly<sup>26</sup> argumentuje, že se na koni nelze naučit správně jezdit bez cvičitele. Jmenovaný autor rozděluje tři základní typy ježdění. Ve všech případech je bezesporu třeba účast cvičitele. U prvního způsobu by teoreticky nemusela být přítomnost cvičitele zcela nutná, ale způsob výuky bez něho by byl značně dlouhý a hrozí zde riziko, že se jezdec naučí některým zlovykům, které, pokud bude chtít postupovat do dalších typů a stupňů ježdění, budou obtížně odstranitelné, pokud vůbec odstranit půjdou. Ve stručnosti zde uvádím jmenované typy ježdění. Prvním typem je vození se na koni. V tomto případě je o koni v podstatě uvažováno jako o dopravním prostředku. Předpokládá se, že jezdec je schopen základního zacházení s koněm na zemi, nasednutí, sesednutí, udržení rovnováhy na koni v každém chodu (krok, klus, cval). Jezdec je také schopný používat omezující či pobízející pomůcky na podmíněně-reflexní úrovni. Druhým typem je ježdění na koni (kampaň ježdění), které se v minulosti využívalo pro vojenské účely. Dnes se užívá pro sportovní ježdění. Tento typ ježdění již vyžaduje účast a spolupráci cvičitele a jezdce, jelikož jsou zde ježděny a prováděny již složitější cviky, které potřebují vysvětlení, konzultaci a zpočátku zcela jistě též opravy. Třetím typem je dle Hollého ježdění s koněm, které chápe jako jezdecké umění. Zde jezdec figuruje jako „umělecký spolutvůrce“ a spolu s koněm vzájemně komunikuje pro laika téměř

---

<sup>23</sup> Srov. VALIŠOVÁ, A., KASÍKOVÁ, H. *Pedagogika pro učitele*, s. 125–128.

<sup>24</sup> Srov. VACÍNOVÁ, M., LANGOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*, s. 107–129.

<sup>25</sup> Srov. VALIŠOVÁ, A., KASÍKOVÁ, H. *Pedagogika pro učitele*, s. 135–140.

<sup>26</sup> Srov. HOLLÝ, K. *Jezdeckví pro samouky*, s. 8–10.

neviditelnými pomůckami. Zde je již nutná spolupráce trenéra a jezdce, ale také výběr vhodného koně.

Z uvedeného vyplývá, že cvičitel je pro správné ježdění velice důležitý. Může také ovlivnit jezdce – začátečníka, ať už pozitivně nebo také negativně. Pro výkon profese cvičitele se proto v první řadě požadují jezdecké zkušenosti, trpělivost k žákům i koním, schopnost vcítění se do účastníků edukačního procesu. Cvičitel musí mít kladný vztah ke svým žákům i ke koním, se kterými pracuje. Jedině tak dokáže dobře předávat své znalosti a dovednosti. Do výčtu požadavků se řadí také pedagogické schopnosti či předchozí pedagogické zkušenosti.

ČJF poskytuje kvalifikaci pro cvičitele, která v sobě zahrnuje teoretické i praktické znalosti a dovednosti a obsahuje i několikahodinovou výuku pedagogiky. Z vlastní účasti na tomto kurzu se domnívám, že časový rozsah výuky pedagogiky v tomto kurzu je ovšem nedostačující.<sup>27</sup> Velice často se stává, že cvičitel je (či byl) dobrým jezdcem, ale chybí mu schopnost své znalosti a zkušenosti náležitě a efektivně pedagogicky vysvětlit tak, aby žáci správně pochopili, co mají dělat.

Při bližším porovnávání vlastností a požadavků na cvičitele mohu říci, že se téměř ve všech aspektech shodují s obecnými požadavky na pedagoga volného času, které ve své knize uvádí Hájek a kol.<sup>28</sup> a také Svoboda<sup>29</sup>. Pokud však jezdecká stáj není komerční školou či školským zařízením, nevztahuje se na ni školský zákon ani zákon o pedagogických pracovnících a práci cvičitele zde může vykonávat v podstatě kdokoli, za jehož služby budou zákazníci ochotni zaplatit.

Na tomto místě bych tedy ráda uvedla několik aspektů, o kterých se domnívám, že je důležité je zdůraznit: kromě značných zkušeností, znalostí a dovedností je to přirozená autorita, schopnost vcítění se nejen do potřeb a pocitů jezdce, ale také do potřeb koně (jezdectví je souhra a spolupráce jezdce a koně), komunikativnost verbálního i neverbálního charakteru, umění naslouchat, disponovat trpělivostí a entusiasmem, umění a schopnost přizpůsobit se proměnlivým podmínkám, schopnost řešit nečekané situace, kterých při spolupráci člověka a zvířete není nikdy málo, schopnost prosazovat své požadavky, schopnost vést a řídit skupinu lidí, schopnost pochopit věkové

---

<sup>27</sup> Srov. ČJF, *Vzdělávání v ČJF* [online].

<sup>28</sup> Srov. HÁJEK, B. a kol. *Pedagogické ovlivňování volného času*, s. 130–135.

<sup>29</sup> Srov. SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*, s. 127–169.

zvláštnosti svěřených jezdců a pracovat s heterogenními skupinami, v neposlední řadě musí cvičitel disponovat dobrou fyzickou zdatností.<sup>30</sup>

Ve výčtu vlastností a dovedností potřebných pro dobrého cvičitele bych mohla zcela jistě pokračovat dále a nebyl by nikterak krátký, ale domnívám se, že pro účely základní orientace v problematice faktorů, které je třeba zohlednit v přípravné fázi, je seznam dostačující.

### 3.3 Kůň

Protože je jezdeckví vždy souhra a spolupráce dvou individualit, jakými bezesporu jezdec a kůň jsou, je nutné za významný faktor edukačních procesů v oblasti jezdeckví považovat také koně, a to již v projektové fázi. Pro ježdění ve volném čase je výběr vhodného koně značně obtížný a musí se vzít v potaz celá řada důležitých faktorů, které jsou pro úspěšné volnočasové ježdění potřebné. Než začnu jmenovat vlastnosti ideálního školního koně a požadavky na něj, je nutné se v krátkosti vrátit k teorii evolučního vývoje koně. Tato pasáž pomůže k pochopení, co vlastně od koně očekávat a jak ho vybírat či cvičit, aby byl vhodný pro výuku jezdeckví pro jezdce každého věku, protože bez vhodného koně není možné se naučit jezdit.

Koně jsou stádová zvířata, která byla v dávných dobách především kořistí, nikoli predátory, proto se v kterékoli nečekané situaci snaží v prvních chvílích zachránit útekem. Díky tomu mají také dostatečně dobře vyvinutý dorozumívací systém pomocí pohybů a postojů a také velmi bystré smysly, což může být také faktorem, který spolupráci jezdce – začátečníka s koněm ztěžuje. Pro ilustraci jsou některé vybrané projevy koně uvedeny v tabulce č. 1 níže. Koně disponují též velkou rychlostí a vytrvalostí, která jim dříve napomáhala prchnout před predátorem či lovcem. Většina ze jmenovaných vlastností se koním zachovala dodnes, pro své přežití je již nepotřebují, ale jsou využívány v různých jezdeckých disciplínách. Pochopení signálů těla je proto pro práci jezdce i cvičitele důležité.<sup>31</sup>

Ideálním koněm pro výuku (dále jen školní kůň), je zvíře starší, klidné a dobře vycvičené, s určitou tolerancí k chybám jezdce, optimálním vzrůstem (velikost koně je

<sup>30</sup> Srov. HÁJEK, B. a kol. *Pedagogické ovlivňování volného času*, s. 130–135.

<sup>31</sup> Srov. MICKLEM, W. *Příručka jízdy na koni*, s. 39–45.

dobré volit dle výšky a tělesné stavby jezdce) a dobrou fyzickou kondicí. Obecně také platí zásada, že se nezkušení jezdci učí právě na starších, klidných koních a pouze zkušení jezdci mohou jezdit na mladých koních. Nezáleží na plemenné příslušnosti, dá se říci, že vhodný je v podstatě příslušník jakéhokoli plemene, který disponuje uvedenými vlastnostmi a chováním. Obecně lze ale říci, že vhodnějším školním koněm bude např. příslušník plemene Český teplokrevník (vlastnosti a charakteristika viz níže), spíše než např. Anglický plnokrevník (toto plemeno se vyznačuje velkou vzrušivostí a výbušným temperamentem).

**Tabulka č. 1: Vybrané projevy chování koně<sup>32</sup>**

Projev	Pohyb	Hlava a krk	Oči a uši	Huba	Tělo a ocas
<b>Agresivita</b>	Couvání, ustupování	Hlava a krk drženy dole	Sklání uši vzad, ohlíží se	Cení zuby, frká	Napíná svaly, švihá ocasem
<b>Strach</b>	Útěk	Zvedá mírně hlavu a krk	Sklání uši vzad, ohlíží se	Rychle dýchá, řehtá	Nese ocas nízko, potí se
<b>Leknutí</b>	Zastaví se nebo ustupuje do stran	Zvedá mírně hlavu a krk	Obrací uši ve směru zvuku či nebezpečí	Zadržuje dech	Napíná svaly, stahuje ocas
<b>Zuřivost</b>	Pohybuje se, hrabe	Drží hlavu a krk nízko	Kouká vpřed, sklání uši vzad	Cení zuby, frká	Napíná svaly, stahuje ocas
<b>Podezření</b>	Stojí klidně, pozoruje	Zdvihá hlavu a krk	Obrací uši a oči vpřed	Čichá a frká	Ocas drží dole
<b>Sebedůvěra</b>	Vypadá odhodlaně, stojí na místě	Hlava i krk lehce zvednuty	Uši směřují vpřed	Dech normální	Normální držení ocasu

Níže uvádím přehled vhodných a v jezdeckých klubech nejčastěji používaných plemen koní pro školní ježdění a jejich stručnou charakteristiku.

### **Český teplokrevník**

Jedná se o nejrozšířenější plemeno v České republice, které v současné době nachází uplatnění ve všech odvětvích jezdeckého sportu. Původně byl využíván v zemědělství, k tahání povozů a také v armádě. Později se díky šlechtění jeho vzhled zjemnil a začal se využívat převážně jako kůň jezdecký. Je to kůň s dobrou tělesnou konstitucí, vyšším vzrůstem (výška v kohoutku bývá obvykle od 165 do 175 cm), hmotností kolem 600 kg, tělo je dobře osvalené. Disponuje klidnou povahou, vyrovnaným temperamentem, pracovitostí, inteligencí, snadno se učí, lehce se podřídí

<sup>32</sup> Srov. MICKLEM, W. *Příručka jízdy na koni*, s. 43.



potřebám jezdce. Další výhodou tohoto plemene je jeho dobrá krmitelnost, nenáročnost na chov a také jeho dlouhověkost (v průměru se koně tohoto plemene dožívají 23 let).

### **Hafling**

Plemeno Hafling pochází původně z tyrolských Alp, kde bylo vyšlechtěno pro práci v zemědělství a lesnictví. Kromě toho bylo používáno k nošení břemen a také jako dopravní prostředek. Jedná se o menší, ale silné a houževnaté koně. Výška v kohoutku se pohybuje v rozmezí od 138 do 150 cm, hmotnost okolo 500 kg. Haflinga je možné často vidět v jezdeckých stájích zabývajících se jezdeckým výcvikem dětí i dospělých, neboť je velmi oblíbený také pro svůj vzhled. Jeho světle rezavé zbarvení, bílá dlouhá hříva a ocas a velké tmavé oči působí velmi krásně, ušlechtilé a sympaticky. Zástupci tohoto plemene mají klidný charakter, jsou spolehliví a díky místu svého vzniku (horský terén) se dokážou bezpečně pohybovat i v náročnějším terénu, což bývá také často využíváno v jezdecké turistice. Plemeno vyniká svou nenáročností, přátelstvá a dobrou učenlivostí, velkou ochotou k práci, vytrvalostí a houževnatostí. Z výčtu charakteristik je zřejmé, že se hodí téměř pro všechny jezdecké disciplíny.

### **Hanoverský kůň**

Německé plemeno bylo vyšlechtěné v 17. století pro zápráže, práci na poli a obecně v zemědělství. Později se z něho stal kůň jezdecký. Jedná se o mohutnějšího koně o kohoutkové výšce od 160 do 170 cm. Je dobře trénovatelný, vyrovnaný, spolehlivý, ochotný, učenlivý s výbornými jezdeckými schopnostmi. Zástupci tohoto plemene jsou vhodní pro celou řadu jezdeckého odvětví, především pro parkur a drezuru.

### **Holštýnský kůň**

Plemeno, jehož kořeny sahají až do 13. století, pochází původem z Německa. Zástupci plemene byli nejprve využíváni jako spolehliví tažní a kočároví koně a v 16. až 18. století také pro armádu. Po druhé světové válce byli zušlechťováni pro jezdecké účely. Koně, jejichž kohoutková výška se pohybuje mezi 160 a 170 cm, vynikají klidným temperamentem, dobrou ovladatelností, učenlivostí a spolehlivostí. Díky šlechtění se z tohoto plemene stal univerzální jezdecký kůň. Je využíván v celé řadě jezdeckých odvětví.

## **Huculský kůň**

Jedná se o velice staré plemeno koní. První zmínky pocházejí už z roku 100 před naším letopočtem. Již v první světové válce byl využíván pro tahání nákladů i pro jízdu pro armádní účely. Jedná se o horské plemeno menšího tělesného vzrůstu (od 134 do 144 cm v kohoutku), i přesto jsou koně tohoto plemene velmi silní i odolní. Stejně jako Hafling díky místu svého vzniku se dokáže dobře pohybovat i v náročném terénu a disponuje velkou vytrvalostí. Je učenlivý, pracovitý, s vyrovnanou psychikou a klidným temperamentem. Je velmi často využíván také pro hipoterapii, výcvik začátečníků a jezdeckou turistiku.

## **Pony (poníci)**

Jedná se o označení malých koní do výšky 148 cm. Existuje celá řada plemen poníků (Velšský pony, Shetlandský pony, Fellský pony a další). Koně do 130 cm jsou vhodné pro menší děti, koně od výšky 130 cm již unesou i drobnější dospělé jezdce. Poslední kategorie poníků jsou ideální pro větší děti či drobnější dospělé jezdce. Mnohdy jsou poníci považováni za tvrdohlavé, vzpurné a hůře ovladatelné koně, ale díky šlechtění a dobrému výcviku se z nich stávají vhodné koně pro začátečníky.<sup>33</sup>

Samozřejmě, že je možné využívat pro školní účely i celou řadu jiných plemen či kříženců, vždy je důležitý charakter, temperament a výcvik konkrétního koně a také vhodný poměr velikosti a hmotnosti jezdce oproti velikosti a síle koně.

## **3.4 Prostředí (rodina, stáj)**

### **3.4.1 Rodina**

Dalším faktorem, který se týká především kategorie dětí až po kategorii adolescentů a který ovlivňuje volbu volnočasové aktivity, je rodina a rodinné zázemí.

Rodina je první sociální skupinou, ve které dítě tráví svůj volný čas. Poskytuje mu zázemí, utváří podmínky pro trávení volného času, motivuje ho a podporuje při činnostech, kterým se rádo věnuje nebo kterým by se chtělo věnovat. Zájmem každého

---

<sup>33</sup> Srov. EDWARDS, E. H. *Obrazová encyklopedie koní*, s. 64–275.

rodiče by mělo být naučit své dítě efektivně a aktivně trávit svůj volný čas, což přispívá k rozvoji dovedností dítěte. Pokud dítě projeví touhu jezdit na koni a rodiče s vysloveným zájmem souhlasí, snaží se dítěti většinou vyhovět. Hledají zpravidla nejbližší jezdeckou stáj, která nabízí požadovanou aktivitu.

Rozhodně zde nechci detailně rozebírat funkci rodiny z hlediska psychologického či sociálního, úplnost či neúplnost rodin ve vztahu k výchově jedince apod., chci se jen zaměřit na nástin, jakou úlohu může hrát rodina při volbě jezdecké aktivity. Co tedy hraje největší roli, pokud se jedná o výběr uvedené volnočasové aktivity? Kromě již uvedené vzdálenosti od místa bydliště a dopravní dostupnosti je to ekonomická otázka, která souvisí s ekonomickou silou rodiny a časovými možnostmi rodičů. Mnoho z nich odrazuje kromě placení jezdeckých lekcí hlavně počáteční velká finanční náročnost pořízení jezdeckého vybavení, jakými jsou bezpečnostní helma a vesta a vhodná obuv. V mnohých jezdeckých stájích existuje možnost vypůjčení této výbavy v počátcích výuky, právě pro zmenšení finanční náročnosti. Až když se adept rozhodne, že je tento způsob trávení volného času pro něho zajímavý, je možné uvažovat o pořízení vlastního vybavení.

Dalším faktorem může být pozitivní vlastní zkušenost rodičů s jezdeckým prostředím. Pokud se rodiče dříve věnovali či věnují zmíněné aktivitě, znají, co vše obnáší, a chtějí dětem také umožnit poznat svět jezdecký. Důležité je, aby si dítě samo chtělo aktivitu vyzkoušet. Mnohdy se ale stává, že právě rodiče jsou iniciátory zvoleného způsobu trávení volného času díky svým zkušenostem a ambicím a dítěti vymyslí návštěvu jezdecké stáje jako aktivitu, která ale není autentickým zájmem dítěte. Takový zájem většinou dlouho nevydrží.<sup>34</sup>

Jiná, zcela odlišná, je dle Soukala<sup>35</sup> situace, když je dítě pro zvolený koníček zcela nadchnuté a rodiče chtějí jeho nadšení využít jako nástroj pro zlepšení výsledků ve škole. Zákaz jízdy na koni je možné přirovnat k psychickému týrání, neboť jezdecký zahrnuje i vztah s živým tvorem. Rovněž přerušení výcviku, pokud by trvalo déle, může mít opačný efekt. Jezdec pak ztratí potřebnou jistotu a hrozí vyšší nebezpečí úrazu. Zdánlivá velká nebezpečnost tohoto sportu bývá také dalším faktorem pro rozhodování ze strany rodičů. Pokud ale budou dodrženy obecné bezpečnostní zásady bezpečného pohybu a pobytu u koní (viz příloha 1), vybavenost bezpečnostními prvky (jezdecká

---

<sup>34</sup> Srov. SOUKAL, F. Jezdí celá rodina. *Jezdeckví*, 2008, č. 8, s. 15.

<sup>35</sup> Tamtéž.

helma, vesta, vhodná obuv), není nebezpečí nikterak větší než např. jízda na kole či na kolečkových bruslích.

### 3.4.2 Jezdecká stáj

Jezdecká stáj je dalším důležitým faktorem. Prvním kritériem pro výběr stáje bývá její dostupnost a vzdálenost k místu bydliště. Druhým kritériem bude informace, zda stáj nabízí požadovanou výuku a přijímá uchazeče požadovaného (poptávaného) věku. Třetím faktorem bude bezesporu také finanční náročnost jezdeckých lekcí. Pro ilustraci uvádím ceny lekcí v některých jezdeckých stájích v regionu středních Čech. Je možné říci, že v uvedeném regionu jsou cenové nabídky jezdeckých lekcí bez větších rozdílů. Často se liší pouze délka lekce, která se pohybuje v rozmezí od 45 minut do 60 minut. Cenové rozmezí je od 350 Kč do 400 Kč za lekci. Zájemci tak mohou volit nejen dle délky lekcí v poměru k ceně, ale také podle ostatních aktivit, které mohou stáje nabízet. Může se jednat např. o nejrůznější poznávací výlety, exkurze, výstavy, semináře, společné akce dětí a rodičů apod.

Co se týká prostředí vhodného k výcviku začátečníků, měla by stáj disponovat v ideálním případě krytou jezdeckou halou, která je pro výcvik začátečníků velmi vhodná (větší klid, méně rušivých vlivů), nebo alespoň ohraničenou venkovní jízdárnu s dobrým povrchem (nejvhodnější je písek, nejlépe písek kombinovaný s geotextilií).<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> Srov. TETTENBORN, M. *Škola jezdeckví*, s. 80–87.

## 4 Jezdecký výcvik

V této kapitole bych chtěla uvést různé způsoby, metody výcviku či projekty zabývající se výukou jezdeckví. Některé z nich jsou již lety prověřené, jiné jsou ještě v začátcích a ve fázi testování, zda by bylo možné podle nich posunout jezdecký výcvik v České republice na vyšší úroveň jako v sousedních zemích.

### 4.1 Základní výcvik jezdce dle ČJF

Dalo by se říci, že každý výcvik jezdce by měl směřovat a být přípravou ke zkouškám základního výcviku jezdce (dále jen ZZVJ), jejichž složení každého jezdce opravňuje k účasti na jezdeckých závodech dle zvolené specializace (parkur, drezura, vozatajství, reining apod.). I když ne každý začínající jezdec a adept jezdeckví si klade za cíl složení výše jmenovaných zkoušek, je dobré (alespoň rámcově), postupovat dle vydaných materiálů. Jedná se o učební text určený pro kurzy cvičitelů, instruktorů jezdeckví, který byl vydán ČJF v roce 1997.

Po prostudování uvedených materiálů je nutné zdůraznit fakt, že v základu vychází z historických dokumentů vydaných pro vojenské účely (pro kavalerii) v Německu pod názvem *Die Reitvorschrift H. Dv. 12* (vydáno v roce 1912, naposledy aktualizováno 18. 8. 1937).<sup>37</sup> Předpis se věnuje výcviku jezdce a koně pro vojenské účely. Mnohé výcvikové metody a pravidla se využívají dodnes i v těch nejrenomovanějších jezdeckých stájích po celém světě a jsou využívány předními profesionálními jezdci a trenéry. Text je rozdělen na několik částí. Každá část se věnuje určitému druhu výcviku (jezdecké vzdělání všeobecně, výcvik koně, výcvik jezdce, příprava koní i jezdců pro speciální určení – např. přehlídky apod.). Díl věnovaný výcviku koně a jezdce je ještě rozpracován na konkrétní výcvikové jednotky (lekce) s časovými plány a vymezením cílů výcviku.

---

<sup>37</sup> Srov. *Reitvorschrift* [online].

Z uvedených textů vychází i plány výcviku vydané ČJF pro jezdecké lekce. Plán obsahuje rozpis jednotlivých vyučovacích lekcí, včetně stanovení cíle, který má být splněný po absolvování lekcí. Rozpis a cíle jednotlivých lekcí uvádí příloha 2. Je kladen důraz především na systematickosti a kontinuitu výcviku. Jednotlivé cviky a lekce jsou řazeny postupně od jednodušších a snadno proveditelných až po složitější. Zdůrazněn je také především individuální přístup k žákovi s přihlédnutím k věku a tělesné kondici. Důležitou součástí výcviku je otázka bezpečnosti jezdce i koně. Jezdecký výcvik může být prováděn pouze ve vhodném prostředí (jezdecká hala, ohraničená jízdárna) s použitím řádné výstroje jezdce. Nutností je užití jezdecké přilby a bezpečnostní vesty.<sup>38</sup>

Je škoda, že plány výuky ČJF neobsahují více teoretických podkladů a materiálů, které by bylo třeba žákům předat. Získávání teoretických znalostí (které jsou ale nesmírně důležité), je ponecháno na jezdci formou samostudia, a takto nabyté znalosti budou ověřeny až při případné účasti na ZZVJ.

## 4.2 Vzdělávací systém GALOP

Vzdělávací systém Galop je od roku 2018 základem nové koncepce vzdělávání jezdců dle ČJF. Inspirace vychází z Francouzské jezdecké federace (dále jen FFE). Jedná se o unikátní a propracovaný postup vzdělávání a výcviku jezdce, vycházející z francouzského pojetí jezdeckví. Toto vzdělávání má ve Francii dlouholetou tradici, v roce 1979 byl systém založen do tří stupňů s velmi znatelným rozdílem jezdecké úrovně. V současnosti je stupňů devět, přičemž tyto stupně jsou vzájemně logicky propojené. Úroveň čtyři lze přirovnat k ZZVJ, úroveň sedm je požadována pro cvičitele, úroveň osm se týká profesionálních jezdců.

Hlavními pilíři systému dle FFE jsou jezdecké kluby, které budou výuku rozšiřovat dále cvičitelé se zaměřením na využití pedagogického přístupu formou „škola hrou“, a také jasně stanovený plán vzdělávání jezdce. Metoda stanovuje kompetence, kterých by měl jezdec v daném stupni svého výcviku dosáhnout. Systém má přispět ke sjednocení výukových postupů při jezdeckém výcviku. Zajišťuje potřebnou jednotu při

---

<sup>38</sup> Srov. VENCOUR, I. *Učební texty pro školení a zkoušky cvičitelů jezdeckví*, s. 37–45.

výcviku, ale umožňuje trenérům kreativní přístup k práci a možnost uplatnění vlastních zkušeností a metod. Systém je využitelný nejen pro soutěžní ježdění, ale také pro kondiční, turistické a hobby ježdění.

Celý program je postaven na principu pozitivního učení, zvyšování motivace, zdůrazňována je radost z vynaloženého úsilí, které vede k sebezdokonalení. Zahrnuje také velice důležitou součást, a tou je Charta jezdce, kterou by měl jak jezdec, tak cvičitel při učení dodržovat (viz příloha č. 3).<sup>39</sup> Výcvik je rozdělen do tří oblastí. První oblast zahrnuje psychomotorické učení, tj. vlastní praktické ježdění, které zahrnuje následující základní části (pilíře) výcviku: rozvoj rovnováhy, uvolnění se (tzv. nechat se koněm nést), schopnost pohybu vpřed v jednotlivých chodech, vedení koně, zatáčení, změny směru. Všechny části výcviku mají být zahrnuté v každé lekci. Další oblasti se zaměřují na psychický a emocionální rozvoj jedince: zahrnují rozvoj schopnosti učení a poznávání, sebehodnocení, vyvíjení úsilí, rozvoj schopnosti ovládnutí emocí, sebekontrolu, posilování vůle a odvahy, rozvoj vztahu jezdce a koně, schopnost spolupráce s koněm v harmonii. Všechny jmenované oblasti mají být ve výcviku rozvíjeny paralelně.<sup>40</sup>

Klady tohoto vzdělávacího systému můžeme spatřit v dlouhodobém fungování ve Francii a také v dobré propracovanosti klíčových kompetencí, které by měl každý jezdec v určitém stupni výcviku zvládat. Dalším pozitivem jsou dobře vypracované metodické a výukové materiály, které pomáhají cvičitelům i jezdcům.

Pokud by uvedený vzdělávací systém opravdu v ČR fungoval a byl podporován ze strany ČJF i ze strany cvičitelů a jezdeckých klubů, byl by to zcela jistě krok správným směrem a jezdeckví by se mohlo rozvinout na vyšší úroveň. Domnívám se ale, že k uvedení a rozšíření systému povede cesta dlouhá a nepříliš snadná, a to hned z několika důvodů. Prvním z nich bude vyšší finanční náročnost studijních materiálů. V současné době již ČJF vydala první publikace, které jsou přípravnými učebními materiály pro jezdce a metodickou pomůckou pro cvičitele (jeden díl knihy stojí 399 Kč), dalším důvodem bude nedostatečné pedagogické vzdělání současných cvičitelů a posledním důvodem prozatím nedostatečná propagace systému. Vhodný by byl např. seminář pro cvičitele, který by seznámil s popisovaným systémem. Zcela pozitivní by bylo také např. zlepšení dotační politiky, např. pokud by stáj vyučovala podle jmenované

---

<sup>39</sup> Srov. FFE, *Jezdecký průvodce Galop 2*, s. 4.

<sup>40</sup> Srov. Seznamte se s vzdělávacím systémem Galops [online].

metodiky, mohla by jí být přidělena např. dotace na pořízení učebních materiálů. Uvedenými způsoby by se zcela jistě systém Galop rozšířil do většího počtu stájí.

### 4.3 Pony Games

Další systém jezdeckého výcviku, který je v současné době používán v ČR, je nazvaný Pony Games (dále jen PG), pochází z Velké Británie. Pony Games vznikly v roce 1950. Cílem bylo zpřístupnění jezdeckého odvětví především mladým jezdcům. Od roku 2016 jsou PG pod záštitou ČJF, tzn. že ČJF se snaží o jejich prosazení do co nejvíce jezdeckých stájí a o podporu PG (finanční, propagační atd.).

Systém PG poskytuje velké množství variací jízdy na koni s možností rozvoje jezdeckých dovedností a motivuje především nejmenší děti k tréninku jízdy na koni.<sup>41</sup> Jedná se skutečně o hry a různé soutěžní úkoly, jakými jsou např. přenášení nejrůznějších předmětů, průjezdy slalomem, strefování se do terče, průjezd stanovenou dráhou apod. Některé disciplíny jsou pro orientaci obrazově uvedeny v příloze č. 5. Cílem je motivovat především nejmladší jezdce k tréninku. Ale i v případě, že se jedná o hru, je důležité ještě před započítím plnění určitých disciplín naučit dítě správně a korektně sedět na koni a používat správné pomůcky. Tréninkové lekce jsou koncipované tak, že si děti nejprve vyzkouší jednotlivé cviky a úkoly bez koní, teprve po pochopení systému a pravidel, si dané cviky zkusí na koni.

V roce 2018 jsem se sama zúčastnila v Hořovicích dvoudenního kurzu PG s Arnaudem Ribaultem, trenérem, jezdce i rozhodčím PG. Zjistila jsem, že v ČR je trenéry nácvik korektního sedu a správnosti používání pomůcek velice často opomíjen. Trenéři ihned přejdou k plnění jednotlivých úkolů, což se negativně odráží jak v základním ovládní koně, tak mnohdy v přístupu dětí ke koním, kdy je kůň spíše považován za pouhé „cvičební nářadí“ než za živého tvora, či dokonce partnera. Idea PG není špatná, nicméně se domnívám, že by měl být kladen větší důraz na systematické a postupné propojení základního výcviku jezdce a ovládní koně s ideou samotných PG.

---

<sup>41</sup> Srov. *Pony games*. [online].



## 4.4 Metoda Bruns-Behr

Pro srovnání promyšlenosti výukových metod jezdeckví uvádím následující metodu z Německa, která je využívána s velkým úspěchem především u dospělých jezdců – začátečníků, přičemž systém je velice dobře a detailně propracován.

Dospělým jezdcům a jezdcům seniorům není v České republice věnováno příliš pozornosti. Jiný postoj k využití volného času v oblasti jezdeckví mají v Německu, konkrétně v jezdecké škole Reken (Severní Porýní-Vestfálsko). Používají s velkým úspěchem unikátní výcvikovou metodu nazvanou dle jejích zakladatelek (Ursuly Bruns a Inge Behr) – Bruns-Behr Methode.

Koncept výuky vychází z metody výuky Kavalerijní školy v Hannoveru, která má již dlouhou historii. Vznikla v roce 1920 a sloužila k výcviku kavalerie. Tato škola díky svým metodám vychovala vynikající jezdce, kteří se dokonce účastnili olympijských her v Berlíně, kde v roce 1936 zvítězili. Ještě dnes se klasicky vzdělaní jezdci orientují na výcvikové principy této školy. Z výcvikové metody vznikl též jezdecký předpis H.Dv.12 z roku 1937, který je použitelný dodnes.

Další, kdo ovlivnil uvedenou metodu, byla Linda Tellington-Jones, která se věnovala přirozenému výcviku jezdců, koní a terapii zvířat. Pro výcvik užívala nejrůznější způsoby a pomůcky, které se s úspěchem využívají právě pro výcvik dospělých jezdců.

Metoda vychází z poznatků o lidském pohybu. Člověk je ve věku devíti či desíti let schopný naučit se pouhým napodobováním i komplikované sledy pohybů. Dospělý jedinec už tuto schopnost spontánně učit se pohyby ztratil. Musí se proto naučit nové pohyby a vytvořit si nové pohybové vzorce, aby mohl zvládnout náročné motorické úkoly. Tato výuka právě vzorce reaktivuje a tělo i mozek připravuje na to, přijímat nové pohybové výzvy.<sup>42</sup>

Právě díky uvedeným poznatkům o lidském pohybu byly vyvinuty speciální výcvikové pomůcky a učební plány, s jejichž pomocí se dospělý člověk může naučit jezdit na koni rychleji a možná i zábavnější a zajímavější formou.

Jezdecká škola Reken nabízí pro zájemce nejrůznější kurzy, díky nimž se naučí ovládat koně během několika dnů. Metoda vychází a staví svůj program na pěti krocích či stupních teorie a praxe, se kterými je nutné adepta jezdeckví během výcviku seznámit. Jedná se o následující:

---

<sup>42</sup> Srov. KRÄMER, M. *Jezdeckví, základní kurz pro začátečníky*, s. 6–7.

## 1. Život koní

Tato část výcviku obsahuje lekce o chovu koní a péči o ně, teorii o vzniku a původu koní, historický vývoj jezdeckví, anatomii, zoologii, základy veterinární péče a fyziologie apod. Na tomto místě je zdůrazňován fakt, že by měl mít každý jezdec alespoň základní znalosti z oblasti chovu koní. Konkrétně, pokud bych měla citovat z knihy zabývající se uvedenou metodou, „*chov a péče o koně musí být pro každého jezdce na prvním místě, protože pouhé ježdění je pro šťastný život koně nedostačující.*“<sup>43</sup> Lekce obsahují informace o vhodných podmínkách pro chov koní, nutnosti pohybu ve výběhu s ostatními koňmi, o důležitosti péče nejen o fyzické, ale také o psychické zdraví. Tento bod tedy vychází z předpokladu, že jedině při splnění všech výše uvedených podmínek může mít kůň radost z práce s jezdcem. Dalo by se říci, že tento krok výcviku jezdce slouží k pochopení problematiky chovu koní a také může být výchozím informačním kanálem pro budoucí majitele koní.

## 2. Místo pro koně a jezdce

Uvedený krok spočívá v umožnění zajímavé a pestré výuky pro jezdce a také pro koně odpovídajícími tréninkovými způsoby. Je důležité dbát na všestrannou a rozmanitou náplň jezdeckých lekcí, a také především na pravidelnost tréninku bez ohledu na roční období a s ním související počasí. Tento bod v podstatě zdůrazňuje důležitost vhodného prostředí a zázemí pro uskutečňování jezdeckého výcviku.

## 3. Jezdec jako individuum

Jde o velice složitou část výcviku, která zahrnuje v podstatě veškerý jeho základ. Zohledňuje všechny účastníky jezdeckých lekcí (jezdec, cvičitel, kůň). Uvedený krok spojuje jednotlivé způsoby výcviku jezdců za pomoci nejrůznějších tréninkových a výcvikových pomůcek a metod. Za hlavní a nepostradatelnou pomůcku je považován dřevěný kůň, na kterém si jezdci nacvičují správný sed a rovnováhu před tím, než sednou na koně živého. Dalším účinným trenažérem je dřevěná kláda, na které je možné také nacvičovat rovnováhu, práce s otěžemi ve dvojici apod. (příloha č. 6). Při metodě Bruns-Behr je kladen větší důraz právě na individuální potřeby každého žáka, ale je také s úspěchem využíván faktor tzv. týmového ducha, který pomáhá motivovat k lepším efektům výcviku než při pouhých individuálních lekcích.

---

<sup>43</sup> SCHUMACHER, J., KRÄMER, M. *Reitenlernen mit allen Sinnen*. s. 47.

#### **4. Základní škola (výcvik) jezdce**

Zpočátku se všichni jezdci učí stejným základům (teoretickým i praktickým). Teorie o koních (viz krok 1) a péče o ně je stejná, ať už se potom jezdec rozhodne pro jakoukoli další jezdeckou disciplínu či specializaci. Také v počátečním výcviku jezdce se přistupuje ke všem adeptům víceméně stejně bez ohledu na výšku, tělesnou stavbu apod., lekce se pouze přizpůsobují např. délkou, náročností apod. V podstatě by se dalo říci, že kroky číslo 3 a 4 na sebe navazují a krok číslo 4 jen prohlubuje ten předchozí. Předpokládá také, že po absolvování tohoto kroku bude jezdec schopen si koně připravit na jízdu sám, po jízdě ho bude schopen odsedlat a ošetřit a bude mít i základní znalosti o jeho zdravotním stavu, případně rozezná, pokud by se zvířetem nebylo něco v pořádku.

#### **5. Kůň jako partner**

Poslední krok ve výcviku jezdce se soustředí především na koně. Zdůrazňuje situace, že v podstatě neexistuje od přírody špatný kůň. Špatného z něho dělá především člověk, který svojí neadekvátní a neodbornou péčí, chovem a výcvikem zvíře pokazí. Proto jsou právě teoretické znalosti tím základním a nejdůležitějším stavebním kamenem výcviku jezdce a praktické dovednosti jej doplňují.<sup>44</sup>

Detailní prostudování uvedené metody mne donutilo k hlubšímu zamyšlení nad výcvikovou koncepcí jmenované školy. Způsob, jakým je výcvik prováděn, je velmi dobře propracován. Postupuje od základů teorie, přes nácvik sedu, rovnováhy a jezdeckých pomůcek na trenažérech, až po výcvik a praktické použití předem procvičených pomůcek na živém zvířeti. Zcela jistě uvedený postup zvyšuje bezpečnost jezdců i koní, sebevědomí jezdců a také šetří koně tím, že na ně sedají lidé, kteří již zvládají základní sed a umí udržet rovnováhu.

Nedovedu si představit realizaci metody v praxi v České republice (i když se mnohé prvky využívají). Ze své zkušenosti mohu říci, že adepti jezdeckví chtějí pokud možno ihned sednout na koně, teorii o koních bohužel ve velké většině naprosto ignorují jako cosi zbytečného a nepodstatného a použití trenažérů by považovali za něco nedůstojného. Je to ovšem velká škoda. Stačilo by více osvěty či více propagace ze strany ČJF a je možné, že by se situace změnila.

---

<sup>44</sup> Srov. SCHUMACHER, J., KRÄMER, M. *Reitenlernen mit allen Sinnen*, s. 16–200.

## 5 Výsledky jezdeckého výcviku

Tato kapitola bude zahrnovat způsoby, jakými se dá ověřit výcvik jezdce. Některé již byly zmiňovány v předchozích kapitolách (zejména v kapitole 4.1 věnované základnímu výcviku jezdce a částečně také v kapitole 4.2 věnované vzdělávacímu systému Galop). Ráda bych zde podrobněji rozpracovala především první z nich, neboť je v současné době v ČR klíčovou metodou ověření výcviku a podle ní se v podstatě odvíjí celý jezdecký výcvik. Ostatní způsoby, které prokazují výsledky výcviku, zmíním pouze ve stručnosti.

### 5.1 Zkoušky základního výcviku jezdce

Zkoušky základního výcviku jezdce (dále jen ZZVJ) se konají pod hlavičkou ČJF. Po úspěšném složení zkoušek získá jezdec jezdeckou licenci, která ho opravňuje k účasti na oficiálních jezdeckých závodech pořádaných ČJF. Postupně si na základě držení jezdecké licence (a samozřejmě po splnění dalších předepsaných podmínek) může dále zvyšovat svoji kvalifikaci (instruktor, trenér, stavitel tratí a parkurů, rozhodčí).

Podmínky pro splnění zkoušek jsou nyní stanoveny tak, že jejich složení by mělo být zárukou určité jezdecké vyspělosti uchazeče.

ZZVJ se dělí podle zaměření na jednotlivé disciplíny (všeobecná licence, pony, spřežení, vytrvalost, specializovaná drezurní licence, reining) a kandidát musí splnit několik podmínek. Uvedu zde podmínky pro získání všeobecné licence, která je nejčastější. První z nich je dovršení 12 let věku uchazeče v roce plnění zkoušek. Dále musí prokázat praktické dovednosti a teoretické znalosti. Při praktické části zkoušky musí uchazeč prokázat dovednosti v jízdě na koni a zacházení s koněm. Tzn. musí umět vést a předvést svého koně, zajet správně a korektně předepsanou drezurní úlohu (viz příloha č. 7), překonat stanovenou trasu parkuru (viz příloha č. 7) a prokázat znalost bezpečného pohybu mezi více koňmi při opracovávání a přípravě koně na opracovišti před samotnou dílčí částí zkoušky. Uchazeč musí také splnit teoretickou část zkoušky,

kdy prokazuje znalosti z oblasti anatomie, fyziologie, zdravotvdy, krmení a ošetřování koní, první pomoc, bezpečnost jezdce a znalost pravidel a disciplín jezdeckého sportu. Na základě splnění všech uvedených požadavků je udělena jezdecká licence, která držitele opravňuje k účasti na oficiálních závodech pořádaných ČJF. Obdobné podmínky pro splnění a udělení licence jsou i u ostatních specializací.

Jak jsem již uvedla na začátku kapitoly, úspěšné složení ZZVJ a vlastnictví jezdecké licence opravňují ke vstupu do světa jezdeckého sportu a také otevírají možnosti dalšího vzdělávání v této oblasti.

V současné době jsou ZZVJ jedinou oficiální formou, kterou se v ČR ověřuje výsledek výcviku jezdce.<sup>45</sup>

## 5.2 Systém Galop

Systém má několik stupňů výcviku, přičemž stupeň 1 nazvaný „Stávám se jezcem“ předpokládá seznámení jezdce s jezdectvím, prostředím, jednoduchým ošetřováním koně a jeho základním ovládáním ze sedla. Znalosti a dovednosti mají být dále prohlubovány tak, aby se jezdec připravoval na složení dalších stupňů. Stupeň 4 by měl být v podstatě obdobou ZZVJ.

Jak jsem již uvedla v kapitole 4.2, systém má dobře vypracované klíčové kompetence, dle kterých by se mohl cvičitel řídit při plánování lekcí pro své svěřence. Výsledky by poté byly také dobře měřitelné, nejen mezi jednotlivými účastníky, ale i mezi stájemí. Také stupně zkoušek, které se skládají, jsou dobře porovnatelné. Stručně shrnuto: zavedení jmenovaného systému výcviku by bylo velkým přínosem.

Domnívám se, že je nutné zdůraznit, že při každém výcviku (ať se jedná o děti, mládež, dospělé či seniory), je nutné především ohodnotit a ocenit jakýkoli pokrok a snahu. Kladné ohodnocení vede ke zvýšení motivace a chuti k dalšímu výcviku, i když jezdec nehodlá skládat žádné z uvedených zkoušek.

---

<sup>45</sup> Srov. *Vzdělávání v ČJF* [online].

## 6 Případová studie

Pro ilustraci teorie popsané v předchozích kapitolách jsem si zvolila věkovou kategorii účastníků od 6 do 11 let (mladší školní věk), a to v podmínkách stáje Wagrann, z. s., ve které působím (více o jezdecké stáji v úvodu na str. 7). Uvedená věková kategorie má velké zastoupení účastníků. Lekcí se účastní v největší míře děvčata, která v genderovém složení frekventantů stáje převažují.

Jedná se pouze o zkrácený nástin z praxe, protože detailní rozbor výcviku ve všech skupinách adeptů jezdeckví by mohl být obsahem samostatné práce.

### 6.1 Koncepce jezdeckého vzdělávání

Koncepce jezdeckého vzdělávání jezdecké stáje se odvíjí od stanov, ve kterých je určeno, co je posláním jezdecké stáje, tzn. poskytování podmínek pro zapojení členů do sportovních aktivit spojených především s jezdeckvím. Jelikož se ale v současné době stále více hovoří o špatných pohybových návycích a schopnostech a malé fyzické aktivitě dětí a mládeže, snaží se stáj nabízet kromě jezdeckví také další sportovní aktivity (pěší či cyklistické výlety, závody na kolečkových bruslích apod.). Jak je uvedeno v kapitole 2, cílem jezdecké stáje je naučit členy hodnotně vnímat svůj volný čas a rozvíjet nejen fyzické, ale také duševní schopnosti. Snahou také je, aby se stáj stala místem setkávání členů, navazování kamarádských vztahů mezi nimi a také místem, kde mohou trávit volný čas společně rodiče i děti (zejména při pořádaných akcích a výletech).

## 6.2 Příprava výuky jezdeckví

Příprava výuky spočívá v rozpisu plánu jednotlivých lekcí, personálním zabezpečení, skladbě účastníků lekcí, v přípravě pomůcek, vybavení apod. Protože je popisovaná vzorová věková kategorie charakteristická právě navazováním kamarádství, je dobré plánovat výcvik ve skupině (vhodná a optimální je skupina 2 až 3 dětí).

V projektové fázi má cvičitel vypracované plány jednotlivých lekcí, které jsou v tištěné podobě a jsou k dispozici cvičiteli i jeho pomocníkům. Ilustrační plán konkrétní výukové lekce je uveden v příloze č. 7. Pokud jsou plánovány pro výuku nějaké další pomůcky, např. kužely pro výuku zatáčení, je nutné je předem rozmístit po jízdárně. Pokud bude potřeba lonž a lonžovací bič, je nezbytné mít obě pomůcky připravené k použití, protože během lekce není možné opustit prostor jízdárny a nechat dítě bez dozoru. Také je důležité mít připravené bezpečnostní pomůcky, kterými jsou jezdecká helma a vesta. Bez jmenovaných ochranných prvků nemůže dítě usednout na koně.

Dalším faktorem, který je třeba naplánovat, je personální zajištění. Alespoň jeden pomocník na skupinu 2 až 3 dětí je dostačující. Cvičitel si s ním vždy před zahájením lekce probere plán výuky, upřesní stupeň pokročilosti adeptů, upozorní na případné slabé stránky každého jezdce apod.

Nutno zdůraznit, že se plány často mohou měnit, např. z důvodu schopností jednotlivých dětí, konkrétního rozpoložení účastníků (ať už je to únava ze školy, špatná známka apod.). Nemá žádný smysl, trvat bezpodmínečně na splnění stanoveného cíle pro danou hodinu. Je vždy lepší, když bude účastník spokojen s dosažením jen dílčí části cíle, než aby se lekce ukončovala neúspěchem a zklamáním. Tato situace by byla demotivující.

Velmi důležité je při plánování lekcí také zařazování přestávek, např. po nácviku určitých cviků. Přestávky jsou odдыхem jak pro jezdce, tak také pro koně, jelikož i pro něho je často fyzicky i psychicky náročné spolupracovat a reagovat na (někdy ne zcela jasné a zřetelné) povely jezdce.

Při plánování jezdeckých lekcí je také velice důležitá volba správného koně pro konkrétního jezdce a pro požadovaný druh výcviku. Mám opět ze své praxe vyzkoušeno, že některé děti raději koně střídají, jiné si oblíbí jednoho a jsou rády, když mohou trénovat pouze na něm. Ne vždy je přání dětí možné splnit (např. zranění koně, obsazenost a vytíženost koně apod.).

Jak jsem již uvedla v úvodu kapitoly, plány je důležité připravovat a vypracovávat, ale právě z důvodu práce s živými tvory je často nutná a nezbytná změna předem stanoveného plánu.

### 6.3 Jezdecký výcvik

Výcviková lekce dítěte začíná vždy pozdravením se s cvičitelem a ostatními účastníky (pro lepší spolupráci a komunikaci a odbourání formalit, máme ve stáji zavedenou formu „tykání“ i s dospělými členy). Tento způsob komunikace velice dobře funguje a děti lépe komunikují. Po přivítání s lidmi se jdou děti pozdravit také s připravenými koňmi. (Z důvodu bezpečnosti si děti nevodí koně z výběhu či stáje samy, ale jsou jim přivedeny).

Já osobně jsem si s dětmi zavedla systém, kdy se jich při příchodu zeptám, jak se měly, jak se cítí a podle jejich reakcí uzpůsobuji práci. Mám u konkrétních účastníků prověřeno, že pokud uvedeným způsobem začneme naši spolupráci, lekce bude efektivní, přínosná a příjemná pro obě zúčastněné strany a dítě si odnese dobrý pocit a chuť do další práce.

Po počátečním zahájení následuje vyčištění a péče o koně. Je důležité děti naučit, že je nutné si koně před ježděním vyčistit a připravit. Právě při čištění se nejlépe navazuje kontakt s živým zvířetem a zároveň se učí zodpovědnosti a povinnosti. Po vyčištění koně je kuň nasedlán. Opět využíváme pomoci dítěte, např. přinesením uzdečky, podsedlové dečky, popř. sedla (pokud je dítě dostatečně velké, aby sedlo uneslo). Během sedlání také často opakujeme již naučené názvosloví jednotlivých částí sedla, uzdečky nebo částí těla koně. Poté se dítě ustrojí do bezpečnostní helmy, vesty, případně dooblékne další části vybavení (rukavice, chapsy apod.). Cvičitel zkontroluje správnost nasazení a zapnutí bezpečnostních pomůcek. Po kontrole následuje zahájení výcviku dle stupně pokročilosti jezdce.

Jak jsem již uváděla v kapitole 6.2, snažíme se vést výcvik podle stanoveného plánu (pokud nám situace a okolnosti dovolí). Pokud ne, volíme vždy alternativu dle potřeby a zkušeností. Je důležité, pokud se např. dítě bojí, zařazovat různé cviky pro odbourání strachu (např. ndržení se sedla, vyndání nohou ze třmenů apod.) a volit



hodného a klidného koně. V případě strachu volíme pouze vodění koně a pomalejší práci s jezdcem.

Při skupinové výuce je důležité personální zajištění (viz kapitola 6.2). Alespoň zpočátku výcviku je důležitá přítomnost nejen cvičitele, ale také jeho pomocníka. Pomocníkem může být starší člen stáje (mnohdy je tato varianta pro děti lepší), z hlediska určitého vzoru, čeho mohou dosáhnout, snaží se s ním identifikovat (učení identifikací) a snaží se jezdit jako on, což souvisí s motivací. Uvedený pomocník např. ukazuje jednotlivé cviky, pomáhá dohlížet na bezpečný pohyb dětí mezi koňmi při péči o ně apod.

Po absolvované lekci si ještě zhodnotíme, co se nám povedlo, co nepovedlo a na co si musí jezdec dávat větší pozor. Poté odvedeme společně koně na určené místo a odsedláme ho. Po odsedlání si každý jezdec vyčistí svého koně, zkontroluje, zda se během lekce nezranil, odmění ho pamlskem a společně zvíře odvedeme do výběhu nebo do stáje. Potom uklidíme postroje a věci, které jsme během lekce používali. Po splnění všech povinností (po rozloučení s cvičitelem a ostatními účastníky) může dítě odejít domů.

Někdy se také stává, že děti dostávají tzv. „domácí úkoly“, např. zopakovat si názvosloví určitého jezdeckého vybavení nebo částí těla koně, nebo si na příští setkání připravit např. knihu, kterou má doma o koních a přinést ji s sebou. V knize si ukážeme např. části koně a opět je porovnáváme se skutečností apod.

V mnohaleté praxi se nejvíce osvědčil způsob učení nápodobou, který při výuce hodně využíváme. Pro děti je snazší cvičitelem požadované cviky odpozorovat, např. od zkušenějšího jezdce nebo pomocníka, a teprve potom se je snažit provést. Dalším již zmíněným způsobem učení je identifikace. Často se setkávám především u mladších jezdců s přáním umět jezdit na koni zrovna tak, jako někdo jiný (starší, zkušenější). Děti chtějí takového člověka co nejlépe a nejdříve napodobit. Uvedený způsob učení úzce souvisí s motivací.

Aby získané poznatky a dovednosti zůstaly co nejdéle zafixované u malých jezdců, připravujeme pro ně také různé hry, soutěže, testy s probranou jezdeckou tematikou. Formou hry se tak snažíme o upevnění nabytých znalostí a dovedností.

## 6.4 Výsledek jezdeckého výcviku

Výsledkem jezdeckého výcviku popisované kategorie se rozumí, jak dítě dovede o koně pečovat, co o koni a jezdeckém sportu ví, jak dovede na koni sedět (důraz na korektní sed, správnou polohu nohou ve třmenech, správné držení otěží). Dále se posuzuje schopnost jezdce dávat koni pobídky, na které je kůň schopný adekvátně reagovat, např. zda dokáže koně rozejít, zastavit, zatočit apod. Ve vyšším a pokročilejším stupni výcviku se hodnotí, zda jezdec dokáže koně naklusat, z klusu přejít do kroku, z kroku opět do klusu, zastavit ve stanoveném bodě, zatočit, udržet koně ve správném tempu a v odpovídajícím směru atd.

Již během výcviku stavíme různé trasy k projetí (v podstatě obdoba disciplín Pony Games), kde musí jezdec projet s koněm např. slalom, přenést předmět na určené místo apod. U pokročilejších jezdců na určeném místě koně naklusat, zastavit, rozejít apod. K dalšímu prověření stupně získaných dovedností slouží také malé stájové závody, které pro účastníky lekcí pořádáme. Jedná se o různé druhy soutěží pro všechny kategorie jezdců. Pro nejmenší a méně zkušené jezdce (jedou vždy za doprovodu vodiče, který koně vede nebo jde u něho pro případ potřeby) se jedná o jízdu zručnosti. Při jmenované jízdě zručnosti plní jezdec ze sedla nejrůznější úkoly, např. přenesení předmětu, strefení se míčkem do terče, shzení co největšího počtu kuželek apod. Pokročilejší jezdci tuto trasu zvládnou již bez vodiče. Zkušenější a více pokročilí jezdci mohou jet předepsanou drezurní úlohu či parkur stanovené výšky, kterou jsou schopni díky stupni výcviku a získaným zkušenostem zvládnout. Snažíme se vždy o maximální zajištění bezpečnosti všech zúčastněných.

Uvedené závody bývají oblíbené a jsou dobrou příležitostí pro setkání účastníků jezdeckých lekcí, pro porovnání získaných dovedností a předvedení rodičům a prarodičům, co se děti naučily a jsou také dobrým motivačním faktorem, kdy mohou mladší či méně zkušenější jezdci vidět, čeho mohou při docházce a tréninku dosáhnout.

I po ukončení závodů klademe důraz na ošetření a péči o koně, aby jezdci získávali smysl pro odpovědnost za svěřené zvíře, který ještě není v uvedené věkové kategorii, plně rozvinut. Z vlastní zkušenosti ale mohu podotknout, že právě návštěva stáje a péče o koně rozvoj smyslu pro odpovědnost podporuje.

Na závěr popisované vzorové kategorie bych chtěla uvést skutečnost a poznatek, ke kterému jsem během zpracovávání své práce a díky prostudování uvedených

materiálů dospěla: Během výcviku našich svěřenců se z velké části řídíme a postupujeme dle Charty jezdce (příloha č. 3) a často využíváme prostředky a pomůcky z uvedených výcvikových metod (metoda ČJF, Galop, Pony Games). Vždy je ale při jezdeckých lekcích na prvním místě bezpečnost koně i jezdce a dobrý pocit ze společně vykonané práce (byť bychom splnily stanovený cíl jen z části).

## Závěr

Cílem mé práce bylo analyzovat jednotlivé činitele volnočasového výcviku jezdeckví, přičemž jako osnova pro tuto analýzu sloužila teorie forem kurikula, a to od formy koncepční až po formu vzdělávacích výsledků. Jednotlivé formy jsem dále ilustrovala pomocí případové studie jezdecké stáje, ve které sama působím. V popisované studii jsem si zvolila konkrétní kategorii účastníků a rozpracovala jezdecký výcvik. V příloze č. 7 jsem zároveň uvedla plán vybrané výukové lekce, podle které se při výcviku řídíme. Jak jsem již zdůrazňovala, plán jednotlivých lekcí je vytvořen, ale nezřídka je nutné ho z nejrůznějších důvodů pozměnit (počasí, únava dítěte apod.).

Během zpracovávání práce jsem zjistila, že celá řada současných metod koncepčně vychází z historických vojenských předpisů pro kavalerii (H. Dv. 12, Kavalerijní školy v Hannoveru aj.). Kladla jsem si otázku, zda vůbec lze provozovat jezdeckví jako volnočasovou aktivitu bez řádného systému výcviku a s tím spojeného pevného režimu, kázně a drilu. V určitém smyslu ne. Vždy, pokud má cvičitel adepty jezdeckví cokoli řádně naučit, musí od nich vyžadovat pevnou vůli, snahu, velké nasazení a ochotu vynaložit pro realizaci svého snu větší úsilí než jen účast a spolupráci během jezdecké lekce (např. formou samostudia teorie, aktivního zájmu a vyhledávání studijních materiálů, pozorováním ostatních pokročilejších jezdců apod.).

Jako aktivitu bez jakékoli větší a hlubší zainteresovanosti bych mohla uvést v současné době hodně populární letní dětské tábory u koní, ať už pobytové nebo příměstské. Zde se děti nezávazně setkají s koňmi a jezdeckvím a neočekává se od nich nic jiného než strávení volného času v přítomnosti koní. Potom, pokud se jim pobyt na táboře líbil a chtějí ve zvoleném zájmu pokračovat, volí jezdeckou stáj, která výcvik nabízí. Zde už se ovšem setkávají s realitou, že je od nich vyžadována přinejmenším kázeň, disciplína a větší zájem, resp. vůle překonávat určité obtíže.

Během zpracovávání své práce jsem také našla velké rezervy v oblasti volnočasového jezdeckví v České republice oproti sousedním zemím (Německo, Rakousko), které uvedené problematice věnují větší pozornost a soustřeďují ji pod své jezdecké federace. Cvičitelé tak mají větší oporu při výuce, protože mají dostupné tolik

potřebné vzdělávací materiály. Domnívám se, že by se situace mohla změnit se zavedením a rozšířením vzdělávacího systému Galop, který by mohl přinést větší sjednocení výuky, resp. systematictější přístup k výuce. Pro rozvoj jmenovaného systému by ale byla potřeba větší podpora ze strany ČJF (např. rozeslání vzorových učebních materiálů, uspořádání informačních školení apod.) a propagace systému do jezdeckých stájí. Zároveň z prostudovaných materiálů vidím, že pokud by měl být udržen a zvýšen standard výuky, bylo by bezpodmínečně nutné pedagogické vzdělání cvičitelů. Tento krok nebude jednoduchý (časová náročnost studia, nedostatek vůle ze strany stávajících cvičitelů apod.).

Jelikož se výuka jezdeckví řadí do psychomotorické oblasti, která spočívá v osvojování dovedností při tělesném pohybu, je pro dosažení cílů důležitá soustavnost a nepřerušovanost. Jedině tak může být dosaženo stanovených cílů. Cíle ale musí být stanoveny optimálně, a jelikož se jedná o spolupráci dvou individualit, jakými jezdec a kůň jsou, často je nutné cíle a plány jednotlivých lekcí upravit dle situace a okolností.

Jak jsem uvedla v úvodu své práce, ze statistik je patrný rozvoj zájmu o jezdeckví u všech věkových kategorií. Nejvíce zájemců je z řad dětí a mládeže, postupem věku se počty adeptů mírně snižují. Nicméně v řadách jezdeckých žáků můžeme nalézt také dospělé jedince či osoby v seniorském věku, kteří si uvedenou aktivitu chtějí také vyzkoušet. Z praxe vím, že s dospělými adepty už v metodických materiálech není počítáno v České republice vůbec (např. na rozdíl od Rakouska a Německa). Jmenované země mají vypracované metodiky a příručky i pro výcvik dospělých jezdců, což může značně ulehčit práci cvičitelům.

Domnívám se, že by se jezdecký sport do budoucna mohl těšit ještě většímu zájmu širší veřejnosti zejména díky pořádání mezinárodních závodů série Global Champions League – Global Champions Prague Playoffs v roce 2018 (v letošním roce se též v Praze koná další ročník zmiňovaných závodů). Tato velkolepá přehlídka mezinárodních účastníků může inspirovat a motivovat diváky k většímu zájmu o jezdecký sport. Nikdo z budoucích adeptů si ale nedokáže představit, že za úspěchy dvojice jezdců a koní a za nádherou tohoto sportu se skrývají roky tvrdé práce a také nemalé finanční náklady. Tato krása může být právě inspirací pro vyzkoušení tohoto druhu záliby. Když se poté adepty jezdeckví setkají, byť jen s nepatrnou částí uvedených požadavků, které od nich budou vyžadovány i ve volnočasovém jezdeckví, jsou nemile zaskočeni a často od tohoto druhu aktivity ustoupí. Důležité je, aby cvičitelé byli

schopni zájemcům hned z počátku vysvětlit všechna pozitiva, ale také negativa zvolené aktivity (ať se již jedná o disciplínu, kázeň, soustavnost docházky apod.).

V této bakalářské práci jsem se nezabývala problematikou efektů jezdeckého výcviku. To znamená, zda adepti u jezdeckví zůstanou, zda si ho zvolí jako obor svého dalšího studia, či dokonce povolání, jak se jezdeckví jako volnočasová vzdělávací aktivita dlouhodoběji promítá do životního stylu jednotlivců i skupin lidí. Popis uvedené fáze by byl velmi zajímavým námětem pro navazující závěrečné práce. Vhodný by byl např. sociologický průzkum jednotlivých stájí, který by např. ukázal, jaký počet adeptů v jezdeckví vytrvá dlouhodoběji. Domnívám se, že by se mohlo jednat o velice zajímavé ukazatele. Ze své zkušenosti vím, že u uvedeného zájmu zůstává jen malý počet účastníků a jako zaměření pro své studium či další život si ho zvolí jen málokdo. Jde o práci sice hezkou, ale časově, fyzicky a mnohdy i psychicky náročnou.

Na úplný závěr své bakalářské práce bych ráda uvedla úryvek z knihy Hollého,<sup>46</sup> kterým se po celou dobu své práce cvičitele řídím a jehož podstatu se snažím vštěpovat i svým adeptům jezdeckých lekcí. *„Za všechno se platí a za nejkrásnější pohled na svět, kterým pohled ze sedla ušlechtilého zvířete nesporně je, se platí taktéž. Platí se hlavně úsilím. Bez obětování času, ale často i peněz, bez sebezapření a snášení nepohodlí a zpočátku i bez jezdeckých bolestí se to asi nedá. Jako většina skutečně cenných věcí v životě, ani výuka ježdění není zpočátku příjemná a často představuje pro nadšeného adepta, který zná ježdění převážně z televizní obrazovky, i zklamání. (...) Záleží na mnoha okolnostech vnějších, ale i takových, které sídlí v člověku samotném. Na pohybovém nadání, na smyslu pro rytmus, na nedefinovatelném talentu pro komunikaci s koněm a na mnoha dalších attributech. Nejpodstatnější je však vůle. Kdo má dostatek vůle, dosáhne svého cíle. Možná jeho cesta nebude tak hladká jako cesta někoho jiného. Možná nebude tak krátká jako u tělesně nadanějšího člověka. Pokud však bude skutečně chtít, jezdit se naučí. Nezáleží na jeho věku, pohlaví, tělesné hmotnosti, dokonce často ani na zdraví. Jezdeckví poskytuje možnost každému.“* Já bych ještě doplnila, že se k tomu všemu musí najít vhodná stáj, cvičitel a kůň.

---

<sup>46</sup> HOLLÝ, K. *Jezdeckví pro samouky*, s. 7.

## Seznam literatury

### Literatura

- AUTY, I. *The BHS Manual for Coaching and Teaching Riding*. 3. vyd. Shrewsbury: Kenilworth Press, 2011. ISBN 9781905693450.
- ČJF. *Jezdecký průvodce Galop 1*. Praha: ČJF, 2018. ISBN 978-80-906850-1-7.
- ČJF. *Jezdecký průvodce Galop 2*. Praha: ČJF, 2018. ISBN 978-80-906850-2-4.
- ČJF. *Jezdecký průvodce Galop Pony*. Praha: ČJF, 2018. ISBN 978-80906850-31.
- HÁJEK, B.; HOFBAUER, B.; PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. 2. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-802-6200-307.
- HARTLEY, E., E. *Obrazová encyklopedie koní: [nejvýznamnější světová plemena, jejich historie a moderní užití]*. Praha: Cesty, 1995. ISBN 80-718-1060-6.
- HOLLÝ, K. *Jezdectví pro samouky*. Ostrava: Montanex, 2003. ISBN 80-7225-105-8.
- KÖNIG-BUNK, I. *Jízda na koni: bezpečně v sedle*. Praha: Knižní klub, 2014. ISBN 978-802-4242-132.
- KRÄMER, M. *Jezdectví: základní kurz pro začátečníky*. Praha: Vašut, 2017. ISBN 978-807-2369-997.
- LINHART, K.. *Léčba koněm, Jezdectví*, 2009, č. 7.
- MAHLER, Z. *Člověk a kůň*. České Budějovice: Dona, 1995. ISBN 80-854-6352-0.
- MAŇÁK, J.; JANÍK, T; ŠVEC, V. *Kurikulum v současné škole*. Brno: Paido, 2008. ISBN 978-807-3151-751.
- MICKLEM, W. *Příručka jízdy na koni*. Praha: Knižní klub, Universum, 2004. ISBN 80-242-1226-9.
- PRŮCHA, J. *Moderní pedagogika*. 2. přeprac. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-717-8631-4.
- SCHUMACHER, J.; KRÄMER, M. *Reitenlernen mit allen Sinnen*. Stuttgart: Kosmos, 1999. ISBN 3440077357.

- SKALKOVÁ, J. *Obecná didaktika: vyučovací proces, učivo a jeho výběr, metody, organizační formy vyučování*. 2. vyd. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-802-4718-217.
- SOUKAL, F. Jezdí celá rodina. *Jezdectví*, 2008, č. 8, s. 15.
- SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*. 2. vyd. Praha: Karolinum. 2008. ISBN 978-802-4613-581.
- TETTENBORN, M. *Škola jezdeckví*. Praha: Svojtka a Vašut, 1996. ISBN 80-718-0142-9.
- VACÍNOVÁ, M.; LANGOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. 2. vyd. Praha: Československý spisovatel, 2011. ISBN 978-807-4590-146.
- VALIŠOVÁ, A.; KASÍKOVÁ, H. *Pedagogika pro učitele*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-802-4717-340.
- VENCOUR, I. *Učební texty pro školení a zkoušky cvičitelů jezdeckví*, Praha: ČJF. 1997.
- WALLACE, J. *Teaching children to ride*. 7. vyd. Shrewsbury: Kenilworth Press, 2013. ISBN 9781872119434.
- WEBBER, T. *Mounted Games*. Shrewsbury: Kenilworth Press, 2013. ISBN 1-872082-60-2.

### Internetové zdroje

- Česká jezdecká federace [online]. Praha: ČJF, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW: <http://www.cjf.cz>.
- ČJF, *Vzdělávání v ČJF* [online]. Praha: ČJF, 2017 [cit. 2019-02-11]. Dostupné na WWW: [http://www.cjf.cz/files/stranky/vzdelavani/dokumenty-vzdelavani/2017\\_vzdelavani%2520dokument%2520-%2520aktualizace%25201.5.17.pdf](http://www.cjf.cz/files/stranky/vzdelavani/dokumenty-vzdelani/2017_vzdelavani%2520dokument%2520-%2520aktualizace%25201.5.17.pdf)
- ČJF, *Vzdělávání v ČJF*. [online]. Praha: ČJF, 2019 [cit. 2019-02-15]. Dostupné na WWW: <http://www.cjf.cz/files/stranky/vzdelavani/dokumenty-vzdelani/2019/Aktuální dokument vzdelavani2019 pracovni verze.pdf>
- Jezdecká stáj Alfa. [online]. Dostupné na WWW: <http://www.stajalfa.wz.cz/>.
- Jezdecký informační systém ČJF: *Subjekty*. [online]. Praha: ČJF [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW: <https://www.jezdectvi.org/subjekty>.
- Jezdecký klub Horse Mane. [online]. Dostupné na WWW: <https://www.jezdecky-klub.cz/>.
- Jezdecká stáj Rpety. [online]. Dostupné na WWW: <http://www.jk-rpety.wbs.cz/>.
- Jezdecký klub Šerm. [online]. Dostupné na WWW: <http://www.jezdectvo.cz/>.



*Německá jezdecká federace*. [online]. Pferd-aktuell, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW: <<https://www.pferd-aktuell.de/breitensport/>>.

*Pony games*. [online]. stránky Pony Games, [cit. 2019-02-13]. Dostupné na WWW:<[www.pony-games.cz/predstaveni/pony-games-v-kostce/](http://www.pony-games.cz/predstaveni/pony-games-v-kostce/)>.

*Rakouská jezdecká federace*. [online]. OEPS, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.oeps.at/main.asp?VID=1&kat1=92&kat2=600>>.

*Reitvorschrift*. [online]. historické dokumenty, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW:<<https://www.kavallerieverband.de/wissen/historische-literatur/>>.

*Seznamte se s vzdělávacím systémem Galops*. [online]. Jezdci, [cit. 2019-02-13]. Dostupné na WWW:<<http://www.jezdci.cz/clanky/Seznamte-se-s-vzdelavacim-systemem-Galops/>>.

*Slovenská jazdecká federácia* [online]. SJF, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW:<<http://www.sjf.sk/discipliny/>>.

*Stanovy jezdecké stáje Wagrann* [online]. Dostupné na WWW: <<https://or.justice.cz/ias/content/download?id=c00506fc57a24b39a4bfe6a3dc0a6f7c>>.

*System podpory sportu a vzdělávání v rámci ČJF* [online]. Praha: ČJF, [cit. 2018-12-25]. Dostupné na WWW: <<http://www.cjf.cz/vzdelavani/system-podpory-sportu/>>.

## Seznam příloh

Příloha č. 1: Bezpečnostní pravidla jezdecké stáje.....	I
Příloha č. 2: Rozpis jezdeckých lekcí (zkrácený vzor).....	II
Příloha č. 3: Charta jezdce.....	IV
Příloha č. 4: Některé disciplíny Pony Games.....	V
Příloha č. 5: Bruns-Behr Metoda – používané trenažéry pro jezdce.....	VI
Příloha č. 6: Drezurní úloha a parkur pro ZZVJ.....	VIII
Příloha č. 7: Plán pro jezdeckou lekci.....	IX

## Přílohy

### Příloha č. 1: Bezpečnostní pravidla jezdecké stáje

#### Bezpečnostní pravidla pro pobyt u koní<sup>47</sup>

- 1) Pohyb u koní a ve stáji je možný jen za přítomnosti cvičitele nebo osoby jím pověřené.
- 2) Ve stáji se musí každý chovat klidně, nekrmit koně bez vědomí cvičitele nebo osoby jím pověřené, není dovoleno běhat, křičet, házet předměty apod.
- 3) Před vstupem je nutné navázat kontakt s koněm jeho oslovením, potom je teprve možné k němu bezpečně přistoupit.
- 4) Při krmení koně rukou je důležité stát u hlavy po boku koně, prsty ruky, kterou je krmen, musí být natažené.
- 5) Při vodění koně nesmí být vodítka namotaná na ruce, jen volně držena v ruce. Při vedení jde vodič po levé straně koně.
- 6) Při jízdě na koni musí mít jezdec vždy ochrannou helmu a jezdec mladší 18 let také bezpečnostní ochrannou vestu. Důležitá je také pevná obuv s hladkou podrážkou. Oděv bude vhodně zvolen v závislosti na počasí.
- 7) Dodržovat přísný zákaz kouření a konzumace alkoholu v celém jezdeckém areálu.
- 8) Pokud nebude cokoli jasné, nebojte se obrátit buď na cvičitele nebo na osobu jím pověřenou.

---

<sup>47</sup>Pravidla bezpečnosti JS Wagrann, z.s.

## **Příloha č. 2: Rozpis jezdeckých lekcí (zkrácený vzor)**

### **Plán výcviku jezdce**

#### **Vzorový rozpis a plán několika vyučovacích lekcí**

Plán je rozdělen na 4 období. V každém z nich by měl jezdec získat určité předem stanovené znalosti a dovednosti. Předpokládaný rozsah výukových lekcí je 2 jezdecké lekce v týdnu. Cílem jezdeckého výcviku je získat pevný sed a dokázat ovládat koně ve všech jeho chodech.

#### **I. období**

Cíle:

- Získat základní znalosti o koni (zacházení s koněm, chování ve stáji, přístup ke koni, napájení, krmení, čištění)
- Seznámit jezdce s prostředím a jezdeckým postrojem (uzdění, sedláni, ošetřování postrojů)
- Naučit se vodit koně, nasedat, sesedat, předvádět koně na ruce
- Naučit se sedět v kroku, klusu, používat správné pobídky a pomůcky
- Naučit se částečně ovládat koně, získat uvolněnost v sedle

#### **Týden 1.**

Cíl: Seznámit jezdce s prostředím.

1. hodina: Jezdec se dostaví na jízdárnu, kde probíhá výcvik pokročilejších jezdců. Předvedou se názorně druhy jednotlivých sedů, pobídky pro jednotlivé chody, důležitost pozornosti a soustředěnosti jezdce, druhy chodů koní. Jezdec se krátce seznámí s druhy zbarvení koní.
2. hodina: Provedení jezdce stáji, upozornění na koně s případnými zlovyky (kousání, kopání apod.), ukázat, kde se nachází sedlovna. Předvedení sedláni a uzdění koní, ukázání krmení koní.

#### **Týden 2.**

Cíl: Naučit jezdce sedlat a uzdit, bezpečný přístup ke koni, vyvádění a vodění koně, nasedání a sesedání. Zdůraznění správného sedu.

1. hodina: Oslovení koně a rázný přístup ke koni, ošetření koně, položení sedla a jeho lehké dotažení. Naučit jezdce dotahovat sedlo až na jízdárně z důvodu možné strnulosti a odporu koně vůči sedlu. Při uzdění koně upozornit na možné chyby a vyvarování se chyb, které mohou mít za následek např. poranění či odřením koně. Vyvedení koně ze stáje, provedení, dotažení sedla. Úprava délky třmenů. Nácvik nasednutí, sesednutí. Nácvik správného sedu (poloha holeně, kolen, paty a chodidla). Několikrát nasednout, sesednout, zaujmout správnou a korektní polohu v sedle. Sesednutí, odvedení koně do stáje. Odsedlání, úklid postrojů, vyčištění koně po jízdě.
2. hodina: Příprava koně před lekcí, nasedlání, nauzdění, vyvedení ze stáje, příchod na jízdárnu. Přezkoušení délky třmenů, nasednutí. Vysvětlení pobídky k rozejití koně, vykročení. Jezdec na lonži – prostocviky ke zlepšení koordinace pohybů a uvolnění těla (předpažení, vzpažení, kroužení pažemi, vytáčení trupu do stran, kroužení nohama v kotníku apod.). Úprava sedu (poloha holení, paty, chodidla) v kroku. Zastavení, sesednutí, úprava třmenů po sesednutí, odvedení koně do stáje. Odsedlání, úklid postrojů, vyčištění koně.

První období čítá 20 týdnů. Pokud jezdec absolvoval uvedených 40 hodin v prvním období výcviku, měl by být schopen koně nacválat a být v souladu s pohybem koně ve všech jeho chodech.

Druhé období se skládá opět z 20 týdnů (40 lekcí). Cvičitel by měl dbát na zdokonalování sedu a dávání pomůcek k jednotlivým cvikům. Je možné zařadit také jednodušší vyjížďky do terénu.

Třetí období se skládá cca ze 7 týdnů, kdy by měl jezdec začít s jednoduchým překonáváním kavalet na zemi a je zahrnována jízda v terénu ve všech chodech.

Poslední období předpokládá zdokonalování jezdců a opakování a procvičování všech získaných znalostí a dovedností. V tomto období je také možné začít s výběrem jezdců pro specializaci na určitou disciplínu.<sup>48</sup>

---

<sup>48</sup> Srov. ČJF, *Učební texty pro školení a zkoušky cvičitelů v jezdectví*, s. 37–45.

# CHARTA JEZDCE

## FRANCOUZSKÉ JEZDECKÉ FEDERACE

### RESPEKTUJI SVÉHO PONÍKA/KONĚ

- ▶ Snažím se ho poznat a porozumět mu.
- ▶ Věnuji dostatek času péči o něj.
- ▶ Učím se o něj pečovat tak, aby byl zdravý a spokojený.
- ▶ Zůstávám klidný, nejsem nikdy hrubý.
- ▶ Respektuji ho za každé situace

### RESPEKTUJI OSTATNÍ A CHRÁNÍM ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

- ▶ Jsem zdvořilý ke svému učiteli, k ostatním jezdcům a ke všem lidem, které potkám v klubu.
- ▶ Dodržuji pravidla svého klubu, pravidla hry a pravidla bezpečnosti v sedle i na zemi.
- ▶ Při jízdě venku dodržuji pravidla silničního provozu a respektuji všechny ostatní účastníky provozu.
- ▶ Chráním přírodu, šetřím vodou a energiemi.
- ▶ Neplýtvám a třídím odpad.
- ▶ Dávám pozor na svěřené vybavení a vždy ho uklidím.

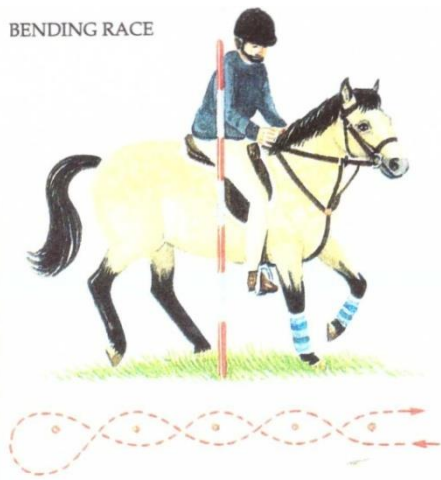
### DODRŽUJI SPORTOVNÍ HODNOTY

- ▶ Uvědomuji si svou objektivní úroveň.
- ▶ Pravidelně a svědomitě trénuji, abych se zlepšoval.
- ▶ Dodržuji pravidla a respektuji rozhodčí a ostatní závodníky.
- ▶ Nepřetěžuji sebe ani svého poníka/koně.
- ▶ Odmítám doping.
- ▶ Jednám fair-play za všech okolností.

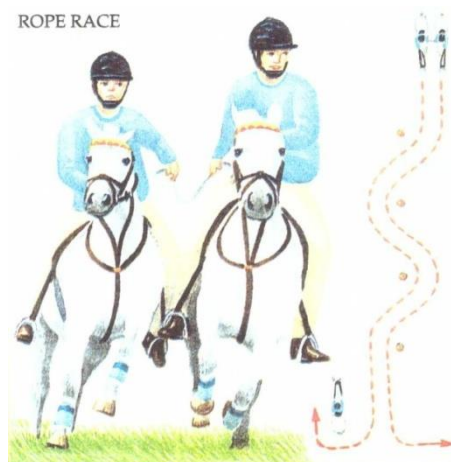
<sup>49</sup> FFE, *Jezdecký průvodce Galop Pony*, s. 2.

## Příloha č. 4: Některé disciplíny Pony Games<sup>50</sup>

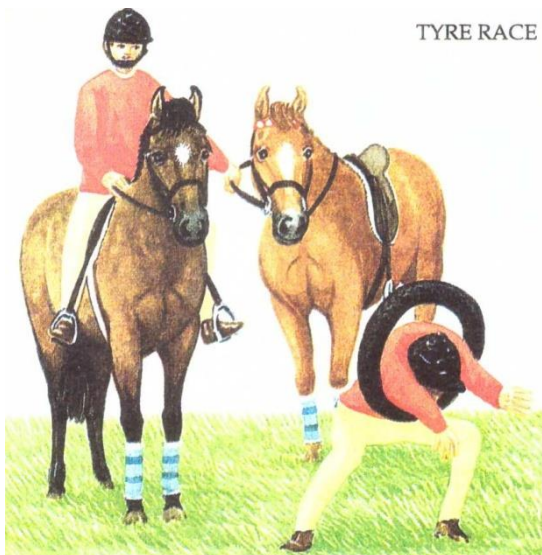
BENDING RACE



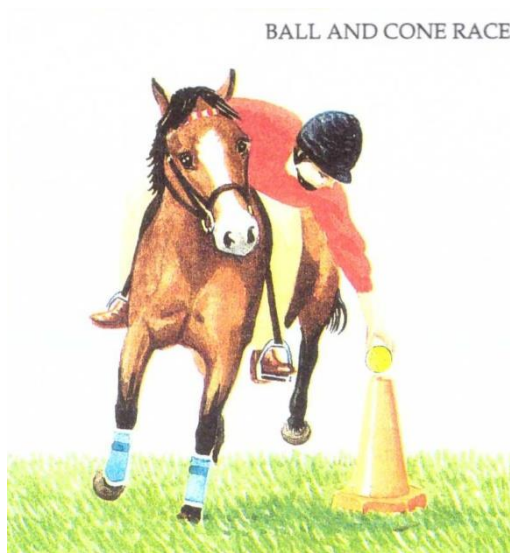
ROPE RACE



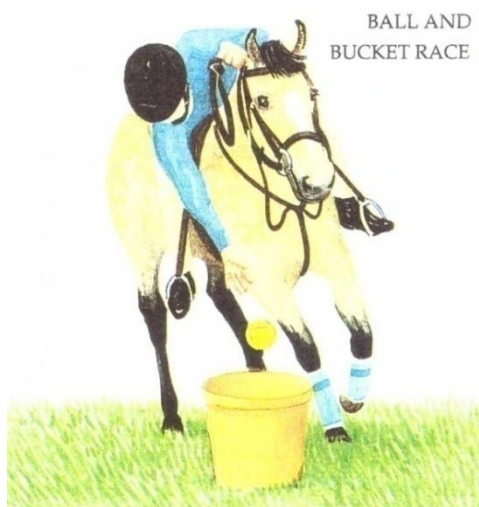
TYRE RACE



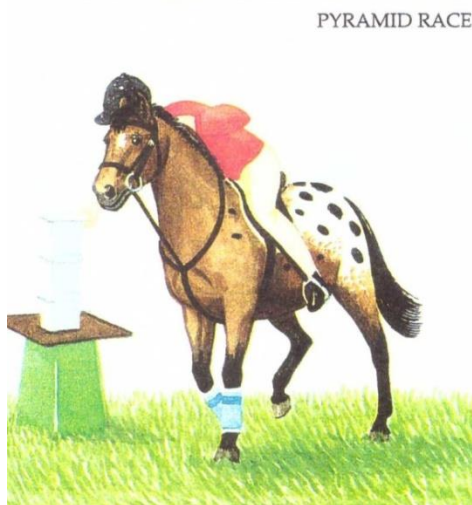
BALL AND CONE RACE



BALL AND BUCKET RACE



PYRAMID RACE



<sup>50</sup> WEBBER, T. *Mounted Games*. s. 14–17.

**Příloha č. 5: Bruns-Behr Metoda – používané trenažéry pro jezdce<sup>51</sup>**



<sup>51</sup> SCHUMACHER, J., KRÄMER, M. *Reitenlernen mit allen Sinnen*. s. 110–123.





---

<sup>52</sup> SCHUMACHER, J., KRÄMER, M. *Reitenlernen mit allen Sinnen*. s. 16.

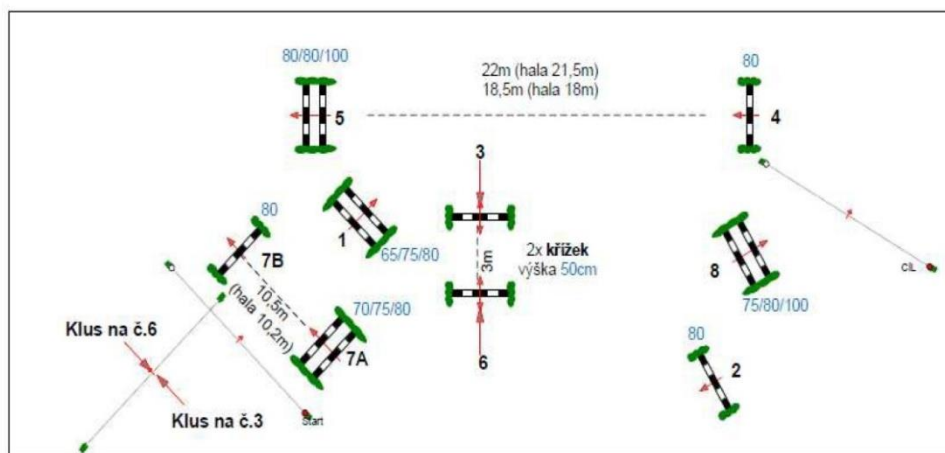
## Příloha č. 6: Drezurní úloha a parkur pro ZZVJ<sup>53</sup>

### ČJF Drezurní úloha ZZVJ – všeobecná licence

2019

Obdélník 20x40 m

	místo	Cvik	Poznámka
1	A X C	Vjezd pracovním klusem Stát, nehybnost, pozdrav lehkým klusem vchod Na pravou ruku	
2	BEB	Velký kruh 20 m v lehkém klusu	
3	B BAK	Malý kruh 10 m v pracovním klusu Lehký klus	
4	KXM M	Změnit směr a kroky prodloužit s přesednutím v X Pracovní klus	
5	CA	Vlnovka o 3 obloucích, s přechody do kroku (5–7 kroků) na střední příčce	
6	FLE EH H	Změnit směr ve volném kroku Střední krok Pracovní klus	
7	C XC	Pracovní cval vpravo, velký kruh Lehký sed v pracovním cvalu	
8	C CXA	Pracovní klus Pracovní klus a kruhy změnit	
9	A XA	Pracovní cval vlevo, velký kruh Lehký sed v pracovním cvalu	
10	A FBM	Pracovní cval Cvalové skoky prodloužit v lehkém sedu	
11	M C	Pracovní cval Pracovní klus	
12	E X G	Obrat vlevo Obrat vlevo Stát, pozdrav	



<sup>53</sup>Vzdělávání v ČJF [online].

## Příloha č. 7: Plán pro jezdeckou lekci



Pořadí	Časový rozsah (min)	Činnost Zahájení nácviku pracovního klusu
1	15	Příchod, pozdravení se s cvičitelem, ostatními účastníky, příchod ke koni, oslovení koně jménem, zahájení čištění, vyčištění koně
2	10	Přinesení postrojů a dalších pomůcek (sedlo, uzdečka, lonž, lonžovací bič), sedláni koně, zopakování názvosloví částí sedla, uzdečky
3	5	Oblečení jezdců – vesta, helma, příp. další doplňky (rukavice, chapsy), kontrola správného zapnutí, nasazení
4	5	Povodění koně, dotažení sedla, nasednutí, kontrola a úprava správné délky třmenů
5	5	Úprava korektního sedu jezdců, pobídnutí koně do kroku, krok s vodičem, zahájení pohybu na lonži na kruhu
6	30	Pohyb na lonži v kroku, úprava sedu, pozor na správné pobízení v kroku, možno zařadit cviky na podporu rovnováhy (vyndat nohy ze třmenů, zandat nohy do třmenů, kroužení trupem, stoupnout si do třmenů, naklání se na pravou/levou stranu apod.). Vysvětlení důležitosti správného sedu v pracovním klusu – udržení rovnováhy v klusu, nepředklánět se, dbát na správnou polohu nohou, kolen, zdůrazňovat na klidný sed. Dbát na správnou polohu rukou, možnost zpočátku držení se pomocného řemínku na sedle. Zařazování přestávek z klusu do kroku, během toho zopakovat důležitost správného sedu
7	5	Vykrokováni koně, při krokování možno zgodnotit, co se dařilo, co méně.
8	15	Zastavení, pochvala koně, pochvala jezdců, sesednutí, odvedení koně, odsedláni, úklid postrojů a pomůcek, vyčištění koně, odvedení koně do výběhu nebo do stáje. Rozloučení se, odchod.

**Pomůcky:** lonž, lonžovací bič

Časy jsou orientační, možno upravit dle potřeby.

## **Abstrakt**

HARVANOVÁ, D. Činitele volnočasové výchovy a vzdělávání v oblasti jezdeckví, České Budějovice, 2019. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce PaedDr. Petr Bauman, Ph.D.

**Klíčová slova:** kurikulum, formy existence kurikula, volný čas, jezdeckví, kůň, jezdec, výchova, vzdělávání

Práce se zabývá teoretickou analýzou činitelů volnočasové výchovy a vzdělávání v oblasti jezdeckví. S využitím jednotlivých forem existence kurikula zachycuje jejich vazbu na výcvik a vzdělávání ve výše uvedené oblasti.

## **Abstract**

### **Educational Factors of Horseback Riding Training in Leisure Time**

**Key words:** curriculum, curriculum phases, horseback riding, leisure time, horse, horse rider, education, training

This Bachelor thesis focuses on theoretical analysis of educational factors of horseback riding training in leisure time. The Thesis uses the curriculum phases for the way of explanation of the connection of the education of horseback riding training.