

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická fakulta
Katedra křesťanské výchovy

Studijní obor: Sociální pedagogika



ADAPTAČNÍ KURZ PRO ZÁKLADNÍ ŠKOLU VELKÉ HOŠTICE

Bakalářský projekt

Autor: Markéta Unruhová

Vedoucí práce: Mgr. Michal Půža

Olomouc 2018

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.

V Olomouci

.....

Markéta Unruhov

Tímto bych ráda poděkovala Mgr. Michalovi Půžovi za cenné a podnětné nápady, trpělivost, ale i kritiku při vedení mého bakalářského projektu. Děkuji Základní škole ve Velkých Hošticích za umožnění realizování tohoto kurzu a za získání zkušeností. Děkuji všem zdejším pedagogům, kteří mi poskytli zpětnou vazbu a umožnili mi tak posunout se vpřed. Děkuji také své rodině a přátelům, kteří mi poskytovali podporu a útěchu.

Obsah

Úvod.....	6
1. Teoretická východiska	8
1.1. Vymezení základních pojmů.....	8
1.1.1. Charakteristika adaptačního kurzu na základních školách	8
1.1.2. Adaptace	8
1.1.3. Instruktor adaptačního kurzu	9
1.1.4. Zážiteková pedagogika	10
1.1.5. Motivace	11
1.1.6. Prožitek, zážitek, zkušenost	12
1.1.7. Hra	12
1.1.8. Zpětná vazba	13
1.1.9. Třídní klima	14
1.1.10. Cílová skupina.....	15
1.1.11. Pubescence	15
2. Základní škola Velké Hoštice	17
2.1. Obecné informace	17
2.2. Historie školy	17
2.3. Ekonomická stránka školy	18
2.4. Činnosti školy.....	18
3. Organizace kurzu	19
3.1. Cíl adaptačního kurzu	19
3.2. Plánování kurzu.....	19
3.3. Místo konání kurzu	19
3.4. Doba kurzu	20
3.5. Personální zajištění.....	20
3.6. Finanční zajištění	22
4. Vyhodnocení dotazníků	23
5. Realizace kurzu	25
5.1. Program 1.den	25
5.2. Program 2.den	34
5.3. Program 3.den	49
6. Hodnocení kurzu.....	51
6.1. Nejvíce přínosná aktivita.....	51
6.2. Nejméně přínosná aktivita.....	51
6.3. Subjektivní hodnocení.....	51

Závěr	53
Odborná literatura	55
Internetové zdroje	56
Seznam příloh	57

Úvod

K sepsání této práce mě vedlo to, že jsem se za svůj život zúčastnila mnoha táborů, ale i adaptačních kurzů. Jako dítě jsem byla velmi plachá a začátky těchto pobytů pro mě byly utrpením. Nejen že mi chyběli rodiče, ale především pocit bezpečí, jistoty a pocit, že někam patřím. Zčista jasná jsem se ocitla v kolektivu cizích lidí a v cizím prostředí, které jsem neznala.

Po nějaké době se situace začala obracet. Byly mi uděleny spolubydlící, které na tom byly podobně jako já a já se přestala cítit úplně sama. Aktivita střídala aktivitu. Různé hry, díky kterým jsem postupně poznávala i ostatní, mi dávaly možnost zapomenout, kdo jsem a že jsem tak daleko od domova.

Jako dítě mě nikdy nenapadlo, že hra je tak neskutečně důležitým prostředkem, díky kterému jsem prošla již mnohokrát adaptací, aniž bych si to nějak uvědomovala. Díky těmto mým zkušenostem a zážitkům jsem si vybrala právě toto téma na tvorbu bakalářské práce.

Přestup dětí do jiné základní školy v období pubescence a následná adaptace je obtížná. Ano, děti stráví ve škole pár hodin a pak jdou zase zpět domů, ale vzhledem k tomu, že v tomto kolektivu se budou setkávat a spolupracovat další čtyři roky, je důležité se zde cítit dobře. Tak vznikla otázka, jak děti spřátelit, začlenit do kolektivu a poznat se navzájem i se třídními učiteli mimo vyučování. Odpovědí se stala realizace adaptačního kurzu, který má za cíl sblížit žáky i jejich třídní učitelé, navodit příjemnou atmosféru prostřednictvím různých her, činností a zábavy. Všechny tyto aktivity budou směřovat k odbourání strachu, ostýchavosti, studu, podporování důvěry, spolupráce a k budování společných zážitků.

Tato práce je rozdělena do šesti kapitol. V první kapitole se nachází uvedení do problematiky. V druhé kapitole jsou informace o škole, kde kurz probíhal. Na to navazuje třetí kapitola, kde už začíná samotná organizace kurzu. Čtvrtá kapitola má za cíl objasnit výsledky daných dotazníků. V páté kapitole je rozepsán detailně program celého kurzu a uzavírá to poslední šestá kapitola, kde je vyhodnocen celý kurz z mého pohledu.

Cílem tohoto bakalářského projektu je tvorba adaptačního kurzu pro 6. třídu. Díky tomu, že škola tento kurz pořádá již několikátým rokem v řadě a má stále obdobný program, děti už vědí, co je na kurzu čeká. Proto jsem na základě požadavků školy a ve

spolupráci s ostatními učiteli, vytvořila novou koncepci adaptačního kurzu.

Nutnost této obměny nám ukázaly výsledky z dotazníkového šetření, který byl uskutečněn v červnu 2017 (více viz kapitola Vyhodnocení dotazníků).

1. Teoretická východiska

1.1. Vymezení základních pojmů

V této kapitole budu podrobněji definovat klíčová slova.

1.1.1. Charakteristika adaptačního kurzu na základních školách

Jedná se o předem dobře připravený seznamovací kurz. Takového kurzu by se měla zúčastnit celá třída včetně třídního učitele. Jakákoliv třída navíc by již narušila systém. Aby byl kurz efektivní a splnil všechny předpoklady, měli by pořadatelé tohoto kurzu projít vhodným seminářem, nebo ideálně dlouhodobým výcvikem pro získání patřičných zkušeností.

Na začátku kurzu by měly být zařazeny aktivity na představení každého dítěte, s tím souvisí i zapamatování si jmen. Jedním z cílů je poznání ostatních a proto je důležité, aby všichni měli mezi sebou jasno, jak se budou oslovovat.

Velice důležité je zapojit do programu kurzu aktivity s různým zaměřením – sportovní, tvůrčí, výtvarné apod. Je to především z toho důvodu, že každé dítě má jiné přednosti, a proto by mělo každé dítě získat příležitost je předvést. Na to navazuje i spolupráce s ostatními. Tím, že každé dítě vyniká v něčem jiném, zde má možnost podpořit svého spolužáka v něčem, v čem on právě příliš nevyniká. Není zde dobré zařazovat příliš mnoho aktivit podporující soutěživost, která může zdůraznit nedostatky dětí.

Je třeba dbát na to, aby si děti tento kurz užily a odnesly si spolu spoustu společných zážitků, na které budou rády vzpomínat. Dále zjistit nové informace o svých spolužácích, co mají společného a spolu všichni budovat jeden kolektiv táhnoucí za jeden provaz (Gillnerová, Krejčová, 2012, s. 133).

1.1.2. Adaptace

Tento pojem je pojem klíčový. Pojednává o tom, jak se člověk vyrovná s tím, s čím se v životě setkává. Jednak je to to, co přichází z venku – prostředí mimo něj a jednak je to to, co přichází z jeho vlastních problémů. Je to schopnost, měnit své jednání, chování a tím se přizpůsobit podmínkám.

Jsou zde dvě vymezení. Adaptovat si a adaptovat se. Adaptovat si znamená, že něco změníme ve svém okolí v náš prospěch. Adaptovat se má význam přijmout,

přizpůsobit se, zvyknout si na to, co se nám děje. Adaptace je velmi důležitým jevem, se kterým se setkáváme od narození až do smrti (Křivohlavý, 2011, s. 55).

Správná výchova by měla mít cíl, aby jedinec přijímal, respektoval dané podmínky a přizpůsoboval se jim (Kolář, 2012, s. 23).

Sociální adaptace je vyrovnávání se s novými situacemi a podmínkami společenské povahy. Buď se jedná o pasivní adaptaci, což znamená přizpůsobování se sociálním podmínkám, nebo se může jednat o aktivní adaptaci, kdy se člověk do dané podmínky mění podle svých představ (Kolář, 2012, s. 128).

1.1.3. Instruktor adaptačního kurzu

Adaptačního kurzu se obvykle zúčastní více než jeden instruktor a proto je dobré umět spolupracovat i mezi sebou. Týmová spolupráce je důležitým faktorem pro vytváření autority. Smysl autority se nevztahuje jen na samotné instruktory, ale autoritu posiluje to, že jsou vnímáni jako jeden tým (Neuman, 1999, s. 49).

V každém týmu by pokud možno měly být zastoupeny různé typy osobností, kdy každá přinese jedinečné kvality. Jsou zde zapotřebí lidé, kteří budou zaměřeni na kreativní či duchovní témata, ale i lidé orientovaní na fyzicky náročné aktivity. Instruktoři by se tak měli vzájemně doplňovat (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 49).

Důležitým bodem také je to, že by se instruktoři měli při realizaci kurzu scházet každý den večer, kde krátce proběhne zhodnocení uplynulého dne. Dále zjišťování programu na další den, zda všechno je připraveno, nebo je zapotřebí změna programu. Po skončení těchto probraných bodů, začíná logistická porada, kdy se garant programu ubezpečí, že všichni znají své úkoly a role. V této fázi by každý člen týmu měl přesně znát své zítřejší úkoly. Posledním bodem je zpětná vazba (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 55).

Pokud se kurz připravuje v týmu, může dojít k jistým nevýhodám, se kterými je třeba počítat. Patří mezi ně například míchání rolí, kdy jednotlivé role občas splývají a členové týmu nevědí, kterou roli aktuálně zastává. Mělo by se také dávat pozor, aby nedošlo při stresu k naprostému vyčerpání (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 59).

Při komunikaci s účastníky nesmíme také zapomínat na to, že je důležité využívat řeč těla, která může leccos vyjádřit i beze slov. Naše oči jsou velmi mocný nástroj. Když vysíláme nespokojený pohled a jakmile k tomu přidáme ještě hlas, většina lidí to pochopí. Neděláme to z toho důvodu, abychom někoho zostudili, ale třeba proto,

abychom připomněli daná pravidla (Gymnasion, 2016, s. 53).

Neuman uvádí *“Dobry vedouci umi stanovit cile hry a vypracovat postup k jejich dosazeni. Vedouci musi vzbuzovat duveru. Oplyva energi, kterou prenasí na své svěřence. Dovede vysvetlit hráčům význam hry a její začlenění do programu akce. Přebírá svůj díl odpovědnosti za rozvoj skupiny“* (Neuman, 1999, s. 30).

Instruktor vystupuje hned v několika rolích. Je vedoucím, rozhodčím, animátorem, ale i poradcem. V průběhu akce se jeho role proměňuje. Nejprve stojí v čele a později dává autonomii hráčům.

Vedoucí také musí mít jistou sebedůvěru, spontánnost a jistý cit pro tvořivost. Neměl by mu ani chybět smysl pro humor a také by se měl umět pohybovat mezi určitou seriózností a lehkou bláznivostí (Neuman, 1999, str. 30).

Při práci s lidmi je důležitým faktorem znát a orientovat se v různých typech osobnostních charakteristik. Tato znalost nám pak pomůže k účinnějšímu výchovnému působení na lidi. Existuje řada různých přístupů k osobnosti. Jak uvádí Hanuš a Chytilová *„osobností se člověk stává v průběhu svého vývoje díky procesům začleňování do společnosti (socializaci) a vytvářením osobní totožnosti (individuace)“*. Klíčový význam pro rozvoj a formování osobnosti mají vztahy k ostatním lidem. Je třeba tak brát v potaz individualitu každého jedince (Hanuš, Chytilová, 2009, s. 53).

1.1.4. Zážitková pedagogika

„Česká zážitková pedagogika zdůrazňuje především slova prožitek, zážitek, zkušenost; ty jsou vyvolávány v procesu dramaturgie, tedy v cíleně plánovaných a uváděných situacích, kde se nejčastěji jako prostředek používají různé podoby fenoménu hry. Celý proces je pak po celou dobu svého průběhu evaluován a zpracováván se snahou dosáhnout co největšího rozvojového potenciálu. Tímto přístupem je česká zážitková pedagogika jedinečná a originální.“ (Hanuš, Chytilová, 2009, s. 12)

Zážitkovou pedagogiku můžeme definovat jako výchovu prožitkem, výchovu dobrodružstvím, výchovu zážitkem či zážitkovou výchovou. Základem ovšem je, že se zaměřuje na postoje a dovednosti a je postavena na základních principech jako je rozšiřování komfortní zóny pomocí dobrodružství a učení se prostřednictvím zážitku (Pelánek, 2008, s. 20).

Zážitková pedagogika je postavena na vlastní aktivitě, díky které vychovávaný

člověk získává zážitky. Můžeme zde najít rozdíly mezi „pedagogickým“ zážitkem a „rekreačním“ zážitkem, které spočívá v reflexi. Samotný zážitek ovšem nestačí k tomu, aby se člověk něco naučil, rovněž nemůžeme zpracovat všechna témata. Pro učení pomocí zážitku jsou obecně vhodné postoje a dovednosti. Konkrétně pak metody řešení problémů (kritické myšlení), sociální učení (spolupráce, sebepoznání), životní postoje (odpovědnost, tolerance), ale také vztahové a komunikační dovednosti, práce v týmu, vedení lidí (Pelánek, 2008, s. 21).

1.1.5. Motivace

„Chceš-li postavit loď, nedělej to tak, že svoláš chlapy, aby sehnali dřevo a začali stavět, ale dej jim, aby sami zatoužili po širém, nekonečném moři.“ – Antoine de Saint-Exupéry (Pelánek, 2008, s. 96).

Jednou z nesmírně důležitých oblastí osobnosti člověka je motivace. Jestli zjišťujeme důvody našeho chování, ptáme se po motivech jednání. Motivy jsou hybnými silami našeho jednání. Motivace se vysvětluje jako cílené chování. Je to příčina pohybu, důsledek změny stavu a organismu. Jde o důvod k rozhodování v situacích volby (Hanuš, Chytilová, 2009, s. 63,64).

Proces motivace začíná motivem, tedy že něco chci. Na to navazuje cesta, kterou je třeba absolvovat a na to cíl, díky kterému dojdeme k naplnění (Kirchner, 2009, s. 96).

Ve vztahu k motivaci u hráčů je zapotřebí je naladit do takového stavu, aby toužili po možnosti zúčastnit se hry. Motivace tak může mít různou podobu jako například sehrání krátké scénky, promítnout kousek filmu, nebo jen přečíst pravidla. Velmi dobře lze využít libreto, které je uváděno u jednotlivých her (Instruktoři Brno, 2007, s. 5).

Na to může navázat odměna. Takovýto způsob motivace je převážně u dětí. Může se tak jednat o odměnu materiální, nebo nějaký slib do budoucna. Další formou motivace může být čistě atraktivita soutěže, tudíž nějaká výzva, nebo samotná prestiž plynoucí z vítězství. Každý člověk má v sobě trochu soutěživosti, ale přece jenom tento způsob motivace není dobrý využívat často (Pelánek, 2008, s. 97).

1.1.6. Prožitek, zážitek, zkušenost

Prožitek není něco nestálého. Je to něco, co v nás zanechalo výraznou stopu. Je naprosto nezapomenutelný, a když se vrátíme k události, která jej vyvolala, prožijeme jej znova. Pro toho, kdo jej prožíval, má nezapomenutelný význam (Neuman, 1999, s. 24).

Jirásek uvádí, že prožitek je průnik jedince a světa. Prožívání člověka je důležitým nástrojem k uchopení jeho duševní činnosti. Kvalita je pak ovlivněna emočním rozpoložením jedince (Kirchner, 2009, s. 6).

Mezi znaky prožitku můžeme zařadit nenahraditelnost v lidském životě, jedinečnost, individuálnost, intencionálnost, nepřenositelnost z jednoho individua na druhé a komplexnost při získávání prožitku (Hanuš, Chytilová, 2009, s. 12).

Nadřazeným pojmem je ovšem zážitek. Je to něco, co jsem prožil, viděl, držel, slyšel, zkusil. Je to nějaká zvnitřněná zkušenost. Prožitek vystihuje spíše aktivní prožívání. Jakmile se k tomuto prožitku vracíme ve vzpomínkách, můžeme jej označit jako zážitek (Kirchner, 2009, s. 25).

Zkušenost je výsledek procesů uvědomování a jednání ze situací, které pro nás měly velkou emoční hodnotu. Pokud byla situace ne příliš emotivní, nevzniká žádná zkušenost. Je to poznání, které přichází prostřednictvím pozorování, pokusů a činností. Velký zdroj zážitků vzniká především prostřednictvím praktických činností (Kirchner, 2009, s. 26).

1.1.7. Hra

Vzhledem k tomu, že se celý adaptační kurz bude odehrávat venku, zaměřila jsem se spíše na prostudování her v přírodě, které podporují prožitek, chvíle zábavy, pohody a radosti. Zároveň by tyto hry měli sloužit k rozvoji pohybových a tělesných dovedností (Neuman, 1999, s. 15).

Pokud se vrátíme lehce do historie, zjistíme, že nás hry provázejí po celou dobu naší historie. Byly součástí různých slavností, s kultem bohů, či náboženství. Byly již od počátku něčím povznášejícím, slavnostním, ale i zvláštním.

Díky hrám vstupujeme do světa, abychom nacházeli sami sebe, či se stávali jinými, nebo se setkávali s ostatními lidmi. Je to velice nepřehledný svět a proto se

nemůžeme divit, proč je tolik různých definic, jakou funkci hra má a proč si vlastně lidé hrají. Hra může být pro obnovování sil, u dětí se může vybit přebytečná energie, pomocník při řešení konfliktů lidí, získávání životních zkušeností a zvládání nových situací. Hra se jeví ve dvou rolích - jako prostředek, nebo jako prostor k získávání zkušeností a prožitků. Dokonce bychom mohli říci, že hra je sama sobě učitelem, protože požaduje od účastníků obrovskou míru osobního nasazení, vysokou úroveň sociálních vztahů, ale i zvládat problémové situace (Neuman, 1999, s. 17,18, 19).

„Ve hře nejde o předávání informací, ani o vyučování, ale o nabídku „zkus si, co to s tebou udělá, a budeš vědět, na co se máš připravit, až to bude doopravdy“. Hra probouzí emoce, emoce, mobilizují energii a potřeba investovat energii nenásilně vede hráče k tomu, aby vystupovali na světlo, odhazovali masky, zkrátka aby odhalovali, co v kom vězí“ (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 66).

Hry v přírodě působí na emocionální i psychickou sféru, ovlivňují pocity a postoje hráčů, ale také je obohacují o zážitky a nové zkušenosti. Zvyšují sebehodnocení a sebedůvěru, jsou prostředkem rozvíjející sociální vztahy, komunikaci, spolupráci, psychomotoriku, tělesnou kondici a schopnosti. Děti si uvědomují kouzlo přírody, ale především jsou prostředkem rozvíjející sociální vztahy (Neuman, 1999, s. 19,20).

Nesmíme opomenout na to, že při vysvětlování pravidel her, musíme vysvětlit také pravidla bezpečnosti, protože může dojít k psychickému nebo fyzickému úrazu. Je tak dobré, aby před danou aktivitou si ji vyzkoušel instruktor sám, aby si tak uvědomil možné rizika. Obzvláště pozor bychom si měli dávat před psychickou újmu, protože ta nemusí být ihned rozpoznatelná a její zvládnutí si vyžaduje odborníka. Proto bychom se neměli pouštět do her, kde si nejsme jisti svými silami (Instruktoři Brno, 2007, s. 7).

1.1.8. Zpětná vazba

Zpětná vazba je informace, která nás upozorňuje na to, jestli chování určitého systému je nebo není na žádoucí cestě. Předpokládá se tak existence proměnlivého systému i jeho okolí. Jedná se o informaci poskytující náhled na vnější projevy u nejen živoucích bytostí (Reitmayerová, Broumová, 2007, s. 9).

„Každá mezilidská výměna informací, zpětnovazební diskusi nevyjímaje, by měla být srovnatelná s přátelskou fotbalovou exhibicí – má mít svá pravidla, hrát „fair play“, omezit faulování a zranění a nesnažit se za každou cenu vyhrát.

Představte si instruktora na trávníku, který vykopává míč (otázky) směrem k účastníkům. Ti si s ním chvíli hrají a pak ho vracejí zpět. Branka je jen jedna (cíl CZV), ale cesta k ní je plná drnů a jam. A všichni hráči mají v hlavě uložena nepsaná pravidla hry, na kterých se společně shodli ještě před zápasem...“ (Reitmayerová, Broumová, 2007, s. 96).

Jedná se o prostor pro sdílení zážitků a pocitů. Případné problémy by měly vyplout na povrch a měly by se ujasnit. Neměla by být diskuzí o technickém provedení hry nebo o pravidlech. Také by neměla být příliš hlubokým rozbořem osobních prožitků. Instruktor by se měl na tuto zpětnou vazbu dobře připravit, protože se jedná o jednu z nejnáročnějších instruktorských dovedností (Pelánek, 2008, s. 101).

Je důležité, jakou techniku při poskytování zpětné vazby zvolíme. Může se jednat o skupinovou diskuzi, techniku rychle shrnutého zážitku, můžeme využít pomůcky, nebo něco tvořit. Také se může jednat o průběžnou nebo závěrečnou zpětnou vazbu (Reitmayerová, Broumová, 2007, s. 116).

Neuman ukazuje na důležitou roli instruktora „*Vedoucí musí „chytit“ nějaký problém, aby mohl skupině ukázat možnosti poučení*“. Je dobré se vyvarovat otázkám, na které se odpovídá jen „ne“ či „ano“. Nejlepší volbou je otevřená otázka (Neuman, 1999, s. 41).

1.1.9. Třídní klima

Ačkoli dle autorů Rubie-Davies, Stephense a Watsona neexistuje žádná pevná definice klimatu ve třídě, většina vědců ji popisuje jako multidimenzionální koncepci, která zahrnuje interpersonální, organizační a instruktážní charakteristiky. Na rozdíl od emocí ve třídách má třídní klima dlouhou historii výzkumu v kontextu učení a výuky, která se datuje od dvacátých let 20. století, a zájem se od té doby neustále rozrůstal. Vědci se soustředili na souvislost mezi klimatem učitele a skupinami tím, že zkoumali vzorce chování 10 a 11letých chlapců. Jedním z jejich hlavních zjištění bylo, že styl vedení měl silný vliv na sociální klima ve skupinách (Rubie-Davies, Stephens, Watson, 2015, s. 267).

Třídní klima působí na každého v dané třídě. Je to něco neuchopitelného a těžce popsatelného. Třídní klima nezávisí jen na kvalitě výuky. Vytváří se jak ve

vyučování, o přestávkách, při společenských akcích třídy, či na výletech. Klima školní třídy by se dalo popsat jako soubor veškerých vnitřních a vnějších podmínek, které působí ve vzájemné spolupráci mezi učitelem a žáky a ovlivňuje to jejich chování. Jedná se o prožívání, hodnocení, ustálené postupy vnímání a reagování (Čapek, str. 14).

Edukační prostředí třídy lze rozdělit na fyzikální faktory, do kterých spadá osvětlení, barvy stěn, nábytek apod. a psychosociální faktory, které se dělí na stabilní a proměnlivé. Stabilní jsou trvalejší vztahy ve třídě, což utváří klima třídy a proměnlivé-krátkodobé což je interakce mezi účastníky vzdělávacích procesů, toto je atmosféra třídy (Čapek, 2010, s. 12).

Dle autora by se měl pedagog zaměřit především na aspekty, které nejvíce ovlivňují klima a to je hodnocení žáků, kázeňské vedení třídy, vyučovací metody, komunikace a vztahy mezi žáky a prostředím třídy. Je také třeba udržovat pořádek, nestrannost z hlediska učitele, ale i podpora (Čapek, 2010, s. 15).

1.1.10. Cílová skupina

Tento adaptační kurz je zaměřen na děti v 6. třídě na základní škole.

Dětí je celkem 42. Žáci jsou rozděleni na dvě třídy. Zhruba polovina se jich zná již od první třídy a druhá polovina přišla z okolních vesnic, tudíž se mezi sebou vůbec neznají. Jedná se o období pubescence.

1.1.11. Pubescence

Nebo také raná adolescence. Jedná se o zásadní biologický mezník v životě. Toto období můžeme považovat za období nejvíce tělesných změn, kdy dochází ke změně tělesného zevnějšku, ale také ke změnám psychickým a sociálním. Můžeme ji rozdělit na dvě fáze prepuberta (první známky pohlavního dospívání) a fáze vlastní puberty (dokončení vývoje pohlavních znaků). Zvyšuje se rychlost myšlení, schopnost vyjadřování se, ale také se objevuje nový způsob morálního hodnocení, kde převládá kritičnost a negativismus.

Jedinec si všímá více svého vzhledu. Dochází zde k prvním nejistotám. Velmi často se také objevuje emoční labilita a přecitlivělost.

V soudobých studiích týkajících se sociálního rozvoje je hlavním problémem otázka mezilidských vztahů a to buď mezi vrstevníky, nebo v rodině. To má dopad na negativní sociální interakci dětí (Shantz, Hartup, 1992, s. 18).

Nesmírně důležitou roli zde hrají vrstevníci. Dochází ke ztotožnění určité skupiny s určitou skupinou, což je stádium přechodné skupinové identity. Pozice ve třídě se stává součástí osobní identity (Dolejš, Orel, 2017, s. 14,15,16).

Jde o tzv. období „vulkanismu“ a období vzdoru, tedy hormonální bouře a odpor k autoritě. Koncem tohoto období dochází ke kognitivním vývojovým procesům, jako je abstraktní přemýšlení, kdy jedinec se ocitá často v denním snění. Dále vědecké myšlení, prožívá pocit výjimečnosti a díky navazování prvních vztahů se objevuje první zamilovanost (Studium psychologie, 2016).

2. Základní škola Velké Hoštice

V této kapitole popíše základní informace o škole, kde byl kurz realizován.

2.1. Obecné informace

Škola má celkem 205 žáků. Vede ji paní ředitelka. Funkce zástupce ředitele zde není obsazená, ale paní ředitelka na místo toho jmenovala vedoucí učitelů vyššího a nižšího stupně. Je zde 10 tříd. Každá třída má svého třídního učitele. Škola má k dispozici tělocvičnu, velký a malý sál, betonové hřiště, parkoviště a menší zahradu.

Tato základní škola má vyšší i nižší stupeň, což nemají základní školy z vedlejších vesnic. Proto tuto školu navštěvují i děti z okolních vesnic. Díky této skutečnosti se v 6. třídě sejdou děti, které se mezi sebou neznají, a proto vznikl adaptační kurz, který tato škola již několik let pořádá (ZŠ Velké Hoštice, 2018).

2.2. Historie školy

Budova školy je stará 53 let. Nejstarší kronika školy je psána od roku 1852. Od ledna roku 1962 začala stavba nové budovy školy. Do nové školní budovy v září roku 1963 nastupovalo 491 žáků a bylo vytvořeno 16 tříd.

1. 7. 2002 vstoupila škola do právní subjektivity.

Od roku 2007 se škola řídí dle vlastního školního vzdělávacího programu s názvem „Nevíme všechno, ale chceme vědět, jak na to“.

V roce 2002 proběhla částečná rekonstrukce školy, která zahrnovala výměnu oken, opravu střechy, obložení šaten, nátěr podlahy a rekonstrukce sprch. Byla zde vybudována i učebna s počítači a posilovna.

V roce 2007 byla zmodernizována a zrekonstruována výdejna stravy. Proběhla také kompletní rekonstrukce hlavní budovy. Dostala novou fasádu a byla zateplena.

V roce 2011 bylo vyměněno staré osvětlení tělocvičny za nové (ZŠ Velké Hoštice, 2018).

2.3. Ekonomická stránka školy

Zřizovatelem školy je obec Velké Hoštice, která má na starosti financování energie, materiálu, opravy aj.

Škola je zapojena do projektu „EU peníze do škol“. Cílem tohoto projektu je zkvalitnění výuky ve všech oblastech (ZŠ Velké Hoštice, 2018).

2.4. Činnosti školy

Pedagogický sbor v čele s ředitelkou školy se snaží podporovat žáky ve vzdělávání, motivují je k dalšímu studiu, pomáhají při výběru zaměstnání, nebo k rozvíjení svých zájmů.

Škola sama organizuje spoustu soutěží pro své žáky, ale také se zapojuje do různých soutěží konajících se v okolních městech. Jedná se o vědecké, recitační, pěvecké, ale i sportovní soutěže. Většina učitelů zde vede nějaký kroužek. Škola také často pořádá různé zajímavé exkurze pro žáky.

Co se týče zapojení školy do různých projektů je zapojena do “Mléko do škol” a “Ovoce do škol”. Cílovou skupinou těchto projektů jsou všichni žáci navštěvující tuto školu. Cílem je podpořit u dětí zdravý životní styl (ZŠ Velké Hoštice, 2018).

3. Organizace kurzu

V následující kapitole se pokusím o rozebrání krok po kroku okolností, které musely být vyřízeny před realizací kurzu. Podrobný program bude rozepsán v kapitole 5. Realizace kurzu.

3.1. Cíl adaptačního kurzu

Kurz si kladl za cíl vytvořit z učitelů a žáků jeden tým, kde bude panovat klidná a přátelská atmosféra. Dále usiloval o vytvoření společných vzpomínek, podpoření komunikace, spolupráce a sociálních vztahů. V neposlední řadě bylo také cílem dozvědět se spoustu věcí o ostatních, ale i o sobě, zvýšit si sebedůvěru a sebehodnocení.

3.2. Plánování kurzu

Plánování začalo již několik měsíců dopředu před uskutečněním kurzu.

Nejprve byly mnou vytvořeny dotazníky. Ty jsem rozdala žákům, kteří se již kurzu zúčastnili. Díky tomuto dotazníkovému šetření jsem začala tvořit předběžný návrh programu a zabývat se touto problematikou.

Do plánování kurzu byli aktivně zapojeni ředitel školy a třídní učitelky. Jejich činnost spočívala ve výběru a zajištění místa. V této fázi bylo vyřešeno a zarezervováno místo, přesný termín a cena.

Následovala schůzka s rodiči, kde jim byla předána závazná přihláška i s předběžnými informacemi týkající se kurzu. (viz. příloha č. 1) Zde po krátkém proslovu paní ředitelky a třídních učitelek, jsem rodičům nastínila cíle kurzu a předběžný program.

3.3. Místo konání kurzu

Kurz proběhl v kempu Kajlovec. Tento kemp patří pod obec Hradec nad Moravicí. Jsou zde chatky, ve kterých se ubytovali chlapci, velká společná ubytovací budova, kde se ubytovaly dívky. Jídelna, společenská místnost, ohniště a velké prostranství, kde jsme trávili veškerý čas.

3.4. Doba kurzu

Kurz proběhl v září. Konkrétně ve dnech 20. - 22. 9. 2017. Sraz byl na vlakovém nádraží v 8:00 ve Velkých Hošticích. Odtud jsme všichni společně vyrazili vlakem do Hradce nad Moravicí. Kurz byl ukončen příjezdem na vlakové nádraží ve Velkých Hošticích v pátek ve 12:00.

3.5. Personální zajištění

Vzhledem k tomu, že se kurzu zúčastnilo 40 dětí, bylo třeba zajistit 4 pedagogické pracovníky. Jednalo se o dvě třídní učitelky, zástupce učitelů na vyšším stupni a mě.

Tabulka 1.: Příprava kurzu (rozpis a program dnů)

	RANNÍ BLOK	DOPOLEDNÍ BLOK	OBĚD + ODPOLEDNÍ KLID	ODPOLEDNÍ BLOK I.	PAUZA	ODPOLEDNÍ BLOK II.	VEČEŘE, VOLNO	VEČERNÍ BLOK
	7:30 - 9:00	9:30 - 11:00	11:30 - 14:00	14:00 - 16:00	16:00 - 16:30	16:30 - 18:00	18:00 - 19:30	19:30 - ?
STŘEDA	Příjezd, návštěva zámku, oběd, přesun do kempu, ubytování.					Seznamovací hry, Icebreakers, Warm-Ups.	Opékání špekáčků u táboráku.	Reflexe, hraní scének ve skupině podle barev.
ČTVRTEK	Budíček, rozcvička, snídaně, hygiena.	Pohybové hry.	Oběd - přivezen ze školní jídelny.	Kontaktní a důvěrové hry - "Trust building activities"		Honba za pokladem - společné řešení problémových situací - "Problem solving activities"	Pizza.	Reflexe, tvoření plakátu. Stezka odvahy.
PÁTEK	Budíček, rozcvička, snídaně, hygiena.	Vyhodnocení, balení, ukončení. Přesun domů.						

3.6. Finanční zajištění

Nejprve bylo zajištěno ubytování. Následovalo vytvoření předběžného rozpočtu - jídlo, doprava, ubytování a dle toho byla určena cena. Cena na dítě byla 550 Kč. Škola každému žáku přispěla 200 Kč.

Tabulka 2.: Vyúčtování adaptačního kurzu

Příjem	
od žáků 550x40	22 000
od školy 200x40	8 000
Příjem celkem	30 000
Výdaje	
Ubytování 240x40	9 600
Jízdné tam i zpět 28x40	1 120
Oběd na zámku 90x40	3 600
2krát večeře 120x40	4 800
2krát snídaně 100x40	4 000
Oběd v kempu 30x40	1 200
Vstup na zámek 100x40	4 000
Výdaje celkem	28 320
Zůstatek	1 680

Zůstatek byl rozdělen na dvě části, kdy každá třída dostala polovinu do třídních fondů.

4. Vyhodnocení dotazníků

Na to, abych si vytvořila představu o programu kurzu, bylo zapotřebí získat informace od žáků, kteří se již daného kurzu zúčastnili. Proto jsem se rozhodla vytvořit dotazník, který se na tento kurz zaměřuje. Dotazník byl rozdán v červnu 2017 žákům v 6., 7. a 9. třídě (příloha č. 2). Celkově se jedná o 47 žáků. Díky získaným výsledkům z těchto dotazníků se odvíjelo celé plánování programu.

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že 55 % žáků si myslí, že cílem adaptačních kurzů je to, aby se žáci seznámili s učiteli a mezi sebou.

Na otázku, zda se jim na adaptačním kurzu líbilo a jeli by znova, odpovědělo 81 % žáků, že se jim tam líbilo, jeli by znova a 19 %, že by znova již nejeli.

Další otázka byla zaměřena na to, co by rozhodně nesmělo chybět na adaptačním kurzu. Mohli zaškrtnout více možných odpovědí. Vyplynulo to, že 91 % žáků si myslí, že by zde rozhodně nesměly chybět soutěže a týmové hry. 57 % uvedlo, že zde musí být dostatek volného času. 51 % odpovědělo, že nesmí chybět stezka odvahy. 36 % odpovědělo, že musí být čas na povídání si a 15 % zaškrtnulo zpívání u táboráku.

Šestá otázka je zaměřena na délku kurzu. Nejvíce žáků odpovědělo, že by jeli na 5 a více dnů. Konkrétně 51 %. 45 % uvedlo, že jim tato délka kurzu vyhovovala. Bohužel vedení školy prodloužení délky kurzu nepovolilo.

Následující otázka je zaměřena na spokojenost programem. 77 % odpovědělo, že vše bylo fajn a zbytek tj. 23 % uvedlo, že bylo vše fajn, ale chyběl volný čas.

Osmá otázka se soustředí na skutečnost, zda žáci upřednostňují aktivity, kde musejí spolupracovat, nebo aktivity, kde jednájí sami za sebe. 70 % uvedlo, že dávají přednost aktivitám ve skupinách a 21 % odpovědělo, že je jim to jedno. 9 % zaškrtnulo odpověď, kdy nejraději soutěží sami za sebe.

Předposlední otázka zjišťuje, zda byl adaptační kurz pro žáky přínosem. 77 % uvedlo, že bylo vše super a odnesli si skvělé zážitky. 19 % odpovědělo, že poznali své spolužáky a jsou kamarádi do teď.

Poslední otázka je zaměřena na to, zda si myslí, jestli je důležité, aby se kurzu zúčastnil i třídní učitel. 55 % si myslí, že rozhodně ano. 30 % uvedlo, že spíše ano a 15 % odpovědělo, že je jedno, jaký učitel se zúčastní.

Díky těmto dotazníkům vyplynulo, že program bude především zaměřen na soutěže a týmové hry, ale nebude chybět volný čas, ani závěrečná stezka odvahy. Soutěže budou spíše ve skupinkách zaměřené na spolupráci. Kurzu se zúčastní i třídní učitel, který se bude podílet při účasti a vedení her. Bude zde dostatek prostoru na to, aby děti měly možnost volby trávit čas, jak budou chtít.

5. Realizace kurzu

Tato kapitola podrobně popisuje náplň jednotlivých dnů.

5.1. Program 1. den

Rozložení jednotlivých aktivit do bloků.

Tabulka 3.: Program – středa

Dopolední blok	8:00 - 12:30	Příjezd do Hradce nad Moravicí, prohlídka zámku, oběd.
	12:30 - 15:00	Přesun do kempu, ubytování.
Odpolední blok	15:00 - 17:00	<ul style="list-style-type: none">- Určení pravidel kurzu.- Rozdělení do skupinek.- Smeták.- Všichni si podávají ruce.- Pozdravy.- Dvě ruce, dvě nohy.- Lovci podpisů.- Zpětná vazba.
Večeře	17:00 - 18:30	Opékání špekáčků u táboráku.
	18:30 - 19:30	Volný program, příprava scének.
Večerní blok	19:30 - ?	Hraní scének.

Cílem dopoledního bloku byl příjezd na místo a prohlídka zámku. Prohlídka byla zvolena z důvodu velmi obsáhlé a pestré historie zámku. Navíc okolí zámku je perfektním místem pro procházku, nebo popřípadě i hry. Po prohlídce a obědě následoval přesun pěší chůzí do kempu.

V odpoledním bloku proběhlo nejprve vysvětlení pravidel kurzu a bezpečnosti. Následovalo rozdělení dětí do skupinek. Dále hry, které se řadí do skupiny “Icebreakers”. Jsou to hry, které mají za cíl takzvaně prolomit ledy ve skupině, navodit správnou atmosféru a přivést je ke vzájemnému kontaktu. Pravidla jsou jednoduchá, není k nim potřeba mnoho pomůcek.

Na to navazovaly zahřívací a kontaktní hry s názvem “Warm-Ups” – smeták, všichni si podávají ruce.

Dále hry, které mají za cíl přivést děti do pohybu pomocí nezvyklých činností, které se nazývají “De-inhibitors“ – pozdravy, dvě ruce a dvě nohy.

Na závěr tohoto programu byla zařazena pohybová hra, která měla za cíl podpořit komunikaci. Jednalo se o finální hru tohoto dne, a proto spadá do skupiny “Closing/Framing Activities” (Neuman, 1999, s. 22).

ICEBREAKERS

Rozdělení do skupinek

Charakteristika: Icebreakers na prvotní seznámení.

Cíl: Spolupráce, dělání kompromisů, sjednotit se na jednom názoru, tělesný kontakt.

Pomůcky: Barvy na obličej.

Doba trvání: 30 - 35 minut

Rozdělení: Děti se postavily do řady a každému bylo mnou uděleno číslo od 1 do 4. Stejná čísla pak vytvořila kmenovou skupinku.

Průběh: Každé skupince byla přidělena barva. Určenou barvu pak dostaly v podobě barev na obličej. Jejich úkolem bylo vymyslet společný znak, který je bude vystihovat a ten si nakreslí vzájemně na čela. Při představování skupinek musela každá skupinka říci, proč si vybrali právě tento znak.

WARM-UPS

Smeták

Charakteristika: Warm-ups na seznamování, zapamatování si jmen.

Cíl: Procvičení jmen, pohybová koordinace, hrubá motorika, rychlost, postřeh.

Pomůcky: Smeták.

Dobrá trvání: 10 - 15 minut

Průběh: Udělal se kruh, kdy jeden stál uprostřed a držel smeták. Zvolal jméno kohokoli a ten musel smeták chytit, než spadl na zem. Pokud chytil, zvolal zase jméno dalšího. Když nechytil, šel zpátky. Bylo třeba si dát pozor na děti, které se jmenují stejně. Proto na začátku této aktivity se každé dítě představilo a ty jména, která se opakovala vícekrát, se nahradila přezdívkou.



Obrázek 1.: Smeták

Všichni si podávají ruce

Charakteristika: Warm-ups na seznámení, dotyková hra.

Cíl: Zapojit se do kolektivu, spolupráce, pohyb, stmelování kolektivu, tělesný kontakt, zábava.

Pomůcky: Žádné.

Doba trvání: 10 - 15 minut

Průběh: Děti se volně pohybovaly ve vymezeném prostoru – v tomto případě venku. Jejich úkolem bylo podat ruku tomu, koho potkají a říct jak se jmenují, představit se. Pustit ruku ale pak mohly až ve chvíli, kdy podali druhou ruku dalšímu. Celou dobu museli někoho držet alespoň jednou rukou a pokud možno každému mohli podat ruku jen jednou.

DE INHIBITORS

Pozdravy

Charakteristika: De inhibitors na seznámení pomocí různých pohybů a pozdravů.

Cíl: Zapojení se do kolektivu, spolupráce, tělesný kontakt, pohybové dovednosti, zábava.

Pomůcky: Žádné.

Doba trvání: 10 - 15 minut

Průběh: Úkolem dětí bylo pozdravit každého, koho potkají daným způsobem. Způsob pozdravů byl určen mnou. Jednalo se například o pozdrav, kdy museli kolemjdoucího pozdravit slovy „Dobrý den“ a přitom si podat ruku. Dále třeba obejmout se, dotknout se boky atd.



Obrázek 2.: Pozdravy

Dvě ruce, dvě nohy

Charakteristika: De inhibitors na seznámení pomocí různých pohybů a tělesných kontaktů.

Cíl: Spolupráce, rozvoj myšlení, důvěra, strategie, nápaditost, tělesný kontakt, rychlé jednání.

Pomůcky: Žádné.

Doba trvání: 15 - 20 minut

Rozdělení: Děti byly ve skupinkách po 5 – kmenová skupinka byla rozdělena na půl.

Průběh: Úkolem každé skupiny bylo utvořit sousoší tak, aby se dotýkaly země jen ty části těla, které jsem určila. Děti se nemusely vzájemně dotýkat mezi sebou. Např.: Sestavte sousoší tak, aby se země dotýkaly čtyři. Neměli povoleny žádné pomůcky a museli se snažit o to, být co nejrychlejší. Nejrychlejší skupinka získala bod. Vítězná skupinka pak byla odměněna potleskem.



Obrázek 3.: Dvě ruce, dvě nohy

CLOSING/FRAMING ACTIVITIES

Lovci podpisů

Charakteristika: Closing/framing aktivita – pohybová aktivita, uzavírající konec bloku.

Cíl: Zjistit více o svých kamarádech, pohyb, spolupráce, komunikace, tělesný kontakt.

Pomůcky: Předem natištěné otázky, tužka, kužely na oběhnutí.

Doba trvání: 25 - 30 minut

Průběh: Každé dítě dostalo papír, na kterém byly předem připraveny otázky typu: „Najdi někoho, kdo má staršího sourozence“. Děti se tak musely ptát ostatních, zda jim mohou na kteroukoli otázku zodpovědět. Pokud ano, ten který staršího sourozence opravdu má, se podepsal a museli spolu za ruku oběhnout určitou vzdálenost. Každý se směl podepsat pouze jednou. Hra končí, jakmile mají všechny děti podepsané všechna políčka (příloha č. 2).



Obrázek 4.: Lovci podpisů

Zpětná vazba

Zpětná vazba proběhla skupinovou diskuzí. Nejprve byla zaměřena na poslední aktivitu – lovci podpisů. Zde jsme procházeli otázku po otázce. Podepsané dítě muselo svůj podpis potvrdit, případně předvést. Jakmile byly všechny otázky odpovězeny, následovaly otázky vztahující se k celému programu - Jaké máte pocity z uplynulých her? Která se Vám nejvíce líbila? U které jste se nejlépe cítili? Každé dítě odpovídalo pouze jedním slovem.

Opékání špekáčků

Skupinka, která měla službu, přinesla z lesa dřevo. Ostatní se již shromažďovali u ohniště. Cílem této aktivity bylo najíst se a popovídat si. Iniciativu zde přebraly třídní učitelky, které s dětmi vedly volný rozhovor, a poznávali se.



Obrázek 5.: Opékání špekáčku

Po večeři měly děti chvíli volného času pro své vlastní potřeby. Zároveň dostaly úkol, aby si nacvičily v kmenových skupinkách jakoukoli scénku, pohádku, nebo reklamu. Nemohly to ovšem povědět ostatním, kteří nebyli členové jejich skupinky. Večer ve společenské místnosti nám ji každá skupinka zahrála a my museli hádat, o jakou scénku se jedná.

Hraní scének

Charakteristika: Dramatická aktivita.

Cíl: Spolupráce, komunikace, tvořivost, nápaditost, fantazie, zábava, odreagování, vystupování.

Pomůcky: Děti si určují samy.

Doba trvání: 1 hodina

Průběh: Každá kmenová skupinka dostala úkol, zahrát nám všem jakoukoli scénku z filmu, pohádky, reklamy, ale nesměly nám dopředu říci, co hrají. My jsme to museli uhádnout. Výběr tématu záležel čistě na dětech. Každé dítě se ale muselo aktivně zapojit, nikdo nesměl být například pouze jako kulisa, ale každý ve svém výstupu musel říct alespoň jednu větu. Třídní učitelky byly porota a po zahrání všech scének vyhlásily nejlepší. Nejlepší skupinka byla odměněna potleskem.

Metodické poznámky a doporučení – příklad z praxe

Co se týče dopoledního programu, zařadila bych spíše aktivity na stmelování kolektivu, ale rozhodně ne prohlídku zámku. Třídní učitelka na prohlídce ovšem trvala. Pro tento případ bych pro příště vypracovala pro děti pracovní listy, kde by musely ve skupinkách zodpovědět na otázky, týkající se historie zámku. Tyto pracovní listy jsem v tomto případě nemohla vytvořit dopředu, protože to byla i pro mě první prohlídka a nevěděla jsem, co mě čeká a jaké informace se dozvím.

Po uplynutí prvního dne bych hodnotila všechny aktivity, jako relativně úspěšné. Menší problém se vyskytl ve hře smeták, kde nastal problém kvůli velkému počtu dětí a shodě jmen. Ztratili jsme tak spoustu času, než si všichni zapamatovali přezdívky ostatních. Myslím si ovšem, že takovýto problém ve shodě jmen není

neobvyklým a v budoucnu se s tímto problémem setkám zajisté ještě mnohokrát a nedá se tomuto nijak předcházet.

V aktivitě lovci podpisů nadešel také menší problém a to z důvodu, že někteří žáci si tuto hru chtěli usnadnit a podepisovali se svým kamarádům vícekrát nebo i tam, kde to pro ně neplatilo. Při zpětné vazbě se na to ovšem přišlo. Také při této hře vznikl problém, kdy některé děti měly již hotovo, ale ostatní ještě zdaleka ne. Děti, které to měly hotovo dříve, tak musely stát kousek dál a čekat, zda je někdo osloví, aby se jim podepsal či ne. Čekající děti dělaly neplechu, proto pro příště by bylo lepší být na to připravená a mít pro ně nachystanou nějakou aktivitu.

Problém také vyvstal při opékání špekáčků, protože dětí bylo mnoho, a nevlezly se všechny najednou k ohni, ani nebylo dostatek tyček na opékání, proto se musely děti u ohně střídat.

Jako velice vydařenou bych hodnotila aktivitu, kdy si děti měly nacvičit nějakou scénku, protože to vzaly vážně, přinesly si i rekvizity, byly originální, snažily se a k ostatním byly pozorné. Negativa této aktivity bych viděla v tom, že jsem měla pocit, že při hodnocení v dětech vzrůstala soutěživost, nepřátelskost a závist. Bylo to nejspíš z důvodu, že jsem jim zadala jen čistě zadání a ony nevěděly, co budou mít nachystáno ostatní, co je čeká a v jakém stylu to pojmu ostatní. Každá skupinka pak přišla s úplně něčím jiným, ale to přesně jsem chtěla. Při zadávání tohoto úkolu dětem bylo zdůrazněno, že nic nebude špatně a mohou zahrát, co budou chtít. Učitelky, které byly v porotě, se samozřejmě snažily, vyzdvihnout u každé skupinky nějaká pozitiva, ale díky tomu, že udávaly body a vzniklo nějaké pořadí skupinek, projevila se u dětí soupeřivost. Proto bych příště bodové umístění určitě vynechala.

5.2. Program 2. den

Tabulka 4.: Program – čtvrtek

Ranní blok	7:30 - 9:00	Rozcvička, snídaně.
Dopolední blok	9:00 - 11:00	<ul style="list-style-type: none">- Červení a bílí.- Na lavičce.- Stonožka.- Kachní pochod.- Běh o život.- Člověče, nezlob se.- Zpětná vazba.
Oběd, odpolední klid	11:30 - 14:00	
Odpolední blok I.	14:00 - 16:00	<ul style="list-style-type: none">- Sedaná.- Upír.- Zpětná vazba.
Svačinka	16:00 - 16:30	
Odpolední blok II.	16:30 - 18:00	<ul style="list-style-type: none">- Honba za pokladem.- Zpětná vazba.
Večeře, volno	18:00 - 19:30	
Večerní blok	19:30 - ?	Tvoření plakátu.

V ranním bloku proběhla rozcvička. Rozcvička byla formou vybíjené všichni proti všem. Vzhledem k tomu, že účastníků bylo 40, bylo do hry zapojeno 5 míčů najednou. Vybitý udělal 5 dřepů s výskokem a úsměvem mimo hřiště a mohl jít zpět do hry. Po 15-20 minutách hry odcházela skupinka, která měla službu připravovat snídaní, a ostatní pokračovali v rozcvičce. Následovala část rozcvičky na protažení, uvolnění.

Po snídani měly děti čas na ranní hygienu a poté následoval dopolední blok. Začali jsme zlehka a to tak, že si děti nejprve znova nakreslily znaky na čelo, jako měly předchozí den.

Jako první hra byla zařazena pohybová hra na rozehtání “Warm-Ups” – červení a bílí. Na to navazovala hra na dorozumívání “Communication Games” – na lavičce,

dále hry nesoucí název “De-inhibitors” – stonožka, kachní pochod. Program zakončovaly pohybové hry na spolupráci s názvem “Stunts” – běh o život a člověče, nezlob se.

WARM-UPS

Červení a bílí

Charakteristika: Warm-ups, zahřívací hra.

Cíl: Pohyb, tělesný kontakt, zábava, rychlost, postřeh, rozvoj hrubé motoriky.

Pomůcky: Kužely.

Doba trvání: 10 - 15 minut

Rozdělení: Děti byly rozděleny rozpočítáváním na první a druhé. První pak tvořili červené a druzí bílé.

Průběh: Nejprve byly vymezeny hranice, kam až můžou a kam ne. Děti se postavily každý na svoji polovinu – ta byla vyznačena kužely. Každá skupinka byla na své polovině a já jsem jim dávala pokyny. Nejprve všichni dělali dřepy, pak poskakovali na jedné noze atd. Když jsem řekla červení, červení vyběhli a snažili se chytit bílé. Bílí mezitím běželi za vymezenou čáru, tam byli v bezpečí a naopak. Koho se chytající družstvo dotklo, ten se přidal do družstva k nim.

COMMUNICATION GAMES

Na lavičce

Charakteristika: Communication games, specifické dorozumívání.

Cíl: Spolupráce, strategie, důvěra, rovnováha, tělesný kontakt, taktické myšlení.

Pomůcky: Lavička, lano.

Doba trvání: 20 - 25 minut

Průběh: Bez mluvení se všichni museli seřadit podle abecedy, poté podle data narození. Nikdo nesměl promluvit, ani udělat krok stranou.

DE INHIBITORS

Stonožka

Charakteristika: De inhibitors, hra ve které se děti musejí pohybovat pomocí nezvyklých činností.

Cíl: Strategie, spolupráce, pohyb, tělesný kontakt, taktické myšlení, pobavení.

Pomůcky: Kužely.

Doba trvání: 5 - 10 minut

Rozdělení: Děti byly rozděleny pomocí předchozí hry na lavičce, kdy tak jak se seřadily podle data narození a stály vedle sebe, jsem je rozdělila na skupinky po osmi.

Průběh: V každém zástupu se všichni předklonili. Každé dítě podalo pravou ruku dozadu mezi svými nohama a levou rukou chytilo za ruku dítě před sebou. Vznikly tak řetězy, ve kterých se všechny děti v zástupu držely za ruce. Jakmile bylo odstartováno, vyrazily stonožky vpřed a snažily se co nejrychleji oběhnout kužel a vrátit se zpátky. Rychlejší stonožka zvítězila.



Obrázek 6.: Stonožka

Kachní pochod

Charakteristika: De inihibitors, hra, která má za cíl skupinu dát do pohybu pomocí nezvyklých způsobů.

Cíl: Spolupráce, strategie, pohyb, zábava, taktické myšlení, tělesný kontakt.

Pomůcky: Kužely.

Doba trvání: 5 - 10 minut

Průběh: Navazuje na předchozí hru stonožka. Děti zůstaly ve stejných družstvech. Všichni si sedli do dřepu. Zadní chytil kamaráda před sebou okolo pasu, a jakmile bylo odstartováno, spěchali oběhnout kužel. Kdo upadl nebo si sedl, vypadl. Vyhrálo družstvo s větším počtem zbylých hráčů.



Obrázek 7.: Kachní pochod

STUNTS

Běh o život

Charakteristika: Stunts, zábavné pohybové hry.

Cíl: Strategie, tělesná zdatnost, povzbuzení kamaráda, zábava, rychlost

Pomůcky: Těstoviny, kužely.

Doba trvání: 15 - 20 minut

Rozdělení: Kmenové skupinky.

Průběh: Každý člen družstva musel sám oběhnout danou trasu. Na trase byly dva kužely, které musel každý 3krát oběhnout, pak na konci vzít těstovinu, dát ji do dané nádoby (kuželu), přiběhnout zpátky a předat dalšímu spoluhráči. Družstvo, kde se vystřídali všichni, jako první zvítězilo. Hrál se ale tak dlouho, dokud nedoběhlo poslední dítě.



Obrázek 8.: Běh o život

Člověče, nezlob se

Charakteristika: Stunts, pohybové a zábavné hry.

Cíl: Podpora ve skupině, tělesná zdatnost, rychlost, postřeh, zábava.

Pomůcky: Kostka, kužely.

Doba trvání: 25 - 30 minut

Rozdělení: Děti dostaly na výběr, aby z kmenové skupiny udělaly dvě skupinky po pěti. Vzniklo tak osm skupinek po pěti.

Průběh: Byly vyznačeny dvě hřiště – pomocí kuželů, ty byly dány vždy do rohů. V jedné skupince jsem koulela kostkou já a v druhé skupince paní učitelka. Čtyři skupinky po pěti se postavily ke kuželům-domečkům a hra mohla začít. Ten, kdo koulel kostkou, určoval počet kol, které muselo dítě, které bylo na řadě oběhnout. Z každého družstva musely postupně běžet všechny děti. Hrál se po směru hodinových ručiček. Děti však mohly vyhodit svého soupeře a to tak, že v kruhu ve kterém běhaly, doběhly toho, kdo běžel před nimi a plácly jej, tím ho vyhodily. V kruhu běhalo vždy jedno dítě z družstva, takže celkově běhaly v kruhu 4 děti. Vítězilo družstvo, které jako první mělo všechny děti zpátky v domečku. Ten, kdo byl v domečku se posadil, nebo dřep, pro lepší přehlednost.

Zpětná vazba

Zpětná vazba probíhala na lavičkách. Děti odpovídaly na otázky gestem – palec nahoru, dolů, či jiným gestem.

Zpětná vazba tohoto bloku: Jak se Vám spolupracovalo s ostatními? Uměli Vás kamarádi povzbudit? Získali jste nějaké nové dovednosti? Dozvěděli jste se něco o nového o svých kamarádech? Prožili jste pocit strachu? Udělali jste něco, na co jste pyšní?

Po ukončení zpětné vazby, měly děti čas na hygienu před obědem. Skupinka, která měla službu, musela umýt všechno nádobí po obědě. Ostatní měli volno.

Metodické poznámky a pokyny – příklad z praxe

Jako nevydařenou hru bych hodnotila červení a bílí. Při hraní této hry jsem měla pocit, že mě nikdo neposlouchal, když jsem vysvětlovala pravidla, protože je v průběhu hry nikdo nedodržoval. Vůbec nedodržovali hranice, které byly stanoveny a běželi i daleko za ně, i přesto, že tam neměli co dělat. Vznikl tak konflikt a po znovu připomenutých pravidlech už tato hra neměla smysl, protože děti ji naprosto odsoudily. Do budoucna bych tak určitě zařadila názornou ukázkou, kde si přesně ukážeme hranice možností a také se děti více ptát, zda rozumí pravidlům, nebo mají otázky, či je jim něco nejasného.

Problém se vyskytl při hře na lavičce, kdy jsem neměla k dispozici tak velkou lavičku a proto jsem natáhla na zem lano. Děti tak v podstatě stále stály na zemi a nemusely si dávat pozor na to, aby nespadly z lavičky. Také díky velkému počtu dětí, nešlo uhlídat, jestli si někde něco nešeptají a jestli vážně dodržují to, že nemohou mluvit. Poté při zpětné vazbě této hry, kdy každé dítě řeklo své datum narození ti, co stáli na začátku lana, neslyšeli ty, co stáli na konci lana a naopak. Pro příště v případě tak velkého počtu žáků, by tak bylo možná lepší tuto hru vynechat, nebo zajistit lavičky a dát je třeba do čtverce.

Při hrách stonožka, kachní pochod a boj o život nevyvstaly žádné problémy a vše probíhalo tak jak mělo.

Člověče, nezlob se, děti velmi oslovilo dokonce tak, že za mnou přicházely a prosily o znovu zahrání.

Odpolední blok I. se odehrával v klubovně a měl za cíl prohloubit důvěru a uvolnit atmosféru. Jedná se o kontaktní hru „WARM-UPS“ - sedaná a důvěrovou hru nesoucí název “Trust building activities” – upír.

WARM-UPS

Sedaná

Charakteristika: Warm-Ups, kontaktní hra.

Cíl: Dotykové hry, uvolnění atmosféry, zábava, tělesný kontakt.

Pomůcky: Židle, lístečky s čísly.

Doba trvání: 45 - 50 minut

Rozdělení: Děti byly rozděleny na základě toho, jak seděly vedle sebe – samy se rozpočítávaly čísla od 1 do 4.

Průběh: Děti se posadily na židlích do kruhu. Jakmile mělo každé dítě své číslo, tak se libovolně přesadily. Poté následovalo losování lístečků s čísly. To číslo, které bylo vylosováno, se posunulo o jednu židli dále podle směru hodinových ručiček. Na jednom dítěti mohlo sedět i několik dětí najednou. Pokud padlo číslo, které dítě mělo, ale seděl na něm nějaký kamarád, nemohl se posunout dál a musel čekat, až na něm nikdo sedět nebude. Hra končila, jakmile se někdo dostal zpět na své místo.



Obrázek 9.: Sedaná

TRUST BUILDING ACTIVITIES

Upír

Charakteristika: Trust building activities, hra na rozvoj důvěry.

Cíl: Důvěra, spolupráce, procvičení jmen, orientace v prostoru, komunikace, zábava.

Pomůcky: Židle.

Doba trvání: 25 - 30 minut

Průběh: Děti seděly na židlích v kruhu tak, aby všichni na všechny viděli. Ten, kdo byl uprostřed kruhu byl upírem. Natáhl ruce před sebe, vyhlídl si svou oběť a pomalou chůzí šel ke své oběti – díval se na něj upřeným pohledem, aby to dítě poznalo, že se dívá opravdu na něj. Oběť se mohla zachránit tak, že navázala oční kontakt s nějakým svým spolužákem a ten daný spolužák, řekl jeho jméno dřív, než na něj sáhl upír. Pokud jeho jméno říct nestihl a upír se své oběti dotkl, stal se upír z oběti. Jestli jej však kamarád, kterého si vyhlídl, zachránil, upír šel po kamarádovi.



Obrázek 10.: Upír

Zpětná vazba

Pro zpětnou vazbu byla zvolena tvořící metoda. Dopředu jsem na velký papír nakreslila strom. Každé dítě pak muselo nakreslit pozici, kde se cítilo. Mohly nakreslit panáčka nebo smajlíka.

Metodické poznámky a pokyny – příklad z praxe

Tento blok bych hodnotila velice vydařeně. Nenastal žádný problém, ani komplikace. Při hře upír, jsem pouze musela vícekrát než jednou dětem vysvětlit, co je to pomalá chůze, protože to někteří neuměli pochopit.

Nevýhodou byla malá místnost a trochu zmatek při poskytování zpětné vazby, kdy musely děti chodit k papíru po skupinkách. Zpětná vazba mi poskytla ujištění, že se žádné dítě necítí ostrčeně.

Následovala pauza a začal odpolední blok II. V tomto bloku byla na programu hra s názvem „honba za pokladem“. K této aktivitě přijeli na pomoc pedagogové ze školy, protože bylo přichystáno mnoho stanovišť, tudíž bylo zapotřebí více vedoucích. Blok měl za cíl prohloubit spolupráci u dětí, strategii, důvěru. Jednalo se o hru řadící se do kategorie “Problem solving activities”, tedy řešení problémových úkolů.

PROBLEM SOLVING ACTIVITIES

Honba za pokladem

Charakteristika: Problem solving activities, aktivity zaměřeny na řešení problémů.

Doba trvání: Hodina a půl.

Rozdělení: Děti byly rozděleny podle abecedního pořadí jmen. Bylo pět skupinek po osmi.

Jakmile byly všechny děti rozděleny, tak jednotlivé skupinky musely navštívit všechna stanoviště, kde splnily úkol a za to dostaly indicii – vždy jedno slovo. Na konci

měly mít těchto slov šest (příloha č. 4). Z těchto šesti slov pak musely přijít na to, o jaké slovo jde, tedy slovo nadřazené. Za správně zjištěné slovo dostaly sladkou odměnu a lampión štěstí, který druhý den při zhodnocení vypustily.

- **1. stanoviště – HÁZENÍ NA PLECHOVKY** – byly postavené plechovky. Každý člen skupiny musel shodit alespoň 3 plechovky, na to měl 5 pokusů. Byla vyznačena startovní čára. Každý tak měl stejnou vzdálenost. Pořadí si určovaly děti samy.

Pomůcky: Plechovky, míčky, lano.

Cíl: Pohybová zdatnost, rovnováha, síla, podporování ostatních v týmu, zábava.

- **2. stanoviště – NOŠENÍ VODY** – celé družstvo musí za daný čas naplnit kýbl vody. K tomu musejí použít plastové panáky. Každý člen družstva měl svou plastovou nádobu - panáka. Tímto panákem tak musely přenášet vodu z jednoho kýble do druhého ve vzdálenosti zhruba 15 metrů. Cestou neměly žádné překážky.

Pomůcky: Kýbl, panáky, voda, stopky.

Cíl: Pohybová zdatnost, rovnováha, rychlost, obratnost, zábava.

- **3. stanoviště – PŘESKAKOVÁNÍ BAŽINY** – družstvo dostalo určitý počet kartónů-méně, než bylo jich. Vzhledem k tomu, že ve všech skupinkách bylo osm hráčů, tak každá skupinka dostala pouze šest kartónů. Díky těmto kartónům přeskočily bažinu. Bažina byla vymezený úsek kužely. Jednalo se o určitý úsek, kde se všichni museli najednou dostat z bodu A do bodu B a nikdo se nesměl dotknout země. Nebyl jim však sdělen systém, jakým to měli dokázat.

Pomůcky: Kartony, kužel.

Cíl: Strategické myšlení, taktika, pohybová zdatnost, tělesný kontakt, spolupráce, zábava.

- **4. stanoviště – ŠTAFETA** – družstva musela zdolat štafetu s tím, že si kolík museli účastníci vždy předávat mezi sebou a zároveň splnit časový limit. Každé dítě šlo jednotlivě a muselo oběhnout kužel a vrátit se zpátky. Jeden skákal na jedné noze, další jako žába, po čtyřech, jako krab, dvě děti najednou vytvořily trakař. Pořadí si určovaly samy děti. Pedagog, který zde stál u startovní čáry, měřil čas a dítěti, které bylo právě na řadě, vždy řekl, jakým způsobem má štafetu zdolat.

Pomůcky: Kolík, kužel, stopky.

Cíl: Pohybová zdatnost, rychlost, spolupráce, zábava.



Obrázek 11.: Štafeta

- **5. stanoviště – BASEBALL** – každé dítě muselo alespoň jednou odpálit míček ze tří pokusů. Pedagog jim míček nadhazoval. Celkově musely nasbírat osm bodů. Pořadí si určovaly samy mezi sebou.

Pomůcky: Baseballová pálka, míčky.

Cíl: Pohybová zdatnost, síla, zábava.



Obrázek 12.: Baseball

- **6. stanoviště – ŠTAFETA V PYTLI** – Každé dítě dostalo pytel. Byla určená rovná trasa cca 500 metrů. Na této trase byly vyznačeny kužely. Každé dítě ze skupinky se postavilo k jednomu kuželu. První dítě dostalo štafetový kolík, který muselo přenést k dalšímu dítěti, připraveném na dráze. Přeneslo mu to ovšem tak, že muselo po celý svůj úsek skákat v pytli. To samé čekalo i ostatní účastníky. Tento úkol nebyl na čas, jen musel být dopraven kolík do cílové roviny.

Pomůcky: 8 umělohmotných pytlů, kužely, štafetový kolík.

Cíl: Pohybová zdatnost, obratnost, spolupráce.

Zpětná vazba

Při poskytování zpětné vazby byla využita dramatická metoda. Každý účastník si tak vybral jeden úkol, který plnil a který jej nejvíce bavil. Tuto činnost pak musel ukázat tak, že ji pantomimicky předvedl, ale nemohl se pohybovat, zůstal ve štronzu. Udělal tak ze sebe sochu, která předváděla činnost, co každého nejvíce bavilo. Díky této zpětné vazbě jsem poznala, že všichni byli nejvíce nadšeni z baseballu.

Metodické poznámky a pokyny – příklad z praxe

Při tomto bloku nastaly pouze problémy týkající se rozložení času. Na některých stanovištích děti byly hotovy hned a na jiných se zdržely déle. I přesto, že vždy bylo jedno stanoviště, které bylo prázdné, tak se nejvíce děti hromadily na baseballovém stanovišti. Bylo připravených pouze deset míčků, a i když ty děti, které zrovna neodpalovaly míčky, podávaly ty odpálené zpět, docházelo zde ke zdržení. Do budoucna bych tento problém řešila více míčky.

Po zpětné vazbě děti měly prostor na hygienu před večeří a po jídle následovalo volno.

Večerní program probíhal v klubovně, kde se odehrávaly výtvarné aktivity – samostatná kresba a společný plakát. Všechny děti si sedly ke stolům do jídelny a každé dítě kreslilo samostatně jeden zážitek z celého kurzu. Mezitím chodily skupinky dětí náhodně podle toho, jak seděly do vedlejší místnosti, kde tvořili všichni společný plakát.

Co Tě nejvíce bavilo?

Charakteristika: Výtvarná aktivita.

Cíl: Tvořivost, výtvarné dovednosti, originalita, jemná motorika.

Pomůcky: Papír, pastelky, vodové barvy.

Doba trvání: 1,5 hodiny

Průběh: Každé dítě mělo za úkol nakreslit jednu jakoukoli událost, nebo zážitek, který pro něj byl nejlepší za celý tento kurz.

Tvoření plakátu

Charakteristika: Výtvarná technika.

Cíl: Spolupráce, tvořivost, komunikace, jemná motorika.

Pomůcky: Velký kus papíru, tempery, pastelky, vodové barvy, tužky.

Doba trvání: 1,5 hodiny

Průběh: Každé dítě mělo za úkol na velký papír obkreslit svou ruku, následně ji vybarvit a napsat, jak se jim na kurzu líbilo.



Obrázek 13.: Tvoření plakátu

Zpětná vazba

Zpětná vazba probíhala formou, kdy každé dítě předstoupilo před ostatní a ukázalo, co nakreslilo a řeklo proč.

Metodické poznámky a doporučení – příklad z praxe

Tento blok bych hodnotila pozitivně, protože děti byly klidné a snaživé. Navíc žádnou výtvarnou aktivitu po celou dobu pobytu neměly, takže to byla určitě příjemná změna.

5.3. Program 3. den

Tabulka 5.: Program – pátek

Ranní blok	Rozcvička, snídaně.
Dopolední blok	Vyhodnocení, vypuštění lampiónů.
	Odjezd domů.

Rozcvička byla formou hry na honěnou. Nejprve byl určen jeden chytač a postupně se chytači přidávali, až jich nakonec honilo deset najednou. Chytači byli označeni šátkem omotaným kolem krku, na noze, či na ruce. Po této rychlé aktivitě na rozehrání skupinka, která měla službu, odchází pomáhat do kuchyně a ostatní čekala rozcvička na protažení. Po snídani proběhla hygiena, balení si věcí a sraz venku, kde proběhlo vyhodnocení.

Vyhodnocení

Pomůcky: lampióny štěstí, zápalky, tužka.

Vyhodnocení celého kurzu proběhlo tak, že děti vytvořily skupinky ze včerejší dopolední hry – honba za pokladem. Každé družstvo pak muselo říci své slovo, které zjistilo z ingrediencí. Jako odměnu dostaly všechny děti sladkou odměnu a svůj lampión štěstí, který spolu s pomocí učitelů vypustily. Dále proběhlo společné focení a odchod na nádraží.



Obrázek 14.: Vypouštění lampionů štěstí



Obrázek 15.: Společné foto

6. Hodnocení kurzu

Tato kapitola má za cíl zhodnotit celý adaptační kurz z mého pohledu.

6.1. Nejvíce přínosná aktivita

Jako nejvíce vydařenou aktivitu bych hodnotila honbu za pokladem. Je to z toho důvodu, že každé dítě se muselo u všech stanovišť projevit, nikdo to za něj neudělal. Děti měly možnost si vyzkoušet různé aktivity, ve kterých spolu musely spolupracovat, vzájemně se podporovat, ale zároveň si také uvědomily, že každý člen skupinky je nesmírně důležitý a proto musí táhnout za jeden provaz všichni společně.

Líbilo se mi jejich nadšení, které jsem viděla, když jsem jim rozdala lampióny štěstí. Společnými silami byly tyto lampióny vypuštěny. Děti po jejich vzlétnutí je nadále pozorovaly, kam až poletí a dokonce někteří za nimi i běžely, aby je viděly co nejdéle.

6.2. Nejméně přínosná aktivita

Nejméně přínosná aktivita byla hra červení a bílí. Děti i přes jasně stanovená pravidla, kam až mohou a nemohou, je ihned po začátku hry přestaly dodržovat a rozběhly se po celém areálu. Když jsem jim pravidla vysvětlila znovu, začaly projevovat svůj názor, že se jim tak malé území nelíbí a hra úplně ztratila smysl.

6.3. Subjektivní hodnocení

Celkově mám z kurzu pozitivní dojem, ačkoliv se ne vše povedlo tak, jak bylo naplánováno.

Co bych hodnotila záporně, byla neukázněnost některých žáků, kteří porušovali pravidla kurzu a některých her i přesto, že byli několikrát napomínáni a musely tak být použity tresty.

Také mě mrzí to, že nemohla být uskutečněna stezka odvahy z důvodu promočeného terénu a celkové nepřízně počasí, která nás provázela po celou dobu trvání pobytu.

Komunikaci se školou bych hodnotila ne příliš pozitivně. Vzhledem k tomu, že

se zde od srpna změnil ředitel školy, který s tímto kurzem neměl žádné zkušenosti, nebyl mi v ničem přínosný a veškerou práci a konzultaci jsem musela absolvovat s učiteli, kteří se již kurzu zúčastnili. Organizaci kurzu a programu měl na starosti bývalý ředitel, tudíž mi ostatní nemohli podat ty cenné zkušenosti a poznatky z těchto již uskutečněných kurzů, o které jsem měla zájem.

Doba kurzu si myslím, že by mohla být delší. Kurz byl navíc uskutečněn pozdě a to až poslední týden v září. Bylo to z toho důvodu, že dřív nebyl volný termín v kempu a učitelky nechtěly místo pobytu měnit.

Závěr

Práce se zabývá jedním ze způsobů řešení problémů, jak vyřešit problém s adaptací žáků při přestupu na jinou školu a tím je adaptační kurz. Na začátku tvorby mé práce jsem prostudovala, na co se především zaměřit při budování kolektivu a tím se pak řídila při tvorbě i realizaci kurzu.

Hlavním cílem bylo uspořádat adaptační kurz, kterého se zúčastní 6. třídy i se svými třídními učitelkami. Společně s třídními učitelkami tak proběhl třídní adaptační kurz, který sebou přinesl spoustu společných zážitků a prohloubení vzájemných vztahů mezi spolužáky. U dětí byla rozvíjena spolupráce, ohleduplnost, empatie, respektování druhých a v neposlední řadě i pohybové dovednosti.

Program byl sestaven na základě dotazníkového šetření, které bylo rozdáno žákům, kteří se již kurzu zúčastnili. Ti uvedli, že byli s programem spokojeni, ale chyběl volný čas. Proto jsem do programu začlenila spoustu týmových her, kdy se často měnily skupinky, ve kterých děti pracovaly, ale také zde byl dostatek volného času. Ve volném čase měly k dispozici míče, volejbalové hřiště, klubovnu se stolními hrami, anebo ti, kteří měli z domu kolečkové brusle, mohli je také využít. Velmi mě mrzí, že nemohla být zrealizována stezka odvahy z důvodu nepřízně počasí.

Po celou dobu pobytu se děti řídily pravidly bezpečnosti, které jim byly na začátku kurzu představeny. Děti byly rozděleny do čtyř kmenových skupin, které měly na starosti plnění předem stanovených úkolů. Jednalo se o pomoc při chystání snídaní, obědu a večeře.

Do budoucna bych určitě doporučovala dřívější termín pobytu a také, aby jela každá třída zvlášť. Myslím si, že 40 dětí je opravdu mnoho a kdyby jela každá třída sama, bylo by to pro ně určitě daleko více přínosné. Také bych byla pro, aby kurz trval déle a to celý týden. Tato doba, kterou jsme absolvovali, byla velice krátká.

Co se týče areálu, kde kurz probíhal, tak zde bych nemohla nic vytknout, kdyby nám po celou dobu pobytu vycházelo počasí. Venkovní areál je ideální na hry, je zde hřiště, obrovské prostranství, které hraničí se začátkem lesa a dětské prolézačky. Vnitřní areál byl velmi malý. Jednalo se o klubovnu a jídelnu. Ubytování bylo uspokojivé. Na chatkách bylo vlastní sociální zařízení, ale vybavení je poněkud zastaralé. Zdejší personál je velmi přátelský a ochotný. Nachází se zde i bufet, který děti využívaly.

Realizace tohoto kurzu byla pro mě obrovským přínosem. Získala jsem cenné zkušenosti, které mi už nikdo nevezme a uvědomila si, že mě tato práce baví a naplňuje.

Odborná literatura

ČAPEK, Robert. *Třídní klima a školní klima*. 1.vyd. Praha: Grada, 2010. 328 s. ISBN 978-80-247-2742-4.

DOLEJŠ, Martin a OREL, Miroslav. *Rizikové chování u adolescentů impulzivita jako prediktor tohoto chování*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2017. 105 s. ISBN 978-80-244-5252-4. (online:PDF)

FRANC, Daniel, SOBKOVÁ ZOUNKOVÁ, Daniela a MARTIN, Andy. *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora*. 1.vyd. Brno: Computer Press, 2007. 201 s. ISBN 978-80-251-1701-9.

GILLERNOVÁ, Ilona a Lenka KREJČOVÁ. *Sociální dovednosti ve škole*. 1.vyd. Praha: Grada, 2012. 248 s. ISBN 978-80-247-3472-9.

HANUŠ, Radek a CHYTILOVÁ, Lenka. *Zážitkově pedagogické učení*. 1.vyd. Praha: Grada, 2009. 192 s. ISBN 978-80-247-2816-2.

INSTRUKTOŘI BRNO. *Fond her: 52 nejlepších her z akcí a kurzů*. 1.vyd. Brno: Computer Press, 2007. 211 s. ISBN 978-80-251-1675-3.

KIRCHNER, Jiří. *Psychologie prožitku a dobrodružství*. 1.vyd. Brno: Computer Press, a.s., 2009. 135 s. ISBN 978-80-251-2562-5.

KOLÁŘ, Zdeněk. *Výkladový slovník z pedagogiky*. 1.vyd. Praha: Grada, 2012. 192 s. ISBN 978-80-247-3710-2.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. 1.vyd. Praha: Grada, 2011. 141 s. ISBN 978-80-247-3604-4.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. 2.vyd. Praha: Portál, 1999. 325 s. ISBN 80-7178-345-5.

PELÁNEK, Radek. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. 2.vyd. Praha: Portál, 2008. 205 s. ISBN 978-80-7367-353-6.

REITMAYEROVÁ, Eva a BROUMOVÁ, Věra. *Cílená zpětná vazba: metody pro vedoucí skupin a učitele*. 2.vyd. Praha: Portál, 2007. 173 s. ISBN 978-80-7367-317-8.

RUBIE-DAVIES, Christine M., STEPHENS Jason M. a WATSON, Penelope. *The Routledge international handbook of social psychology of the classroom*. 1.vyd. .London: Routledge, Taylor a Francis Group, 2015. 397 s. ISBN 978-0-415-85696-6.

SHANTZ, Carolyn U. a Willard W. HARTUP. *Conflict in child and adolescent development*. 1.vyd. New York, NY, USA: Cambridge University Press, 1992. 453 s. ISBN 0-521-40416-9.

Internetové zdroje

Gymnasion.org. [online]. 2016 [cit. 31-3-2018]. Dostupné z <http://gymnasion.org/>

Základní škola Velké Hoštice [online]. 2018 [cit. 31-3-2018]. Dostupné z www.zsvelkehostice.cz

Studium psychologie [online]. 2016 [cit. 31-3-2018]. Dostupné z <http://www.studium-psychologie.cz/vyvojova-psychologie/6-pubescence-adolescence.html>

Seznam příloh

1. příloha - přihláška na Kajlovec
2. příloha – dotazník
3. příloha – otázky ke hře lovci podpisů
4. příloha – indicie
5. příloha – potvrzení o zveřejnění fotek

1. příloha



ZÁKLADNÍ ŠKOLA VELKÉ HOŠTICE, OKRES OPAVA, PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

Zámecká 207, 747 31, Velké Hoštice

Vážení rodiče,

V září tradičně vyjíždíme se žáky 6. tříd na **seznamovací kurz** do kempu na Kajlovec. **Významným posláním tohoto kurzu je to, aby se děti ze čtyř obcí hned zpočátku lépe poznaly a spřátelily.** Neúčast se předpokládá pouze v případě zdravotních problémů.

Jede se ve dnech 20. - 22. září. Vyjíždět budeme v 8:00 vlakem z Velkých Hoštic do Opavy, kde přestoupíme na vlak směr Hradec nad Moravicí. V Hradci nás čeká prohlídka zámku a na zámku také oběd. Poté se přesuneme pěšky do kempu, kde se ubytujeme. Děvčata budou ubytovány v jedné velké budově a chlapci v chatkách, kde je záchod, umyvadlo a malá kuchyňka.

Po celou dobu pobytu nás čekají soutěže a týmové hry. Na večeri první den si rozděláme oheň a opečeme špekáčky. Snídaně si budeme připravovat sami (rohlík s nutelou, máslem, marmeládou, čaj), oběd nám druhý den přiveze školní jídelna a na večeri nám přivezou pizzu.

V pátek po snídani proběhne vyhodnocení, úklid a odcházíme na vlak. Vlak z Hradce nám jede 11:06 a ve Velkých Hošticích bychom měli být 11:51.

Finanční rozvaha: Budeme vybírat od každého žáka 550,-Kč (v ceně je ubytování, jídlo, cesta). Na každého žáka přispívá SRPŠ 200,-Kč.

S sebou: Na sebe sportovní oblečení + jedno náhradní teplé oblečení a obuv, gumáky, pláštěnku, baterku, nůž, lžičku, hrneček-nejlépe termo na polévku a na čaj, náplast, hygienické potřeby – kartáček, pasta, mýdlo, hřeben, ručník, čepici, příp. sluneční brýle, pyžamo nebo teplákovku na spaní, repelent proti klíšťatům.

Pítí na cestu do malé plastové lahvičky. Hry – karty, šachy, dáma, pexeso, kdyby přišlo. Kdo chce, může si s sebou vzít **kolečkové brusle**. Zavazadla si žáci přivezou do

školy předem - v pondělí, nebo v úterý - odveze je na místo a zpět obecní automobil.
Žák si poveze s sebou pouze malý batůžek s pitím, svačinou a pláštěnkou.

Ústřížek pro rodiče

Můj syn (dcera)se zúčastní adaptačního kurzu na
Kajlovci

Ano podpis rodičů.....

Ne důvod:.....podpis rodičů:.....

Ústřížek ať odevzdají děti třídnímu učiteli, abychom mohli objednat včas ubytování.
Ostatní informace dostanou žáci v září ve škole. Děkuji za pochopení.

Ředitel školy: Mgr. R. Staněk

2. příloha

Dobrý den,

chtěla bych Vás požádat o vyplnění krátkého dotazníku.

1) Jsem:

- žák (6. třída)
- žák (7. třída)
- žák (8. třída)
- žák (9. třída)

2) Co si myslíš, že je cílem Adaptačních kurzů:

- aby se žáci seznámili mezi sebou
- aby se žáci seznámili s učiteli a mezi sebou
- aby se žáci seznámili mezi sebou, s učiteli a s podmínkami, které na ně čekají ve škole

3) Zúčastnil (a) jsem se Adaptačního kurzu Kajlovec:

- ano
- ne

4) Líbilo se ti na Adaptačním kurzu, na kterém jsi byl(a)?

- rozhodně ano, jel (a) bych znova
- líbilo, ale znova bych již nejel (a)
- nelíbilo

5) Co podle tebe na Adaptačním kurzu rozhodně nesmí chybět:

- týmové hry, soutěže
- volný čas
- zpívání u táboráku
- čas na povídání si
- stezka odvahy

6) Vyhovovala ti délka Adaptačního kurzu?

- ano
- ne, stačil by 1 den

- ne, jel(a) bych na 5 a více dnů

7) Byl(a) jsi spokojen(á) s programem?

- ano, vše bylo super
- vše bylo fajn, ale chyběl volný čas
- bylo málo her
- nudil (a) jsem se

8) Máš raději soutěže ve skupinách, nebo dáváš přednost soutěžím, kdy jsi sám za sebe?

- nejraději soutěžím sám/sama za sebe
- nejraději soutěžím ve skupinách, kde je nutná spolupráce a nikdo nehraje sám za sebe, ale za celou skupinu
- je mi to jedno

9) Byl ti Adaptační kurz přínosem?

- ano, poznala jsem mé spolužáky a od té doby jsme kamarádi
- ano, spolužáci, učitelé i program byl super, není nic co bych vytkl(a) a mám skvělé zážitky
- ne, byla to ztráta času

10) Myslíš, že je důležité, aby se tohoto Adaptačního kurzu zúčastnil třídní učitel?

- rozhodně ano
- spíše ano
- ne, je jedno jaký učitel tam bude

Jestli máš nějaké jiné poznámky, co se týče adaptačního kurzu na Kajlovci co bys rád/ráda uvítal (a) napiš:

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

Děkuji za vyplnění!

3. příloha

Najdi někoho, kdo má staršího sourozence.	
Najdi někoho, kdo má rád kapra.	
Najdi někoho, kdo rád zpívá.	
Najdi někoho, kdo umí lyžovat.	
Najdi někoho, kdo ujel na kole v kuse víc než 20 kilometrů.	

Najdi někoho, kdo rád plave.	
Najdi někoho, kdo má doma nějakého domácího mazlíčka.	
Najdi někoho, kdo byl u moře.	
Najdi někoho, kdo má rád špenát.	
Najdi někoho, kdo hraje fotbal.	

Najdi někoho, kdo má nejraději léto.	
Najdi někoho, kdo rád kreslí.	
Najdi někoho, kdo umí bruslit na kolečkových bruslích.	
Najdi někoho, kdo měl samé jedničky na vysvědčení v první třídě.	
Najdi někoho, kdo má hnědé oči.	

Najdi někoho, kdo umí udělat stojku.	
Najdi někoho, kdo byl v Praze.	
Najdi někoho, kdo se bojí pavouků.	
Najdi někoho, kdo už jezdil na koni.	
Najdi někoho, kdo umí hrát na nějaký hudební nástroj.	

4. příloha

1. SKUPINKA – HLEDANÉ SLOVO – SLUNCE

- stanoviště házení míčků - ŽÁR
- stanoviště nošení vody – SVĚTLO
- stanoviště přeskokování bažiny – DEN
- stanoviště štafeta – PAPERSEK
- stanoviště baseball – NEBE
- stanoviště štafeta v pytli – TEPLLO

2. SKUPINKA – HLEDANÉ SLOVO – ZEBRA

- stanoviště házení míčků - PYŽAMO
- stanoviště nošení vody – ČERNÁ
- stanoviště přeskokování bažiny – BÍLÁ
- stanoviště štafeta – KŮŇ
- stanoviště baseball – PRUHY
- stanoviště štafeta v pytli – PŘECHOD

3. SKUPINKA – HLEDANÉ SLOVO – ŽÁBA

- stanoviště házení míčků - SKOK
- stanoviště nošení vody – BAŽINA
- stanoviště přeskokování bažiny – MOČÁL
- stanoviště štafeta – RYBNÍK
- stanoviště baseball – PLAVÁNÍ
- stanoviště štafeta v pytli – VODA

4. SKUPINKA – HLEDANÉ SLOVO – KRÁL

- stanoviště házení míčků - KORUNA
- stanoviště nošení vody – VLÁDCE
- stanoviště přeskokování bažiny – ZÁMEK
- stanoviště štafeta – PANSTVÍ
- stanoviště baseball – SLÁVA
- stanoviště štafeta v pytli – TRŮN

5. SKUPINKA – HEDANÉ SLOVO – SRDCE

- stanoviště házení míčků - SVATBA
- stanoviště nošení vody – PERNÍK
- stanoviště přeskokování bažiny – ŽIVOT
- stanoviště štafeta – KARTA
- stanoviště baseball – ČESKÁ REPUBLIKA
- stanoviště štafeta v pytli – AORTA

5. příloha

POTVRZENÍ O SOUHLASU ZVEŘEJNĚNÍ FOTEK PRO BAKALÁŘSKÝ
PROJEKT



ZÁKLADNÍ ŠKOLA VELKÉ HOŠTICE, OKRES OPAVA,
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE
Zámecká 207, 747 31, Velké Hoštice

Povoluji zveřejnění fotek z adaptačního kurzu Kajlovec pro 6.třidu, který proběhl ve dnech
20.-22.září 2017 pro potřeby bakalářského projektu s názvem Adaptační kurz pro Základní
školu Velké Hoštice.


ZÁKLADNÍ ŠKOLA VELKÉ HOŠTICE
okr. OPAVA, příspěvková organizace
Zámecká 207, 747 31 Velké Hoštice
-1- IČO: 709 59 528