

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

POHYBOVÝ PROGRAM PRO LETNÍ DĚTSKÉ TÁBORY

Diplomová práce

(Bakalářská)

Autor: Michal Pospíšil, Tělesná výchova – Anglický jazyk se zaměřením na vzdělávání

Vedoucí práce: Mgr. Jana Vašíčková, Ph.D.

Olomouc 2015

Jméno a příjmení autora: Michal Pospíšil

Název bakalářské práce: Pohybový program pro letní dětské tábory

Pracoviště: Katedra společenských věd
v kinantropologii, Fakulta tělesné kultury

Vedoucí práce: Mgr. Jana Vašíčková, Ph.D.

Rok obhajoby: 2015

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá organizací letních dětských táborů. Popisuje základní fyzický a psychický vývoj dětí mladšího a staršího školního věku a jejich chování v kontextu života na táboře. Vymezuje roli vedoucího tábora, jeho povinnosti a navrhuje postupy, jak s dětmi aktivně pracovat. V bakalářské práci je definována teorie her, její vztah ke sportu a využití na táboře. Práce poskytuje rady pro vhodný výběr hry v ohledu mnoha kritérií, popisuje jak hru kvalitně připravit, motivovat táborníky k aktivnímu prožívání a radí, jak v průběhu s hrou efektně pracovat. Nabízí zásobník osvědčených her z mnoha herních prostředí.

Klíčová slova: tábor, hra, program, vedoucí, dítě, prožitek, motivace

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Michal Pospíšil

Title of the bachelor thesis: Programme of the physical activities for the children's summer camp

Department: Department of social science in kinanthropology, Faculty of Physical Culture

Supervisor: Mgr. Jana Vašíčková, Ph.D.

The year of presentation: 2015

Abstract: This thesis deals with the organization of summer camps for children. It characterizes basics of the physical and psychological development of children of primary and secondary school age and describes their behaviour at the camp. It defines the role of the camp leader, also his duties and suggests means how to actively work with children. The bachelor thesis defines the theory of a game and its relationship to sport and its use at summer camps. Thesis provides advice on proper selection regarding many criteria, describes how to prepare the game. Also describes how to motivate participants for having great experience and advices how to effectively adjust the game during the play. It offers a list of certified experienced games from many game areas.

Keywords: summer camp, game, programme, camp leader, child, experience, motivation

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně pod vedením Mgr. Jany Vašíčkové, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci, dne 11. 3. 2015 Michal Pospíšil

.....

Děkuji Mgr. Janě Vašíčkové, Ph.D. za pomoc, vedení a cenné rady, které mi poskytla během zpracování bakalářské práce. Děkuji za nabídku a doporučení odborných materiálů.

Obsah

1	Úvod	8
2	Cíle	10
2.1	Hlavní cíl	10
2.2	Dílčí cíle	10
3	Přehled poznatků	11
3.1	Hra v životě člověka	11
3.1.1	Hra a sport	12
3.1.2	Pohybová hra	13
3.2	Dítě jakožto účastník tábora	14
3.2.1	Přínos tábora	14
3.2.2	Odloučení od rodičů	16
3.2.3	Děti mladšího školního věku	17
3.2.4	Děti staršího školního věku	20
3.3.	Organizace tábora	23
3.3.1	Příprava tábora	23
3.3.2	Harmonogram dne	24
3.4	Role vedoucích	26
3.4.1	Hlavní vedoucí	28
3.4.2	Programový vedoucí	29
3.4.3	Instruktor	30
3.5	Organizace her	31
3.5.1	Úvod do hry	31
3.5.2	Výběr hry	31
3.5.3	Příprava hry	33
3.5.4	Etapové hry	34
3.5.5	Předmluva	35
3.5.6	Pravidla	36
3.5.7	Průběh hry	38
3.5.8	Vyhodnocení hry a zpětná vazba	40
3.6	Zásobník her	41
3.6.1	Seznamovací hry	41
3.6.2	Rozcvičky	43

3.6.3	Honičky.....	46
3.6.4	Pochodové hry	48
3.6.5	Hry v táboře	50
3.6.6	Hry do mokrého programu	52
3.6.7	Hry v lese	55
3.6.8	Hry na louce.....	57
4	Výsledky	60
5	Závěry.....	62
6	Souhrn	63
7	Summary	65
8	Referenční seznam.....	65

1 Úvod

Schýlen plížil jsem se cestou předem vymyšlenou. Skrčen, došel jsem na sto padesát metrů od tábora. Tam bylo dost jasno a já musel lehnouti. Okolo ohně se ostře rýsovaly kontury hlídek, rozhlízejících se na všechny strany. Půda pode mnou byla suchá a křoví nebylo, takže se mi plazilo dobře. Avšak cestou k našemu vigvamu mi bylo přelézat potok v bezprostřední blízkosti stráže. Položil jsem se přes něj břichem a přebrodil jej. Nyní přišlo to nejobtížnější. Jahodí chřestilo pod tělem při sebepatrnějším pohybu, plamen svítil až ke mně a stráž nedaleko. Vyčkal jsem, až přikládali na oheň. Využiv poněkud šera, rychle a neslyšitelně jsem se proplazil kolem nohou hlídky...

Výňatek z deníku Jiřího Wolker (Zapletal, 1985, 13).

Každé dítě má v sobě nespoutanou touhu prožít naplno zážitky, jako měl Jiří Wolker na letním táboře ve svých šestnácti letech. Plížit se potokem a blátem mezi hlídkami, schovávat se v kopřivách a nedbat na nepohodlí. Napětí a vzrušení ze hry dosahuje vrcholu. Hráč v tu chvíli zapomíná, že strážní jsou kamarádi z tábora, v ten okamžik se sám stává špiónem, jenž musí neviděn proklouznout k cíli mezi nepřátelskými hlídkami. Nesmí se nechat chytit, jinak by byl jeho život zcela jistě zmařen. Zapomíná, že v případě odhalení pro něj hra sice končí, ale nehrozí mu žádné nebezpečí. Ne, nesmí být odhalen, proto klidně přetrpí ležet v kopřivách. Právě kvůli těmto chvílím, kdy se děti mohou vžít třeba do role špióna, stojí za to tábor prožít na vlastní kůži. Každému dítěti je dopřáno vyzkoušet si při hře své vysněné povolání (být astronautem, vladařem či právě špiónem), ač na něj sice třeba v životě nedosáhnou, tento zážitek, jím na chvíli skutečně být, dětem nikdo do smrti nevezme.

Bakalářská práce se věnuje letním dětským táborům. Její smysl je především nastínit fungování celého táborového osazenstva během pobytu, nejen táborového personálu, ale také dětí. Vymezuje základní aspekty fyzické a psychické zdatností dětí mladšího a staršího školního věku, jejich předpoklad a vztah k hraní a pohybovým aktivitám. V teoretické části jsem se zaměřil především na hru a její vnímání účastníky hry. V sekci organizace her nabízím několik způsobů, jak postupovat při přípravě hry a především jejím výběru vzhledem k táborovému programu a prostředí. Dále navrhuji

způsoby, jak aktivně a systematicky vysvětlit pravidla hry, motivovat a zapojit do ní všechny účastníky a v neposlední řadě jak s hrou v jejím průběhu aktivně pracovat a následně ji vyhodnotit.

Výběr téma bakalářské práce je ovlivněn především mými zkušenostmi s pořádáním letních dětských táborů v roli hlavního vedoucího. Už od mala jsem jezdil na tábory jako účastník, poté prošel funkcemi instruktora a programového vedoucího. Všechny tábory mi poskytly nespočet krásných a zároveň poučných zkušeností, které jsem se pokusil přenést do této bakalářské práce. Během mnoha let jsem se setkal na různých pobytových akcích (ale i ve školních hodinách) s lidmi, kteří jsou pověřeni vedením hry, avšak jakoby si v určitých pasážích (při vysvětlování hry, jejím průběhu a zhodnocení) nevěděli rady nebo nebyli o sobě přesvědčeni, že mohou děti naplno ke hře motivovat.

Cílem této práce je zpracovat náhled odborníků na tuto problematiku a spojit ji s osobními zkušenostmi, zdůraznit důležité informace a poskytnout rady, jak v ožehavých situacích postupovat. Zároveň přináší několik tipů, jak s hrou aktivně v jejím průběhu pracovat pro zkvalitnění prožitků. Není v lidských možnostech pokaždé vybrat aktivitu, která baví všechny účastníky a zároveň je v určité oblasti rozvíjí. Z toho důvodu jsem se rozhodl jakou součást bakalářské práce zařadit zásobník oblíbených her, které jsem osobně jakožto hráč i organizátor vyzkoušel. Vesměs jde o hry velmi nenáročné na přípravu materiálu a pomůcek.

2 Cíle

2.1 Hlavní cíl

Cílem bakalářské práce je shrnout poznatky o hře, její organizaci vedoucími a o využívání nejen pohybových her na letních dětských táborech v rámci táborového programu. Dále navrhnout možnosti aktivní práce s průběhem hry (úvod, pravidla, vyhodnocení atd.)

2.2 Dílčí cíle

- charakterizovat dítě jakožto účastníka
- charakterizovat roli vedoucího, jeho schopnosti a povinnosti
- charakterizovat denní režim letního dětského tábora
- charakterizovat kritéria pro výběr hry na letních dětských táborech
- navrhnout zásobník her vhodných pro letní dětské tábory

3 Přehled poznatků

3.1 Hra v životě člověka

Dle Mazala (2007) je hra v životě člověka zastoupena jako prostředek pro řešení konfliktních a na psychiku náročných situací. Při hraní dochází k řešení konfliktů pomocí přirozené formy komunikace, kdy je člověku povoleno se s problémy vypořádat i v poměrně nevážené rovině bez strachu z následků v případě prohry. Do hry člověk promítá své postoje, zkušenosti a znalosti v souladu s pravidly hry, která vytyčují hranice, kam až je účastník hry schopen zajít. Na druhou stranu podle Zapletalová (1985) zahrnuje pojem hra tak širokou oblast, že nelze přesně vytyčit hranice, kam až sahá.

Hraní charakterizuje Mazal (2007, 17) jako „záměrnou pohybovou aktivitu jednoho i více lidí, v prostoru a čase, bez složitých pravidel. Hraní nemá přesná, obecně pro hraní platná pravidla, je vymezeno obsahem pohybové aktivity. Je charakterizováno vysokou motivací k činnosti, napětím a uplatněním známých dovedností. V průběhu hraní můžeme soutěžit i spolupracovat.“

Nespornou krásou na celé hře je fakt, že limity při hraní stanovují jen fantazie daného jedince a domluvená pravidla. Je to prostředek, díky kterému máme možnost stát se na chvíli někým (nebo něčím) jiným. Vžít se do role, kterou nám nikdy nebude umožněno se stát. Jak připomíná Jirásek (2002), každý hrající si člověk se oproti rozumovému předpokladu proto může na chvíli stát libovolnou bytostí, vyzkoušet si, jaké by to bylo být sochařem, kapitánem lodi nebo kosmonautem. Neexistuje limit, kterým by byla naše fantazie omezena a právě díky tomu je proces hraní tak jedinečný a nenahraditelný. Podle Mazala (2007) hra dává dětem možnost vyzkoušet si odlišné sociální role, což pro ně může představovat důležité ponaučení v širokém sociálním kontextu.

Dítěti se během hraní rozvíjí osobnost, ale především pohled na ostatní členy hry – učí se v konfrontaci s ostatními, vnímat jejich herní role a přizpůsobit se dané herní situaci v ohledu nejen sebe samotného vůči pravidlům, ale i ostatním účastníkům hry. Dle Kolandové (2014) nás hra také velmi ovlivňuje po stránce výchovné. Pro děti je velmi důležitá, je to autentická činnost, kdy nachází cíl sama v sobě. Ve hře je možno si vyzkoušet různé životní situace, je vhodné si zapamatovat, že děti se učí od svých rodičů a vzorů, jak dané situace správně vyřešit. Pokud se dítěti nebudeme s hrami věnovat, bude si hledat řešení neobvyklých situací například v televizních pořadech, což může vést k osvojení nesprávného řešení. Důležitou funkci má hra i pro rozvoj

komunikace, zlepšuje vnímání svého okolí a chápání jednání ostatních účastníků (Mazal, 2007).

3.1.1 Hra a sport

V průběhu času docházelo k vývoji hry a měnil se na ni i lidský náhled. Rýdl (1998) potvrzuje, že již od počátku hra měla sloužit k odpoutání se od vážnosti života. Nicméně tento fakt je popírán především v situaci, kdy se hráč stává příslušníkem většího komunikačního celku, který nazýváme sport. Souhlasně vyznívá i názor Mazala (2007), že mizí prvotní cíl, kterým měl být prožitek ze hry. Navíc proces hraní pozbývá svého radostného charakteru a častěji nabývá podoby boje. Hraní tímto ztrácí na své funkci zmírňovat stres, ale samo se stresovou situací stává (Lorenz, 1997). Typickým příkladem jsou mistrovská utkání mladších kategorií v týmových sportech (fotbal, hokej), kdy účastníci ze strachu před hněvem ostatních spoluhráčů či trenérů řeší situace odkopnutím balónu či odehráním puku co nejjednodušeji a nejdál od sebe s cílem, aby se vyhnuly chybě.

Jak uvádí Lorenz (1997), člověk je odjakživa bytost soutěživá a v každém jedinci je pevně zafixována touha po vítězství, soutěžení a porážce oponenta v činnosti, kterou zdatně ovládá. S tím je během výkonu spojená soutěživost a řevnivost např. i mezi přáteli hrajícími rekreačně fotbal s cílem „udělat si žízeň“, a přesto neuhnou z jediného fyzického střetu i přes možné následky. Obdobnou úvahu nacházíme v citátu J. Černého (in Mazal, 2007, 26) znějícím „Hra musí být hrána jako plná, naprosto hodnověrná, krutě vážná skutečnost. Její hráči jí musí nejen hrát, nejen umět, nejen předvádět, ale doslova žít jako o život, musí ji brát jako něco smrtelně opravdového, jako něco, kde jde o všechno a o nic.“

Mazal (2007) se také zmiňuje o tom, jak v dnešní společnosti převládá soutěživost a snaha zásadně vyhrát – rozhodně neprohrát, ba ani neremizovat. Pokud jsou navíc týmy ze zákulisí podporovány obrovskými finančními prostředky zajišťujícími kvalitní přípravu, optimální podmínky pro realizační tým i hráče, stává se z původní hry pro prožitek úplně jiná činnost, kde je prvotním úkolem vyhrát a nikoliv si hru užít.

Sport, ač vychází ze hry, je dnes spojen s kultem. Věrný fanoušek je svému týmu loajální za každé situace, je schopen pracovat přesčasy jen proto, aby měl dostatek peněz na výjezdy a mohl podpořit svůj tým. Obětuje čas, peníze, zdraví i vztahy. Tento vztah k týmu, potažmo sportu vychází z hry. Hra sama není nijak závazná, avšak nejen

fanoušci, ale i hráči svým vztahem k ní ze sportu tvoří věc nesmírně důležitou. Jsou schopni obětovat téměř cokoli, aby dosáhli úspěchu – bohužel někteří z vrcholových sportovců si braním podpůrných prostředků trvale ničí zdraví (Fafejta, 2006).

3.1.2 Pohybová hra

Pohybová hra je definována jako uvědomělá organizovaná pohybová aktivita jedinců i skupin, kde se dodržují předem stanovená pravidla. Je charakterizována prožitkem, motivací k činnosti a uplatněním známých dovedností. Je zdrojem emocí (Mazal, 2007).

Využití pohybových her je široké. Vyskytují se v rekreačních aktivitách, ale také ve vzdělávacích procesech, jako jsou hodiny tělesné výchovy nebo sportovní trénink. Výhodou pohybových her je jejich rozličné využití, snadná uchopitelnost a srozumitelnost.

Podle Kolandové (2014) jsou pohybové hry přirozeným a zábavným prostředkem pro rozvíjení motorických schopností, jako jsou např. rychlost, obratnost i síla. Kromě motorického vývoje rozvíjí pohybové hry také duševní vývoj jedince – cvičí děti v umění spolupracovat a analyzovat a vyhodnotit situace v delších či kratších intervalech. Zároveň jsou stavěni před úkoly, jejichž řešení vyžaduje prostor k seberealizaci a využití vynalézavosti. Také Pávková (2008) upozorňuje, že se účastníci prostřednictvím prožitku učí nezbytné sebereflexi, což ve výsledku může vést ke změně chování a pozitivnímu rozvoji osobnosti. Hra je tudíž důležitým činitelem v motorickém, ale i psychickém vývoji dítěte.

Cílem hry je prožitek, radost z pohybu a uspokojení podněcující účastníka k další hře (Kolandová, 2014). Předností pohybových her je jejich široká využitelnost a nezávislost na prostředí, nenáročnost na pomůcky a zapojení široké skupiny pohybových dovedností. Ač se dle Mazala (2007) může v hrách projevovat rozdíl v technické zdatnosti a taktické vyspělosti jednotlivých účastníků, je to především morálka a nadšení ke hře, která může rozhodnout o výsledku klání.

Vedoucí hry (učitelé, vychovatelé, trenéři apod.) mají zároveň v ruce významný nástroj k ovlivnění chování či psychického stavu jedince. Správně zvolenou hrou je možno dětem, které jsou sociálně či fyzicky utiskovány či nepatří do „silného“ jádra skupiny, umožnit vítězství ve hře pocítit chvíli triumfu, zažít pocit úspěchu a štěstí. Jak uvádí Mazal (2007), tento pocit ve svěřencích dlouho přetrvává a posiluje

v nich touhu jej zažít znovu. Na druhou stranu lze správným výběrem hry také až přespříliš jisté a sebevědomé jedince vrátit zpět na zem, což prospěje v dlouhodobém ohledu nejen jim osobně, ale i v chování kolektivu vůči němu.

3.2 Dítě jakožto účastník tábora

Jak uvádí Nejedlý, Hvězdová, Hvězda a Schlanger (1992), pobyt na táboře se velmi liší od každodenního života, který děti prožívají doma a ve škole. Táborový pobyt na ně klade odlišné požadavky, než s kterými se denně normálně setkávají. Vedoucí tábora jsou proto nuceni vzít do úvahy neschopnost při provádění vybraných netypických činností, než kterým jsou děti každodenně vystaveni. Aby si děti tábor mohly skutečně užít a prožít jej naplno, vedoucí musí být připraveni pružně reagovat při volbě programu. Nejedlý et al. (1992) připomínají, že účastníci tábora jsou vystaveni náročným fyzickým i psychickým nárokům, proto by se mělo při organizaci tábora důkladně zvážit věkový rozptyl účastníků. Kořalník (1974) i Nejedlý et al. (1992) uvádějí jako minimální věkovou hranici 6 – 7 let, což odpovídá věku dítěte, když vstupuje do první třídy. Mladší děti jsou sice podle Mazala (2007) s hraním srozuměni, snaží se učit dodržovat pravidla a učit se spolupráci, ale vyžadují individuální přístup, než který může tábor o několika desítkách dětí nabídnout.

Pro děti předškolního věku jsou doporučeny především letní tábory s pohádkovou tematikou. Účastníci pohádkových táborů si zažívají na vlastní kůži příběhy z pohádek, což významně rozvíjí jejich fantazii a podněcuje mysl. Výhodou pohádkové tematiky také bývá obvyklý kontrast mezi zápornými a kladnými pohádkovými postavami, kdy se děti učí zřetelně rozpoznat rozdíl mezi dobrem a zlem. Tento jednoduchý abstrakt jim umožňuje se jednodušeji ztotožnit s pohádkovým hrdinou. Získávají tak potřebné pozitivní vzory, které je mohou morálně ovlivňovat v dalším životě (Humpl, 2015).

3.2.1 Přínos tábora

Během vícedenního táborového pobytu mají děti šanci si zakusit činnosti a hry, ke kterým se v každodenním životě mnohdy nedostanou. Prožití několika týdnů s těmi samými lidmi mezi nimi vytvoří vazby, které jsou zcela rozdílné, než mají s kamarády ve škole.

Přínosem je neoddiskutovatelně rozvoj fantazie a splněná dětská touha po dobrodružství. Na tábore mohou děti uplatnit svou bezbřehou fantazii a vcítit se do herní role. V moci vedoucích je z dětí na několik týdnů udělat odvážné cestovatele do neprobádaných zemí, indiánské náčelníky apod. Děti tak na pár dní mohou odložit své reálné životní role a jen si hrát (Zapletal, 1969).

Táborový program dětem také nabídne dosud nevyzkoušené činnosti, se kterými se v běžné tělesné výchově nesetkají. Ve školních hodinách nedostanou možnost střílet z luku či praku, vyřezávat totemy či stavět chýše. Rozmanitý program vede u dětí k probuzení zájmu, který může vytrvat roky či až do konce života. Na táborech děti mohou získat zálibu v turistice, botanice či táboření. Jak připomíná Zapletal (1969, 10): „Nezáleží ani tak na konkrétním předmětu zájmu, ale na zájmu samém, protože obohacuje život člověka a dává mu nový smysl.“

Nejedlý et al. (1992) uvádějí, že pro mnoho dětí žijících ve městech je tábor jedinečnou příležitostí, jak si zažít těsný kontakt s přírodou. Nejen že na tábore upevní své zdraví kvůli ranním rozcvičkám a pohybu na čerstvém vzduchu, ale denně se dostávají do kontaktu s přírodními materiály a činnostmi, které v minulosti člověk potřeboval k obživě (řezání dřeva, rozdělávání ohně, sběr vody ze studánek atd.) a díky moderním technologiím se s nimi mnohé děti už nesetkávají (Zapletal, 1969).

Kořalník (1974) připomíná, že se děti na táborech učí i morálně kvalitním vlastnostem, kdy jsou vedeni k tomu, aby dokázali uznat svou porážku, poblahopřát vítězi a zkusit v odvetném klání získat vítězství pro svůj tým.

Tábor přináší i možnost zdolávat překážky a překonávat sám sebe. Především v období puberty je pro dítě možnost srovnávat se s ostatními táborníky a zjišťovat, v čem ostatní poráží a v čem ztrácí, velmi důležitá. Zdolávání překážek a celé řady úkolů posiluje charakter a je prospěšné i pro vymýšlení řešení, jakou cestou překážku zdolat (Jirásek, 2002).

Během hraní dochází u mladých chlapců k vybití přebytečné energie, dovoluje jim vypudit ze sebe skrytou agresivitu. Mimo to dávají táborové hry i slabším jedincům šanci triumfovat v některé z vybraných disciplín, navázat jim potřebný sociální kontakt bez předsudků a rozdílů, které si děti vytvoří ve škole. Pro méně úspěšné děti je hra výtečným psychoterapeutickým prostředkem, kde může porazit i silnější, starší a dominantnější táborníky (Zapletal, 1985).

3.2.2 Odloučení od rodičů

Pro mnohé z účastníků je tábor jednou z mála (či jedinou) dobou, kdy jsou odloučení z každodenního dohledu svých rodičů. Zejména mladším účastníkům to v prvních dnech tábora dělá problém a cítí stesk po svých blízkých, avšak paradoxně po vydařeném táboře se jim nechce zpět domů. Humpl (2015) vysvětluje, že ačkoliv se dětem po rodičích především ze začátku pobytu zasteskne, nejedná se o nic patologického, nýbrž to vyjadřuje pozitivní vztah a vazbu dítěte ke svým rodičům či sourozencům.

V pohledu dětí místo rodičů zaujímají vedoucí, jejichž úkolem je kromě sestavování táborového programu a starosti o bezproblémový chod tábora, také působit na svěřence výchovným charakterem. V souladu s bohatým programem působí vedoucí na děti psychologickými a pedagogickými prostředky tak, aby na něj táborníci mohli vděčně vzpomínat (Kořalník, 1974).

Jak uvádí docent psychologie Lašek (in Rohrová, 2014) jednou z možností je děti na odloučení připravit společným táborem s rodiči. Tyto pobyty (příměstské i pobytové) jsou dobrou příležitostí, kdy děti absolvují program s rodiči a navzájem poznávají, čeho jsou schopni. Děti jsou i přes přítomnost rodičů vystaveni vlivu svých vrstevníků, učí se kooperovat nejen se svými rodiči při řešení zadaných úkolů, ale také se střetávají s názory a postoji ostatních dětí ve skupině.

Děti se ovšem vyvíjí zcela odlišně, proto míra samostatnosti i mentální vývoj může být u skupiny dětí stejného věku zcela rozdílná. Pro první pobytový tábor by rodiče neměli své dítě ihned přihlašovat na několika týdenní pobyt. Podle Humpla (2015) se doporučuje dětem do 8 let se účastnit pobytů dlouhých maximálně dva týdny, přičemž obvyklý desetidenní turnus je ideální pro nenásilný rozvoj samostatnosti. Během deseti dní se děti zábavnou formou učí spolupracovat v kolektivu a získávají prostřednictvím zážitků nové zkušenosti a dovednosti.

Během tábora dítě může přirozeně navázat kontakt s rodiči prostřednictvím zasílání dopisů, což nenese oproti telefonátům či osobním návštěvám podobu naléhavé kontroly. Z pohledu Humpla (2015) vychází najevo, že když bude dítěti smutno, může dopis číst vícekrát a vytvořit si tím pocit, že jej rodiče mají rádi a není na něj zapomenuto.

3.2.3 Děti mladšího školního věku

Dítětem v mladším školním věku se rozumí jedinec ve věku 6 – 11 let. Toto období zahrnuje převážně prvních pět let školní docházky. Na většině letních stanových táborů tvoří právě děti v tomto věku převážnou část účastníků.

Vstupem do školní docházky se vývoj u dětí značně urychluje. Volnější režim je vystřídán režimem, kdy jsou na děti poprvé kladeny nároky na soustředěnost a prokazování nabytých vědomostí. Tato tvrzení podporuje i Mazal (2007) když připomíná, že nástupem do školy je u dětí ukončeno první tvořivé období. První školní povinnosti a především školní hodiny už neumožňují dětem hraním získávat veškeré znalosti - „... již si nemůžeme kdykoliv zaměnit hru za práci, za učení, hrát si a učit se jak chceme a kdy potřebujeme“ (Mazal, 2007, 27).

Děti se učí poznávat svá práva a povinnosti především kvůli navštěvování vzdělávacího zařízení. Naneštěstí, sezením 4-6 hodin ve škole se velmi snižuje kvalita pohybového zatížení a zhoršuje se držení těla. Kořalník (1974) upozorňuje, že právě kvůli rozvoji svalstva mají děti této věkové skupiny uspokojovat potřebu pohybu. Právě proto v tomto životním období mají tendenci si venku hrát a zkoušet své možnosti a dovednosti nejen během a skákáním, ale také např. lezením po stromech.

Zároveň jak připomínají Raková, Matuš a Krátky (2011), právě v této životní etapě si děti budují svůj vztah ke sportu a pohybu. Pokud si vytvoří kladný vztah ke sportu nebo také ke zdravé stravě, existuje velká pravděpodobnost, že je tyto předpoklady ovlivní i po zbytek života. Vhodným prostředkem pro udržení pohybové aktivity jsou hodiny tělesné výchovy, kde by mělo být cílem vyučujícího vytvořit u dětí kladný vztah k pohybu. Souhlasným vyjádřením disponuje i Mazal (2007), když uvádí, že vhodně zvolenou pohybovou aktivitou můžeme u dětí nastartovat zájem o pohyb, což vyžaduje schopnost flexibilně upravovat program na míru i méně zdatným jedincům, aby se u nich kvůli opakujícímu se neúspěchu nevytvořil odpor vůči sportu. Důležité je, aby učitel nabídl třídě vícero druhů pohybové aktivity, aby si v nich mohly děti najít tu, která je opravdu baví provozovat a uplatňovat se v ní, než jen stereotypně skončit u míčových her, kde bude vynikat jen určitá skupina ve třídě.

Avšak ne vždy je možnost s programem hodiny tělesné výchovy manipulovat, proto jsou pro dlouhodobý vývoj dětí velmi důležité mimoškolní kroužky, kde mají děti příležitost vybit svou energii. Během pobytu na tábore je dětem umožněno se dostatečně věnovat pohybu a vytvořit si vztah nejen ke sportu samotnému, ale také k přírodě.

Vedoucí letních táborů by měli proto věnovat zvýšenou pozornost při volbě pohybového programu vzhledem k vývoji dětí i jejich současným fyzickým i rozumovým schopnostem. Níže je vypsáno několik bodů, které vedoucí musí vzít při sestavování programu v úvahu:

Přivykání herním rolím

Už u 6–7letých dětí lze vyzorovat pokrok v rozlišování rolí účastníků pohybové aktivity. Nejen že již zvládají respektovat vedoucího hry (učitele, táborového vedoucího, vychovatele...) a podřídit se jeho záměrům a pokynům, ale také uznávat společenskou strukturu herní skupiny. Především na táborech se objevuje ve skupině jedno starší dítě, které získává roli vedoucího či rádce skupiny. Jobánková, Bartošíková, Jičínský, Kvapilová a Minibergerová (2003) podotýkají, že již od předškolního věku se u dětí objevují znaky podřízenosti, či naopak dominantního vystupování ve skupině. Především zpočátku školní docházky (platí totéž i na táborových pobytech), kdy se děti ještě neznají, získávají dominantní roli především fyzicky silní jedinci vynikající obratností, hbitostí či silou. Vztahy jsou zpočátku víceméně nahodilé, např. podle toho, kdo s kým sedí v lavici, či rodiče se znají apod., teprve kolem 10 let se začínají vztahy diferencovat podle vzájemných sympatií, souladu koníčků a zájmů a blízkosti povah.

Nestálost zaujetí

Především u mladších dětí je typické, že jejich koncentrace během hry upadá a zájem se přesouvá k jiné činnosti. Dovedou se nadchnout a užívat si krátkodobě jakoukoliv činnost, ale ještě než by měla být podle harmonogramu ukončena, jejich pozornost a zaujetí se přesouvá k jiné aktivitě. Z toho důvodu je při volbě programu potřeba zařazovat jednoduché krátkodobější aktivity, ať už pohybové či výtvarné (Kořalník, 1974).

Emocionálnost

Jak uvádí Mazal (2007), cílem hry je prožitek. Ačkoliv jsou podle Mazala (2007) děti schopny snášet stále větší pohybové zatížení, problémem je, že při pohybových aktivitách silně prožívají svou činnost, což potlačuje únavu a pocit vyčerpání.

Tento stav je především během několikadenních táborů, kdy se únava hromadí, pro děti velmi nebezpečný a jsou náchylné ke zranění. Z toho důvodu je doporučeno se

vyhnout činnostem, které kladou nárok na silovou nebo rychlostní vytrvalost. V úvahu také musí vedoucí vzít klimatické podmínky – chlad či horké počasí zvyšují únavu účastníků (Kořalník, 1974).

S prožíváním také souvisí stav, kdy jsou děti v týmu mnohdy předem přesvědčeny o vítězství v daném zápolení. V tomto věku ještě nejsou děti objektivně schopny posoudit sílu svého (a soupeřova) týmu a trpí nadměrnou sebedůvěrou ve vlastní schopnosti, což v případě prohraného klání vede k těžkému smířování se s výsledkem a vyrovnání se s porážkou. Zde opět může pozitivně zapůsobit vedoucí, když pochválí za výkon nejen vítěze, ale vyzdvihne úsilí poraženého a najde na jejich práci další pozitiva (Kořalník, 1974).

Rozvoj herního myšlení

Již v mladším školním věku děti usilují o účelné jednání při pohybových aktivitách, rozvíjejí rozumové schopnosti, paměť a herní myšlení. Dítě dokáže v hlavě najednou udržet více faktů, dokáže si poradit s ošemetnějšími situacemi a při rozhodování se k určitému řešení je již schopno se oprostít od svých (či rodičovských) pocitů a přání (Jobánková et al., 2003).

Mazal (2007) dokládá, že již v tomto období je u dětí vidět schopnost poučit se z vlastních chyb a snaha odstranit jejich příčinu při dalším opakování. To je způsobeno kvalitnějším a přesnějším vnímáním. Také při vysvětlování her je na rozdíl od nejmladších dětí (kde je doporučeno pravidla obrazně vysvětlit a názorně předvést), možno využít stručné vysvětlení pravidel s jednoduchou argumentací. Dle Kořalníka (1974) je v tomto období již plně rozvinuta potřeba sebeuplatnění a soutěživosti, což v kombinaci s pohybovými hrami zajišťuje u dětí dostatečný zájem o hru.

Rozvoj motorických schopností

U dětí mladšího školního věku by se mělo rozumně přistupovat k volbě programu i vzhledem k rozvíjení motorických schopností. V tomto období u dětí není ještě plně vyvinut kosterní ani svalový systém, proto nelze přistoupit k cvičením takovým způsobem, jako u starších dětí. Zahradník a Korvas (2012) proto doporučují především přistoupit k rozvoji rychlosti a obratnosti. Rychlost lze na táboře rozvíjet zároveň s hbitostí pomocí překážkových drah, kde nedochází k dlouhodobému zatížení a je mezi jednotlivými pokusy čas na odpočinek.

Trénink vytrvalosti není u mladších dětí příliš doporučen ani vyžadován, jelikož nevede k cílenému nárůstu aerobního výkonu. Podobně není podporován trénink silových schopností, jelikož tělo není na tento typ tréninku ještě plně rozvinuto a zároveň je i u rychlostně-obratnostních cvičení síla rozvíjena principem přirozeného posilování. Účastníci tábora přirozeně posilují při šplhu, úpolových hrách jako jsou přetahování či přetlačování u her ve dvojicích (Zahradník & Korvas, 2012).

3.2.4 Děti staršího školního věku

Starším školním věkem označujeme životní období člověka ve věku 11–15 let, což odpovídá druhému stupni základní školy, tedy 6–9. třídě. Děti už jsou zvyklé na školní docházku a sžily se s režimem povinností a pracemi, které jsou na ně kladeny učiteli a rodiči.

V tomto období dochází k mnoha změnám, jak fyzickým, tak i mentálním. Dle Zahradníka a Korvase (2012) dochází k rychlému růstu a vzestupu sekrece pohlavních hormonů, což vede ke zvyšování svalové síly, ač šlachy a vazy nejsou tak rychlému nárůstu ještě dostatečně přizpůsobeny. To vede k dočasné motorické neohrabanosti a obtížím při osvojování náročnějších pohybových prvků. Viditelným znakem pak je špatné držení těla (Kořalník, 1974).

Vedoucí tábora musí k dětem přistupovat taktně a s pochopením, jelikož v tomto věku procházejí děti obdobím puberty. Na jejich prožívání se výrazně podílejí city a prohlubuje se citlivost vůči erotickým podnětům. Stejně tak musí vedoucí při přednesech uváženě volit slovní obraty, jelikož děti v období puberty hledají za vyjádřeními skrytý podtext, tzv. dvojsmysly.

Mezi dětmi často vznikají konflikty. Počínají se projevat fyzické i mentální rozdíly mezi děvčaty a chlapci. Právě v tomto období podle Mazala (2007) mohou hry pomoci překlenout problémy a urovnat spory. Zvyšuje se zájem o pohybové hry se znaky sportovních her, kde nastává možnost poměřit své schopnosti. Důležitým aspektem je, že vhodně zvoleným programem či pohybovou hrou můžeme u dětí vyvolat budoucí zájem o dané sportovní odvětví a tímto krokem je posunout k realizaci. V tomto věku počíná období, kdy se děti mohou začít specializovat ve sportu.

Zároveň lze vyzorovat rozvoj logického i abstraktního myšlení, hráči si osvojují strategie a jsou již schopni se učit z vlastních chyb. Oceňují především krátké vysvětlení pravidel, jejich jednoduchost a srozumitelnost, zároveň však složitější herní situací, kdy se potýkají s obtížnějším problémem (Mazal, 2007).

I u dětí staršího školního věku se setkáváme s charakteristickými rysy:

Napodobování dospělých

V tomto období nastává u dětí touha chovat se co nejvíce dospěle, napodobit dospělé nejen vzhledem, ale i chováním a bohužel i nešvary. Právě v období puberty mají děti tendenci hodnotit ostatní podle „vyspělosti“ jejich chování a vzhledu. Přirozená touha napodobit dospělé potom vede k negativním jevům, jako jsou experimenty s alkoholem a tabákovými výrobky (Kořalník, 1974).

Právě z toho důvodu je velmi důležité, aby táborový vedoucí příkladným chováním po dobu, kdy má účastníky v péči a nejsou tolik vystaveni okolním škodlivým vlivům, se snažil děti navést k ohleduplnosti a shovívavosti k nedostatkům ostatních. Vedoucí tábora je středem pozornosti (a občas i kritiky) ze strany dětí, proto je důležité, aby situace řešil s rozvahou a vědomím, že děti mohou napodobovat jeho činy a řešit situace dle jeho vzoru.

V tomto životním období u dětí často vzniká pocit nespravedlnosti vůči nim ze strany dospělých. Při vyskytnutí takových situací proto Kořalník (1974) doporučuje řešit situace taktně a nenápadně přímo s jedincem, který se cítí být poškozen. Vhodné je počkat, až „horká hlava“ vychladne a poté začít jednat. Ihned po konfliktu u dětí zabraňuje objektivnímu zhodnocení citové zaujetí, s odstupem času už ovšem dokážou situaci objektivně posoudit a uznat své pochybení.

Vytváření party

Na většině letních táborů jsou děti rozděleny do několika herních skupin, ve kterých spolupracují na řešení zadaných úkolů, jako jedna skupina proplouvají celotáborovou hrou a míří společně za vítězstvím (a porážkami). I přes enormní snahu vedoucích při sestavování těchto skupin a neustálých diskuzí, jestli by bylo vhodnější nechat tyto dva spolu, či je rozdělit, nelze nikdy odhadnout, zda skupina bude správně fungovat a vytvoří se v ní dobrá pracovní atmosféra.

Vedoucí musí vzít do úvahy povahu a přednosti (a slabiny) dětí a pokusit se je rozdělit tak, aby skupina zdravě fungovala. Kořalník (1974) správně uvádí, že tento úkol by měl náležet vedoucím. V případě, že by se rozdělovali do herních skupin sami táborníci, posledních pár dětí zbylých k výběru by nesporně dostalo nálepkou těch „nechtěných“ a „nadbytečných“.

Mimo hry zaručeně na letních táborech vznikají party dětí, které tráví čas spolu v obdobích volna. Vznikají tak drobné kolektivy, kterých se dá vhodně využít při hrách, kde nemusí být nutné rozdělení do celotáborových herních skupin. To potvrzuje i Kořalník (1974), když uvádí, že u her v tomto složení dochází k posilování vědomí příslušnosti ke kolektivu, což vede k obětování osobního vítězství pro kolektiv. Obrovské zaujetí pro hru a intenzivní prožívání avšak může vést k přeceňování vlastních sil. Táborník správně neodhadne své síly a může jednoduše podcenit nebezpečí. Proto je pro vedoucí důležité stanovit přiměřenou zátěž a dohlížet na konání účastníků hry. Kořalník (1974) také uvádí riziko, kdy jsou zejména chlapci ochotni se obětovat pro kolektiv v nepřiměřené míře s neodhadnutým množstvím rizika. Tzv. falešné hrdinství má za následek možné ublížení si na zdraví. Příkladem je situace, kdy týmu spadne do řeky herní balón a jeden z táborníků se rozhodne ho zachránit, avšak neodhadne sílu proudu a hrozí ublížení si, či utonutí. Nejen z tohoto důvodu musí být při hrách u vody přítomen vedoucí starší 18 let (Institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, 2004).

Rozvoj motorických schopností

Dle Zahradníka a Korvase (2012) je starší školní věk obdobím, kdy dochází k přirozenému nárůstu výkonnosti. I přesto, že stále není ukončena osifikace kostí, což limituje výkonnost, dochází k senzitivnímu období pro rozvoj rychlosti. Jsou doporučeny krátké intervaly zatížení s intervalem odpočinku v poměru 1:6. Tedy na 10 vteřin zatížení 60 vteřin odpočinku. Takovému intervalu lze vyhovět především u štafetových závodů, kdy má táborník dostatečný čas se vydýchat, zatímco jsou na trati jeho kolegové.

V období puberty už získává na smyslnosti i trénink aerobní vytrvalosti metodou mírné intenzity nepřerušovaného zatížení a delšího trvání, což poskytují například výlety po okolí.

Dochází také k rozvoji síly. Je důležité rovnoměrně zatěžovat a posilovat všechny svalové partie pro jejich přirozený vývoj. Lze využít silových cvičení, kdy táborník posiluje s hmotností vlastního těla např. dřepy, kliky či sedy-lehy (Zahradník & Korvas, 2012). Je důležité, aby v těchto případech byl v dohledu vedoucí a dohlédl na správné provedení cviku, aby nedošlo k vytvoření špatných návyků vedoucích ke zkracování svalových skupin.

3.3. Organizace tábora

Organizace tábora začíná schůzkami vedoucích již mnoho měsíců před samotným zahájením tábora. To potvrzuje i Jirásek (2002), když uvádí, že průměrný desetidenní program je připravován týmem sedmi vedoucích již od podzimních měsíců. Vedením příprav obvykle bývá pověřen hlavní vedoucí, který od prvotního nápadu na táborové téma koordinuje činnost celého kolektivu vedoucích.

3.3.1 Příprava tábora

Výběr celotáborového tématu je klíčovým aspektem v celé přípravě. Dle Jiráska (2002) je při výběru nutno zvážit okolnosti z mnoha směrů. Vhodnost tématu musí být dána jeho využitelností během celotáborového programu, stejně tak jako jeho atraktivitou, aby účastníky zaujala na více než jen několik her. Je vhodné zároveň vyhodnotit možnost jeho realizace vzhledem k okolí tábora, ačkoliv není výjimkou, kdy navzdory pořádání tábora v letních měsících bylo zvoleno téma zimní – např. expedice na jižní pól nebo dobývání osmitisícových vrcholů (Anonymous, 2012).

Zvolené hry, obzvláště složitější, by měli vedoucí předem vyzkoušet na předtáborovém setkání, či při jiné příležitosti. Hlavní vedoucí (nebo jiný organizátor hry) svým kolegům vysvětlí pravidla a ujistí se, že jsou snadno pochopitelná i pro mladší děti. Dalším krokem je simulace hry – během zkoušky funkčnosti hry lze objevit případné nedostatky a nedorozumění v pravidlech, navíc poskytuje hlavnímu vedoucímu představu, jak v daných herních situacích budou hráči reagovat. Má tak možnost se na průběh hry na táboře s předstihem připravit a modifikovat pravidla tak, aby hra nabízela táborníkům co největší prožitek (Hrkal & Hanuš, 2007).

Příprava tábora probíhá nejen na úrovni výběru vhodného programu, ale je také třeba domluvit spolupráci s organizací, jež tábor zaštití. Ve většině případů dnes již s tímto krokem nebývá problém. Organizace, jako jsou různé Domy dětí a mládeže, či společnosti zabývající se pořádáním volnočasových aktivit, jsou hlavním pořadatelem tábora a táborový personál jsou zaměstnanci přijatí např. na základě Dohody o provedení práce. Hlavní organizátor (tedy pořadatel) má poté velké množství povinností, které musí zabezpečit pro bezpečný průběh tábora. IDM MŠMT (2004) uvádí např.

- zajistit hygienicky nezávadný stav zařízení a provést preventivní opatření, aby předešel šíření nemocí a poškození zdraví
- zvolit předem praktického lékaře v dojezdové vzdálenosti, který bude poskytovat zdravotní péči v místě konání tábora
- oznámit termín a místo konání tábora orgánu ochrany veřejného zdraví (hygienik) jeden až dva měsíce před zahájením akce (záleží na počtu dětí)

3.3.2 Harmonogram dne

Na každé organizované pobytové akci, jako jsou letní dětské tábory, je nezbytně nutné zavést tradiční denní režim. Ten se až na výjimečné situace (jako je dvoudenní výlet či noční hra) stabilně dodržuje. Jak připomíná Zapletal (1969), tábor je jedna velká hra a každá hra musí mít pravidla.

Denní režim se určí na prvním setkání s dětmi po příjezdu na tábor. Vedoucí svolají děti, poučí je o táborovém řádu, o bezpečnosti pohybu v táboře a představí denní režim. Ten by společně s táborovým řádem měl být vyvěšen, aby mohl být všem táborníkům neustále na očích. Slouží nejen k časové orientaci, zároveň silně ovlivňuje jednání dětí. Cílem zavedení denního režimu je upevnit u dětí základní návyky v určité době, jako je provádění hygieny, čas poledního klidu apod. (Nejedlý et al., 1992).

Nejedlý et al. (1992) navrhují takovýto denní režim:

7:00	Budíček, rozsvička, mytí, úklid
8:00	Snídaně
8:30	Nástup, prohlídka stanů
9:00	Dopolední program
12:30	Oběd, polední klid
14:00	Odpolední program
18:00	Organizované volno
19:00	Večeře
19:30	Večerní nástup, denní rozkaz
20:00	Večerní program
21:00	Mytí, příprava na večerku
21:30	Večerka

Jelikož na většině táborů je určena denní služba, která se podílí na přípravě pokrmu či především následně po jídle v poledním klidu umývá nádobí, takovýto časový harmonogram by jí po večeři neumožňoval se rovnocenně zapojit do herního programu a zároveň si plnit své povinnosti služby, proto je vhodné večeři posunout na dřívější čas a poskytnou tak službě čas na umytí nádobí, aniž by na ně tábor musel s programem počkat.

Zapletal (1969) navrhuje smluvit řadu pískaných signálů, aby děti věděly, nač jsou svolávány. Hlavní vedoucí píšťalkou pomocí několika signálů může k sobě rychle přivolat ostatní vedoucí a instruktory, jiným signálem však oznamuje začátek odpoledního programu, nebo svolává na oběd.

Budíček bývá uveden zvukovým signálem, zatímco některé tábory využívají na svolávání dětí nástup hraný na trubku, stejnému účelu poslouží libovolný zvuk adekvátní k tomu, aby probral ze spánku i ty největší spáče (např. bouchání vařečkou do pokličky).

Po budíčku následuje rozcvička. Tu vždy vede jeden z vedoucích. Instruktory mohou napomáhat v organizaci her, či při přípravě (IDM MŠMT, 2004). Na úvod rozcvičky je vhodné zařadit pohybovou aktivitu nízké intenzity, aby se děti pořádně probraly a zahřály svalstvo (viz hra „Postřelená honička“). Prvotním cílem vedoucího je připravit děti na zatížení, zvýšit jejich srdeční frekvenci nad hodnotu zóny adaptace na zátěž (Mazal, 2007). Na tu lze navázat již hrou, která vyžaduje větší pohybovou aktivitu – vhodné je zvolit jiný druh honičky, např. Sanitku (viz zásobník her). Výhodou honiček je jejich krátké trvání, proto i přes několik obměn této hry nezaberou příliš mnoho času. Následuje dynamické rozcvičení, kdy předvádí pověřený vedoucí. Poté mohou následovat různé štafetové hry či hry s pomůckami (přetahování, probíhání a přeskokování lana, když jím vedoucí mezi sebou točí) apod. Na konec rozcvičení by měla být zařazena krátká hra nízké intenzity zátěže, aby se děti zklidnily před snídání (např. hra Skládačka).

Strava je zajištěna 5x denně. Prvním pokrmem je snídaně, následuje dopolední svačina, oběd, odpolední svačina a večeře. Kromě obědu by měla být teplá i večeře, naopak není nutné vařit pokrmy kvůli dopolední a odpolední svačině – zde lze dětem nabídnout pečivo, ovoce či např. müsli tyčinky).

Během dopoledního a odpoledního programu jsou hrány jednotlivé etapy celotáborové hry, nebo jsou vyplněny výtvarnou (pracovní, estetickou) činností. Příprava tohoto programu zabere vedoucímu nejvíce času.

Speciální pozornost musí hlavní vedoucí věnovat polednímu klidu. Děti mladší 11 let by měly denně spát aspoň 10 hodin, z toho 1 hodinu v poledním klidu. Je proto nutné zajistit během poledního klidu adekvátní podmínky, aby mohly děti odpočívat (Nejedlý et al., 1992).

Po večerce je již nutno dodržovat noční klid, nebavit se nahlas se svým sousedem, nesvítit, a pokud to není zcela nutné, neopouštět stan (Zapletal, 1969).

3.4 Role vedoucích

Vedoucí by měl svou rolí, systémem hodnot a názory reprezentovat vzor patřičného chování. Přístup vedoucího ke svěřencům je důležitým motivačním a psychologickým nástrojem. Pro táborníky je osoba hlavního vedoucího nejvyšší autoritou v táboře. To ovšem neznamená, že by toho měl dotyčný využívat, ale naopak snažit se, aby v případě výskytu problému se děti nebály za ním bez rozpaků přijít a požádat ho o pomoc - být dobrým rádcem. V jeho moci je pozitivně podpořit vývoj sebevědomí táborníka, když ho pochválí za správně vykonanou práci a vyzdvihne jeho úsilí. Naopak, ironickými poznámkami a výsměchem před ostatními dětmi může svého svěřence shodit v očích ostatních dětí a nastartovat u něj pocit méněcennosti (Jobánková et al., 2003).

Být vedoucím není vždy vděčné a jednoduché. Přesto každý rok tábory pořádají, dokud budou děti se zájmem jezdit. Motivace k organizaci tábora není jednostranná. Jak uvádí Jirásek (2002), někteří vedoucí nacházejí seberealizaci při přípravě programu, jeho korigování a následně si užívají, když jde vše podle plánu. Jsou i takoví, pro které je tábor možností se zdokonalit v uvádění her, spolupráci a motivaci dětí. Někteří vedoucí si vychutnávají a jsou pro ně důležité i okamžiky, kdy je vše řízeno podle jejich vůle.

Hlavní náplní práce vedoucího je vedení dětí a jejich výchova. Ač nemohou vedoucí mít na děti trvalý vliv jako rodiče, i během několika týdnů, které děti stráví na táboře, je lze poučit v určitých oblastech vzdělání a nabídnout jim zážitky, na které nezapomenou celý život.

Jednou z oblastí, ve které mohou vedoucí za krátký čas účinně zapůsobit, je ukázněné chování v přírodě. Během tábora se většina času tráví hrami v táboře, ale i jeho okolí – na loukách, v lesích, v říčkách apod. Jak připomíná Zapletal (1985), táborníci i s vedoucími jsou v otevřené přírodě pouze hostem, proto je nutné chovat se tak, aby co nejméně narušovali klid přírody. Je samozřejmé, že obzvláště při pohybových hrách plných akce a napětí nelze po tábornících chtít, aby hráli mlčky. K napínavé hře zkrátka patří volání, pískané signály apod. Úkolem vedoucích je proto děti spíše poučit v tom ohledu, aby zbytečně neničily přírodu trháním květin, lámáním větví a bezdůvodné agresivitě vůči žijícím tvorům. Naopak, cílem vedoucího je zajistit, aby děti respektovaly přírodu tak, jak je, našly si k ní vztah a naučily se ji chránit. Vhodným prostředkem je třeba organizovaný úklid odpadků kolem turistických cest. Z takovéto nepříliš zábavné činnosti se dá však prostřednictvím improvizace stvořit hra, jež děti k činnosti ohromně namotivuje. Kdo nasbírá nejvíce odpadků, vyhraje např. právo zapalovat večerní oheň, nebo nebude muset na dopolední službu. Mimo to je prostřednictvím vedoucího u dětí možné vyvolat zájem o botaniku, zoologii či turistiku tím, že je během výletů budou vedoucí seznamovat s okolím (Zapletal, 1985).

Na vedoucího jsou kladeny nároky na jeho charakter, ale i schopnost a dovednost pracovat s dětmi a utvářet program, níže vypsány jsou základní požadavky na výkon vedoucího:

Hodnocení výkonů

Důležitým motivačním nástrojem je pochvala. Největší účinek má na jedince pochvala od celého táborového kolektivu, stejně tak při spáchání špatného činu zapůsobí (více než pokárání od vedoucího) odsouzení činu ostatními dětmi. Vedoucí by neměli při pochvalě zapomínat zhodnotit nejen dosažený výsledek, ale také způsob, jakým se ho dosáhlo a vynaložené úsilí. Pokud táborník dosáhl sice průměrného výsledku, ale s obrovským úsilím, je to cennější než výborný výsledek trénovaného účastníka, který se k vítězství ani příliš nenadřel. Tento aspekt děti ještě mnohdy nechápou, proto je na vedoucích, aby patřičně zhodnotili nejen výsledek, ale i vynaložené úsilí (Zapletal, 1969).

Tvořivost a schopnost improvizovat

Povinností hlavního vedoucího je zodpovídat za celotáborový program, ale na tvorbě programu se většinou podílí celý tým. Jak připomíná Kořalník (1974), vedoucí

by se neměli bát vytvářet program podle svého uvážení. Nevyužívat pouze osvědčené hry, ale pustit uzdu fantazii a vymýšlet hry nové, případně dle situace upravovat staré hry tak, aby více vyhovovaly požadavkům účastníků.

Nelze spoléhat na to, že předem naplánovaný program se bude moct stoprocentně dodržet. Změna klimatických podmínek může narušit bezchybně naplánovanou hru, tudíž je důležité mít v týmu tvořivého vedoucího, který dokáže pravidla i během hry šikovně přizpůsobit momentální situaci (Kořalník, 1974).

Spravedlivé rozhodování

Během tábora se vedoucí dostane mnohdy do situací, kdy je potřeba rozhodnout spor či vyřešit nejasnost. Může se jednat o konflikt při hře, kdy vedoucí přebírá roli rozhodčího a musí nestranně rozhodnout navzdory případným antipatiím vůči jednomu z účastníků. Jak připomíná Kořalník (1974), vedoucí si musí udržet nadhled a vždy rozhodnout v souladu s pravidly nebo aspoň vyřknout co nejspravedlivější kompromis. Spravedlivý úsudek je nutné také provést při rozdělování táborníků do skupin tak, aby byly co nejvyrovnanější a mezi sebou konkurenceschopné. Jak připomíná Jirásek (2002), právě v těchto chvílích je největší zodpovědnost práce vedoucího, aby citlivě vnímal rozpoložení svěřenců a nezařadil ve vypjatých chvílích do programu kontroverzní hru.

3.4.1 Hlavní vedoucí

Hlavní vedoucí je mozkiem celého tábora i personálu. Jeho úkolem je korigovat své spolupracovníky, podílet se na tvorbě programu a stát v čele příprav na tábor již několik měsíců před začátkem pobytu. Jak uvádí IDM MŠMT (2004), hlavní vedoucí musí být plnoletý, stejně jako ostatní vedoucí. Pro výkon funkce se doporučuje, aby byl starší 21 let. Toto není právně podmíněno, nicméně tento věk je doporučen především kvůli ustálenému vývoji a určitým zkušenostem z vykonávání funkce programového vedoucího.

IDM MŠMT (2004) připomíná, že hlavní vedoucí má určité právní odpovědnosti spojené za provoz tábora i odpovědnost za účastníky. Kromě toho zodpovídá za hospodaření na táboře, což zahrnuje nejen ekonomickou přípravu, ale dodržování bezpečnostních a hygienických předpisů, stará se o inventář tábora, kuchyni i marodku.

Mimo to je zodpovědný za veškerou výchovnou činnost na táboře a je motorem dodržování táborového programu.

Z výše napsaných řádků vyplývá, že vykonávat funkci hlavního vedoucího není jednoduché a během celého táborového pobytu je pod tlakem navíc s rizikem, že je jednou nohou ve vězení. Jak připomíná Zapletal (1969), vedoucí ví už před začátkem pobytu, že tábor bude znamenat spoustu těžké práce a odpovědnosti před zákonem. Jde však o silný prožitek, kdy se dospělí na několik dní zase mohou stát dětmi a hodit starosti z civilizace za hlavu. Vychutnat si svůj návrat k radosti z pohybu, napětí a vzrušení ze hry. Připojit se k dětem při hraní a užít si tajné plížení se k soupeřově vlajce. Z pozice vedoucího si vychutnat hru, kterou děti hrají s obrovským zápalem a užít si pocit z dobře odvedené práce. Zapletal připomíná, že mladší děti se navíc nestydí projevit svou oddanost a náklonnost k osobě vedoucího, který je pro ně vzorem. Vykonávat tuto funkci není jednoduché a často ani příjemné, na druhou stranu s sebou nese ohromné uspokojení, když člověk vidí, jak se tábor daří, a děti si naplno užívají program. Děkovná slova na rozloučenou s vědomím, že na těch několik týdnů děti nikdy nezapomenou, je pro vedoucí ohromná satisfakce a důvod, proč se do plánování pustit příští rok znovu.

Nejedlý et al. (1992) zdůrazňují, že je navíc velmi prospěšné a důležité pro bezproblémový chod tábora, aby si hlavní vedoucí rozuměl a vyhovoval s ostatními vedoucími v jeho týmu. Nebál se případné kritiky své práce při táborové radě, pokud je navíc opodstatněná, znamená to přínos a prostor pro zlepšení jeho práce. Pokud panuje souznění a dobrá pracovní atmosféra ve řídicím kolektivu, je mnohem jednodušší se vyrovnat s případnými problémy a i děti mají větší důvěru v ucelený kolektiv.

3.4.2 Programový vedoucí

Všichni vedoucí musí být starší 18 let. Programový vedoucí jsou pověřeni přípravou programu, dohledem na jeho plnění a dohledem nad skupinami dětí (IDM MŠMT, 2004). Jeho pravou rukou jsou instruktoři, kteří jsou pověřeni pomocí s přípravou her a kontrolou pravidel. Programový vedoucí je zároveň styčný bod pro děti, je jejich rádcem a pomocníkem, v případě smutku jim dokáže pozvednout náladu vyprávěním nebo písní.

Programový vedoucí je zodpovědný za dílčí části programu. Jeho úkolem je připravit např. dopolední či odpolední program a pověřit instruktory přípravou

nezbytných propriet. Komunikuje s hlavním vedoucím a řeší veškeré změny v programu způsobené náhlou událostí nebo změnou počasí. Jeho povinností je, jak uvádí IDM MŠMT (2004), před táborem prostudovat materiály ohledně přihlášených dětí (zdravotní komplikace, věk apod.), připomenout si základy první pomoci. Výhodou také je, pokud má v zásobě několik her navíc pro případné změny počasí, vhodné je mít připraveno několik tzv. mokrých her, což jsou hry do deštivého počasí.

Během prvního dne je pro něj důležité co nejvíce poznat svěřené děti a poté se společně s ostatními vedoucími domluvit na jejich rozdělení do skupin tak, aby byly co nejvíce vyvážené (pokud se jedná o tábor, kde vedoucí přihlášené děti nikdy předtím neviděli) (Jirásek, 2002).

Hlavním cílem vedoucího je zajistit bezproblémový průběh připravených her, dodržovat za každých okolností bezpečnostní předpisy a dohlížet na děti.

3.4.3 Instruktor

Instruktor neboli praktikant, je pomocníkem vedoucích na táboře. Funguje jako spojka mezi vedoucími a dětmi. Schopný a spolehlivý praktikant je motorem činností a odebírá z beder vedoucího spoustu starostí. Instruktoři musí být starší 15 let a bývají mladší 18 let. Oproti programovému vedoucímu nemají plnou právní zodpovědnost, proto jim nemohou být určovány práce jako dospělým vedoucím.

Jak podotýká IDM MŠMT (2004), instruktor nesmí být bez vedoucího s dětmi sám mimo oblast tábora, respektive není mu umožněno chodit bez doprovodu s dětmi ke koupání, na výlety či vést celotáborovou službu. Jeho role spočívá tedy především v napomáhání u příprav her, dohledu nad jejich plněním a často je mu svěřena pod patronát jedna z táborových skupin, které je k nápomoci, pokud si neví rady či potřebují vyřešit nepříliš závažné problémy. Instruktor touto rolí patrona skupiny získává první pedagogické zkušenosti, učí se, jak vést skupinu a pracovat s ní. Zapletal (1969) připomíná, že v těchto chvílích by jeho vývoji měl napomoci hlavní vedoucí. Diskutováním o vyskytnutých problémech a jejich nejlepšímu řešení, rozborem táborového programu a předáváním zkušeností ho pomalu připravuje na samostatné vedení dětí, které jej čeká za několik let.

Hlavní vedoucí nesmí zapomínat, že instruktoři jsou nezletilí, není u nich dokončen psychický ani fyzický vývoj, proto by jim měl být dopřán dostatek odpočinku na regeneraci a neměli by být zatěžováni složitými úkoly, především přípravami nočních her.

3.5 Organizace her

3.5.1 Úvod do hry

Hry jsou na táborech důležitou součástí programu. Pro děti to znamená intenzivní zábavnou činnost, kdy se mimo herních úkolů nemusí potýkat s žádnými starostmi. Pro vedoucí totožná hra znamená mnoho hodin příprav při výběru hry, vhodného terénu, jejího zařazení do programu, poté její představení účastníkům a vysvětlení pravidel. Ani v průběhu si vedoucí neodpočine, když dohlíží na dodržování pravidel či nezřídka kdy je do hry sám zapojen. V případě, že je táborový personál důsledný, mnohdy po ukončení hry následuje debata a zhodnocení průběhu, kdy společně s dětmi vyzdvihují povedené prvky a debatují nad tím, co se příliš nepovedlo. Z takovéto zpětné vazby si vedoucí mohou odnést nejen důležité informace k modifikaci hry při případném opakování, ale i cenné zkušenosti pro ně osobně.

IDM MŠMT (2004) klade důraz na to, aby vedoucí nezapomněli, že hra je nejen pro děti, ale i pro táborový personál. Umět si hrát je důležitým faktorem v přípravě hry a především v jejím průběhu. Je chybné stát stranou a pouze dozorovat. Aktivní spoluúčastí na hraní působí vedoucí na děti velmi motivačně (každé se chce před vedoucími co nejvíce vytáhnout, chytit jej při honičce, vybít při vybíjené apod.), zároveň mají možnost hru řídit a usměrňovat.

Využitím her se naskýtá vhodná příležitost ke stmelení kolektivu. Týmové hry přispívají k uvědomění si patřičnosti ke skupině. Zejména pro malé účastníky tábora to je potěšitelné uvědomění, že je i starší děti berou mezi sebe a mohou jim být při hrách prospěšní (Zapletal, 1969).

3.5.2 Výběr hry

Zvolit správný typ hry do programu letních táborů je klíčový aspekt pro hladký průběh tábora a spokojenost účastníků. Zajistit touto volbou, aby hra zapadala do táborového příběhu, byla dětem prospěšná z hlediska fyzického i mentálního vývoje a zároveň svěřence bavila, není jednoduché. V potaz je třeba brát mnoho faktorů, které výběr hry ovlivňují. Mezi nejdůležitější patří vhodnost hry pro danou věkovou skupinu svěřenců, ale stejně tak i výběr příznivého herního prostředí a správného načasování. Výběr hry rozlišujeme tedy nejen podle prostředí, ale také podle zařazení do programu

dne. Jak uvádí Mazal (2007), spektrum okolností pro výběr hry je nesmírně pestré, ale nejdůležitější je děti ke hře správně namotivovat, poté i případné nedokonalosti v organizaci zůstanou nepovšimnuty. U dětí je klíčové, aby měly ochotu ke spolupráci a chuť hrát. Jak připomíná Kolandová (2014), cílem hry je prožitek účastníků a snaha je motivovat do další činnosti. Díky vlivu vedoucích lze také dopřát pocit vítězství méně zdatným hráčům, což je nejučinnější motivace k dalšímu snažení.

Zapletal (1985) uvádí, že by vedoucí měl mít předem připravený harmonogram her a zařazovat je do programu tábora s plynulou návazností. Z počátku programu je vhodné zařazovat hry jednodušší a snazší nejen pro účastníky, ale také pro vedoucí, kterým tento typ her umožňuje s pravidly aktivně manipulovat a přizpůsobovat je momentální situaci. V první fázi tábora v těchto hrách vedoucí poznávají a prověřují schopnosti a dovednosti táborníků. Z takto získaných poznatků lze potom odhadnout intenzitu zatížení a vhodně nastavit obtížnost při hrách složitějších a náročnějších. Pro psychické rozpoložení dětí je výhodnější mít již za sebou úspěšně absolvované hry nižší obtížnosti. To posiluje jejich sebevědomí a jsou schopni následně čelit složitým nárokům při etapových hrách rozhodujících celotáborový příběh.

Prvotním faktorem, který berou vedoucí v potaz, je věkové složení svěřenců. Každá připravená hra musí mít přiměřené požadavky vzhledem k fyzické a mentální vyzrálости táborníků. Mazal (2007) však připomíná, že stejnou hru lze hrát jak s dětmi mladšího školního věku, tak i s dětmi staršími, avšak přizpůsobíme pravidla a požadavky tak, aby přiměřeně splňovaly náročnost. Mladším dětem lze navíc pozměnit námět, aby mu plně rozuměly a byly motivovány provádět herní činnost aktivně a s nadšením.

Velmi důležitým faktorem pro výběr hry je prostředí. To potvrzuje i Jirásek (2002), když uvádí, že inspirativní okolí je pro atmosféru hry klíčové. Pokud vedoucí tábora dokonale využijí znalost okolí a umístí průběh her do prostředí, které ladí s námětem, děti hru mnohem intenzivněji prožívají a pozitivně působí na jejich představivost. Pokud například děti budou za šera stopovat bandu uprchlých trestanců až ke staré rozvalině hradu, jejich prožívání herní atmosféry se podstatně zvýší, než pokud by zločince vystopovaly na rozlehlou louku za plného slunečního svitu. Dopomoci k adekvátní atmosféře mohou i vizuální a akustické podněty. Pokud vedoucí připraví malované kulisy či pustí hudbu vhodnou pro dané téma, velmi tím napomůže představivosti účastníků (Hrkal & Hanuš, 2007).

Specifické prostředí vytvářejí právě večerní či noční hry. Pro děti je tento typ her velmi náročný na psychiku. Ač se táborníci pohybují v prostředí, které za denního světla znají velice dobře, v noci je vnímání situace zcela odlišné. Především fantazie pracuje velmi intenzivně. V průběhu hry hráči bojují sami se sebou, mísí se v nich strach z neznáma a odvaha k tomu, aby dále pokračovali. Jelikož většina účastníků má problémy hry ve tmě absolvovat samostatně, lze ty nejmenší posílat po dvojicích, či v kombinaci se starším táborníkem. Důležitým pravidlem při přípravě noční hry je to, aby se hra konala v prostředí, které děti znají z jiné činnosti, která se na témže místě odehrávala za dne. Kvůli bezpečnosti je nutné se vyhnout nebezpečným či nepřehledným místům, obzvláště zvýšeným, kde by hrozilo zranění. V průběhu hry by se děti neměly strašit, jelikož již samotné absolvování cesty je pro většinu z nich překonání sama sebe. Vedoucí pak následně (především u stezky odvahy) nehodnotí rychlost provedení, ale jen jeho splnění. Po noční hře je nutný odpočinek, proto by měl být následujícího rána posunut budíček a zmírněn dopolední program (Nejedlý et al., 1992).

Vedoucí by si měli při výběru hry položit klíčovou otázku, jaký je cíl dané hry a čeho jí chtějí dosáhnout. Mazal (2007) uvádí některé z nepřeberného množství možných cílů – např. danou hrou zvýšit zájem o danou aktivitu dětí, pokusit se je naučit spolupráci ve skupině, podpořit tvořivost a rozvoj fantazie, dát dětem možnost realizovat své nápady a prosadit je ve skupině či je jen pobavit.

3.5.3 Příprava hry

Příprava her vyžaduje velké množství času. Celotáborovou etapovou hru je potřeba promyslet několik měsíců před zahájením tábora tak, aby jednotlivé části odpovídaly příběhu. Je to komplexní činnost, která zahrnuje nejen vymýšlení příběhu, ale také jednotlivých etap – každá hra navíc vyžaduje individuální přípravu a zejména některé herní pomůcky je nutné mít nachystány ještě před táborem, jelikož by v přírodě nebyly k sehnání.

Důkladný hlavní vedoucí tudíž musí již týdny dopředu promyslet, co bude ke každé hře potřeba, které pomůcky lze vyrobit až na místě a které je nutno sehnat v předstihu ve městě. Kvalita pomůcek výrazně ovlivňuje charakter a hladký průběh hry. Ty musí být také uzpůsobeny věku hráčů. Menší děti mají například menší dlaně, proto je vhodné zvolit při míčových hrách balon menších rozměrů (Mazal, 2007).

Na přípravě jednotlivých her se v průběhu tábora podílejí vedoucí a instruktoři, které zaúkoluje hlavní vedoucí a náležitě rozloží zátěž tak, aby hra byla co nejrychleji a nejdůkladněji připravena (Zapletal, 1985). Hrkal a Hanuš (2007) připomínají, že největší chybou při přípravě hry je podcenění množství času nutného na přípravu. Hlavní vedoucí proto musí již dopředu promyslet, kolik času na přípravu hra adekvátně vyžaduje a podle náročnosti přidělit k její přípravě dostatek vedoucích.

Zapletal (1985) připomíná, že je důležité zvolit správné umístění pro herní činnost. Najít nejvhodnější místo v terénu, vytyčit hranice herního území, připravit a rozmístit pomůcky a odstranit veškeré potencionálně nebezpečné objekty (ostré kameny, špičaté větve apod.). Důkladným vytyčením hranic herního území předcházíme hádkám a sporům, které mohou mezi dětmi během hry nastat, když se budou navzájem obviňovat, že jeden z nich vyběhl z platného území. Cílem vedoucích by mělo být vymezení území tak přesně, jak jen to jde. Vhodným nástrojem jsou nastříhané fáborčky z krepového papíru, na loukách volně natažená lana v trávě (v případě jejich napnutí by přes ně děti mohly zakopávat), ve vodě plovoucí bóje. Nejlepším řešením je vymezení herního území zřetelnými přírodními hranicemi – potokem, okrajem lesa, cestou, remízkem apod.

3.5.4 Etapové hry

Zvláštním typem her jsou hry etapové. Uplatňují se především na vícedenních pobytových akcích nebo během celoroční činnosti oddílu. Většina táborů využívá etapové hry jakožto prostředku, který provází táborníky příběhem. Celá etapová hra dokumentuje příběh, zvolený jako námět tábora. Skládá se z jednotlivých her (etap) složených v táborovém programu tak, aby na sebe vhodně navazovaly. Etapová hra má většinou zahájení, kterým jsou děti uvedeny do příběhu. IDM MŠMT (2004) doporučuje, aby zahájení etapové hry bylo načato poutavým příběhem. Zapletal (1985) navrhuje čtení pasáže z knihy, podle které je příběh vymyšlen. U táborníků je tak snadněji navozena patřičná atmosféra a jsou snadno vtaženi do děje. I vedoucímu čtení pasáže knihy před každou etapovou částí ušetří čas s vymyšlením vlastního textu.

Velmi důležitým aspektem je také vymyslet efektní zakončení celého příběhu spojené s vyhodnocením výsledků a dosaženého cíle (Nejedlý et al., 1992).

Etapové hry se většinou hrají po skupinách, kde je prostor děti vést k osvojení si spolupráce v kolektivu. Společný cíl a touha po vítězství děti uvnitř skupiny stmeluje

a vytváří se pevné vazby při řešení situací, které lze řešit jen společnými silami a je nutná spolupráce každého člena skupiny. Etapové hry jsou dokonalým nástrojem, jak v dětech probudit náležitost ke skupině a správně zvolenou hrou mohou mezi ostatními vyniknout právě ti nejmenší a nejmladší táborníci, což v očích svých spoluhráčů vyzdvihne jejich důležitost přínosu pro tým.

Výhodou tohoto typu her je jejich provázanost a emocionálnost. Každá etapa přináší napětí a vzrušení o to, kdo získá nejvíce bodů. Jednotlivé etapy se bodují podle dosažených výsledků a v celkovém hodnocení poté vyhrává skupina, která získá nejvíce bodů či první dosáhne výsledného úkolu v poslední etapě. Jak uvádí Zapletal (1985), mnohdy se stane, že poslední etapa obrátí pořadí naruby a i skupina, která byla do té doby poslední, může dosáhnout na vítězství. O vítězi často rozhodují jen sekundy a napětí v poslední části dosahuje vrcholu. Právě soutěživost mezi jednotlivými skupinami je pro vedoucí vynikajícím motivačním nástrojem. Vhodnou skladbou her mohou držet táborníky v zaujetí, což je hnacím motorem jejich aktivity při dodržování programu. Správně zvoleným příběhem se i ty nejobvyklejší (a nejméně oblíbené) činnosti, jako je sběr dřeva či škrábání brambor, můžou stát napínavým závodem o body a nástrojem, jak se dotáhnout nebo zvýšit náskok nad ostatními skupinami.

Hlavní vedoucí ovšem při skladbě táborového programu nezapomíná, že pouze etapovými hrami nelze vyplnit celý program. Je vhodné doplnit soutěžní a bodované etapové hry hrami jednoduššími a krátkodobými. Etapová hra by měla být vyvrcholením celého denního programu, zbytek vyhrazeného času může být využit ke krátkým pohybovým hrám, zaměstnáním nebo výtvarné činnosti (IDM MŠMT, 2004).

3.5.5 Předmluva

Mazal (2007) je přesvědčen, že záleží především na projevu vedoucího, který hru účastníkům představuje. Využívá přitom veškerý um, aby hráče zaujal a motivoval, aby hráli s co největším zápletem a nasazením a to formou verbální i neverbální komunikace. Vedoucí si v takovéto chvíli musí uvědomit, že je potřeba mluvit zřetelně a jasnou formou, aby byli hráči dychtiví si hru užít. Vhodným proslovem je skutečně možné děti na hru nabudit, že budou hrát s maximálním možným zápletem a vydají ze sebe špičkové výkony.

Nezbytnou součástí pro intenzivní uvedení hráčů do děje je i příprava scény a prostoru. Možností jak zaujmout posluchače a navodit správnou herní atmosféru je mnoho. Mezi ně patří např. tematické sehrání scény v kostýmech, či přečtení libreta z knihy. Pro atmosféru lze i vyzdobit místo, kde vedoucí hru vysvětluje, mapami okolí, novinovými výstřižky, citáty, akusticky doladit puštěnou hudbou apod. (Jirásek, 2002).

Zcela přesně předmluvu vystihuje Mazal (2007), když vedoucímu hry přisuzuje v libretu roli herce a následně v průběhu hry roli režiséra. Role herce se vedoucí zhostí právě při navození atmosféry, při snaze motivovat hráče k maximálnímu nasazení. Vedoucí by se měl v takovéto chvíli umět dostatečně sžít se svými posluchači (hráči) a přesvědčit je, že stojí za to aktivitu skutečně provádět. V průběhu hry poté přebírá roli režiséra, kdy dohlíží na hru, reaguje případně změnou pravidel, mění zatížení a sám se občas taktéž zapojuje.

3.5.6 Pravidla

Pravidla hry musí být úmyslně zvolena tak, aby mohl vyhrát kdokoliv z účastníků. Hra by zároveň měla mít dostatečně pružná pravidla, aby vedoucí měli možnost reagovat na situace a během hraní mohli pravidla pozměňovat. Mazal (2007) dokonce tvrdí, že podle umu pružně s pravidly během hry manipulovat lze rozpoznat kvalitu vedoucího.

Přesné dodržování pravidel je pro hru klíčové. Během každé hry nastávají situace, kdy lze pravidla porušit za účelem zjednodušení si vyřešení situace. Pravidla jsou pro všechny hráče nastavena stejně, proto lze vyhrát i bez podvodu. Hráči jsou v průběhu hry nejen samotnými účastníky, ale navzájem se svou přítomností hlídají při dodržování a spolupodílí se na rozhodování.

Herman (2013) se ve svém článku zabývá pevným nastavením pravidel. Takovým způsobem, jak je vedoucí nastaví, se musí pravidla dodržovat. Proto Herman (2013, 40) nabádá: „Při nastavování pravidel nic takového jako volba neexistuje! Dobrý lektor přece musí vědět, jak funguje skupina a kam ji vede. A je za to zodpovědný. Jediné, co může skupině při vytváření pravidel nabídnout, jde dojem volby. Teprve po nastavení pravidel mohou mít účastníci volbu skutečnou.“

Nejčastější chyby, kterých se kantoři (lektoři, vedoucí, organizátoři apod.) při výkladu pravidel jsou především:

- povrchní výklad pravidel, za účelem „aby to bylo rychle odbyto“

- vedoucí sami pravidla nedodrží
- během hry se s pravidly již nepracuje, nepřizpůsobují se situaci za účelem zkvalitnění hry

Názorná ukázka

Nejen u dětí mladšího školního věku (kde je to nutné), ale i u starších dětí a dospělých je u složitějších her vhodné pravidla znázornit ukázkou. Vedoucí smí vysvětlit a navrhnout strategii, jak hrát, kudy se pohybovat a jak se vyhýbat překážkám, avšak neprozradit hráčům nejlepší taktiku – nechat je, ať na nejvhodnější strategii přijdou sami.

Obrovským plusem je při představení pravidel hry již využít herní prostor a naznačit správné použití. Vedoucí již mohou hráče rozestavit do herních útvarů, provést je herním prostředím (např. projít s nimi opičí dráhu a předvést zdolání překážek). Názorná ukázka sice zabere čas, ale ve výsledku ušetří více času, než kdyby se musela pravidla dvakrát opakovat.

Velikou pomocí pro představivost dětí je průběh hry nakreslit na papír a při vysvětlování jim rovnou ukazovat, o čem se mluví – např. hranice herního území. Nakreslený plánec je důležitý pro představu a pro prvotní orientaci v terénu, leč stává se, že děti ne zcela stoprocentně pochopí přesné hranice, proto je případně vhodné s dětmi herní území projít a ukázat přímo na místě hranice vymežující herní prostor.

Určení herních rolí

Pokud se vybírají do herních rolí hráči z celého táborového osazenstva, je zásadní, aby byly pečlivě přiděleny. Do silných rolí ve hře (např. do role detektiva ve hře, kde dva detektivové chytají bandu deseti lupičů při opakovaném pašování peněz přes hranice) je vhodné obsadit schopnější hráče, kteří se významné role aktivně zhostí a svým výkonem přispějí ke kvalitě hry (pokud by detektiva hrál nejmladší účastník, mohlo by se stát, že by mu všichni starší hráči utekli, což by výrazně zjednodušilo hru a značně narušilo účel hry).

Obměna pravidel

U mnohých her je podle oficiálních pravidel možné děti ze hry vylučovat, např. pokud je zasažen míčem při vybíjení. Mazal (2007) správně navrhuje, že k tomuto

kroku je nesprávné přistupovat. Hlavním cílem hry je prožitek všech účastníků a je nezbytné, aby hru hráli všichni hráči, ne jen hrstka pro danou hru šikovnějších a schopnějších. Změnou pravidel vedoucí docílí, že se všichni hráči cítí zapojeni (u vybité např. povolit návrat vybitého hráče do hry po 30 vteřinách či 10 klicích).

Forma výkladu pravidel

Vedoucí mohou hráčům představit pravidla několika způsoby. Základní možností je vysvětlit pravidla ústně. Výhodou je, že hráči mohou ihned reagovat na body, které jim nejsou jasné. V takovémto podání je nezbytné, aby vedoucí kladl důraz na přesnost pojmů, systematickosti vyjádření a posloupnost dílčích etap tzn., aby se vyvaroval přeskokování z bodu na bod.

Další možností je pravidla vypsát na větší arch papíru, aby byl dětem na očích, nebo pravidla sepsat na menší papír, vytisknout a rozdat hráčům v dostatečně velkém časovém předstihu před započítím hry, aby měli čas je nastudovat. Většinou je ale i tak nezbytné pravidla dovysvětlit a zodpovědět na dotazy (Jirásek, 2002).

Na konci se vedoucí přesvědčí, že všichni hráči dokonale rozumí vyloženým pravidlům, klidně se i přeptá několika kontrolními dotazy. U dětí předškolního a mladšího věku je toto pravidlo nutné dodržovat (Mazal, 2007). Vedoucí by však měl odpovídat jen na dotazy, které přímo souvisí s vyloženými pravidly. Děti pokládají dotazy přesahující pochopení pravidel a snaží se zjistit postup, jak úkol vyřešit. Pokud to není nezbytné, vedoucí by měl děti nechat vymyslet si svou strategii, aby případným návrhem nezmenšoval manévrovací prostor jiným týmům při vymýšlení vlastní taktiky. Vhodnou pomocí při týmových i individuálních hrách je nechat dětem po vysvětlení pravidel krátký čas, aby si mohly stanovit svou strategii (Jirásek, 2002).

3.5.7 Průběh hry

Jakmile hra vypukne, práce vedoucího zdaleka nekončí. Ač na dodržování pravidel dohlíží všichni vedoucí zapojení do aktivity a také sami hráči, jeden určený vedoucí se stává hlavním rozhodčím, řešícím vzniklé nejasnosti a spory. Ten má právo rozhodnout o konečném verdiktu. I přes důkladné a pečlivé nachystání pravidel vznikají situace, na které pravidla nepamatují. Hrkal a Hanuš (2007) doporučují, aby v takovéto situaci rozhodčí rozhodoval rychle, nestranně a především spravedlivě. Měl by vyslechnout námítky účastníků a dle svého rozumného uvážení rozhodnout o situaci.

Především u náročných fyzických her je pro děti fantastická motivace, když tým vedoucích a instruktorů poskládá vlastní soutěžní družstvo a zúčastní se soutěže. Když děti vidí, že i dospělí vedoucí nevypouští jedinou situaci a bojují naplno, sami budou hře věnovat maximální úsilí. Naopak velmi demotivující pro děti je (zatímco se sami lopotí při velmi náročné hře), pokud vedoucí v jejich dohledu odpočívají a věnují se volnočasovým aktivitám (Hrkal & Hanuš, 2007).

V situaci, že se hra nepovede, není vhodné trvat na dohrání hry, když jsou hráči znuděni a bez motivace. Vedoucí by měl okamžitě zareagovat buďto volbou nové hry nebo úpravou pravidel vedoucí k vyšší intenzitě zatížení – zvýšením nároků na pozornost, rychlost apod. Toho lze dosáhnout např. zmenšením rozměrů hřiště, přidáním dalšího míče, změnou role některého z hráčů. Totéž platí u her, kde je zcela jasně jeden tým slabší než druhý – v takovém případě by měl vedoucí okamžitě vyměnit některé hráče a tím srovnat kvality týmů na stejnou úroveň. Pokud ani tyto kroky nepomohou k zaujetí hráčů, vedoucí by měl mít v zásobě připravenou hru jiného žánru, přizpůsobenou momentální náladě hráčů.

Naopak pokud je hra mezi dětmi vychvalována, vedoucí mohou hru klidně opakovat. Mazal (2007) uvádí, že ač je hrána stejná hra, její průběh není nikdy stejný a nastávají rozdílné situace. Každá hra je originálem. Na druhou stranu, je vhodné rychle měnit hry nebo je aspoň obměňovat. Zpočátku jsou děti na začátku nové hry zvědavé, hra je nová a zajímavá. Tento pocit se však rychle vytrácí, proto vedoucí provede obměnu nebo úplně změni hru dřív, než hra děti omrzí.

Během hry vedoucí sledují projev hráčů, zaměřují se nejen na pozitivní stránky, ale i na negativní aspekty chování, jako je přílišná agresivita, či extrémní touha vyhrát projevující se snahou o zvýhodnění sám sebe před svým týmem či porušením pravidel a chování při řešení náročných situací. Pokud se někdo osobně výrazně zlepší, vedoucí by neměl takový výkon zapomenout pochválit, podpoří tím motivaci (Zapletal, 1985).

Především hlavní vedoucí aktivně pracuje s vymezeným časem na hru. Už při přípravě hry musí vedoucí dobře promyslet, kolik času hra zabere. Je možné v průběhu hry časový limit na provedení úkolu zmenšit či zvětšit a zajistit tak vyšší atraktivitu hry. Ke konci hry, kdy odtikávají poslední minuty časového limitu, ze sebe děti vydávají většinou nejvíce fyzických sil, proto např. při hrách na hřišti je vhodné na konci děti shromáždit a zařadit na odlehčení pohybovou hru s nižším zatížením a případně i tématikou, kdy se děti pobaví (Mazal, 2007).

3.5.8 Vyhodnocení hry a zpětná vazba

Při vyhodnocení hry se vedoucí neuchyluje k pouhému vyhlášení vítězů. Především na táborech je důležité popsat a zhodnotit dosažené výkony. Vedoucí si nevšímají pouze výsledného umístění, ale během hry pozorují pečlivě výkony každého jednotlivce. Sledují použitou strategii, přístup k řešení herních situací, improvizaci a tvořivost v jejich provedení. Podle herního projevu a chování během hry lze snadno rozpoznat základní povahové rysy, např. cholera řešící každou situaci individuálně, či flegmatika téměř se nezúčastňujícího se rozhodování ve skupině apod.

K vyhodnocení hry by měli vedoucí přistupovat ihned po jejich skončení, nebo aspoň ještě tentýž den při slavnostním vyhlášení (např. večer u táborového ohně). Pokud je na táboře vedeno skupinové či individuální bodování, vedoucí ihned zaznamenává výsledky do bodovacího archu, který by měl být všem viditelně na očích a kdykoliv přístupný. Všechny děti mají soutěživého ducha a právě vyvěšené bodování je vynikajícím motivačním nástrojem, jak v nich probudit touhu se nadále zlepšovat a získat co nejvíce bodů. Vedoucí musí přikládat maximální pozornost na správné bodování, jelikož děti neustále žádají mít přehled o tom, jak si vedou (IDM MŠMT, 2004).

Vedoucí by ve zhodnocení měli pochválit předvedené výkony nejen těch nejlepších, ale i hráčů na straně poražených. Vyjádřením pochvaly např. nad zvlášť šikovným úhybným manévrem, inteligentním řešením situace, nezištnou přihrávkou či výkonem na hranici sebeobětování si vedoucí u dětí (a naopak) získávají respekt. Pochvalou nebo uznalým pokývnutím i u poražených dětí zvyšujeme jejich motivaci do dalšího klání značně více a dlouhodoběji, než si dokážou dospělí představit (Mazal, 2007).

Vhodné je při vyhlásování výsledků využít i pomůcky, jako jsou stupně vítězů, zapsání na zeď slávy apod. Některé děti mohou zažít pocit vítězství jen zřídka a pro některé to může být dokonce poprvé a naposledy, proto by se vedoucí neměli bát z vyhlásování výsledků udělat slavnostní rituál a příkladně odměňovat vítěze (Hrkal & Hanuš, 2007).

U menších dětí je vhodné přistoupit k hodnocení mírněji. To platí i během hry, aby vedoucí zvládli odpustit neúmyslnou chybu. Mazal (2007) připomíná, že je velmi důležité jednat s dětmi jakéhokoliv věku jako rovný s rovným. To je základním aspektem důvěry a motivace pokračovat a snažit se ve hře.

IDM MŠMT (2004) i Zapletal (1985) se shodují na tom, že velmi důležitým přínosem pro vedoucího hry je následná diskuze se samotnými hráči. Ta může přinést velmi pozitivní ohlasy, kdy děti chválí určité pasáže hry, nadšeně mluví o zadaných překážkách apod. Tato pozitivní zpětná vazba je pro vedoucího prospěšná. Má důkaz, že správně zvolil zadané překážky a hra děti bavila. Na druhou stranu je vhodné děti zároveň upozornit, aby se nebály na hře vypíchnout nedostatky, které se jim nelíbily. Z pohledu aktivního hráče se mohou ve hře objevit nejasná, složitá či naopak nedotažená pravidla vedoucí k tomu, že jsou děti na rozpacích, jak danou situaci vyhodnotit v souladu s pravidly. Tyto poznatky může vedoucí při přípravě hry snadno přehlédnout a odhalí je až testování hry. Takto získaná zpětná vazba je pro vedoucího skutečně velmi prospěšná, má možnost pravidla upravit a zdokonalit tak hru pro další použití. Pokud se umí vedoucí ze svých chyb poučit, velmi se tím zdokonaluje.

3.6 Zásobník her

Cílem této kapitoly je poskytnout v každé vybrané kategorii několik osvědčených vyzkoušených her, které byly vybrány s co nejmenším nárokem na specifické prostředí. Jedná se především o hry univerzální, které mohou být zařazeny do libovolného tábora a jsou vhodné pro děti mladšího a staršího školního věku. Většina her je nenáročná na prostor, proto mohou být využity i v budovách nebo tělocvičnách v zájmových kroužcích, nebo jakožto součást školní hodiny tělesné výchovy.

Hry rozvíjí nejen motorické schopnosti a dovednosti, ale jsou zaměřeny i na spolupráci ve skupině. Hry jsou rozděleny do několika kategorií dle jejich charakteru či využití na táboře.

Některé z her byly inspirovány příklady ze sbírek uvedených v referenčním seznamu (Zapletal, 1985; Mazal, 2007). Autor práce hry modifikoval dle osobních zkušeností pro vhodné použití na táborech.

3.6.1 Seznamovací hry

Hlavním účelem tohoto typu her je poskytnout táborníkům možnost aktivně se mezi sebou seznámit formou her. Většina her je zaměřena na rozvoj spolupráce a poznání ostatních dětí. Níže uvedené hry jsou velmi nenáročné na pomůcky a materiál.

Jejich nespornou výhodou je široká adaptabilita, aby je bylo možno provozovat v libovolném prostředí.

Pokud se děti vidí navzájem poprvé v životě (což většinou na letních táborech skutečně bývá), je vhodné ihned na začátku pobytové akce zařadit do programu hry, jejichž cílem je představení účastníků. Vedoucí zařazují hry, kde si děti mají za úkol zapamatovat jména ostatních dětí.

Hra se jmény v kruhu

Místo: rovná plocha

Pomůcky: volejbalový míč

Cílem hry je seznámit se se jmény ostatních dětí. Vedoucí i děti se posadí na zem a vytvoří kruh. V prvním kole se každý hráč představí svým jménem, před které si vymyslí libovolné přídavné jméno začínající na stejné písmeno (např. Moudrý Michal, Agresivní Anička apod.). V druhém kole za účelem zafixování si těchto jmen si hráči mezi sebou libovolně hází míčem. Hráč, který chytí balon, musí před přihrávkou vyslovit adresátovo celé herní jméno. Po chvíli je provedena další obměna. První hráč se představí svým jménem: „Já jsem Moudrý Michal.“ Hráč po jeho pravici řekne: „Po mé levé ruce sedí Moudrý Michal a já jsem Agresivní Anička.“ Takto hra pokračuje v protisměru hodinových ručiček, až poslední hráč v kruhu musí zopakovat jména všech svých sousedů.

Hra je určena k zapamatování jmen ostatních táborníků.

Začleňování

Místo: kdekoliv

Pomůcky: papíry se jmény pohádkových postav a libovolných předmětů

Vedoucí předem připraví papírky se jmény pohádek či pohádkových bytostí (alespoň dvoučlenné) – rozstříhnou je a náhodně rozdají dětem. Jejich úkolem je najít se mezi sebou a vytvořit dvojice (např. princ – bajaja). Obměna: známá jména (kultura, sport apod.), místa v ČR či v okolí tábora.

Další obměnou jsou papírky, na nichž je na každém napsané jedno jméno z dvojice, které logicky patří k sobě (např. Voskovec – Werich, Ferda Mravenec – Brouk Pytlík apod.) Úkolem dětí je najít si druha, ke kterému patří. Na papírcích se

mohou objevit názvy zcela obyčejných věcí, které na první pohled nepasují k sobě, úkolem dětí je na tuto spojitost přijít a obhájit ji přede všemi. Př. Nůžky/papír, ale stejně tak papír/žirafa – z papíru lze poskládat origami žirafu.

Cílem hry je děti motivovat ke komunikaci mezi sebou. Hráči si nachází partnery v celé skupině a netvoří dvojice jen se svými známými, tím probíhá první vzájemný kontakt. Především u obměny hry, kdy děti vysvětlují spojitost mezi dvěma těžko souvisejícími pojmy, je cílem se pobavit a podiskutovat nad výsledným herním spojením.

Úkolem vedoucího je v této hře podnítit děti ke společné konverzaci. Jeho snahou je zapojit všechny děti do komunikace mezi sebou, bez rozdílu pohlaví a věku. Vhodným prostředkem je, pokud se vedoucí sami zapojí do hry.

Seřazování na čáře

Místo: rovný terén

Pomůcky: lano

Vedoucí na zem položí horolezecké lana aspoň 5 metrů dlouhé (pro každou skupinu jedno). Hráči vytvoří skupinky aspoň po šesti účastnících a stoupnou si na lano. Jejich úkolem je na pokyn vedoucího se mlčky srovnat podle zadaného kritéria, aniž by sestoupili byť jediným krokem z položeného lana – od nejnižšího po nejvyššího, od nejmladšího po nejstaršího, od nejmenší po největší velikost boty apod. Variant je nespočetně mnoho, záleží jen na fantazii vedoucího. Jakmile vedoucí oznámí začátek hry, začíná stopovat čas. Pokud některý z hráčů promluví nebo sešlápne z lana, jeho týmu se připočítává ke konečnému času 5 sekund.

Vedoucí na konci hry zkontroluje správnost seřazení, vyhlásí výsledný čas a vítězný tým. Cílem hry je naučit děti spolupracovat i beze slov a zároveň se pobavit.

3.6.2 Rozcvičky

Cílem rozcvičky je zahřát organismus na zátěž. Mazal (2007, 52) tvrdí, že: „... je snahou vedoucího „zahřát“ organismus účastníků, připravit jej na zatížení, tedy zvýšit srdeční frekvenci na nebo nad hodnotu zóny adaptace organismu na zátěž. Obecně hovoříme o hodnotách 135 až 145 tepy za minutu.“

Rozcvičku je nezbytné doplnit statickým a dynamickým protažením. Na konci je vhodné zařadit zklidňující aktivitu.

Skládačka

Místo: travnatá rovná plocha

Pomůcky: -

Tato hra patří do závěrečné části rozcvičky, kdy je cílem vedoucího, aby se děti po předcházejících náročnějších pohybových hrách uklidnily nenáročnou zábavnou činností.

Hráči jsou rozdělení na několik týmů. Nutné ovšem je, aby v každém z nich bylo minimálně šest dětí. V případě této hry vůbec nevádí, pokud je v každé skupině hodně dětí. Tím se zvyšuje náročnost hry a také její zábavnost. Vedoucí zadá znalostní otázku, např.: „Jaké iniciály má nejlepší český hokejista poslední doby nosící číslo 68?“, úkolem dětí je co nejrychleji ze svých těl poskládat na zemi patřičnou odpověď (JJ). Důležitým pravidlem je, že musí být využiti všichni členové týmu. Vyhrává tým, který dříve složí správnou odpověď. Vedoucí zadává úkoly, kde výsledek je především tvořen pomocí písmen (iniciály či krátký nápis) nebo čísel (početní úkol, kde děti představují výsledek).

Elektrika

Místo: hřiště, či delší rovný úsek

Pomůcky: hrací karty nebo kostka

Děti vytvoří vsedě dvě řady a chytí se za ruce. Kromě prvního všichni koukají vpřed či do nebe. Vedoucí má v ruce balíček hracích karet, postupně prvním v řadě ukazuje karty, na jednu předem určenou (např. libovolnou srdcovou kartu) první v řadě posílají stisknutím sousedovy ruky svou řadou elektriku. Jakmile takto předaná elektřina dojde k poslednímu, ten vyráží na druhý konec hřiště, dotkne se plotu (čáry) a utíká zpět. Kdo první doběhne ke své skupině, získává pro svůj tým bod. Běžec se poté zařazuje na začátek řady. Tímto způsobem se prostřídá celý tým.

Hra je zaměřena především na reakční rychlost, proto by měla být zařazena do programu až po důkladném rozcvičení a nejlépe až po jiné pohybové aktivitě, aby bylo svalstvo dostatečně protaženo.

Zloděj šátků

Místo: hřiště, louka, volný rozlehlý prostor

Pomůcky: šátky

Děti si strčí za kalhoty šátek (ocásek), po odstartování hry je jejich úkolem během 1 minuty pobrat šátky ostatním, ale zároveň si uchránit ten svůj. Kdo ztratí šátek, stále hraje a snaží se sebrat ostatním. Vítězí hráč s největším počtem šátků na konci. Hru je vhodné zopakovat. Hrává se i tak, že kdo ztratí šátek, je ze hry vyřazen. Toto pravidlo není ovšem příliš vhodné aplikovat, jelikož některé děti ztratí šátek v prvních vteřinách hry a jsou po zbytek hry nuceni přihlížet. A především posledním dvěma zbylým hráčům trvá ukořistění soupeřova šátku většinou velmi dlouho.

Pony express

Místo: travnatá rovná plocha či hřiště

Pomůcky: schůdky (židle či stoly), seznam otázek

Dvě skupiny dětí jsou seřazeny v zástupech. Dva vedoucí si mezitím připraví každý 15 jednoduchých otázek (např. jaké je hlavní město Slovenska, jaký je nejvyšší vrchol ČR, kde je nejbližší vlaková zastávka apod.) a stoupnou si na druhý konec hřiště. Do půlky hřiště se dá každé skupině židle/schůdky, u kterých bude u každé další vedoucí.

Na povel děti ve dvojici vystartují – jeden z nich představuje koně, druhý jezdce. Možností jak tuto dvojici ztvárnit je několik, buďto nese kůň svého jezdce na ramenou (nebezpečné u malých dětí), pro větší bezpečí je doporučeno využívat spíše trakaře (jeden drží druhého za kotníky, ten musí překonávat vzdálenost pouze po ruce). Jezdec jede na koni do půlky hřiště (ke schůdkům), kde seskočí a dobíhá k vedoucímu, který mu pokládá otázku. Pokud správně odpoví, vrací se ke koni, nasedá na něj (pomocí schůdků) a vrací se ke skupině, kde předává štafetu a vybíhá další pár. Pokud jezdec neví nebo odpoví napoprvé špatně, dobíhá se poradit za koněm. Když mu kůň poradí, vrací se k vedoucímu s odpovědí. Pokud ani kůň neví, nebo poradí špatně, musí jezdec nasednout na koně, doběhnout zpět ke skupině, která jim poradí správnou odpověď a jedou zase zpět k vedoucímu (se sesednutím v půlce hřiště). Pokud nezná odpověď na zadanou otázku ani celé družstvo, vedoucí jim může poradit za nějaký kolektivní fyzický trest (15 dřepů apod.). Vítězí tým, který rychleji zodpoví všechny otázky.

Tato hra si nárokuje fyzickou zdatnost i určité všeobecné znalosti. Vedoucí by proto měli zvážit obtížnost zadávaných otázek a fyzický fond svých svěřenců. Zařazení této hry do rozcvičky se může ukázat jako nesystematické, pro děti hra může být příliš náročná a může být využita v dopoledním či odpoledním programu. Hra rozvíjí především spolupráci v týmu a ve dvojicích.

3.6.3 Honičky

Sanitka

Místo: hřiště, rovná plocha

Pomůcky: karimatky či žíněnky

Doprostřed hřiště se položí karimatka/žíněnka (funguje jako nemocnice), určí se dva naháněči – ti zůstávají v roli celou hru. Jakmile agresori někoho chytí, ten se musí položit na záda na místě, kde byl chycen, a vzpažit. Ostatní ho mohou zachránit a vrátit do hry tak, že ho chytí za ruce a za nohy a odnesou do nemocnice. Během odnášení sami nemohou být chyceni. Na přenesení zraněného jsou potřeba nejméně DVA lidi, pokud jich je více, je to rychlejší, ale v tom případě může být ten přebývajícím chycen a stává se zraněným.

U této hry vznikají především krizové situace, kdy k raněnému doběhne jeden hráč a chytne ho za ruce či nohy, avšak bohužel nemá partnera, který by mu pomohl zraněného odnést. V tu chvíli přiběhne naháněč a zachránce chytí. V takovémto případě imunita pro zachránce neplatí, jelikož je na odnos zraněného sám. Imunitu mají jen DVA nesoucí zachránce.

Vedoucím je zároveň vřele doporučeno vymežit kolem nemocnice (karimatky) zónu bezpečí, do které naháněči nesmí vstoupit, stejně tak jako hráči, kteří nenesou chyceného kamaráda. Vyhnou se tím úkazu, kdy naháněči si stoupnou k nemocnici a jakmile tam je někdo oživen, okamžitě ho chytí i s jeho záchranáři.

Mazal (2007) navíc doporučuje, aby byl stanoven časový herní limit, do kdy musí naháněči všechny pochyvat, jinak prohrají. Hru je vhodné zopakovat vícekrát a vyměnit role.

Hra je zaměřena na rozvoj spolupráce a pomáhá budovat vztahy mezi dětmi. Ty projevují osobní statečnost, když riskují pomoc ostatním, ačkoliv mohou být snadno

polapeni. Je vhodné, aby vedoucí po skončení hry slovně zhodnotil projevené úsilí hráčů a pochválil projevenou statečnost.

„Postřelená“ honička

Místo: hřiště, rovná plocha (stačí malý prostor)

Pomůcky: -

Tato hra je na bázi obyčejné předávací honičky. Kdo je chycen (postřelen), chytí se horní končetinou na tom místě, kde byl zasažen a sám se stává naháněčem. Totéž při druhém chycení – využívá druhou horní končetinu. Při třetím chycení pouští místo prvního zásahu a chytá se za nové. Hráč se celou hru drží na zasažených místech. Jedině pokud je zrovna v roli naháněče, může kvůli předání baby na chvíli z těla ruku odtáhnout. Změnou je, že pohyblivost hráčů není taková jako za normálních podmínek, proto je vhodné zmenšit herní území. V této hře není pohybová zátěž tak intenzivní jako v obyčejných honičkách. Hra slouží především k pobavení účastníků. Vedoucí ukončí hru, jakmile ustává aktivita hráčů.

Plácaná honička

Místo: hřiště, rovná plocha

Pomůcky: frisbee (může být nahrazeno jakýmkoliv snadno uchopitelným předmětem)

Jedná se o předávací honičku. Na začátku se doprostřed hřiště umístí svatý grál (volejbalový balon, frisbee). Když naháněč chytí oběť, ta se musí nejprve dotknout svatého grálu, než začne sama chytat ostatní hráče – až po dotyku se teprve stává naháněčem. Právě v této době, kdy už byl hráč chycen, ale ještě se nedotkl svatého grálu, může být ostatními plácán po zadku a dolních končetinách (jemně!). Svatý grál se může libovolně kdykoliv během hry přenášet z místa na místo, ovšem hráč ho může držet max. 5 vteřin a poté položit (neházet!) na zem.

Příklad: Anička je naháněč a chytí Marka. Ten se snaží urychleně dostat ke svatému grálu, mezitím k němu přibíhají ostatní táborníci a plácají ho po zadku. Marek dostává výprask, protože Lucka mezitím ukradla svatý grál a nese jej na druhou stranu hřiště. Když konečně po pěti vteřinách grál odloží a Marek se ho dotkne, aktivuje se do role naháněče a hned vyrazí za Luckou a chytí ji. Ta se snaží dostat ke grálu, jenže ten už je zase v područí Aničky, která jej přenáší co nejdál od Lucky.

Vedoucí musí při vysvětlení pravidel vložit obrovský důraz, aby děti pochopily, že nesmí nikoho plácet výše než je zadek a nijak silně. Některé děti se ovšem snadno nechávají strhnout zápalem hry a proto občas místo jemného poplácání trochu „přitlačí“. Vedoucí proto pilně dohlíží na průběh hry - jakmile u někoho spatří agresivitu, okamžitě jej vyloučí ze hry.

Hra slouží především k zábavě, avšak velmi důležitý je zde dohled vedoucího.

3.6.4 Pochodové hry

Seznam níže vypsanych her je možno využít především na výletech či přesunech na herní území. Jejich výraznou výhodou je široká využitelnost, nenáročnost na herní terén a v neposlední řadě zábavnost. Většina uvedených her avšak vyžaduje přípravu herního materiálu, ač se nejedná o pomůcky, které si žádají dlouho trvající výrobu.

Cílem těchto her je především zabavit táborníky, aby zapomněli, že pochodují. Zejména mladší děti mnohdy nemají dostatek vůle k absolvování výletů. Pomocí těchto jednoduchých her vedoucí lenochy jednoduše namotivuje a ujdou tak mnohem větší vzdálenosti, než by sami pomysleli.

Vedoucí by však měli být opatrní při zařazení takovéto hry při delších výletech. Hry mohou být náročné na fyzické schopnosti a také stav, kdy jsou děti neustále ve střehu, je po nějaké době začne vyčerpávat. Využití her tedy musí být důkladně zváženo.

Do této kategorie také spadá mnoho her zaměřených na všímavost aktivit prováděných vedoucími a ostatními hráči, ale také všímaní si přírodních útvarů, seznámení se s lokální flórou a faunou.

Zajatý odbojář

Místo: nejlépe cesta v lese či na louce

Pomůcky: papírové podepsané kartičky

Hra má námět z druhé světové války. Odbojář byl zajat vojáky nepřítele, kteří ho předvádějí k výslechu. U sebe má nanejvýš nebezpečný a usvědčující dokument. Musí se jej zbavit, jinak bude najisto popraven.

Ke hře jsou potřeba dva vedoucí. Jeden vedoucí jde v čele celé skupiny (nikdo jej nesmí předběhnout), druhý skupinu uzavírá (nikdo nesmí být za ním). Rozestup mezi nimi činí maximálně 20 metrů. Každý z hráčů má u sebe kartičku se svým podpisem (usvědčující dokument). Zároveň má každý účastník dvě role – roli odbojáře a roli strážce. Všichni se snaží během 30minutového limitu zbavit svého dokumentu, zároveň však hlídají své spoluhráče. Pokud uvidí někoho odhodit kartičku, strčí si ji do kapsy.

Za nepovšimnuté odhození kartičky získá hráč 10 bodů, pokud ji ovšem někdo zvedl, získává bodů jen 5. Za každou nalezenou odhozenou kartičku získává hráč 10 bodů. Kdo v předepsaném limitu svou kartičku neodhodí, ztrácí 20 bodů.

Tabu slova

Místo: kdekoliv

Pomůcky: papírové kartičky

Tato hra je velmi jednoduchá, dá se hrát kdekoliv a libovolně dlouhou dobu. Tématem hry jsou slova, na která bylo uvaleno tabu. Těmito slovy jsou: jo, ano, ne. Každý hráč na začátku dostane 20 papírových kartiček (životů). Jakmile před někým vysloví jedno ze zakázaných slov, musí odevzdat jeden život tomu hráči, který ho slyšel. Pokud ho slyší více hráčů najednou, získává život ten, který se o něj první přihlásí zvoláním „Tabu!“. Výběr zakázaných slov mohou vedoucí libovolně upravit, avšak tyto základní by měly být ponechány – jedná se o přirozenou odpověď na dotaz jiného táborníka.

Po uplynutí herní doby vyhrává táborník, který má nasbíraných nejvíce životů. Hráč, který ztratí všechny životy, se okamžitě musí přihlásit hlavnímu vedoucímu. Ten ho odmění pěti náhradními životy a trestem vykonání služby v táboře, či jiné náročné činnosti.

Hra rozvíjí sebeovládání, děti si hlídají, co říkají. Jejím cílem je především pobavit účastníky.

Povodeň, bomba, puma

Místo: libovolné během pochodu

Pomůcky: -

Tato hra je velmi zábavná. Využívá se především při výletech, při přesunech mezi jednotlivými herními stanovišti, na orientačních procházkách apod.

Jakmile vedoucí zahlásí „Pozor povodeň!“, všichni hráči mají 5 vteřin na to, aby vyšplhali na strom (stačí půl metru nad zem), pověsili se na větev, vylezli na svého spoluhráče apod. Hráči se nesmí dotýkat nohama země, tudíž neplatí vylézt na zvýšené místo, jako je skála nebo pařez. Komu se v časovém limitu nepodaří vylézt do bezpečné výšky, získává trestný bod.

Na klíčové zvolání „Pozor bomba!“ musí všichni hráči co nejrychleji padnout k zemi rovně před sebe (lehnout si na břicho). Kdo je poslední nebo lehne jinak, než přímo před sebe (např. protože je tam bláto či kaluž), získává trestný bod.

Při signálu „Pozor puma!“ zavře vedoucí oči a odpočítává nahlas do deseti. Hráči mezitím utíkají se schovat. Vedoucí poté otevře oči, může popojít libovolným směrem max. 5 kroků. Koho zahlédne, ten získává trestný bod. Signál k opuštění krytů zní „Konec pumy!“.

Vedoucí tuto hru může s dětmi hrát během pochodu libovolně dlouho. Ze začátku se děti budou neustále snažit držet blízko stromů, nicméně pokud dlouho nepřijde žádný signál, ztratí svou ostražitost. Hru je vhodné citlivě ukončit, aby děti nebyly příliš unaveny neustálým hledáním krytu, lezením na strom apod. Vítězí hráč, který má na konci nejméně trestných bodů.

3.6.5 Hry v táboře

Všechny z níže uvedených her se hrají v prostředí tábora a jeho nejbližším okolí. V případě těchto her je nutné, aby vedoucí vymezili prostory, v nichž se mohou během hry hráči pohybovat a zakázali pohyb v místech, kde může dojít při vzrušení ze hry ke zranění nebo poškození majetku. Některé z aktivit hraných v táboře lze využít jako doplněk k tradičnímu dennímu programu (viz Krádež vlajky).

Krádež vlajky

Pomůcky: malá vlajka přivázaná k holi

Časová dotace: celý den

Cílem této hry je doprovodit běžnou táborovou činnost souběžně konanou hrou. Vedoucí upevní doprostřed táborového náměstíčka hůl, na níž je přivázaná malá vlajka

(kapesník, ubrus apod.). Předem si připraví pořadí hráčů, kteří budou mít roli zloděje vlajky. Prvního z nich si nenápadně odvede bokem a vysvětlí mu pravidla hry a jeho úkol a zapíše si startovní čas. Teprve poté dochází k vyhlášení hry pro celý tábor. Ihned poté si vedoucí nenápadně odvede druhého na seznamu a sdělí mu, že jakmile zloděj před ním (ne)uspěje se svým úkolem, přechází role zloděje od nové půlhodiny na něj (např. v 11.30 či 12.00).

Úkolem zloděje je nenápadně ukrást vlajku a doběhnou s ní k předem vyznačenému bodu vzdálenému cca 200 metrů od tábora. Pokud je při krádeži chycen (nebo po cestě k cíli), vlajka se umístí zpět doprostřed náměstíčka a od nové půlhodiny se snaží vlajku ukrást již jiný pověřený zloděj. Hráči mají neomezený časový limit na splnění úkolu, avšak vyhrává ten, kdo úspěšně ukradne vlajku co nejrychleji.

Hráči při hře rozvíjí rychlost a obratnost. Zároveň uplatňují herní myšlení při vymýšlení vhodné strategie pro krádež vlajky.

Město špiónů

Pomůcky: papíry formátu A4 a A5 s trojčífernými čísly, šátky nebo čelenky, zápisník s tužkou, izolepa, nůžky

Časová dotace: 1 hodina

Tato hra je vhodná k zařazení především do druhé části odpoledního programu, kdy se už blíží soumrak.

Táborníci jsou rozdělení na dvě skupiny – strážce a špiony. Špioni mají na hlavě šátky či čelenky, k nimž je izolepou přidělán papír formátu A5 na němž je napsané trojčíferné číslo – identifikační číslo špiona. Jejich úkolem je nepozorovaně proniknout do tábora a poznačit si do zápisníku co nejvíce z 20 tajných kódů, které jsou přilepeny na A4 papírech různě po táboře (např. na stěně kuchyně, pod střechou umývárny apod.).

Úkolem strážců je procházet táborem (nesmí opustit hranice tábora) a kdykoliv zahlédnou některého ze špiónů, pokusit se přečíst jeho číslo nahlas a tím ho dočasně vyřadit ze hry. Odhalený špión musí okamžitě odejít ke shromaždišti zajatců cca 200 metrů od tábora k vedoucímu a nahlásit, kým byl odhalen. Vyčká 10 minut a poté může jít zpět do hry.

Před začátkem hry poskytneme špiónům několik minut náskoku, aby se rozprchlí do všech stran okolo tábora a mohli se tak přibližovat k táboru z libovolného okraje. Špión získává 10 bodů za každý kód, který se mu podaří odhalit a poznamenat

do zápisníku. Strážce získá 10 bodů za každého odhaleného špióna. Při opakování hry si hráči vymění role.

Důležitým pravidlem je zákaz zakrývání kódů – strážci nesmí zakrývat kódy v táboře (ani před nimi stát), špióni nesmí svůj kód zakrývat rukama ani jinou částí těla. Pokud se chtějí vyhnout vyřazení ze hry, musí utéct z dosahu strážce.

Tato hra rozvíjí koordinaci pohybů, reakční rychlost, obratnost a herní myšlení.

Bodyguardi

Pomůcky: novinové koule, zubní kartáček, papír A4 s nakresleným terčem, šátek

Během dopoledne děti utvoří dvojice, jeden z nich se stává bodyguardem, druhý z nich chráněncem. Bodyguard má za úkol uchránit svého chráněnce před najatými vrahy (vedoucími). Ti je mohou napadnout kdekoliv, kromě vymezeného území (jejich stany, jídelna, WC).

Vraždu zabíjáci provádí zásahem koulí z novin, nebo přejetím kartáčkem přes hrdlo. Bodyguardi jsou označeni šátkem kolem paže, chráněnci budou mít na zádech izolepou přilepený papír s nakresleným terčem. Pokud je zasažen bodyguard, je nezraněn a může dál plnit svou práci. Bodyguard zachrání svého chráněnce buď tak, že skočí do rány, či se dotkne atentátníka, pokud je v blízkosti tří metrů od jeho chráněnce. Při neúspěšném atentátu se může tentýž vrah pokusit o útok nejdříve za hodinu. Po smrti chráněnce se pozice prohodí. Kdo vydrží nejdéle, vítězí.

Hra je zaměřena především na obratnost a všímavost okolí. Děti musí neustále sledovat okolí kolem sebe a pohyb potencionálních vrahů. Zároveň se utužuje spolupráce, projevuje se obětavost.

3.6.6 Hry do mokrého programu

Mokrým programem se nazývají hry, které mohou být hrány i za deště. Nejsou tudíž závislé na prostředí. Vedoucí mají na každý tábor připraven zásobník her pro případ, že nevyjde počasí a je potřeba táborníky zabavit. Hry se většinou hrají v táboře v zastřešených společenských prostorách, jako je např. jídelna.

Vesměs se jedná o hry založené na komunikaci. Pohybová aktivita je vyžadována jen minimálně.

Co jsem?

Pomůcky: papírové kartičky, izolepa, nůžky

Účastníkům vedoucí nalepí na čelo papír (hráč jej nesmí předem vidět) s názvem nějaké věci či živočicha (kachna, motorová pila, prací prášek apod.). Děti a vedoucí chodí mezi sebou a pokládají si navzájem otázky (odpověď jen ANO/NE), aby zjistili, co jsou za věc. Nikdy nesmí položit dvě otázky ihned za sebou stejnému člověku. Pokud se mezitím zeptá jiného hráče, smí se s otázkou poté vrátit k prvnímu.

Cílem hry je především zábava. Hra lze být využita jako seznamovací, jelikož během hry komunikují všechny děti se všemi, tím se boří komunikační bariéry.

Pantomima

Pomůcky: papíry s názvy činností (příp. věcí, osobností atd.)

Děti se rozdělí do 2 týmů, z každého týmu jde vždy jeden vpřed a vylosuje si určitou aktivitu. Tu pak musí mlčky znázornit. Tým, který první správně uhodne název aktivity, získává bod.

Děd vševěd

Pomůcky: znalostní otázky, papíry na zaznamenání odpovědi

Vedoucí vymyslí veliké množství otázek, na které je většinou odpověď ANO/NE. Děti si vytvoří karty s nápisem ANO a NE, nechají si také pár volných, kde mohou napsat rychle krátkou odpověď. Na položenou otázku co nejrychleji zvednou kartu s patřičnou odpovědí (ANO/NE), vyhrává nejrychlejší táborník. Např. na otázku kolik je 6x4 rychle zapíše odpověď a zvednou ji nad hlavu. Bod získává nejrychlejší správná odpověď, pokud je špatně, hráč si odečítá jeden bod. Dokud někdo nezíská 10 bodů, hrají všichni. Poté zůstane jen finálová pětka nejlepších hadačů, hraje se do 5 vítězných bodů.

Obměna: vedoucí položí otázku, avšak děti odpovědi zaznamenávají do svého papíru. Ten již neukazují vedoucímu po každé otázce. Ten po určitém množství otázek vyhodnotí správné odpovědi, vítězí táborník, který má nejvíce správných odpovědí.

Snižování laťky

Pomůcky: metrová tyč

Minimálně šest dětí se postaví na střídačku proti sobě k jedné tyči a položí si ji na ukazováčky, jejich úkolem je položit tyč co nejrychleji na zem. Důležité je, aby se neustále tyč dotýkala všech ukazováčků. Tým, který zvládne tyč položit až na zem nejrychleji, vítězí.

Losovací balón

Pomůcky: předem připravený seznam povolání na kartičkách

Tato hra je určena především pro starší děti, které již nemají problém projevit svůj názor a obhajovat si své postavení.

Vedoucí nastíní příběh: „Na vaši vesnici přišla povodeň, naštěstí jste se vy zachránili a nastoupili na palubu horkovzdušného balónu. Avšak silný vítr vás zahnal daleko nad oceán a silně poškodil balón. Vaší jedinou nadějí je pokusit se přistát na některém z opuštěných ostrovů a založit novou civilizaci, nebo vyrobit transport, kterým se dostanete zpět do obydleného světa. Trhlina v balónu se ovšem neustále zvětšuje, proto pokud si chcete zachránit život, musíte mezi sebou vybrat ty nejlepší a bohužel, obětovat nepotřebné.“

Vedoucí předem připraví kartičky, na kterých je napsáno povolání (např. pilot, instalatér, ale i řidič kamionu, stavitel vzducholodí, včelař apod.). Každý hráč si vylosuje jedno povolání. Na úplném začátku každý představí své povolání a argumentuje, proč by právě on měl být v balónu ponechán až do konce. Hra se hraje na kola. V každém kole musí děti mezi sebou rozhodnout, které povolání je pro jejich přežití neúčinné a jednoho hráče ze hry vyloučit (vyhodit z balónu). Vždy se navrhnou aspoň dva aspiranti na vyhazov, jejichž úkolem je poté se obhájit, proč právě oni mají zůstat v balónu. Poté proběhne hlasování a jeden z nich je vyloučen.

Hra je náročná především na vystupování a obhajobu. Hráči musí využít veškerého přesvědčovacího talentu, aby se ve hře co nejdéle udrželi. Hra končí, jakmile zůstává posledních 5 hráčů.

Tvorba směnek a jejich bankovní zhodnocení + Aukce směnek

Pomůcky: papíry na směnky, herní peníze

Velmi zábavná hra, pro jejíž uskutečnění je avšak vhodné mít na táboře svou měnu – herní peníze. V případě, že herní peníze na táboře nejsou zavedeny, lze je nahradit například sladkostmi.

První část

Všechny děti si vytvoří směnky – maximálně 3 na osobu. Směnkou se rozumí úpis, který jeho držitel dává právo požadovat splnění na směnce napsané služby. Např. na směnce se objeví „Držiteli této směnky zavážu 10x tkaničky.“

Druhá část

Všichni směnky odevzdají hlavnímu vedoucímu, který kvalitu vypsání služby odmění určitým množstvím peněz.

Třetí část

Následuje dražba směnek. Každou směnku hlavní vedoucí jakožto licitátor na aukci přečte, ale nezmíní, kdo je jejím autorem. Určí vyvolávací cenu a čeká, jak budou hráči přihazovat. Kdo dá nejvíc, směnka je jeho. Takto je v souladu s pravidly možné odkoupit zpět svoji směnku. Zároveň získané peníze hlavní vedoucí okamžitě poskytne autorovi směnky. Směnky, o které nebude mít nikdo zájem (či nikomu nezůstane už ani haléř) propadávají hlavnímu vedoucímu, který s nimi může naložit, jak se mu zlíbí.

3.6.7 Hry v lese

Lov tygrů

Pomůcky: novinové koule, fáborky na vyznačení herního území

Časová dotace: 30 minut

Vedoucí představí hru příběhem: „V nedalekém okolí v noci projížděla karavana cirkusových vozů. Bohužel unavený řidič na chvíli podlehl mikro spánku, havaroval a poškodil klec, kde se nacházelo několik bengálských tygrů. Ti využili situace a unikli do lesa. Okamžitě byla přivolána pomoc policie a armády, jimž se nakonec podařilo

tygry obklíčit na malém území. Byli přivoláni ošetřovatelé ze zoologické zahrady, aby tygry střelili speciální šipkou obsahující uspávací látku.“

Vedoucí předem vymeží a vyznačí fábórky území adekvátní množství hrajících táborníků. Polovina hráčů představuje bengálské tygry, polovina ošetřovatele. Lovci mají pouze jednu střelu (novinový míček oblepený izolační páskou), kterou jakmile zasáhnou tygra, vyřadí jej ze hry. Pokud se však netrefí, tygr může ošetřovatele napadnout a „sežrat“ jej – dotykem ho taktéž vyřadí ze hry. Pokud ošetřovatel tygroví unikne, nesmí sebrat použité střelivo, ale musí si doběhnout do tábořiště pro novou municí.

Obměnou lze přisoudit více životů každému z tygrů, zároveň přidat lovcí o jedno střelivo navíc.

Celníci a Pašeráci

Pomůcky: zápisník pro vedoucí, sladkosti, herní peníze

Časová dotace: 1 hodina

Role celníků se zhostí několik dětí, s nimi zároveň mohou hrát i vedoucí. Pašeráky by měly tvořit výhradně děti.

Hlavní vedoucí v lese vymeží 30metrový úsek široké lesní cesty, po obou stranách je les. Na cestě stojí celníci, kteří se mohou pohybovat pouze ve vymezeném úseku (pouze na cestě! Cesta představuje hranici mezi dvěma státy). Pašeráci se snaží ze základního tábora propašovat přes celníky peníze, aby si mohli koupit na druhé straně cesty zboží, které opět nesou přes celníky na základní stanoviště. Každé dítě hraje samo za sebe.

V základním táboře děti dostanou od jednoho vedoucího vždy na každé pašování 10\$, za hranicemi peníze odevzdají druhému vedoucímu, který si bude zapisovat jejich výdělek. Za našetřené peníze si mohou koupit něco ze sladkostí, které musí přes celníky propašovat zpět do základního tábora.

Pokud se celník dotkne zloděje, získá 45 vteřin na to, aby jej prohledal a našel peníze/kontraband. Úkolem hlavního vedoucího je ihned před začátkem hry jasně stanovit, že peníze ani kontraband nesmí být ukryván pod tričkem, spodním prádlem a kraťasy (kalahoty) – tím pádem ani celníci nesmí v těchto oblastech kontraband hledat. Během 45 sekund (které pašerák nahlas odpočítává) avšak smí pašerákovi sundat mikinu, boty, ponožky apod., aby se přesvědčil, zda v těchto místech není ukryt

kontraband. Pokud během stanovené doby nic nenalezne, pašerák pokračuje přes hranice. Pokud celním kontraband/peníze objeví, získá zboží pro sebe.

Pašovaný kontraband: bonbony (10\$), tyčinky (15\$), lízátko (25\$), čokoláda (50\$), zlaté oplatky (100\$) atd.

3.6.8 Hry na louce

Skalní golf

Pomůcky: barevné fáborky, tenisové míčky

Časová dotace: 1 – 2 hodiny

Tato hra patří mezi nejzábavnější hry, které lze s týmy uskutečnit ve volné přírodě. Odehrává se nejen na louce, ale i v lesích, na cestách apod. V případě, že hra probíhá i přes louky, je nutné, aby tráva nebyla příliš vysoká – nejlépe aby byla posekaná.

Hru je vhodné hrát nejméně se třemi týmy tak, aby v každém bylo maximálně pět hráčů. Víc hráčů již ubírá požitky ze hry, jelikož by se pak každý zapojoval méně frekventovaně. Je důrazně doporučeno, aby v každém z týmů hrál navíc jeden z vedoucích – děti bude jeho přítomnost silně motivovat a v této hře může dětem mnoho pomoci, zároveň pozitivně usměrňovat závodní atmosféru v týmu.

Příprava této hry zabere vedoucím poměrně dost času. Je potřeba dopředu nastříhat větší množství krepového papíru tří barev – žluté, červené a modré. Jeden z vedoucích předem vyběhne nachystat trať. Jeho cílem je nachystat 15 – 20 na sebe navazujících jamek schovaných kdekoli v přírodě. Vždy vyznačí odpaliště modrým fáborkem a poté vyfáborkuje trasu k jamce červeným či žlutým fáborkem (viz níže). Jamku tvoří malé území vyznačené modrými fáborky (např. 0,5m x 0,5m označené šíškami a fáborky). Jakmile se některému z týmu podaří do tohoto území dopravit míček (aby v něm zůstal) vítězí na této jamce, hodnotí se však i další umístění, proto zbylé týmy stále bojují o tuto jamku. Trasa mezi odpalištěm a jamkou může být libovolně dlouhá (ideálně 200 – 400 metrů) a vést přes potůčky, příkopy, louky apod. Trasa by měla být náročnější, avšak stále schůdná pro všechny hráče.

Absolvování trasy je měřeno dvěma způsoby. Pokud je úsek vyfáborkován červeně, vyhrává tým, který dostane svůj míček do jamky nejrychleji. Pokud je však

vyznačen žlutou barvou, hodnotí se počet úderů. V takovém případě zahraje svůj úder první tým, poté druhý tým atd.

Každý hráč v týmu si na začátku zaběhne do lesa a vybere si dřevo, které mu bude nejlépe sloužit jako golfová hůl. Důležitým a základním pravidlem hry je, že se musí hráči neustále střídat v úderech. Proto je ještě před začátkem hry vhodné stanovit pořadí v týmu. Poté z odpaliště odpálí první hráč, celý tým doběhne míček a hraje jej druhý v pořadí atd. Pokud tenisový míček zapadne do místa, odkud jej nelze zahrát, smí jej tým posunout o metr výměnou za trest, kdy udělá každý z týmu 20 dřepů.

Šifrovačka

Pomůcky: šifrované zprávy na barevných papírech, kartičky s písmeny

Časová dotace: 1 hodina

Každý tým obdrží šifrovanou zprávu na barevném papíře (jedna skupina na zeleném, druhá na modrém...). V určitém vymezeném území na louce a kraji lesa jsou vyvěšeny (poházeny po zemi) barevné kartičky s nápisy např.: P = B (P ve zprávě ve skutečnosti znamená B). Děti vybíhají ze startovní pozice na louce a hledají jednotlivé kartičky, které navíc musí barevně pasovat k jejich šifře. Nic si nesmí opisovat, musí se snažit zapamatovat si jednotlivá písmena. Smí zpět donést informaci jen o jednom písmenu. Kartičky jsou docela malé, aby nebyly z dálky vidět. Navíc se v lese pohybují strážci zákona a budou se snažit jakoukoliv podezřelou činnost eliminovat – koho chytí, musí odběhnout na policejní stanici (jiné místo na louce) a tam si odpykat trest (dřepy, kliky...). Policisté zároveň mohou kartičky libovolně přesouvat z místa na místo.

Zprávy se luští na startovním stanovišti, týmy jsou od sebe vzdáleny, aby nemohly zaslechnout, co stojí ve zprávě. U každé stojí jeden vedoucí a dohlíží, aby děti nehlásily najednou víc než jedno písmeno. Ve zprávách je totožný text, avšak každá skupina jej má zašifrovaný jinak.

Děti nemusí najít všechna písmena, důležité je zprávu dešifrovat a porozumět ji. Tuto hru lze vhodně využít do etapové hry. Ve zprávě se může nacházet informace o dalším úseku hry.

Sedánek

Pomůcky: -

Časová dotace: libovolně, v řádu několik minut

Hra se využívá především pro zábavný přesun z místa na místo.

Hráči se posadí za sebe do zástupu. Každý roztáhne nohy, tam se zády k němu posadí spoluhráč a chytne jej za kolena.

Princip hry je přesunout celý tým na předem určené místo tak, že vždy vyběhne poslední z týmu (ten co je od cíle nejdál), předběhne svou skupinu a posadí se před prvního hráče. Jakmile se posadí, vybíhá opět poslední ve skupině a posadí se na začátek skupiny. Tímto způsobem se celá skupina zvolna přesunuje k cíli. Vyhrává tým, který má za cílovou čárou všechny hráče.

Tuto hru je vhodné hrát buďto na rovné ploše nebo mírně z kopce, avšak měl by být brán zřetel na to, aby půda nebyla příliš tvrdá a kamenitá.

4 Výsledky

V bakalářské práci bylo hlavním cílem shrnout poznatky o hře a její organizaci a o využití her na letních dětských táborech.

Bylo zjištěno, že navzdory věku má hra v životě člověka velmi důležité místo. Umožňuje lidem rozvíjet svou fantazii a vžívat se do herních rolí. Obzvláště důležitá je hra pro vývoj dětí, poskytuje jim možnost vyzkoušet si odlišné sociální role, což pro ně v širokém sociálním kontextu znamená poučení. Během her jsou morálně vzděláváni a jsou vedeni k dodržování stanovených pravidel. Hra je prostředkem, kde se děti učí pohybovat v daných pravidlech, což je pro ně velmi prospěšné v normálním životě, kde jsou hranice chování stanoveny zákony. Hra má také nezanedbatelný vliv na lidskou osobnost, umožňuje svým průběhem nenásilnou konfrontaci s ostatními, přizpůsobovat se okamžitému stavu a osvojovat si správné postupy při řešení neobvyklých případů. Hráči jsou během hry postaveni před řadu situací, které musí v určitém časovém intervalu adekvátně zanalyzovat a vyhodnotit, řešení navíc mnohdy vyžaduje pomoc ostatních, čímž se účastníci učí spolupráci, seberealizaci a sebereflexi, což vede k celkové pozitivní změně chování. Cílem hry je prožitek a uspokojení, které motivují hráče k dalším aktivitám.

Pohybové hry jsou navíc přirozeným a zábavným prostředkem pro rozvoj motorických schopností a dovedností. Umožňují hráčům vyzkoušet své schopnosti, a i přes taktickou nevyspělost je možné díky vysoké motivaci a nadšení ve hře dosáhnout dobrých výsledků.

Z poznatků uvedených v bakalářské práci lze usoudit, že organizace her zabere mnoho času. Největším problémem je správný výběr hry, kdy programový (či hlavní) vedoucí musí zvážit mnoho kritérií a rozhodnout o správném využití hry. Z poznatků vyplývá, že nejdůležitějším aspektem pro výběr je adekvátnost hry pro danou věkovou skupinu táborníků. Dalším důležitým faktorem je okolní prostředí a také vzdělávací cíl hry, tedy čeho chtějí vedoucí výběrem této hry dosáhnout. Hra musí být předem připravena, chybou je podcenění času na přípravu. Příprava hry si většinou vyžádá i nachystání herních pomůcek (proto je doporučeno do příprav zapojit co nejvíce vedoucích a rozložit úkoly) a herního území. Zde platí pravidlo, čím lépe vedoucí vyznačí hranice území, tím méně komplikací a sporů budou muset řešit.

Hru je potřeba náležitě uvést, využít veškeré možnosti, jak děti správně namotivovat k maximálnímu úsilí. Odborné zdroje v poznatcích navrhuje několik

způsobů, jak hru uvést srozumitelně, avšak přesně podat pravidla a v průběhu s hrou aktivně pracovat, aby se děti při hraní nenudily. Podobnou tematikou na práci s pravidly a vyčlenění základních chyb při jejich vysvětlování se zabývá Herman (2013) v článku *Monkey see, monkey do*.

Dílčími cíli bylo popsat role vedoucích a dětí jakožto účastníků tábora. Z poznatků lze usoudit, že vedoucí čelí mnoha povinnostem souvisejících s údržbou tábora, vymýšlením programu apod. Zároveň jsou na ně kladeny nároky na morálně správné vystupování, aktivní práci s hrou a schopnosti přizpůsobit se podmínkám. U dětí z poznatků vyplývá, že hry a obecně prostředí tábora jsou prospěšné pro jejich fyzický i mentální vývoj. Z odborných zdrojů byl také zpracován denní program, vyřešeny klíčové body programu a upozorněno na poskytnutí dostatečného spánku dětem. Podařilo se zároveň k bakalářské práci připojit zásobník autorem odzkoušených her, které jsou rozděleny podle prostředí, v němž jsou organizovány.

5 Závěry

Hlavní cíl bakalářské práce, tedy shrnout poznatky o hře a organizování her, se podařilo naplnit. Z odborných zdrojů byla v poznatkách shrnuta teorie hry, její pozitivní vliv na fyzický i mentální rozvoj člověka. Zároveň bylo snahou navrhnout postupy, jak s hrou aktivně pracovat nejen při její přípravě, ale i v jejím průběhu a po jejím ukončení.

V bakalářské práci zároveň jakožto dílčí cíl byli charakterizováni účastníci tábora – děti mladšího a staršího školního věku, stručně shrnut jejich psychický vývoj, rozvoj motorických schopností a vymezeny charakteristické jevy, kterých se děti na táboře dopouštějí.

Dílčím cílem bylo shrnout kritéria pro správný výběr hry vzhledem ke všem okolnostem, které musí vedoucí brát v úvahu. Zmíněna byla především adekvátnost hry vzhledem k věkovému složení táborníků, okolnímu prostředí a bezpečnosti pohybu v přírodě. Byly uvedeny rady, jak postupovat při přípravě nočních her a jak eliminovat rizika zranění.

Posledním dílčím cílem, který se podařilo úspěšně naplnit, je připojení zásobníku her rozlišených podle prostředí, ve kterém se hra realizuje.

6 Souhrn

Výběr bakalářské práce byl ovlivněn především mou zkušeností s letními dětskými tábory. Cílem bylo shrnout fenomén hry, její využití na táborech a poskytnout případně tuto pomoc dalším vedoucím. Zároveň se mohou dočíst, jak s hrou pracovat, na co si dát pozor a co nepodcenit. Jak připomíná Mazal (2007), kvalita vedoucího se pozná podle toho, jak s hrou umí v jejím průběhu pracovat a obměňovat pravidla během zatížení.

První část práce se zabývá hrou teoreticky, jejím dopadem na účastníky a vymezuje psychologické a fyzické aspekty, které se během hraní odehrávají. Je zjištěno, že na děti i dospělé hráče má hra velmi pozitivní vliv. Rozvíjí fantazii a seberealizaci, učí hráče spolupracovat, řešit vzniklé situace a to vše v rámci pravidel. Dodržováním herních pravidel se upevňuje morálka hráčů a zlepšuje jejich chování v širokém kontextu.

V další části práce se zabývám především rolí účastníků tábora. Na vícedenní letní dětské tábory jezdívají většinou děti mladšího a staršího školního věku, proto je každému z nich věnována kapitola shrnující základní psychologický vývoj a vzorce chování, kterých se dopouštějí, když se dostanou do větší společnosti dětí. U role vedoucích jsou popsány základní rámce povinností a práv, které každý (přes rozdílné funkce) musí vykonávat, zároveň jsou také kladeny požadavky na aktivní přístup k účastníkům hry a hře samotné.

Organizace tábora je složitá a dlouhodobá činnost, která je v dnešní době téměř nemožná bez zajišťující organizace. Na provozovatele tak spadá největší část právních povinností a zajišťuje tak táborům prostor pro svou činnost. V práci je navrhnut denní režim, ačkoliv každý tábor ho má mírně upravený. Zde jsem se při přepisování denního režimu z literárních zdrojů setkal s problémem, jelikož všechny tři knihy, kde jsem režim našel, pochází z doby minimálně před 20 lety.

Nosná část této práce se věnuje využití a organizaci her. Za hrou, kterou děti stihnou odehrát za hodinu, stojí mnohdy i několikaměsíční příprava. V této části jsou především uvedeny klíčové aspekty, na které se musí vedoucí zaměřit při výběru vhodné hry, následuje popis, jak hru připravit, aktivní formou dětem vysvětlit pravidla tak, aby do hry vložily maximální úsilí a hrály ji s nadšením. Součástí je i závěrečné vyhodnocení výsledků a diskuze o skončené hře, z které si zkušený vedoucí může odnést mnoho postřehů pro přípravu dalších her.

Předposlední část práce zahrnuje popis speciálního druhu hry – hry etapové. Ta je většinou využita jako nosná hra celého programu tábora.

Na konci práce lze nalézt připojený zásobník her obsahující návrh několika her ke každému z nejčastějších herních prostředí. Jsou zde popsána pravidla hry, její uskutečnění a možné obměny.

Celkovým cílem bylo práci napsat takovým způsobem, aby případný čtenář měl šanci si z ní něco odnést a třeba i některý z uvedených poznatků vyzkoušet v praxi.

7 Summary

The selection of my bachelor thesis was hugely influenced by having the experience with children's summer camps. The aim was to summarize the phenomenon of playing game, its use at summer camps and possibly provide this assistance other camp leaders. They also can learn how to adjust the game and what should they be careful of and what should not be underestimated. As Mazal states (2007), the quality of camp leader was displayed how he could adjust the game in its progress and fluently changed the rules by the flow of game.

The first part deals with theory of game, its impact on the participants and it defines the psychological and physical aspects that happen during the game. It was found, that the game has a very positive effect for children and adult players as well. Game develops imagination and self-realization, it teaches the players to cooperate together to successfully deal with the situation and all done within the rules. By accepting these rules of the game, morale values are fixed and the players' morale improves their behaviour in a broad social context.

The next part deals mainly with the role of the participants of the camp. Mostly elementary school students attend summer camps lasting more than a week. Therefore there is a chapter for both of them summarizing the basic psychological development and patterns of behaviour, when they meet their peer group. The part, which contains the role of camp leaders, describes the basic obligations and rights that each camp role must obey. There are also demands for having an active access to play participants and the game itself.

The organization of the camp is a demanding and long-term activity, which nowadays is almost impossible without a superior organization. The operator copes with the biggest amount of law obligations and ensures the occasion to work properly to camps. There is a day-order described in the thesis, although each summer camp has it slightly modified. Here when paraphrasing the day-orders from the literary sources I faced with a problem, because all three books, where I found the regime, have been written more than 20 years ago.

The pilot part of this thesis deals with the use and organization of the games. Within a game that children play for an hour, there is sometimes hidden preparation even two-month long. In this section there are primarily identified key aspects that should be considered when choosing a suitable game, followed by a description of how

to prepare the game, explain the rules of the game to for children with the active form, so they may perform the maximum effort and play the game with enthusiasm. It also includes a final ceremony and announcing the participants' efforts and the discussion about the finished game. An experienced camp leader can take many insights and experience for the preparation of other games.

The pre-last part includes a description of a special kind of games – multiple stage games. They are mostly used as a most influent game in the whole program of the camp.

At the end of the thesis, there can be found attached list of several games for each of the most common gaming area. There are described the rules of the game, its implementation and possible permutations.

The overall aim was to write a thesis in such a way that every reader would have a chance to take something from it, and even to try some of these findings in practice.

8 Referenční seznam

- Anonymous. (2012). *Tábor Fram 2012*. Retrieved 5.6.2015 from the World Wide Web: [http:// http://stedracka.webnode.cz/tabor-fram-2012/](http://stedracka.webnode.cz/tabor-fram-2012/).
- Fafejta, M. (2006). Hra – základ společenství. *Gymnasion*, 6, 24-30.
- Herman, M. (2013). Monkey see, monkey do. *Gymnasion*, 12, 39-45.
- Hrkal, J., & Hanuš, R.. (2007). *Zlatý fond her II: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál.
- Humpl, L. (2015). *Psycholog a dotazy rodičů*. Retrieved 30.5.2015 from the World Wide Web: <http://www.detska-agentura.cz/cz/detska-agentura/psycholog-a-dotazy-rodicu/>.
- Institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. (2004). *Tábory a jiné zotavovací akce: Průvodce jejich přípravou*. Praha: IDM MŠMT.
- Jirásek, I. (2002). *Zlatý fond her I: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál.
- Jobánková, M., Bartošíková, I., Jičínský, V., Kvapilová, J., & Minibergerová, L. (2003). *Kapitoly z psychologie pro zdravotnické pracovníky*. Brno: Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně.
- Kolandová, D. (2014). Pohybové hry pro předškolní děti. *Pohyb je život – Metodická příloha (pp. 1-16), 18. ročník (září 2014)*.
- Kořalník, A. (1974). *Sport na táboře*. Praha: Olympia.
- Lorenz, K. (1997). *Odumírání lidskosti*. Praha: Mladá Fronta.
- Mazal, F. (2007). *Hry a hraní pohledem ŠVP*. Olomouc: HANEX.
- Nejedlý, P., Hvězdová A., Hvězda J., & Schlanger, J. (1992). *Připravujeme tábor*. Praha: Nakladatelství Práce.
- Pávková, J. (2008). *Pedagogika volného času: Teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. Praha: Portál.
- Raková, P., Matúš, J., & Krátký, K. (2011). *Mladší školní věk*. Retrieved 30.5.2015 from the World Wide Web: [http:// http://www.vemeste.cz/2011/04/mladsi-skolni-vek/](http://www.vemeste.cz/2011/04/mladsi-skolni-vek/).
- Rohrová, S. (2014). *Psycholog: Odloučení od rodičů nemá být zkouškou odvahy*. Retrieved 30.5.2015 from the World Wide Web:

<http://www.denik.cz/rodicovstvi/odloucení-od-rodicu-nema-byt-zkouskou-odvahy-20140618-cm44.html>.

Rýdl, M. (1998). *Hra jako zvláštní filozofie života*. In *Sborník referátů z 3. mezinárodní vědecké konference Hry v programech tělovýchovných procesů* (pp.13-22).

Plzeň: PdF ZČU.

Zahradník, D., & Korvas, P. (2012). *Základy sportovního tréninku*. Brno: Masarykova univerzita.

Zapletal, M. (1969). *Jak vést letní tábor*. Praha: Mladá Fronta.

Zapletal, M. (1985). *Velká encyklopedie her. Hry v přírodě*. Praha: Olympia.