

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu



DIPLOMOVÁ PRÁCE

*Srovnání preferencí dětí s reálným stavem výuky aktivit a sportů
v přírodě na vybraných školách*

Zpracoval: Matěj Hartmann

Vedoucí diplomové práce: Doc. PhDr. Jan Neuman, CSc.

Praha, srpen 2007

Abstrakt

Název: Srovnání preferencí dětí s reálným stavem výuky aktivit a sportů v přírodě na vybraných školách.

Cíle práce: Zdůraznit pozitivní vliv sportů a pobytu v přírodě na děti základních a středních škol. Zjistit zájem žáků a studentů o jednotlivé druhy aktivit a typy kurzů. Na základě zjištění navrhnout strukturu programu pro školní kurzy (lyžařský, kurz aktivit v přírodě).

Metoda: Jedná se o více způsobů zkoumání na úrovni pozorování, dotazování, vyhodnocování a srovnávání. Zájem dětí o různé druhy aktivit byl zkoumán na základě dotazníkové metody.

Výsledky: Na základě srovnání preferencí aktivit v přírodě žáků a studentů z vybraných škol doporučuji volit vhodný typ školního kurzu, zkvalitnit strukturu programů s ohledem na zájmy dětí. Podle výsledků výzkumu se žáci a studenti z vybraných škol shodli ve volbě nejoblíbenějších aktivit a typu školního kurzu. Na lyžařském kurzu by žáci a studenti nejvíce času věnovali sjezdovému lyžování. Na kurzu aktivit a sportů v přírodě by žáci a studenti nejvíce času věnovali dobrodružným hrám (aktivity nenáročné na přípravu), jízdě na horském kole a plavání (středně náročné na přípravu), paintballu a airsoftu (aktivity náročné na přípravu). Nejoblíbenějším kurzem byl pro žáky a studenty kurz aktivit a sportů v přírodě.

Klíčová slova: aktivity v přírodě, žák, učitel, podmínky

Abstract

TITLE: Comparison of children' preferences to the real state of tuition of activities and sports in the nature at selected schools.

THESIS OBJECTIVES: To emphasize positive impact of sports and stay in the nature upon children attending basic and secondary schools; to identify the interest of pupils and students in particular varieties of activities and types of courses; on the basis of findings to suggest structure of programs for school courses (ski course, course of activities and sports in the nature).

METHOD: A number of manners of research consisting in observation, inquiry, evaluation and comparison are applied. The children' interest in variety of activities was examined based on a questionnaire method.

OUTCOMES: Having compared preferences of activities in the nature on the side of pupils and students from selected schools, I suggest opting for a suitable type of a school course, upgrading the structure of programs with regard to the children' interests. Pursuant to the outcomes of research the pupils and students from selected schools have agreed upon the choice of the most favorite activities and type of school course. During the ski course the pupils and students would devote most of the time to downhill skiing. During the course of activities and sport in the nature the pupils and students would devote most of the time to adventurous games (activities which are not demanding for preparations), mountain biking and swimming (intermediately demanding for preparations), paintball and air-soft (activities demanding for preparations). For the pupils and students the course of activities and sports in the nature would be the most favorite one.

KEY WORDS: activities in the nature, pupil, teacher, conditions

Děkuji

Doc. PhDr. Janu Neumanovi, CSc.

za ochotu, odbornou pomoc a za cenné poznámky při zpracování diplomové práce.

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně a uvedl veškerou literaturu, ze které jsem čerpal.

V Praze dne 5.9.2002



.....

Matěj Hartmann

Svoluji k zapůjčení své diplomové práce ke studijním účelům. Prosím, aby byla uvedena přesná identifikace vypůjčovatelů, kteří musí pramen převzaté literatury řádně citovat.

Jméno a příjmení	Číslo občanského průkazu	Datum vypůjčení

Obsah

Úvod.....	9
TEORETICKÁ ČÁST	
1. Historie a vývoj výchovy a aktivit v přírodě.....	10
2. Nové trendy a možnosti v aktivitách a sportech v přírodě.....	12
2.1 Pojmy spojované s novými koncepcemi aktivit v přírodě.....	13
2.2 Sporty a aktivity v přírodě využitelné ve školních akcích.....	14
2.3 Typy programů.....	16
2.4 Vytváření programů pro konkrétní skupinu.....	17
2.5 Parametry vedoucí k úspěšnosti programů výchovy a aktivit v přírodě.....	18
2.6 Nabídka možných programů kurzů v přírodě.....	19
3. Společenské změny v souvislosti s výchovou, aktivitami a sporty v přírodě.....	20
3.1 Dnešní mládež a kurzy sportů a aktivit v přírodě.....	21
3.2 Negativní činitelé ve školní tělesné výchově.....	22
3.3 Aplikace kurzů a aktivit v přírodě do školního vyučování.....	22
3.4 Zařazení aktivit a sportů v přírodě do učebního procesu.....	23
3.5 Rámcový vzdělávací program pro Tv.....	27
4. Komplexní působení výchovy v přírodě na žáky..	33
4.1 Využití vzdělávání prožitkem ve školství (ZŠ,SŠ).....	34
4.2 Moderní doba a volný čas.....	35
5. Cíle, hypotézy a metody diplomové práce.....	37
5.1 Stanovení pracovních cílů a hypotéz diplomové práce.....	37
5.2 Metodika práce.....	38

PRAKTICKÁ ČÁST

6. Průběh výzkumu.....	40
6.1 Podmínky výzkumu.....	40
7. Výsledková část.....	43
7.1 Výsledky výzkumu.....	43
7.2 Školní kurzy na vybraných školách za rok 2007.....	60
7.3 Srovnání výsledků aktivit, které jsou pro děti nejoblíbenější s aktivitami realizovanými na konkrétních kurzech.....	62
7.4 Hodinová dotace jednotlivých aktivit převedená do schématu konkrétních kurzů podle oblíbenosti aktivit zvolených dětmi.....	64
8. Diskuse.....	66
9. Závěry.....	68
10. Použité zdroje.....	70
10.1 Použitá literatura.....	70
10.2 Internetové zdroje.....	71
11. Příloha.....	73

Úvod

K napsání této diplomové práce mě přiměla osobní zkušenost s kurzy v přírodě a jejich aplikace na žáky a studenty základních a středních škol. Výjimečně kladná odezva u žáků a studentů a zúčastněných pedagogů mě inspirovala k jednotlivým tématům diplomové práce. Důležitost kladu především na hodnocení žáků a studentů v jednotlivých kurzech a jejich náměty ke zlepšení programu. Dalším tématem je určitá osvěta ve zkvalitnění těchto kurzů především na základních školách, kde školní kurzy probíhají často stereotypně bez větších změn už dlouhou řadu let.

Zajímavé je také srovnání výchovných aspektů u povinného lyžařského kurzu a nepovinného kurzu aktivit v přírodě. Věřím, že je jenom otázkou času, kdy si každá škola zařadí do svého rámcového programu kurz sportů a aktivit v přírodě.

Po mém nástupu do funkce učitele Tv jsem byl na několika školách v přírodě, jejichž hlavní náplní byla turistika v blízkém okolí. Nemohu říci, že by si děti z těchto školních akcí odnášely mnoho zážitků. Tyto programy škol v přírodě rozhodně děti nemotivují, ani je nepodněcují k aktivní činnosti v oblasti sportů a aktivit v přírodě.

Kurzy sportů a aktivit v přírodě jsou pro žáky a studenty velice vhodnou alternativou s mnoha možnostmi, jak aktivně trávit volný čas a utvářet lepší vztahy ve třídě.

Důležitým úkolem pro pedagogy bude snaha a ochota žákům a studentům tyto kurzy aktivit v přírodě zprostředkovat a osobně se na programu podílet. Vymýšlet různé formy a varianty kurzů v přírodě tak, aby byly pro žáky a studenty neustále motivující. Především učitelé mohou vlastními nápady a zkušenostmi obohatit školu v přírodě. Další možností je spolupráce s organizacemi, které jsou schopné příslušný program zajistit a nabídnout i profesionální instruktory.

TEORETICKÁ ČÁST

V teoretické části se opírám o prostudovanou literaturu. Některé z kapitol jsou volně převzaty z literatury, kterou jsem k dané tématice prostudoval.

1. Historie a vývoj výchovy a aktivit v přírodě

Problematikou historie výchovy v přírodě se zabýval v učebnici pro vysoké školy (Sýkora a kol., 1986) významný český historik tělesné výchovy J. Kössl. Některé údaje z moderní doby jsou dnes překonané, ale historická část je dosud platná. V následném textu volně cituji vybrané pasáže týkající se uplatňování aktivit v přírodě ve výchově dětí. První zmínky o výchově a aktivitách v přírodě lze zaznamenat z dob antického Řecka a Říma, kdy bohatí a svobodní občané podnikali tzv. turistické akce za poznáním. Jejich počínání bychom si mohli vysvětlit tím, že především zajištěný a vzdělaný člověk hledá nové podněty života.

Po prvním období feudalismu, které je možné z hlediska aktivit a výchovy v přírodě nazvat černým obdobím, nastává období renesance.

V období renesance se člověk obrací k antickému kulturnímu dědictví, odmítá duchovní diktaturu církve. Hlavní podstatou této doby je lidská přirozenost, tělesnost a návrat k přírodě. Nositeli hnutí byli lidé různého původu a profese, především však měšťanská inteligence, pedagogové, lékaři, básníci, jazykovědci, filozofové, umělci, representanti oborů zaměřených na člověka. Z představitelů bychom uvedli především VITTORINA RAMBOLDINIHO DA FELTRE, MAFFEO VEGIA, HIERONYMA MERCURIALIA, JANA AMOSE KOMENSKÉHO a další, kteří usilovali o ozdravení života, navrhovali do škol zavádět a mnohdy i osobně zaváděli tělesná cvičení a doporučovali pobyt v přírodě a cestování.

Další výraznou osobností byl JOHN LOCKE, anglický filosof, pedagog, stoupenec empirismu a senzualizmu, který kladl velký důraz na pobyt v přírodě, cestování, sport a tanec. Ve Francii v podobném duchu působil JEAN JACQUES ROUSSEAU.

Němečtí filantropisté inspirováni ideami J.J. ROUSSEAU požadovali zásadní školskou reformu. Kritizovali formalismus staré školy, náboženskou intoleranci a výuku

klasických jazyků. Mravní výchovu hodnotili výše než rozvoj intelektu. Zakladatelem a hlavní postavou filantropismu byl JOHANN BERNHARD BASEDOW, který se svými kolegy CHRISTIANEM G. SALZMANNEM a J.CH.F. GUTHS- MUTHSEM zakládal výchovná zařízení filantropiny, ve kterých uplatňovali cvičení a pobyty v přírodě a zdůrazňovali důležitost tělesné výchovy v životě jednotlivců i společnosti.

V 19.stol. nastal zásadní rozvoj v oblasti aktivit a sportů v přírodě. Vznikaly nové organizace a sportovní kluby, které výrazně přispívaly i k rozvoji nových forem pobytu v přírodě. Ze sportovních odvětví ovlivnily nejvíce rozvoj turistiky a pobytu v přírodě, veslování, cyklistiku, lyžování a kanoistiku.

Na počátku 20. století vzniká v USA mládežnická organizace Woodcraft Indians, založená E.T. SETONEM, který se v Anglii společně s generálem R. BADEN-POWELLEM podílel na vzniku skautingu. Výchovný charakter a touha po dobrodružství brzy oslovila mládež ve více než 115 zemích. (Kössl, 1986)

V současnosti skauting existuje ve 216 zemích a teritoriích. Rok 2007 představuje pro skauting 100 let existence od vzniku organizace. Mezi největší celosvětové skautské události tohoto roku patří:

- Úsvit druhého století skautingu
 - událost se konala 1. srpna 2007, kdy se mladí skauti sešli v osm hodin ráno na vrcholcích hor a pozdravili společně úsvit. Této události se účastnili skauti po celém světě.

- Celosvětové skautské jamboree
 - událost se konala 27. července – 8. srpna 2007
 - skautské olympijské hry, které se opakují každé čtyři roky a účastní se jich 40000 skautů ve věku 14 – 17 let ze 155 států.
 - Jubilejní „stoleté“ XXI. světové jamboree proběhlo v Hyllands Parku, Hrabství Essex v Anglii a zúčastnilo se ho 400 skautů z České republiky. (Voňavková, 2007)

V historii Československa bylo důležitým mezníkem období založení Sokola roku 1862 z podnětu M. Tyrše. Vycházel z požadavku zdravého všestranného rozvoje

tělesné, duševní a mravní stránky osobnosti. Důležitým prvkem byla i branná výchova a turistické pěší výlety do okolí Prahy. V roce 1888 byl založen Klub českých turistů.

V Čechách se společně se vznikem skautingu objevil tramping. Jeho stoupenci, především mladí lidé, o sobotách a nedělích odjížděli z měst a toulali se v romantické přírodě, inspirováni pionýry na Divokém západě. (Hurikán, 1990)

Českou specialitou jsou chatové osady, které se nacházejí v největší míře na Berounsku a v Posázaví. Lidé z těchto chatových osad organizují sportovní akce, různé hry a posezení u ohně.

2. Nové trendy a možnosti v aktivitách a sportech v přírodě

Základem nových trendů je vytváření organizací (zejména občanských sdružení), které jsou schopné realizovat velké množství dobrodružných programů, zkvalitňovat služby spojené s kurzy a neustále svou nabídku rozšiřovat. Důležitým pilířem těchto organizací jsou profesionální zaměstnanci, kteří jsou vyškoleni pro danou práci a mohou čerpat z dlouhodobých zkušeností. Mladý kolektiv instruktorů často umocňuje pocit sounáležitosti jak k dětem, tak i k pedagogům. Veškeré aktivity a činnosti jsou prováděny pod dozorem instruktora, který vše názorně vysvětluje a dbá na dodržení bezpečnosti. Přístup lidí a technické zázemí organizace umožňují dětem provádět aktivity, které by před několika lety pro ně byly nemyslitelné. S tím souvisí důležitá práce učitele rozptýlit pochybnosti rodičů o těchto kurzech, a to hlavně z bezpečnostního hlediska. Paradoxem je, že nejvíce úrazů se dětem přihodí v krátké době mezi dopoledním a odpoledním programem.

Jednotlivé programy jsou vytvářeny tak, aby si učitelé společně s dětmi mohli zvolit ten, který by nejvíce prospěl jak kolektivu třídy, tak jejich osobním zájmům. Při realizaci kurzů pedagog aktivně spolupracuje s přiděleným instruktorem a podílí se na úpravách programu na jednotlivé dny. Na základě informací o třídním kolektivu se hledají další možnosti různých her a aktivit vedoucích k upevnění skupiny.

Vznikají nové programy se zajímavými názvy a neméně zajímavým obsahem. Organizace se snaží rozšiřovat své programy o prvky adrenalinové zábavy, které jsou

pro mládež a i celou širokou veřejnost přitažlivé. Z nabídky těchto aktivit bych mohl jmenovat:

- **Zorbing a bubble**
 - lehce extrémní sport, při kterém se koulíte ze svahu uzavření ve dvojité nafukovací plastové kouli.

- **Lanová centra**
 - areály plné natažených lan vysoko a nízko nad zemí, jejich součástí bývá takzvaný big swim, skok z vysoké věže na laně.

- **Poweriser (Sedmimílové boty)**
 - speciální konstrukce se k noze připoutává vázáním podobně jako snowboard ; umožňuje skákat do výšky i do dálky, s trochou praxe se na nich dá běhat nečekanou rychlostí. (Hrdinová, 2007)

2.1 Pojmy spojované s novými koncepcemi aktivit v přírodě

Podle Neumana (2000) jsem vybral důležité pojmy spojované s programy kurzů aktivit a sportů v přírodě, které usnadňují orientaci v dané problematice a určují směr při skladbě programů.

- **Outdoor** – pojem s velmi širokým významem. Obecně jsou outdoorové aktivity „dobrodružstvím za dveřmi“, ve spojení člověk- pohyb-příroda. Outdoorové aktivity jsou činnosti, při kterých využíváme šetrně přírodní prostředí ve smyslu překonávání překážek a plnění různých úkolů.

- **Rekreace v přírodě (Outdoor recreation)** – jakákoliv aktivita v přírodě, která se vztahuje k trávení volného času, odpočinku a zábavě.

- **Výchova v přírodě (Outdoor education)** – aktivity probíhají především v přírodním prostředí, dochází k propojení učebních a výchovných postupů

s přírodním prostředím, umožňuje získávat více znalostí o přírodě. Zároveň využívá aktivit v přírodě k rozvoji osobnosti.

- **Výchova dobrodružstvím (Adventure education)** – předpokládá společné řešení problémových situací ve skupině a překonávání výzev jednotlivcem. Dynamické procesy mezi členy skupiny i překonávání vlastních hranic jedinců slouží k osobnostnímu růstu a rozvoji.
- **Výchova výzvou (Challenge education)** – představuje snahu o širší koncepci, zdůrazňující výzvodový charakter aktivit v přírodě i jiných činnostech spojených s rozvíjením schopností a dovedností člověka. Koncepce se snaží postihnout aplikace výzvodových situací pro všechny skupiny populace, včetně zdravotně postižených občanů.
- **Výchova zkušeností a prožitkem (Experiential education)** – tvoří protipól teoretickým přístupům, teoretické výchově a učení. Preferuje vlastní zážitky a zkušenosti, které se většinou vytvářejí v prožitkově bohatém prostředí i netradičními metodami.
- **Ekologická výchova (Environmental education)** – obecně se zabývá vztahy mezi člověkem a životním prostorem na Zemi. V užším pojetí je zaměřena na vytváření zájmu o poznávání přírody a její ochranu a využívání her s ekologickou tematikou.

2.2 Sporty a aktivity v přírodě využitelné ve školních akcích

Stále přibývá množství aktivit, sportů a činností, které je možné realizovat v přírodním prostředí. Pro přehled uvádím výčet aktivit a sportů, které se už osvědčily v programech spjatých s kurzy v přírodě (Neuman a kol.,2000).

- Turistika, vysokohorská turistika, letní i zimní táboření, využívání prvků „survival“, mapování terénu spojené s výběrem nejvhodnější trasy.

- Hry v přírodním prostředí, kooperační a týmové hry (úvodní, kontaktní, komunikační, iniciativní, na důvěru, s dramaturgií námětů, na rozvoj komunikace a spolupráce).
- Cvičení v přírodě, využití lanových překážkových drah, přírodní víceboje, přespolní běhy, plížení, šplhání, ručkování, překonávání překážek, skoky, rovnováhy, nošení, házení, vrhání.
- Aplikace aktivit z ekologické výchovy .
- Umělecko – tvořivá činnost, zpracování různých materiálů, tvorba totemů, malování obrazů, fotografování, divadelní představení doprovázená hudební vložkou, filmování, tanec, hudební produkce atd.
- Cyklistika, cykloturistika, všestranné využití kola.
- Orientace, orientační běh, aplikace orientačních her a cvičení.
- Horolezectví – lezení na umělých stěnách, na zajištěných cestách, skalní lezení, bouldering.
- Bruslení, golf, jízda na koni, jachting, kanoistika, windsurfing, plavání, potápění, vodní lyžování atd.
- Túry na lyžích v neupraveném terénu (základy skialpinismu), využití telemarských lyží a sněžnic, další aktivity a hry na sněhu, netradiční druhy turistiky.
- Příprava a realizace projektů a kurzů využívajících aktivit v přírodě pro rozvoj osobnosti, aplikace aktivit v přírodě pro různé skupiny lidí.

2.3 Typy programů

Vytvoření programu šitého na míru skupině žáků nebo studentů je prvořadým úkolem pedagoga, který musí zvážit jaké aktivity a činnosti budou mít efektivní účinek na děti. Je důležité připomenout provázanost u jednotlivých typů programů.

- **Programy založené na rekreaci a odpočinku.** Tyto programy jsou zaměřené na nenáročný pobyt a turistiku v přírodě. Velká část pedagogů na základních a středních školách volí tento jednoduchý program, který nevyžaduje velkou přípravu a svou náplní se jeví jako velice bezpečný. Prožitkovost u takového programu je největší měrou závislá na tvůrčích schopnostech učitele. Důležitým faktorem se stává výběr místa, kde bychom neměli zapomínat na možnosti zajímavých výletů, a roční doba nejvhodnější pro realizaci tohoto typu programu.
- **Programy, jejichž hlavní náplní je sportovní činnost.** Tyto programy jsou založeny na souvislé tréninkové činnosti se snahou zlepšit zdatnost či technickou vyspělost jedinců v konkrétní sportovní činnosti. Reflexe či hodnocení se provádí srovnáváním výkonů jednotlivých účastníků nebo videozáznamem probíhající činnosti.
- **Programy směřující k výchovným aplikacím aktivit v přírodě.** Principem těchto programů je výzva. Její přijetí a zvládnutí přináší následně posílení sebedůvěry a okolního uznání. Účastníci tohoto programu jsou každodenně vystavováni novým překážkám a událostem, které je nutí k zamyšlení nad sebou samými a nabádá k novému otevřenému myšlení s vytvářením souvislostí na základě zkušenosti. Snahou programu je pochopit důležitost významu spolupráce na té nejzákladnější úrovni. Takováto koncepce vyžaduje přesné zaměření programu, připravený instruktorský sbor a promyšlenou skladbu programových bloků. Součástí tohoto kurzu je samozřejmě zpětné hodnocení a sebereflexe účastníků kurzu.

- **Programy rozvojové navazující na programy výchovné.** Cílem je zlepšení komunikace ve skupině, tvůrčí myšlení při řešení úkolů, spolupráce všech jednotlivců v týmu. Procvičují se potřebné dovednosti a schopnost jejich užívání v simulovaných situacích. Při reflexi usilujeme o propojení simulované činnosti s transferem do života.
- **Programy terapeutické,** u nichž je snahou změna chování a životního stylu jednotlivců, posílení sebedůvěry a důvěry k ostatním. Na programy by měli spolupracovat organizátoři s odborníky v daném odvětví poruch či nedostatečností. (Neuman a kol., 2000)

2.4 Vytváření programů pro konkrétní skupinu

První, co je pro organizátora školní akce důležité, jsou cíle programu, které by měly odpovídat věku a připravenosti (duševní i fyzické) účastníků. Je třeba odhadnout hranice zátěže, které by účastníci byli schopni zvládnout, a které už by pro ně neměly pozitivní dopad. Zvláště u dětí je zhotovení programu důležitou částí přípravy. Na ní by se měli podílet především učitel společně s přiděleným instruktorem. V případě pobytových či turistických akcí je příprava programu čistě v rukou učitelů a záleží pouze na nich, zdali budou děti ze školní akce odjíždět plny dojmů či nikoliv. Snaha pedagoga cíleně působit na vztahy uvnitř kolektivu v kombinaci s vhodným výběrem aktivit a her vytváří ve skupině příjemné klima.

Je nutné využít aktivity, cvičení a sporty, které jsou pro mládež atraktivní. Pro zjištění zájmů dětí by nejlépe posloužil dotazník či anketa. Vhodné je se osobně účastnit veškerých aktivit a sledovat reakce dětí přímo při jejich realizaci.

Vedoucí by měli ovládat různé dovednosti a mít hlubší znalosti alespoň z několika oborů, které se na akci vyskytují. Měli by s účastníky kurzu navázat přátelský vztah a osobním příkladem je motivovat k jednotlivým činnostem během kurzu. Umění předvídat reakce dětí při činnostech a vhodně na ně reagovat je velkou předností pedagoga. Důležitá je určitě i zkušenost založená na práci s dětmi.

Při plánování programu je nutné vzít v potaz veškeré okolnosti. Musí se počítat s prostředím, počasím, službami, se složením programových bloků a jejich návazností na sebe, s možnostmi jako jsou úrazy a onemocnění.

Důležitým faktorem je hodnocení. V průběžném hodnocení se pedagog snaží o podporu dětí v jejich další činnosti. V závěrečném hodnocení jde o posouzení úspěšnosti skupiny jako celku a rozbor nejtěžších chvil při plnění programu. (Neuman a kol., 2000)

Typy hodnocení:

- Hodnocení programu účastníky.
- Hodnocení zvládnutí dovedností, chování a jednání studentů (provádí instruktoři či určené pozorovatele) na kurzu (popisy situací, trvání jednotlivých fází, srovnávání jednání s předem stanovenými definicemi apod.).
- Hodnocení práce instruktorů a vedoucích účastníky akce podle pozorování, posuzování reakcí, stupnice chování, kompetencí.

(Neuman a kol., 2000)

2.5 Parametry vedoucí k úspěšnosti programů výchovy a aktivit v přírodě

- Dobrovolnost v účasti na programu - bývá mnohdy důležitější než jeho obsah.
- Všestrannost a celistvost programu – zapojení všech smyslů a druhů učení.
- Důraz na vlastní aktivitu účastníků, získávání autentických zážitků a zkušeností.
- Respektování zásad od jednoduššího ke složitějšímu.
- Dramatický náboj, střídání vzrušení a emocí ; účastníci jsou do programu stále více vtahováni, vytvářejí se tak příhodné podmínky pro učení a výchovu.
- Vytváření situací, které jsou pro všechny účastníky nové, výsledky nejsou zcela předpověditelné (rys dobrodružnosti).
- Pocitění důsledků úspěšných i chybných řešení a rozhodnutí.
- Využívání metaforického přirovnávání programových celků k běžnému životu.

(Neuman a kol., 2000)

2.6 Nabídka možných programů kurzů v přírodě

- **Adaptační kurzy** – snahou tohoto programu je seznámení pedagoga s žáky, stmelení kolektivu, nastavení pozitivního klimatu ve skupině, eliminace nežádoucích jevů a prevence proti nežádoucím jevům. Tento kurz obsahuje adrenalinové sporty, lanové překážky, vodácké aktivity, orientační sporty, akční dobrodružné prvky, cyklistiku a hry různého charakteru.
- **Třídní teambuilding** - program je pro kolektiv, který se už zná a jeho hlavním úkolem je rozvíjet vztahy uvnitř skupiny a prostřednictvím aktivit vytvářet z třídního kolektivu dobře pracující skupinu, kde každý člen má své nezastupitelné místo. Kurz obsahuje podobné aktivity jako adaptační kurzy s vyšším množstvím aktivit a her založených na komunikaci, kooperaci a motivaci.
- **Sportovní kurzy** – hlavním cílem kurzu je sportovní vyžití s prvky adrenalinových činností a mnoha sportovních her. Program je sestaven podle předpokladů a zájmů žáků. Mezi vhodné činnosti patří například lezení na umělé stěně, slaňování, vysoké lanové překážky, nízké lanové překážky, jízda v kánoji, rafting, lukostřelba, horská kola, orientační běh a sportovní hry.
- **Branné kurzy** – jsou zaměřené na fyzickou a psychickou zdatnost, taktické myšlení a plnění různých úkolů, týkajících se především vojenské tematiky. Mezi činnosti bychom zařadili různé překážkové dráhy, nízké a vysoké lanové překážky, orientační cvičení v terénu, noční bojovou hru a střelné hry (airsoft, paintball).
- **Programy s prvky mediální výchovy a sociálních dovedností** – kladou větší důraz na rozvoj osobnosti v sociálním prostředí, sebepoznání a kreativitu.

(www.istan.cz)

3. Společenské změny v souvislosti s výchovou, aktivitami a sporty v přírodě

Soudobá společnost se vyznačuje konzumním stylem života, přičemž ideály minulé generace se diametrálně liší od stávající. S pádem železné opony pronikla do našich myslí nepřeberná nabídka konzumního vyžití. Lidé tráví svůj volný čas v supermarketech, kde uskutečňují své sny a zajišťují své potřeby. Rodinné oslavy tráví v restauracích rychlého občerstvení a se spokojeným výrazem ve tváři konzumují bohatě kalorickou stravu. Žebříčky hodnot prošly velikým zemětřesením.

Mladá generace se soustřeďuje na prožitky jako na nejbezprostřednější formu hledání štěstí. „Out“ je pro ni všechno, co předpokládá trvání: politika, dějiny, škola, rodina, stáří. „In“ je naopak přítomnost. Hromadění zážitků je hlavní, a všechno ostatní jde stranou. (Klevisová, 2007)

Táborový oheň a zpěv trampských písní ztratil u mladé generace na přitažlivosti. Pro stávající mládež už není rovnocenným požítkem k rychlé jízdě, počítačovým hrám a jiným pro ně nevšedním zážitkům. Úkolem pedagogů a specialistů na obor sporty a výchova v přírodě je uskutečnit propojení zážitku s výchovou a přitom slyšet na potřeby mladých lidí. Ze západních zemích k nám přišli nové možnosti trávení volného času v přírodě a do popředí zájmu se pronikly adrenalinové sporty a činnosti spojené s přijatelným i méně přijatelným rizikem.

V posledních desetiletích 20. století se intenzivněji začal objevovat výraz „výchova prožitkem“ a „dobrodružná výchova“. Mezi hlavními aktéry, kteří usilovali o její rozšiřování, můžeme jmenovat profesionální pedagogy vysokých škol (Jana Neumana a pracovníky katedry sportů v přírodě FTVS UK), Prázdninovou školu Lipnice, pedagogy katedry rekreologie FTK UP, českou organizaci Outward Bound, skautské hnutí a turistické oddílové vedoucí, občanská sdružení, neziskové organizace a dobrovolníky z řad Junáků, hnutí Brontosaurus, centra volného času, specializované cestovní kanceláře, instituce zabývající se vzděláváním dospělých. (Váchová, 2003)

3.1 Dnešní mládež a kurzy sportů a aktivit v přírodě

Ve srovnání s předešlou generací tráví jejich nástupci mnoho času u počítačů, kde využívají moderní technologie, především k bezpředmětné komunikaci mezi vrstevníky nebo směrem k počítačovým hrám. Zatímco jejich předchůdci trávili volný čas především venku při různých sportovních činnostech, u kterých vznikaly snáze kamarádské vztahy, se současné děti vyznačují individuálním pojetím světa. Skrze operátory komunikují s nepřeborným počtem lidí a stále jakoby zůstávaly sami.

Na děti jsou kladeny stále větší nároky ze strany rodičů, kteří často nehodlají opustit své přehnaně ambiciózní plány. Komunikace mezi dětmi a jejich rodiči se obvykle zužuje pouze na téma školy a osobního růstu jedince po stránce vzdělání, což u dětí často vyvolá negaci a nezájem o školu a aktivity spojené s ní. Mnohdy hledají východisko ze své situace u svých vrstevníků s podobnými problémy a ve svém postoji se navzájem utvrzují. Jako učitel jsem často svědkem dvou extrémních postojů ze strany rodičů. První, tvořící menší skupinu jsou děti, jejichž čas po výuce je naplněn do poslední minuty až do večera a druhý, většinou početnější, kde děti po skončení vyučování se hodinku potulují po sídlišti a pak zasednou k počítačovým hrám a věnují se jim až do pozdních hodin bez povšimnutí svých unavených rodičů.

Kurzy aktivit v přírodě jsou výbornou možností, jak strávit týden plný dobrodružství pro děti různého věku, zaměření a zájmů. Aktivity a hry probíhající na kurzech jsou pro děti většinou novou zkušeností, což podtrhuje jejich atraktivitu pro účastníky. Další důležitým faktorem je výchovný charakter celého kurzu ovlivňující chování účastníků. Po výborné zkušenosti s prvním kurzem se děti a jejich rodiče často nadchnou pro další spolupráci. Ve školním roce by mělo být velkou snahou pedagoga podnikat mimo kurzu v přírodě i menší výlety spojené s aktivitami v přírodě, návštěvy lanových a jiných sportovních center. Výchovný dopad na žáky je veliký a dobře pozorovatelný ve třídě, kde jsou vztahy mezi dětmi po kurzu v přírodě daleko lepší.

3.2 Negativní činitelé ve školní tělesné výchově

Značné zpoždění naší mládeže se negativně projevuje v hodinách Tv. Časté jsou úrazy vzniklé především z nešikovnosti. Většina žáků a studentů koketuje se sportem pouze přechodně, dokud je neomrzí. Podle ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy jen asi 25% žáků sportuje mimo školní docházku, v západních zemích jich sportuje až 60%. Sedavý způsob života a špatné stravovací návyky se podepíší na stavbě těla a výkonnosti tělesných orgánů a celkové zdatnosti jedinců.

Mezi gastronomické pochoutky dnešní mládeže patří smažené brambůrky, sladkosti, hamburgery a přeslazené limonády. Rodiče bez povšimnutí sledují přibývající tukovou tkáň svých adolescentních dětí a neuvědomují si, že svým benevolentním chováním ohrožují jejich zdraví.

Snížená obratnost a koordinace způsobují časté úrazy, které jsou důsledkem minimální zkušenosti s pohybem při různých aktivitách a cvičeních. Novodobá nešikovnost při hodinách tělesné výchovy se stává negativním trendem, který je viditelný v mnoha českých školách.

3.3 Aplikace kurzů a aktivit v přírodě do školního vyučování

Hlavním úkolem školní tělesné výchovy je upevňování zdraví a všestranný tělesný a pohybový vývoj člověka, poskytovat mu základní teoretické a praktické tělovýchovné vzdělání. Dlouhodobým cílem u dětí a mládeže je utvářet pozitivní postoje k pravidelné celoživotní pohybové činnosti.

Tělesná výchova umožňuje žákům poznávat vlastní pohybové možnosti a předpoklady i zdravotní a pohybová omezení, rozumět jim, respektovat je u sebe i u jiných a aktivně je využívat a cíleně ovlivňovat. Takto chápaný vztah k pohybovým aktivitám lze rozvíjet jen v atmosféře důvěry, spolupráce a radostného prožitku z pohybového výkonu, který vychází z aktuální pohybové úrovně jednotlivců, z konkrétních splnitelných cílů (www.msmt.cz).

Aplikace aktivit a sportů v přírodě je vázána v prvé řadě na rámcový program, který si upraví každý pedagog podle svého přesvědčení a skutečností vztahujících se

k žákům. Výhodou rámcového vzdělávacího programu je volná ruka pedagoga při výběru typu a programu kurzu. Samozřejmostí je získání mnoha vědomostí a dovedností týkajících se turistiky a sportů v přírodě i v mimo kurzovní výuku.

3.4 Zařazení aktivit a sportů v přírodě do učebního procesu

V této kapitole jsou prezentovány podstatné znalosti, činnosti a dovednosti, které by žáci a studenti měli ovládat. Čerpal jsem z internetových stránek Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy, kde jsou uvedeny přehledy jednotlivých znalostí, činností a dovedností. Text je zpracován podle školních osnov, které jsou sice již neplatné, ale slouží stále jako základní materiál k sestavení rámcově vzdělávacího programu pro tělesnou výchovu (www.msmt.cz).

Znalosti a dovednosti pro žáky 2. stupně ZŠ:

- význam turistiky pro zdraví, rozvoj specifických dovedností, pro poznávací činnost, vztah k přírodě, navázání sociálních kontaktů,
- druhy turistiky (pěší, vodní, lyžařská, cykloturistika, horská turistika, aj.),
- specifika bezpečnosti při turistice a pobytu v přírodě, obsah příruční lékárničky, správné poskytnutí první pomoci v improvizovaných podmínkách, KPZ,
- stravování a topografické značky, čtení z mapy,
- stavba tábořiště, zakládání ohňů, příprava pokrmů, rušení tábořiště a ohniště,
- orientace v přírodě podle přírodních úkazů, podle buzoly, kompasu,
- zacházení s nožem, pilkou, sekerou, jednoduché opravy výstroje a výzbroje,
- zásady přípravy turistické akce, znalost nejbližších dopravních spojů a způsoby přepravy,
- obecné zásady chování při přepravě v různých dopravních prostředcích,
- základní dokumentace u turistické akce,
- ochrana přírody, zdrojů pitné vody, turistického značení,
- pravidla silničního provozu (role chodce, cyklisty), dopravní značení a signalizace, základní údržba a oprava kola,

- plavání, bruslení,
- lyžování –viz. kapitola níže.

Pohybové činnosti pro žáky 2. stupně ZŠ:

- chůze v terénu (ve skupině, v pochodovém tvaru – délka pochodové trasy od 10 – 20 km),
- bezpečný a ekonomický pohyb v terénu,
- chůze s překonáváním přírodních překážek, s plněním různých úkolů,
- běh v terénu po vyznačené trase, chůze střídaná s během (do 30 minut),
- orientační běh (v různých modifikacích),
- cvičení pro rozvoj kondičních a koordinačních schopností s využitím terénních nerovností, přírodních útvarů, předmětů,
- jízda na kole (do 30 km) - v podmínkách mimo silniční provoz, v silničním provozu,
- jízda na běžeckých lyžích (do 20 km) ve středně náročném terénu,
- jízda na pramici, kánoi – na tocích nižší obtížnostní klasifikace,
- další turistické činnosti vhodné pro věk 11 – 15 let (lezecká stěna, nízké lanové překážky, aj.),
- základy plavání, lyžování a bruslení.

Vědomostní a návykové znalosti pro studenty SŠ:

- rozšíření znalostí a vědomostí ze základní školy.

Pohybové činnosti pro studenty SŠ:

- chůze a běh v terénu (i se zátěží) s překonáváním přírodních překážek a ve spojení s pohybovými hrami v přírodě a jinými koordinačními a kondičními pohybovými činnostmi,
- jízda na kole – na silnici i v terénu,
- jízda na toku s obtížností odpovídající úrovni studentů,
- základy lezení, jištění,

- vysokohorská turistika i v náročném terénu,
- zařazení netradičních sportů (lezení na umělých stěnách, jízda na skateboardu, kolečkových bruslích, snowboardu, surfu, aj.) – při jejich provádění je kladen větší důraz na bezpečnost, větší nároky na připravenost pedagoga, odpovídající vybavení a bezpečnostní pomůcky.

Znalosti, činnosti a dovednosti získané na lyžařském kurzu pro ZŠ a SŠ

Poznatky a návyky:

- význam lyžování pro zdraví, pro vytváření vztahu k přírodě, pro rozvoj pohybových schopností,
- příprava výstroje a výzbroje,
- specifika bezpečnosti při lyžování – chování na sjezdovkách, v běžecké stopě, organizace pohybu družstva v různých podmínkách, jízda na vleku, orientace v zimní krajině, výstražné značky, horská služba, přivolání pomoci, ošetření poranění v podmínkách zimní přírody,
- technika osvojování činností,
- základní pravidla lyžařských disciplín.

Pohybové činnosti:

- nošení lyží,
- chůze sněhem, skluzem (na běžeckých lyžích),
- výstupy (chůzí, přidupem, stranou, jednostranným a oboustranným odvratem),
- obraty (na rovině a v mírném svahu přešlapováním, přivratem, odvratem přednožením, zanožením, přeskokem, výskokem, specifika obrátů v prudším svahu).

Pohybové činnosti pro běžecký výcvik:

- odšlapování, bruslení (na rovině, ze svahu, do mírného protisvahu),
- jízda odpichem soupaž, skluzy na jedné lyži (na rovině, z mírného svahu),
- přejíždění terénních nerovností,
- brždění a zastavování (jednostranným a oboustranným přivratem, smykem),

- běh (střídavý dvoudobý, soupažný jednodobý a dvoudobý – v běžecké stopě, bruslením),
- vyjížďka do terénu (v mírně náročném terénu, středně náročném terénu),
- závody v běhu (dívky do 3 km, chlapci do 5 km).

Pohybové činnosti pro sjezdový výcvik:

- odšlapování, bruslení,
- jízda na vleku,
- přejíždění terénních nerovností (s dojezdem do roviny, do protisvahu, na prudším svahu),
- brždění oboustranným přivrátím,
- základní oblouk,
- modifikované oblouky, sjíždění ve ztížených podmínkách (terénních, sněhových),
- jízda v brankách,
- jízda v běžném provozu sjezdovek,
- nácvik sjezdu (v bezpečném terénu).

Doporučené rozšiřující učivo:

- historie lyžování,
- současné techniky běžeckého a sjezdového lyžování,
- snowboarding,
- pravidla lyžařských závodů.

3.5 Rámcový vzdělávací program pro Tv

Rámcový vzdělávací program je komplexní dokument, který by měl ovlivňovat a usměrňovat vzdělávání na všech typech škol, které poskytují základní a střední vzdělávání.

Dílčí úkoly rámcového vzdělávacího programu jsou:

- vymezení cílů a obsahu vzdělávání,

- očekávané kompetence,
- učební plán,
- tvořivost a kvalita vzdělávání učitelů,
- odpovědnost za výsledky kvality vzdělávání,
- propojenost základního a středního vzdělávání.

V souladu s vývojovými předpoklady a individuálními zvláštnostmi žáků směřuje vyučovací úsilí učitele Tv a učební činnosti žáků v tělesné výchově obecně k těmto očekávaným výstupům:

- Zlepšení tělesné zdatnosti.
- Zvládnutí osvojované pohybové dovednosti v souladu s individuálními předpoklady.
- Posouzení provedení osvojované pohybové činnosti.
- Užívání osvojovaného názvosloví.
- Rozlišení a uplatnění práva a povinností vyplývajících z role hráče, rozhodčího.
- Uplatnění odpovídající vytrvalosti a cílevědomosti při korekci zdravotních oslabení.
- Zařazení speciálního vyrovnávacího cvičení souvisejícího s vlastním oslabením do svého pohybového režimu.
- Dodržení bezpečnostních a hygienických zásad.
- Uplatnění vhodného a bezpečného chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničním provozu.

Přínos předmětu k rozvoji průřezových témat a klíčových kompetencí

Jedním z průřezových témat, které zasahuje do výuky tělesné výchovy je osobnostní a sociální výchova, jejíž důležitou součástí je seberegulace a sebeorganizace. V rámci sociálního rozvoje lze velmi dobře využít prostředí při kurzové výuce pro poznávání lidí a rozvoj mezilidských vztahů.

Environmentální výchovu lze také velmi dobře aplikovat v průběhu kurzovní výuky tělesné výchovy, a to zejména kvůli většímu časovému prostoru než při běžné výuce a také díky vhodnému umístění kurzu.

Aplikace tématických okruhů pro kurz pobytu v přírodě pro ZŠ, SŠ

Praktické učivo:

- cyklistika,
- sportovní hry a aktivity v přírodě.

Teoretické učivo:

- Základní pravidla vybraných her.
- Ekosystém – význam lesa, pole, vodních zdrojů – jejich rozdíly, společné znaky, význam pro společnost z hlediska ekologie a průmyslu, ochrana místní fauny a flóry, význam vesnic, zdroje investic v daném regionu vzhledem k poloze, turistika apod.
- Vztah člověka k prostředí – zdůraznění významu vlastní odpovědnosti ve vztahu k životnímu prostředí, možnosti účasti na likvidaci odpadu v konkrétní oblasti.
- Lidské aktivity a problémy životního prostředí – ochrana přírodních a kulturních památek, diskuse k tématu zatížení přírody při stále se zvětšujícím zájmu o turistiku v přírodě.
- Výcvik sociálních dovedností – rozvoj komunikace, motivace pro práci v třídním kolektivu, rozšíření obzorů v rámci vlastní osobnosti, řešení modelových situací, rozvoj člověka jako individuální bytosti v návaznosti na školní kolektiv, se kterým je v neustálé interakci. Hry týkající se osobnostní charakteristiky a rozvoje sociálních schopností a dovedností.

Aplikace tématických okruhů pro lyžařský kurz

Praktické učivo:

- základy alpského lyžování,
- základy severského lyžování,
- základy snowboardingu.

Teoretické učivo:

- historie lyžování,
- místopis,
- environmentální výchova,
- ekosystém – význam lesa, horské a podhorské oblasti, význam pro společnost z hlediska ekologie a průmyslu, ochrana životního prostředí spojená s významem a funkcí národních parků a chráněných krajinných oblastí,
- vztah člověka k životnímu prostředí – ovlivnění ekologických systémů změnou společenského životního stylu, zvýšenými nároky společnosti na kvalitu a pohodlí jedince (zvýšená produkce odpadu, zvýšená spotřeba energie, zvýšený objem emisí apod.),
- lidské aktivity a problémy životního prostředí – ochrana přírodních a kulturních památek, diskuse k tématu zatížení přírody při stále se zvyšujícím zájmu o zimní turistiku (poruchy rovnováhy a znečištění v přírodě apod.),
- zdravotní péče – přednášky Horské služby poskytující aktuální informace o možném nebezpečí v horách a základních pravidlech bezpečného pohybu a lyžování v horském terénu, osvojení základů první pomoci ve vztahu k úrazům na horách,
- výcvik sociálních dovedností – rozvoj důvěry, komunikace a spolupráce v třídním kolektivu.

Základní principy, jak vést studenty ke klíčovým kompetencím jsou kromě osobního příkladu následující:

Kompetence občanské (uzlové pojmy):

- Mravní vědomí
- Podpora aktivního sportování
- Pomoc při úrazech lehčího charakteru
- Orientace v základních sociálních rolích a situacích
- Vědomí vlastního Já
- Cílevědomost a samostatnost
- Tolerance a respektování práv ostatních

- Schopnost selekce získávaných informací
- Emoční i věcné seznámení se škodlivostí požívání drog a jiných škodlivin

Kompetence k učení (uzlové pojmy)

- Samostatnost
- Poznávání vlastních pohybových schopností a jejich individuální rozvoj
- Sebeovládání
- Prožívání mezi tělesnou kondicí a psychickou pohodou
- Systematické sledování vývoje vlastní fyzické zdatnosti
- Sebereflexe
- Schopnost kritického myšlení
- Zodpovědnost vůči sobě i vůči společnosti

Kompetence komunikativní (uzlové pojmy)

- Sebedůvěra
- Zodpovědnost za vlastní chování
- Schopnost naslouchat, otevírání prostoru pro diskusi a taktice družstva
- Umění různých způsobů komunikace (verbální, neverbální)
- Vyslechnutí a přijetí pokynů vedoucího družstva
- Pořizování záznamů a obrazových materiálů ze sportovních činností a jejich prezentace

Kompetence k řešení problémů (uzlové pojmy)

- Taktika řešení problému
- Samostatnost
- Vhled do problému, hledání vhodné taktiky při ovládnutí cviku, sportovního prvku
- Asertivita
- Kompromis

Kompetence sociální a personální (uzlové pojmy)

- Dodržování pravidel fair play
- Práce ve skupině – rozdělování a přijímání úkolů v rámci sportovního družstva
- Schopnost komunikace
- Vedení skupiny
- Kooperace – rozvoj spolupráce uvnitř kolektivu sportovního družstva
- Prezentace a podpora myšlenek olympijského hnutí

Kompetence pracovní (uzlové pojmy)

- Příklady nutnosti dodržování pravidel ve sportu
- Sportovní náradí a náčiní
- Kvalita pracovní činnosti
- Efektivita práce, zpracování a prezentace naměřených výkonů
- Celoživotní aktivní přístup ke sportu a vzdělávání
- Vyhledávání možných rizik při pohybových činnostech a hledání cest jejich minimalizace
- Rozvoj tržně – ekonomického myšlení (sportovní kluby, organizace)
- Aplikace znalostí získaných ve škole do svého pracovního oboru

Bezpečnostní a hygienické zásady, úrazová zábrana:

- Zásada bezpečného pohybu a chování při Tv a sportu.
- Pravidla používání ochranných pomůcek.
- Zásada bezpečnosti i v málo známém prostředí (les, hory, vodní plochy).

Organizace a komunikace v tělesné výchově:

- Žák chápe význam pořadových cvičení pro organizaci kolektivu, pro rozvoj vlastní osobnosti (význam pro pořádek, kázeň, snížení časových ztrát, vyšší bezpečnost, upevňování kolektivních vztahů).
- Žák dodržuje etická pravidla v Tv.
- Žák umí organizovat a hodnotit Tv činnost.
- Žák zvládá způsoby kontroly jednotlivých cvičení.

Rámcový rozpis učiva

- Sportovní gymnastika
- Moderní gymnastika, rytmické cvičení s hudbou
- Atletika (kondiční cvičení)
- Regenerace (relaxace, strečink)
- Zdravotní tělesná výchova
- Sportovní hry
- Kurzovní výuka

Srovnání:

V souhrnu lze říci, že struktura školních osnov a rámcového programu týkající se kurzovní výuky je podobná. Nesporným kladem rámcového programu pro tělesnou výchovu a školní kurzy je jeho variabilita. V době neomezeného rozvoje nových sportovních disciplín a netradičních činností je vznik tohoto programu pozitivní reakcí na současný stav. Dětem a mládeži je třeba zprostředkovat pozitivní zkušenosti s aktivitami v přírodě, které jsou prospěšné pro všestranný rozvoj jedince a mohou být směrodatné pro jejich další vývoj.

4. Komplexní působení výchovy v přírodě na žáky

Většině mladých lidí je chápání světa nabízeno zprostředkovaně spíše přes abstraktní pojmy, a ne přes přímé prožitky. Zkušenosti, které člověk získá v přímém kontaktu s přírodou, jsou často považovány při rozvoji osobnosti za nejdůležitější. (Neuman a kol., 2000)

Z psychologického hlediska

Základním pojmem je prožitek a prožívání. Předmětem prožitku může být vnější svět, stav vlastního organismu i vlastní mysli. Prožitky dělíme na kognitivní (poznávací) a patické (citové), na impresy (dojmy) a ideje (myšlenky). Jsou ve vztahu k „já“ buď vědomé nebo nevědomé.

- Prožitek – je tím silnější, čím více vlastního úsilí vložíme do jeho získání. Vzniká z určitého napětí mezi začátkem aktivity (zadáním) a jejím provedením (splněním úkolu). (Neuman a kol., 2000)
- Prožívání – považujeme za vnitřní dimenzi psychiky. Zahrnuje všechny psychické jevy, to, co se odehrává v našem vědomí i podvědomí. (Neuman a kol., 1999)

Programy jsou založeny na vlastním prožitku účastníků. Prostřednictvím reflexe dochází k zpracování prožitku ve zkušenost využitelnou v osobním životě. Prožitek na kurzech aktivit a sportů v přírodě představuje pro děti především důležitou skutečnost ve smyslu nových možností.

Ze sociálního hlediska

Během kurzu aktivit v přírodě se dynamicky utváří prostředí a vztahy ve skupině. Nedílnou součástí tohoto procesu jsou situace, ve kterých jsou děti většinou poprvé a jejich činnost ovlivňuje výsledek snažení celého týmu. Je třeba hodnotit hlavně průběh jednotlivých činností, snahu a přístup.

Možnost se aktivně podílet na nových a nevšedních aktivitách ovlivňuje i jedince samotného. Do popředí osobnostních vlastností se dostává sebedůvěra, odpovědnost, spoluodpovědnost a vzájemné sblížení s ostatními. Rozvoj komunikace je odrazovým můstkem při hledání řešení v různých situacích, úkolech a cvičeních. Radost, legrace a zaujetí jsou všudypřítomné aspekty akcí spojených s výchovou a pobytem v přírodě.

4.1 Využití vzdělávání prožitkem ve školství (ZŠ, SŠ)

Vzdělávání prožitkem pomocí propracovaných programů kurzů v přírodě je v České republice zatím na počátku. Je otázkou, jak tomu bude za pár let. Musím říci, že podíl školních akcí a různých exkurzí přiměřeně stoupá vzhledem k celkovému času věnovanému běžné výuce. Bohužel i vzrůstající podíl těchto akcí na výuce je zatím velmi nízký vzhledem k jeho nezanedbatelnému účinku. Je nesporné, že osobní zkušenosti a vlastním prožitkem jsou děti ovlivněny mnohokrát více než i sebelepším výkladem pedagoga. Je mrzuté, že kurzy turistiky a sportů v přírodě nejsou zařazeny do školních osnov ve stejné podobě jako lyžařské kurzy. Trocha bezpečného rizika při slaňování ze skály, osobní účast v iniciativní nebo jiné hře, cyklistický výlet v malebném kraji se dětem jako zkušenost usídí v hlavě na dlouhou řadu let.

Třídní kolektiv podnikající mnoho aktivit spojených s výchovou a prožitkem v přírodě funguje jako kolektiv lépe než ostatní třídy, které jsou ochuzeny o tento zážitek. Je pevnější a schopnější v oblastech organizace, komunikace a kamarádských vztahů.

Je přirozené, že svých poznatků a zkušeností získaných na akcích v přírodě žáci rádi využívají nejenom ve školním vyučování, ale i v osobním životě.

Škola by se měla větší mírou podílet na vytváření různorodých akcí spojených se zážitkovou pedagogikou a to hlavně v případech dětí, které jsou o tuto podnětovou složku ochuzeny díky svým zaneprázdněným rodičům. Z jejich radostného výrazu během kurzu lze s přesností odhadnout množství dětí, které neznají nic jiného než sídliště, v němž vyrůstají. Škola ve spolupráci s rodiči by měla být schopna nabídnout dětem co nejširší spektrum aktivit a sportů v přírodě během školního roku a tím kladně ovlivňovat vývoj dětí. Místo dvojek z chování za kouření v prostoru školy, bychom

mohli společně s dětmi probírat podrobnosti naší další společné akce. Vztah založený na vzájemné důvěře a společných zážitcích by umocňoval naše vzájemné snažení.

4.2 Moderní doba a volný čas

Moderní doba přinesla mnoho nového do naší společnosti. Lidé jsou strůjci svého vlastního života, mají mnohé možnosti studia v zahraničí, sebevzdělávání a volného cestování atd. Je pouze na nich, jakým způsobem naloží se svým volným časem. U dětí je otázka volného času nejvíce spjata s výchovou v rodině. Dítě si utváří svůj hodnotový žebříček podle první sociální skupiny, kterou poznalo a tou je samozřejmě rodina.

Volný čas je definován jako odpočinek, zábava, relaxace, dobrovolné činnosti a zájmové kroužky. Jsou to činnosti, které jsou na programu dne po pracovní době. U dítěte je brána pracovní doba školní vyučování a domácí příprava. Způsob, jakým dítě tráví volný čas se odrazí na jeho vnitřních hodnotách a dalším jeho vývoji. Možnosti využití volného času přibývá a děti mají široké spektrum aktivit a činností, kterým se mohou věnovat, především ve velkých městech. Úspěšná aktivní činnost v kroužku nebo oddíle nebo individuální zájmy jsou vždy prospěšné pro překlenutí obtížného období puberty.

Podle výzkumu (Čech, 2002) za nejoblíbenější činnost ve volném čase děti školního věku brněnských škol považují pobyt venku s kamarády bez konkrétnější smysluplné činnosti (25% respondentů). Za druhou nejoblíbenější činnost považují sport a pohybové činnosti (19% respondentů), následně děti preferovaly počítač a videohry (16% respondentů), společenské hry zaujímají čtvrtou příčku oblíbenost (13% respondentů), dále pak následuje televize (8% respondentů), umělecká činnost (7% respondentů), četba knih (6% respondentů), starost o domácí zvíře (3% respondentů). Pobyt v přírodě děti označily podle tohoto výzkumu na předposledním místě (2% respondentů), méně oblíbená „činnost“ byl už jen spánek (1% respondentů).

U aktivit, které děti vyhledávají ve svém volném čase dopadl výzkum následovně. První příčku obsadila činnost sledování televize, druhou pobyt venku s kamarády, třetí poslech hudby, čtvrtou pobyt v přírodě a pátou sportovní a pohybové aktivity. Tyto aktivity jsou pro děti nejpřístupnější a nejsnadněji dosažitelné.

Je zřejmé, že nejoblíbenější činnost pobyt venku s kamarády bez konkrétního cíle sebou nepřináší mnoho pozitivního, ale naopak je tento pobyt často spjatý s činnostmi negativního typu jako je kouření, alkohol, experimentování s drogami, gamblerství apod. Ve škole se chování těchto dětí brzy projeví v podobě záškoláctví, nechuti plnit školní povinnosti a samozřejmě vznikají problémy s rodiči, kteří si s nimi nevědí rady.

Shrnutí:

Z předešlého textu je možné usoudit, že pobyt a aktivity v přírodě dětem přinášejí mnoho pozitivního. Ovlivňují jejich přemýšlení, sociální vztahy a zlepšují tělesnou a duševní kondici. Nezapomínejme na velice důležitý vliv prevence vůči všem negativním nástrahám moderní společnosti. Zájmy a aktivní přístup k životu jsou důležitou oporou v nesnadných životních situacích a kurzy v přírodě jsou tréninkem duševní i tělesné odolnosti. Některé činnosti absolvované na kurzu jsou „opravdovou sondou“ do lidského nitra a kolektivního prostředí s nabídkou správného řešení nebo východiskem.

Úkoly, které je třeba řešit

- Zlepšit informovanost učitelů o možnostech přínosu aktivit a sportů v přírodě pro mládež.
- Najít stálé místo kurzů a aktivit v přírodě ve školních osnovách (ve smyslu ucelené koncepce spojené s konkrétními programy, které jsou řízeny profesionální spoluprací pedagogů a organizátorů kurzů).
- Zvýšit počet dobrodružných akcí a výletů do přírody ze strany školy. Komunikovat s rodiči o prospěšnosti těchto aktivit.

5. Cíle, hypotézy a metody výzkumu

5.1. Stanovení pracovních cílů a hypotéz diplomové práce

Cílem této diplomové práce je zkvalitnit programy školních kurzů na základě představ žáků a studentů, o jaké aktivity v přírodě by měli zájem a srovnání výsledků s konkrétními kurzy a výlety na vybrané základní a střední škole. Ke splnění cíle mé práce je třeba posoudit, který typ kurzu je pro žáky a studenty nejžádanější, sestavit program pro lyžařský kurz a kurz aktivit v přírodě na základě analýzy a vyhodnocení dat s dotazníku, ve kterém žáci a studenti zaškrtovali svou preferenci k dané aktivitě. Osobní pozorování na kurzech a vícedenních akcích v přírodě mi byla nápomocna při sestavování dotazníku a následné analýze získaných dat.

Pracovní hypotézy vyplývají z teoretického rozboru a znějí takto:

Míra spokojenosti dětí při absolvování školních kurzů a vícedenních výletů bude záviset na:

- typu kurzu, skladbě programu a atraktivitě jednotlivých činností,
- službách s kurzy spojených a na pedagogickém vedení,
- typu školy a jejího zaměření, které ovlivňuje typy a programy kurzů.

5.2 Metodika práce

Výzkum byl prováděn na základě studia literatury, osobních rozhovorů, pozorování, studia výsledků předchozích výzkumů (z diplomových prací – Váchová, 2003).

K výzkumu byla použita metoda dotazníku, kde jsem se inspiroval studijním textem „ Zásady pro tvorbu dotazníků – pro potřeby výzkumu“ podle Jana Hučína a Zuzany Polákové (ÚIV, 2005).

Dotazník

Dotazník je měrný prostředek, jehož pomocí se zkoumají postoje lidí k různým jevům, jejich názory, motivy rozhodování apod. Jde o soubor otázek předkládaný osobám ve standardizované podobě za účelem zjištění specifických údajů. Každý dotazník musí splňovat řadu psychometrických požadavků, vztahující se k výběru položek, způsobu kvantitativního vyhodnocování odpovědí, celkového zhodnocení pomocí norem získaných na reprezentativních výběrech osob z populace.

Dotazníkové šetření je sociologická specifická technika sběru informací. Pomocí dotazníkového šetření se mohou získávat poměrně jednoduché a snadno statisticky zpracovatelné údaje i od velkého počtu jedinců.

Stavba dotazníku

Při sestavení dotazníku je velice důležité konkretizovat ve formě otázek cíle výzkumu. Dotazník by měl být logický, promyšlený a jeho vytváření by mělo respektovat určitá pravidla. Na začátek volíme otázky jednodušší, neosobního charakteru. Následně můžeme volit otázky náročnější na zodpovězení či otázky „ na tělo“. I v této části je však dobré střídat složitější otázky s jednoduššími. Otázky je třeba formulovat jasně a srozumitelně bez možnosti dvojího výkladu. Velký pozor je třeba si dát na sugestivní otázky, které nabádají k určité odpovědi.

Otázky lze v zásadě dělit na otevřené či uzavřené nebo zkombinovat oba tyto typy (uzavřená otázka s nabídkou alternativ plus navíc možnost „jiné“ či „ostatní“ s vyhrazeným prostorem pro vlastní odpověď).

Já jsem ve svém dotazníku použil především otázky uzavřené, jen v několika málo případech jsem použil otázky polootevřené.

Vyhodnocování dotazníku – statistické metody

Statistická procedura zjišťuje :

- Četnost odpovědí
- Jaké faktory významně ovlivňují rozložení četností (např. pohlaví, typ školy atd.)
- Vazby mezi otázkami (četnosti volby odpovědí v otázce X mohou záviset na volbě v otázce Y)

Já jsem ve vyhodnocování dotazníku užil především škálované odpovědi, které lze vyhodnocovat následovně:

- Jako neškálové, tj. prosté četnosti
- Slučování sousedních (kladné verus záporné odpovědi)
- Průměrování, pokud lze škálu brát jako bodovou stupnici
- Vážený průměr zobecňující aritmetický průměr a poskytuj charakteristiku statistického souboru v případě, že hodnoty v tomto souboru mají různou důležitost. Používá se zejména při počítání celkového aritmetického průměru složeného z více podsouborů.

$$\text{Průměrná hodnota aktivity } A = \frac{\sum_{i=1}^N w_i X_i}{\sum_{i=1}^N w_i}, \text{ kde } X_i \text{ je pořadí oblíbenosti}$$

aktivity vyjádřené hodnotou $X_i = N - (i-1)$, kde i je celkový počet hodnocených aktivit, a w_i je počet dětí v jednotlivém pořadí oblíbenosti aktivity A .

Vlastní třídění jsem provedl pomocí čárkovací metody, kdy jsem zaznamenával frekvenci (četnost) znaku a výsledky následně zapisoval do tabulek. Z číselných údajů jsem získával procentuální hodnoty a hodnoty váženého průměru. Tyto hodnoty mi dovolily co nejpřesnější vyhodnocení dotazníků.

6. Průběh a organizace výzkumu

Výzkum byl prováděn ve školním roce 2006/2007 na školách ZŠ Hostivař a Křesťanském gymnáziu. Vypracoval jsem dotazníky, které obsahovaly otázky týkající se zájmů dětí o konkrétní aktivity při jejich účasti na školních akcích a kurzech. Nápomocí mi byl dotazník vydaný Centrem kinantropologického výzkumu při Fakultě tělesné kultury UP, který sloužil k získání informací o preferencích pohybových aktivit u dětí na druhém stupni základních škol. Dotazník jsem upravil pro podmínky kurzovní výuky. V polovině února 2007 jsem osobně rozdál dětem k vypracování dotazníky a zprostředkoval jim veškeré informace nutné k jejich vyplnění. Podle přítomných žáků jich bylo rozdáno 125 kusů na Základní škole Hostivař a 110 kusů na Křesťanském gymnáziu. Po vybrání všech rozdaných dotazníků jsem zjistil, že i přes mé informace a instrukce psané na dotazníku, se některým žákům nepodařilo dotazník vyplnit správně. Rozhodl jsem se, že použiji metodu náhodného výběru a získám z každého ze 4 ročníků 15 správně vyplněných dotazníků. Stejný postup jsem aplikoval i na gymnáziu. Získal jsem od každé školy po 60 kusech správně vyplněných dotazníků, které jsem dále analyzoval.

Postup analýzy dat a vyhodnocování je popsán v kapitole 5.2. Výzkumné metody.

6.1. Podmínky výzkumu

Charakteristika žáků a studentů podle věku:

1. Žáci Základní školy Hostivař od šestých ročníků do devátých ve věku 12 až 15 let.
2. Studenti víceletého Křesťanského gymnázia od primy do kvarty ve věku 12 až 15 let.

Ve vybraném souboru se nevyskytli žáci ani studenti, kteří by byli osvobozeni z hodin tělesné výchovy či měli jiná výrazná omezení vztahující se ke kurzům a pobytům v přírodě.

Ve svém výzkumu jsem oslovil žáky od šestých do devátých tříd (roč. 1990 - 1994) na Základní škole Hostivař a stejně staré studenty na víceletém Křesťanském

gymnáziu. Děti obou škol jezdí pravidelně každý rok na školu v přírodě popřípadě vícedenní výlet. Na lyžařský kurz jezdí samozřejmě žáci sedmých ročníků na základní škole a studenti druhého ročníku u víceletého gymnázia. U obou škol se snaží učitelé dětem nabídnout každý rok ještě navíc kurz lyžování nebo kurz aktivit v přírodě a to pro zájemce z různých tříd a ročníků. Obě školy sídlí Praze 10 Kozinově ulici 1000 ve stejné budově.

Charakteristika škol:

Základní škola Hostivař

Škola je umístěna nedaleko Hostivařské přehrady v pěkném přírodním prostředí blízko „Meandrů Botiče“, jež jsou přírodní památkou (rozloha 6,7 ha, vyhlášena 1968) v jihovýchodní části Prahy, součást přírodního parku Hostivař-Záběhlice. Areál splňuje vše, co se žádá od moderní školy. V areálu školy je fotbalové, basketbalové, volejbalové hřiště a multifunkční hřiště s umělým povrchem. K dispozici je také antuková atletická dráha. V severní části areálu je umístěno menší hřiště pro malé děti, které zde mají k dispozici dřevěné houpačky a prolézačky. Na druhé straně areálu škola nechala postavit U rampu pro vyznavače kolečkových bruslí, skatu a kol. V zadní části budovy je také posilovna, která slouží jak žákům a studentům tak i veřejnosti.

V Základní škole Hostivař se učí podle učebního programu obecná škola a samozřejmě je rozšířená výuka cizích jazyků. Jsou zde dvě sportovní třídy, kde především v gymnastice děvčata dosahují pěkných výsledků. Druhou sportovní třídou je cyklistika.

Z kroužků bych vyjmenoval určitě nohejbal, karate, americký fotbal, pozemní hokej, volejbal a sportovní hry.

Křesťanské gymnázium

Je v pronájmu Základní školy Hostivař a zabírá druhou polovinu budovy. Součástí smluvního vztahu je i užívání areálu včetně sportovišť.

Výuka je zaměřena především na cizí jazyky (francouzština, italština, němčina a latina). Škola se může pochlubit dobrými vztahy s jinými školami v cizině. Její studenti se mohou účastnit výměnných pobytů např. v Německu a Francii.

Studenti gymnázia jsou vedeni ke kulturním a charitativním činnostem. V současnosti probíhá mnoho projektů a akcí v této oblasti.

Ze sportovních činností je třeba zmínit populární Vánoční maratón v basketbalu nebo floorbalu, který trvá dva dny. Sportovní kroužky jsou zastoupeny badmintonem a sportovními hrami.

7. Výsledková část

7.1 Výsledky výzkumu

Z následující tabulky vyplývají počty žáků a studentů, kteří tvoří výběrový soubor, dále pak jejich obecné vlastnosti a zkušenosti vztahující se k danému výzkumu.

**Profil žáka ZŠ Hostivař a studenta Křesťanského gymnázia tab. 1
(podle dotazníku – část A)**

ZŠ Hostivař	Chlapci/Dívky	Sportovec/Nesportovec	Má / Nemá zkušenosti s aktivitami v přírodě
6. třídy (15 žáků)	6 / 9	6 / 9	12 / 3
7. třídy (15 žáků)	8 / 7	13 / 2	14 / 1
8. třídy (15 žáků)	10 / 5	14 / 1	15 / 0
9. třída (15 žáků)	9 / 6	11 / 4	13 / 2
Křesťanské gymnásium	Chlapci/Dívky	Sportovec/Nesportovec	Má / Nemá zkušenosti s aktivitami v přírodě
Prima (15 studentů)	7 / 8	14 / 1	14 / 1
Sekunda (15 studentů)	9 / 6	15 / 0	15 / 0
Tercie (15 studentů)	6 / 9	11 / 4	12 / 3
Kvarta (15 studentů)	9 / 6	13 / 2	14 / 1

Zhodnocení výsledků z tab. 1

Počty žáků a studentů jsou pouze informativní částí tabulky, podstatnou věcí jsou poměry sportovců a nesportovců. Za sportovce jsou považováni žáci a studenti, kteří pravidelně provádějí sportovní činnost, a to buď na klubové nebo rekreační úrovni. Z tabulky vyplývá, že u žáků ze Základní školy Hostivař je 73% sportovců a 27% žáků aktivně nesportuje. Na gymnáziu počet aktivně sportujících dosáhl 88% studentů a nesportuje zbývajících 12%.

Zkušenosti s aktivitami a sporty v přírodě (za zkušenosti byly brány v úvahu tábory, kurzy organizované školou, výlety do přírody spojené s hrami atd.) má 88% žáků ze základní školy. Přičemž studenti gymnázia jsou podle výsledků nepatrně zkušenější a jejich procentuální podíl činí 92%.

Lyžařský kurz – (podle dotazníku část B)

Z následujících tabulek vyplývají počty žáků a studentů, kteří volili dané aktivity podle oblíbenosti od prvního po třetí místo.

Preferované aktivity na lyžařském kurzu: tab.2

(děti by jim věnovaly nejvíce času)

ZŠ Hostivař

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Neví-ještě nelyžovaly
1) 32 žáků	1) 5 žáků	1) 13 žáků	10 žáků
2) 12 žáků	2) 23 žáků	2) 15 žáků	
3) 6 žáků	3) 22 žáků	3) 22 žáků	

Vyjádření v procentech:

Sjezdové lyžování

- 1) 64%
- 2) 24%
- 3) 12%

Běžecské lyžování

- 1) 10%
- 2) 46%
- 3) 44%

Snowboard

- 1) 26%
- 2) 30%
- 3) 44%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard
2,52	1,66	1,82

Křesťanské gymnázium

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Neví-ještě nelyžovaly
1) 31 studentů	1) 9 studentů	1) 16 studentů	4 studenti
2) 22 studentů	2) 26 studentů	2) 8 studentů	
3) 3 studenti	3) 21 studentů	3) 32 studentů	

Vyjádření v procentech:

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard
1) 55%	1) 16%	1) 29%
2) 40%	2) 46%	2) 14%
3) 5%	3) 38%	3) 57%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard
2,50	1,79	1,71

Zhodnocení výsledků tab.2

Z tabulky vyplývá, že na základní škole by žáci nejvíce času věnovaly sjezdovému lyžování, které si jako nejoblíbenější aktivitu zvolilo 64% žáků. Z hodnot váženého průměru by druhou nejoblíbenější činností byl pro žáky Základní školy Hostivař snowboard a na místě třetím se umístilo běžecské lyžování. Alarmující je fakt, že 17% dětí na lyžích či snowboardu ještě vůbec nestálo. Žáci osmých a devátých tříd, kteří napsali, že lyžovat neumí, se neúčastnili lyžařského kurzu.

I studenti gymnázia si zvolili na prvním místě sjezdové lyže (55% studentů), na druhém místě je běžecké lyžování a s nepatrným odstupem se na třetím místě umístil snowboard. A bohužel 7% studentů na lyžích či snowboardu nikdy nestálo.

Z výsledků můžeme konstatovat, že nejsou výrazné rozdíly v preferencích žáků základní školy a studentů gymnázia, týkajících se aktivit na lyžařském kurzu. Sjezdové lyžování je pro děti výrazně nejpopulárnější aktivitou.

Zajímavé je, že pokud si žáci nebo studenti zaškrtnli jako nejpopulárnější aktivitu snowboard, tak jako druhou nejoblíbenější aktivitu s velkou převahou označili sjezdové lyžování. Z toho vyplývá, že žáci jezdící nejraději na snowboardu nejsou velkými stoupenci běžeckého lyžování.

Využití volného času (volný půlden – kritický den): tab. 3

Z následujících tabulek vyplývají počty žáků a studentů, kteří volili dané aktivity podle oblíbenosti od prvního po čtvrté místo.

ZŠ Hostivař

Jiná sportovní aktivita - plavání	Výlet do města	Společenské hry na chatě	Vycházka po okolí
1) 38 žáků	1) 7 žáků	1) 9 žáků	1) 6 žáků
2) 13 žáků	2) 22 žáků	2) 18 žáků	2) 7 žáků
3) 4 žáků	3) 22 žáků	3) 26 žáků	3) 8 žáků
4) 5 žáků	4) 9 žáků	4) 7 žáků	4) 39 žáků

Vyjádření v procentech:

Jiná sportovní aktivita	Výlet do města	Společenské hry	Vycházka po okolí
1) 63%	1) 12%	1) 15%	1) 10%
2) 22%	2) 36%	2) 30%	2) 12%
3) 7%	3) 37%	3) 43%	3) 13%
4) 8%	4) 15%	4) 12%	4) 65%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Jiná sportovní aktivita	Výlet do města	Společenské hry	Vycházka po okolí
3,40	2,45	2,48	1,67

Křesťanské gymnázium

Jiná sportovní aktivita - plavání	Výlet do města	Společenské hry na chatě	Vycházka po okolí
1) 38 studentů	1) 6 studentů	1) 11 studentů	1) 5 studentů
2) 11 studentů	2) 26 studentů	2) 13 studentů	2) 10 studentů
3) 5 studentů	3) 15 studentů	3) 27 studentů	3) 13 studentů
4) 6 studentů	4) 13 studentů	4) 9 studentů	4) 32 studentů

Vyjádření v procentech:

Jiná sportovní aktivita	Výlet do města	Společenské hry	Vycházka po okolí
1) 64%	1) 10%	1) 18%	1) 8%
2) 18%	2) 43%	2) 22%	2) 17%
3) 8%	3) 25%	3) 45%	3) 22%
4) 10%	4) 22%	4) 15%	4) 53%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Jiná sportovní aktivita	Výlet do města	Společenské hry	Vycházka po okolí
3,35	2,42	2,43	1,80

Zhodnocení výsledků tab.3

Z tabulky bychom mohli konstatovat, že nejoblíbenější činností v době volna (kritický den) na lyžařském kurzu je u žáků ZŠ Hostivař jiná sportovní aktivita (např. plavání). Za nejoblíbenější ji považuje 63% žáků. Na druhém místě označili

společenské hry. Na třetím místě je výlet do města. Jako poslední a tudíž nejméně oblíbenou aktivitu si žáci zvolili vycházku po okolí.

U studentů Křesťanského gymnázia je nejoblíbenější činností v době volna (kritický den) na lyžařském kurzu jiná sportovní aktivita (např. plavání). Za nejoblíbenější ji považuje 64% studentů. Na druhém místě jsou společenské hry. Na třetím místě je výlet do města. Jako poslední a tudíž nejméně oblíbenou aktivitu si studenti zvolili vycházku po okolí.

U výběru nejoblíbenější činnosti během volného času (kritický den) na lyžařském kurzu jsou výsledky téměř stejné.

Škola v přírodě – (podle dotazníku část C)

Z následujících tabulek vyplývají počty žáků a studentů, kteří volili dané aktivity podle oblíbenosti od prvního po páté místo.

Které aktivity bych dělal nejráději (nenáročné na přípravu): tab. 4

ZŠ Hostivař

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné Hry	Míčové hry	Táboření
1) 3 žáci	1) 15 žáků	1) 22 žáků	1) 13 žáků	1) 7 žáků
2) 1 žák	2) 15 žáků	2) 13 žáků	2) 25 žáků	2) 6 žáků
3) 6 žáků	3) 8 žáků	3) 15 žáků	3) 17 žáků	3) 14 žáků
4) 19 žáků	4) 14 žáků	4) 10 žáků	4) 3 žáci	4) 14 žáků
5) 31 žáků	5) 8 žáků	5) 0	5) 2 žáci	5) 19 žáků

Vyjádření v procentech:

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
1) 5%	1) 25%	1) 37%	1) 21%	1) 12%
2) 2%	2) 25%	2) 21%	2) 42%	2) 10%
3) 10%	3) 13%	3) 25%	3) 29%	3) 23%
4) 31%	4) 24%	4) 17%	4) 5%	4) 23%
5) 52%	5) 13%	5) 0%	5) 3%	5) 32%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
1,77	3,25	3,78	3,73	2,47

Křesťanské gymnázium

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
1) 8 studentů	1) 12 studentů	1) 14 studentů	1) 16 studentů	1) 10 studentů
2) 7 studentů	2) 14 studentů	2) 20 studentů	2) 15 studentů	2) 4 studenti
3) 9 studentů	3) 12 studentů	3) 19 studentů	3) 13 studentů	3) 7 studentů
4) 15 studentů	4) 8 studentů	4) 6 studentů	4) 10 studentů	4) 21 studentů
5) 21 studentů	5) 14 studentů	5) 1 studenti	5) 6 studentů	5) 18 studentů

Vyjádření v procentech:

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
1) 13%	1) 20%	1) 24%	1) 27%	1) 16%
2) 12%	2) 23%	2) 33%	2) 25%	2) 7%
3) 15%	3) 20%	3) 31%	3) 22%	3) 12%
4) 25%	4) 14%	4) 10%	4) 16%	4) 35%
5) 35%	5) 23%	5) 2%	5) 10%	5) 30%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
2,43	3,03	3,67	3,42	2,45

Zhodnocení výsledků tab.4

Z výsledků je zřejmé, že nejoblíbenější aktivitou se staly u žáků ZŠ Hostivař dobrodružné hry, které na první místo označilo 37% žáků. Na druhém místě jsou míčové hry, na třetím minigolf, na čtvrtém táboření a pátá skončila pěší turistika.

U studentů Křesťanského gymnázia vyšla jako nejoblíbenější aktivita dobrodružné hry. Na druhém místě by studenti nejraději hráli míčové hry, které volilo na první místo nejvíce studentů 27%, minigolf je na třetí příčce v oblíbenosti a s minimálním rozdílem je na čtvrtém a pátém místě táboření a pěší turistika.

U výběru aktivit, které jsou nenáročné na organizaci během školy v přírodě (kurz sportů a aktivit v přírodě), se žáci a studenti shodli na pořadí aktivit. Můžeme konstatovat, že žáci ZŠ Hostivař preferují dobrodružné hry a míčové hry více než studenti Křesťanského gymnázia. Zajímavý je rozdíl u nejméně oblíbené aktivity, kterou je turistika. U studentů je výsledná hodnota srovnatelná se čtvrtým tábořením, kdežto u žáků tato aktivita výrazně propadla.

Které aktivity bych dělal nejraději (středně náročné na přípravu): tab. 5**ZŠ Hostivař**

Jízda na horském kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
1) 21 žáků	1) 13 žáků	1) 7 žáků	1) 10 žáků	1) 9 žáků
2) 9 žáků	2) 20 žáků	2) 5 žáků	2) 15 žáků	2) 11 žáků
3) 11 žáků	3) 17 žáků	3) 16 žáků	3) 11 žáků	3) 5 žáků
4) 9 žáků	4) 6 žáků	4) 15 žáků	4) 17 žáků	4) 13 žáků
5) 10 žáků	5) 4 žáci	5) 17 žáků	5) 7 žáků	5) 22 žáků

Vyjádření v procentech:

Jízda na hor. kole	Plavání	Orient. Běh	Lukostřelba	Jízda na koni
1) 35%	1) 21%	1) 12%	1) 17%	1) 15%
2) 15%	2) 34%	2) 8%	2) 25%	2) 18%
3) 18%	3) 28%	3) 27%	3) 18%	3) 9%
4) 15%	4) 10%	4) 25%	4) 28%	4) 22%
5) 17%	5) 7%	5) 28%	5) 12%	5) 36%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Jízda na hor. kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
3,37	3,53	2,50	3,07	2,53

Křesťanské gymnázium

Jízda na horském kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
1) 28 studentů	1) 12 studentů	1) 2 studenti	1) 13 studentů	1) 5 studentů
2) 11 studentů	2) 20 studentů	2) 9 studentů	2) 12 studentů	2) 8 studentů
3) 5 studentů	3) 13 studentů	3) 20 studentů	3) 8 studentů	3) 14 studentů
4) 7 studentů	4) 14 studentů	4) 13 studentů	4) 19 studentů	4) 7 studentů
5) 9 studentů	5) 1 student	5) 16 studentů	5) 8 studentů	5) 26 studentů

Vyjádření v procentech:

Jízda na hor. kole	Plavání	Orient. Běh	Lukostřelba	Jízda na koni
1) 47%	1) 20%	1) 3%	1) 22%	1) 8%
2) 18%	2) 33%	2) 15%	2) 20%	2) 14%
3) 8%	3) 22%	3) 33%	3) 14%	3) 23%
4) 12%	4) 23%	4) 22%	4) 31%	4) 12%
5) 15%	5) 2%	5) 27%	5) 13%	5) 43%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Jízda na hor. kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
3,70	3,47	2,47	3,05	2,32

Zhodnocení výsledků tab.5

Z tabulky vyplývá, že žáci Základní školy Hostivař volili jako nejoblíbenější aktivitu plavání v rybníku, druhá nejoblíbenější aktivita je jízda na horském kole, kterou volilo na první místo nejvíce žáků - 35%, na třetím místě si zvolili lukostřelbu, na čtvrtém místě se umístila jízda na koni a pátou nejméně oblíbenou aktivitou se pro žáky ZŠ Hostivař stal orientační běh.

U studentů Křesťanského gymnázia dopadlo pořadí následovně. Za nejoblíbenější aktivitu považují jízdu na horském kole - 47%, druhou nejoblíbenější aktivitou se stalo plavání, na třetím místě je lukostřelba, na čtvrtém se umístil orientační běh a pátou nejméně oblíbenou aktivitou byla pro studenty gymnázia jízda na koni.

U výběru aktivit středně náročných na organizaci během školy v přírodě (kurz sportů a aktivit v přírodě) se žáci a studenti výrazně neshodli u aktivit horské kolo a jízda na koni, u nichž studenti s výraznou preferencí určili na první místo horské kolo a jízdu na koni stejně tak výrazně zatratili.

Které aktivity bych dělal nejradyji (náročné na organizaci a finance): tab. 6**ZŠ Hostivař**

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kánoje	Let balonem
1) 18 žáků	1) 5 žáků	1) 20 žáků	1) 8 žáků	1) 9 žáků
2) 10 žáků	2) 15 žáků	2) 9 žáků	2) 21 žáků	2) 5 žáků
3) 7 žáků	3) 20 žáků	3) 14 žáků	3) 7 žáků	3) 12 žáků
4) 9 žáků	4) 16 žáků	4) 12 žáků	4) 13 žáků	4) 10 žáků
5) 16 žáků	5) 4 žáci	5) 5 žáků	5) 11 žáků	5) 24 žáků

Vyjádření v procentech:

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balonem
1) 30%	1) 8%	1) 34%	1) 13%	1) 15%
2) 17%	2) 25%	2) 15%	2) 35%	2) 8%
3) 12%	3) 33%	3) 23%	3) 12%	3) 20%
4) 15%	4) 26%	4) 20%	4) 22%	4) 17%
5) 26%	5) 8%	5) 8%	5) 18%	5) 40%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balonem
3,08	3,02	3,45	3,03	2,42

Křesťanské gymnázium

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kánoje	Let balonem
1) 12 studentů	1) 9 studentů	1) 23 studentů	1) 9 studentů	1) 7 studentů
2) 11 studentů	2) 17 studentů	2) 6 studentů	2) 12 studentů	2) 14 studentů
3) 9 studentů	3) 15 studentů	3) 13 studentů	3) 15 studentů	3) 8 studentů
4) 15 studentů	4) 10 studentů	4) 8 studentů	4) 19 studentů	4) 8 studentů
5) 13 studentů	5) 9 studentů	5) 10 studentů	5) 5 studentů	5) 23 studentů

Vyjádření v procentech:

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balonem
1) 20%	1) 15%	1) 38%	1) 15%	1) 12%
2) 18%	2) 28%	2) 10%	2) 20%	2) 24%
3) 15%	3) 25%	3) 22%	3) 25%	3) 13%
4) 25%	4) 17%	4) 13%	4) 32%	4) 13%
5) 22%	5) 15%	5) 17%	5) 8%	5) 38%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balónem
2,90	3,12	3,40	3,02	2,57

Zhodnocení výsledků tab.6

U dětí ZŠ Hostivař se nejoblíbenější aktivitou stal airsoft a paintball, na prvním místě ho volilo 34% žáků, na druhém místě jsou lanové překážky, třetí místo obsadil rafting a kanoé, s minimálním odstupem od třetího místa si děti vybraly na čtvrtém místě lezení na umělé stěně a jako pátou nejméně oblíbenou aktivitu si žáci zvolili let balónem.

U studentů Křesťanského gymnázia se nejoblíbenější aktivitou stal airsoft a paintball, na prvním místě ho volilo 38% studentů, na druhé místo si studenti vybrali lezení na umělé stěně, na třetím místě je rafting, lanové překážky si studenti vybrali na místě čtvrtém a nejméně oblíbenou aktivitou se stal let balónem.

U výběru aktivit náročných na organizaci se žáci a studenti v preferencích oblíbenosti shodli. Menší rozdíl byl pouze u lanových překážek a lezení po umělé stěně, kde žáci preferovali výrazněji lanové překážky před lezením než studenti, kteří dávali přednost lezení na stěně před lanovými překážkami.

Školní kurzy – (podle dotazníku část D)

Z následujících tabulek vyplývají počty žáků a studentů, kteří volili podle toho, co je pro ně důležité při konání školního kurzu v pořadí od prvního do pátého místa.

Při konání školního kurzu je promne důležité: tab.7

ZŠ Hostivař

Ubytování	Strava	Aktivity dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
1) 18 žáků	1) 5 žáků	1) 22 žáků	1) 6 žáků	1) 9 žáků
2) 11 žáků	2) 18 žáků	2) 14 žáků	2) 9 žáků	2) 8 žáků
3) 9 žáků	3) 16 žáků	3) 17 žáků	3) 9 žáků	3) 9 žáků
4) 8 žáků	4) 16 žáků	4) 7 žáků	4) 21 žáků	4) 8 žáků
5) 14 žáků	5) 5 žáků	5) 0 žáků	5) 15 žáků	5) 26 žáků

Vyjádření v procentech:

Ubytování	Strava	Aktivity Dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
1) 30%	1) 8%	1) 37%	1) 10%	1) 15%
2) 18%	2) 30%	2) 24%	2) 15%	2) 13%
3) 15%	3) 27%	3) 28%	3) 15%	3) 15%
4) 13%	4) 27%	4) 11%	4) 35%	4) 14%
5) 24%	5) 8%	5) 0%	5) 25%	5) 43%

Průměrná hodnota důležitosti:

Ubytování	Strava	Aktivity Dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
3,18	3,03	3,85	2,50	2,43

Křesťanské gymnázium

Ubytování	Strava	Aktivity dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
1) 10 studentů	1) 12 studentů	1) 26 studentů	1) 4 studentů	1) 8 studentů
2) 11 studentů	2) 16 studentů	2) 13 studentů	2) 9 studentů	2) 11 studentů
3) 16 studentů	3) 8 studentů	3) 17 studentů	3) 10 studentů	3) 9 studentů
4) 9 studentů	4) 19 studentů	4) 3 studentů	4) 19 studentů	4) 10 studentů
5) 14 studentů	5) 5 studentů	5) 1 studentů	5) 18 studentů	5) 22 studentů

Vyjádření v procentech:

Ubytování	Strava	Aktivity Dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
1) 17%	1) 20%	1) 43%	1) 7%	1) 13%
2) 18%	2) 27%	2) 22%	2) 15%	2) 18%
3) 27%	3) 13%	3) 28%	3) 17%	3) 15%
4) 15%	4) 32%	4) 5%	4) 31%	4) 17%
5) 23%	5) 8%	5) 2%	5) 30%	5) 37%

Průměrná hodnota důležitosti:

Ubytování	Strava	Aktivity Dobrodružství	Cena kurzu	Pedagog Instruktor
2,90	3,18	4,00	2,37	2,55

Zhodnocení výsledků tab.7

U žáků ZŠ Hostivař jsou prioritou při konání školních kurzů aktivity a dobrodružství, na prvním místě je označilo 37% žáků, na druhém místě je pro ně důležité ubytování, strava se umístila v jejich volbě na třetím místě, na čtvrtém místě je cena kurzu a pátou nejméně podstatnou věcí je pro žáky pedagog.

U studentů Křesťanského gymnázia jsou největší prioritou aktivity a dobrodružství, na prvním místě se pro vyslovilo 43% studentů, na druhém místě je pro ně důležité ubytování, strava a pedagog jsou podle důležitosti umístěny shodně na třetím místě a nejméně důležitou součástí při realizaci školního kurzu je cena.

V otázce priorit při konání školního kurzu se žáci a studenti shodli. Rozdíl byl pouze v preferencích pedagoga a ceny. Pro žáky je důležitější cena kurzu než pedagog a pro studenty je pořadí priorit opačné.

Z následujících tabulek vyplývají počty žáků a studentů podle oblíbenosti daných kurzů v pořadí od prvního do třetího místa.

Jaký typ kurzu děti preferují: tab. 8

(v rámci kurzu aktivit v přírodě je i výlet na horském kole)

ZŠ Hostivař

Lyžařský kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1) 16 žáků	1) 39 žáků	1) 5 žáků
2) 24 žáků	2) 14 žáků	2) 22 žáků
3) 20 žáků	3) 7 žáků	3) 33 žáků

Vyjádření v procentech:

Lyžařský kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1) 27%	1) 65%	1) 8%
2) 40%	2) 23%	2) 37%
3) 33%	3) 12%	3) 55%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Lyžařský kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1,93	2,53	1,53

Křesťanské gymnázium

Lyžařský Kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1) 20 studentů	1) 22 studentů	1) 18 studentů
2) 18 studentů	2) 25 studentů	2) 17 studentů
3) 22 studentů	3) 13 studentů	3) 25 studentů

Vyjádření v procentech:

Lyžařský kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1) 33%	1) 37%	1) 30%
2) 30%	2) 42%	2) 28%
3) 37%	3) 21%	3) 42%

Průměrná hodnota oblíbenosti:

Lyžařský kurz	Kurz aktivit v přírodě	Vodácký kurz
1,97	2,15	1,88

Zhodnocení výsledků tab.8

Z tabulky vyplývá, že žáci ZŠ Hostivař mají nejraději kurz aktivit v přírodě, na prvním místě byl označen 65% žáků, druhý nejoblíbenější kurz je lyžařský a třetí s malým odstupem od lyžařského kurzu obsadil kurz vodácký.

Studenti Křesťanského gymnázia mají nejraději kurz aktivit v přírodě, na prvním místě ho označilo 37% studentů, na druhém místě skončil lyžařský kurz a třetí příčku obsadil kurz vodácký.

Žáci a studenti se shodli v otázce, který z typu školních kurzů preferují jako nejoblíbenější. Za zmínku stojí výrazná oblíbenost kurzů v přírodě u žáků základní školy.

Shrnutí charakteru odpovědí z otevřených otázek

Co očekávám od učitelů (profesorů) během školních kurzů:

Studenti Křesťanského gymnázia a žáci Základní školy Hostivař očekávají od učitelů (profesorů) nejvíce vlídnost, zúčastněnost na programu, volnost a toleranci.

Které aktivity bych nechtěl dělat na školních kurzech:

Došlo k naprosté shodě mezi žáky a studenty, nechtěli by se věnovat učení a dlouhým vycházkám.

Tvoje náměty a připomínky k realizaci školních kurzů:

Žáci ZŠ Hostivař se nejčastěji vyjádřili pro delší večerku, volné návštěvy na pokojích o poledním klidu a večerní diskotéky.

Studenti Křesťanského gymnázia si nejčastěji přáli, aby se jezdilo na školu v přírodě nebo lyžařský kurz alespoň jedenkrát za rok.

7.2 Školní kurzy na vybraných školách za rok 2007

Z následujících tabulek vyplývají hodinové dotace jednotlivých aktivit v konkrétních kurzech ZŠ Hostivař a Křesťanského gymnázia.

Hodinové dotace pro jednotlivé aktivity na lyžařském kurzu: tab.9

ZŠ Hostivař

Místo: Pec pod Sněžkou, chata Mír

Datum: 27.1. – 3.2

Žáci: 7. třídy, počet 27 žáků

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Vycházka po okolí + hry
22 hodin	8 hodin	22 hodin	2 hodiny
68,75%	25%	68,75%	6,25%

Křesťanské gymnázium

Datum: 21.1 – 27.1. 2007

Místo: Pec pod Sněžkou – Lyžařská bouda

Studenti: sekunda, počet 26

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Hry v okolí chaty
21 hodin	5 hodin	0 hodin	1 hodiny
77,78%	18,52%	0%	3,70%

Zhodnocení výsledků tab.9

Z tabulky vyplývá, že se žáci ZŠ Hostivař na lyžařském kurzu věnovali nejvíce sjezdovému lyžování a snowboardingu. V procentech vyjádřená hodinová dotace pro tyto dvě aktivity byla přesně 68,75% z celkového času aktivního výcviku. Běžeckému lyžování se věnovali 25% času. Odpočinkový půlden (kritický den) strávili žáci vycházkou po okolí (návštěva Lyžařské boudy, Tetřeví boudy) a hrami u chaty Mír.

Studenti Křesťanského gymnázia se nejvíce věnovali sjezdovému lyžování a to přesně 77,78% z celkového času aktivního výcviku. Běžeckému lyžování se věnovali 18,52% času. Odpočinkový půlden strávili studenti hrami u Lyžařské chaty (stavbou obydlí ze sněhu atd.).

Zásadní rozdíl mezi lyžařskými kurzy obou škol je v tom, že na kurzu základní školy probíhala výuka snowboardu a na kurzu gymnázia nikoliv.

Hodinové dotace pro jednotlivé činnosti na kurzu aktivit v přírodě: tab.10

ZŠ Hostivař

Dobrodružné hry	Míčové hry	Plavání v rybníku	Orient. běh	„Lesní golf“	Překážková dráha
10 hodin	3 hodiny	3 hodiny	2 hodiny	1 hodina	1 hodina
27,78%	8,33%	8,33%	5,56%	2,78%	2,78%
Lukostřelba	Paintball airsoft	Nízké lanové př.	Vysoké lanové př.	Lezení (umělá stěna)	Rafting
2 hodiny	2 hodiny	3 hodiny	6 hodin	1 hodina	2 hodiny
5,56%	5,56%	8,33%	16,68%	2,78%	5,56%

Křesťanské gymnázium

Horská turistika	Dobrodružné hry	Míčové hry	Koupání v termál. lázních
26 hodin	6 hodin	4 hodin	2 hodiny
68,42%	15,79%	10,53%	5,26%

Zhodnocení výsledků tab.10

Žáci ZŠ Hostivař se na svém kurzu aktivit v přírodě nejvíce věnovali dobrodružným hrám, které z celkové hodinové dotace aktivního programu zabraly 27,78%. Vysoké lanové překážky jsou na druhém místě a čas jim věnovaný zabral 16,68% z celkového aktivního času. Na třetím místě se žáci věnovali shodně míčovým hrám, nízkým lanovým překážkám a plavání v rybníku. Hodinová dotace pro tyto aktivity činila 8,33% času na každou z nich. Na čtvrtém místě se děti nejvíce věnovaly shodně aktivitám: rafting, lukostřelba, orientační běh, paintball a airsoft. Těmto aktivitám bylo věnováno na každou z nich shodně 5,56% z celkového aktivního času. Nejméně času bylo věnováno překážkové dráze, lesnímu golfu a lezení na umělé stěně. Z celkového aktivního času to bylo 2,78%.

Studenti Křesťanského gymnázia se věnovali 68,42% svého aktivního času horské turistice. Dobrodružné hry jim zabraly 15,79 %, míčové hry 10,53% a koupání v termálních lázních 5,26% z celkového aktivního času.

7.3 Srovnání výsledků aktivit, které jsou pro děti nejoblíbenější s aktivitami realizovanými na konkrétních kurzech

ZŠ Hostivař - lyžařský kurz

Představy žáků o ideálním rozložení aktivit na lyžařském kurzu jsou shodné s rozložením aktivit na konkrétním kurzu. Je třeba upozornit na to, že žáci mají možnost výběru mezi výukou sjezdových lyží a snowboardem, neboť škola disponuje vyškoleným pedagogem pro snowboard.

Křesťanské gymnázium – lyžařský kurz

Představy studentů o ideálním rozložení aktivit na lyžařském kurzu nejsou v souladu s rozložením aktivit na konkrétním kurzu, neboť čas, ve kterém se studenti věnovali běžkám je příliš krátký a snowboard byl z kurzovní výuky úplně vyřazen.

ZŠ Hostivař – kurz aktivit v přírodě

Představy žáků o aktivitách, které by chtěli realizovat na kurzu aktivit a sportů v přírodě, se v případě aktivit nenáročných a (realizovaných na konkrétním kurzu) liší jen málo. Žáci si z této skupiny vybrali nejoblíbenější aktivity v tomto pořadí - dobrodružné hry, míčové hry, minigolf, táboření a pěší turistiku. Ve srovnání s realitou by si žáci přáli zvýšit časovou dotaci pro míčové hry. Táboření a pěší turistika se v konkrétním kurzu nekonaly. Je třeba upozornit na to, že to jsou dvě nejméně oblíbené činnosti u dětí Základní školy Hostivař.

U aktivit středně náročných dopadly preference žáků v tomto pořadí: plavání, jízda na kole, lukostřelba, jízda na koni a orientační běh. Ve srovnání s reálným kurzem se jízda na koni a jízda na horském kole na kurzu nerealizovaly. Časové dotace na zbylé aktivity se mnoho neliší od požadavků dětí, pouze u orientačního běhu je čas věnovaný této aktivitě příliš dlouhý.

U aktivit náročných na přípravu dopadly preference žáků v následujícím pořadí: paintball – airsoft, lanové překážky, rafting, lezení – stěna, let balónem. Na kurzu se nerealizovala aktivita let balónem, což podle odpovědí v dotazníku žákům až tak moc nevadilo. Co jim ale určitě vadilo je, že jejich nejoblíbenější aktivitě airsoftu a paintballu byla věnována malá hodinová dotace, která byla navýšena vysokým lanovým překážkám. U raftingu je hodinová dotace shodná s oblíbeností této aktivity a u lezení na stěně by bylo třeba hodinovou dotaci navýšit.

Křesťanské gymnázium – turistický pobyt v přírodě

Srovnání představ studentů s konkrétním kurzem je velice obtížné, neboť kurz svým charakterem je specifický v tom, že jsou zde zážitky z aktivit nahrazeny zážitky z pobytu ve vysokých horách. Je zapotřebí si povšimnout snahy pedagogů o pestrost programu i v takových nadmořských výškách.

7.4 Hodinová dotace jednotlivých aktivit převedená do schématu konkrétních kurzů podle oblíbenosti aktivit zvolených dětmi

Na základě srovnání výsledků aktivit, které jsou pro děti nejoblíbenější s aktivitami realizovanými na konkrétních kurzech (kapitola 7.3) jsem sestavil hodinové dotace jednotlivých aktivit navržených podle preferencí dětí a zapsal do časového schématu konkrétních kurzů.

Výsledky hodinové dotace preferovaných aktivit v reálném kurzu: tab.11

- vycházel jsem z hodinové dotace lyžařských kurzů ZŠ Hostivař a Křesťanského gymnázia

ZŠ Hostivař – lyžařský kurz

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Jiná sportovní aktivita (plavání)
13,5 hodin	9 hodin	9,5 hodin	2 hodiny
39,71%	26,47%	27,94%	5,88%

Křesťanské gymnázium – lyžařský kurz

Sjezdové lyžování	Běžecské lyžování	Snowboard	Jiná sportovní aktivita (plavání)
10,83 hodin	7,76 hodin	7,41 hodin	1 hodina
40,11%	28,74%	27,44%	3,70%

Kurz aktivit v přírodě

(aktivity málo náročné na přípravu)

- vycházel jsem z celkové hodinové dotace 56 hodin aktivního programu, tato dotace hodin odpovídá 7 dennímu kurzu.

ZŠ Hostivař

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
2,20 hodin	4,04 hodin	4,70 hodin	4,64 hodin	3,07 hodin
3,93%	7,22%	8,4%	8,28%	5,49%
Jízda na horském kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
4,19 hodin	4,39 hodin	3,11 hodin	3,82 hodin	3,15 hodin
7,48%	7,84%	5,56%	6,82%	5,62%
Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balónem
3,83 hodin	3,76 hodin	4,29 hodin	3,77 hodin	3,01 hodin
6,84%	6,71%	7,67%	6,73%	5,38%

Křesťanské gymnázium

Pěší turistika	Minigolf	Dobrodružné hry	Míčové hry	Táboření
3,02 hodin	3,77 hodin	4,57 hodin	4,26 hodin	3,05 hodin
5,40%	6,73%	8,16%	7,60%	5,44%
Jízda na horském kole	Plavání v rybníku	Orientační běh	Lukostřelba	Jízda na koni
4,60 hodin	4,32 hodin	3,07 hodin	3,80 hodin	2,71 hodin
8,22%	7,71%	5,49%	6,78%	4,84%
Lanové překážky	Lezení (umělá stěna)	Airsoft Paintball	Rafting Kanoé	Let balónem
3,61 hodin	3,88 hodin	4,23 hodin	3,76 hodin	3,20 hodin
6,44%	6,93%	7,56%	6,71%	5,71%

8. Diskuze

Školní kurzy a vícedenní výlety by měly děti obohatit v mnoha směrech. Tím nejdůležitějším bych viděl výchovný směr, který je v této době pro společnost velice potřebný.

Po osobních zkušenostech, kdy jsem se účastnil škol v přírodě jsem nabyl dojmu, že v mnoha případech jsou děti učitelem spíše demotivovány k účasti na těchto akcích. Školy v přírodě, lyžařské kurzy a jejich programy se nemění po celou řadu let, stejně jako se nemění jejich organizátoři. Tím mohou být ochuzené celé generace dětí o podstatnou část výuky z tělesné výchovy.

Jako začínající učitel jsem se snažil vyzkoušet různé typy škol v přírodě od stanování až po turisticky - sportovní kurz. S dětmi jsem jezdil od šesté třídy a bylo velice zajímavé, jak se mění jejich aktivní účast na školních akcích. V šesté třídě nebyl žádný problém je zabavit, třeba pěknou procházkou. Ale ve třídě osmé už na procházky moc chodit nechtějí. Tak jsem hledal na internetu ve snaze zajistit dětem kurz podobný kurzu FTVS ve Stráži nad Nežárkou. Nezisková organizace Stan na Vysočině (Rokytnice nad Rokytnou) pořádá pro děti kurzy aktivit v přírodě s různými typy programů. Děti byly nadšené a tento týden je v mnoha směrech obohatil.

Otázkou pro mne zůstává, proč se kurz v podobné formě nestal součástí osnov. I když v době rámcových programů to už není tak důležité, pokud se většina učitelů odhodlá s dětmi tento typ kuru absolvovat.

U kurzů lyžařských dochází také k výrazným změnám a nové trendy se nezadržitelně stávají součástí sjezdovek a první, kdo je pohlcen novinkami, je vždy mládež. Tak i starší kolegové budou muset obohatit svůj um o jízdu na snowboardu.

Má práce směřovala k otázkám oblíbenosti aktivit a sportů u dětí, neboť si myslím, že jejich názory jsou a budou pro mne prospěšné a tím se i já stanu prospěšnějším pro ně. Pro mne jako pedagoga je důležité zasáhnout děti co největším spektrem pohybových aktivit, ale stejně tak je důležité „neničit“ děti příliš dlouho aktivitami, o které nemají velký zájem. Negativní postoj vznikající na základě „nucení se k něčemu“ má dlouhotrvající účinek.

Náměty na zlepšení kurzovní výuky:

- Zlepšení komunikace a spolupráce mezi učiteli Tv a nejen mezi nimi, ale i mezi třídními učiteli z různých škol. Mluvit o prospěšnosti kurzů aktivit v přírodě a uvést na pravou míru otázky bezpečnosti různých aktivit.
- Mluvit o prospěšnosti kurzů v přírodě i s rodiči dětí. Přesvědčit je o minimálním riziku mnohdy hrůzně vypadajících aktivit.
- Neustrnout na jednom typu nebo způsobu realizace školního kurzu. Ať už je zatím jakýkoliv důvod (kamarádství učitele s chatařem, pohodlnost nebo vřelý vztah učitele ke krajině). Je třeba si uvědomit, že v mnoha rodinách se rodiče příliš neangažují pro své děti ve směru aktivního pobytu v přírodě. A byla by chyba učitele nenabídnout dětem alespoň část z tak pěkné a povznášející oblasti Tv, jako jsou turistika a sporty v přírodě.
- Vést s dětmi konkrétní diskuse na téma společný týden v přírodě. Snažit se jim vybrat a zprostředkovat takový kurz a program, který vždy obsahuje pro ně něco nového, co je vede k debatám a na co se těší.

V KONTROLACE S G. BRANOU

9. Závěry

V své diplomové práci jsem se zaměřil na problematiku školních kurzů (lyžařský kurz, škola v přírodě a vícedenní výlety). Především mne zajímaly názory dětí na program a složení kurzů.

Pracovní hypotézy

Míra spokojenosti dětí při absolvování školních kurzů a vícedenních výletů bude záviset na typu kurzu, skladbě programu a atraktivitě jednotlivých činností.

Spokojenost závisí na skladbě programu a atraktivitě činností, čímž se mi hypotéza potvrdila., což vyplývá z tabulek č. 2,3,4,5,6,8. Je zajímavé, že žáci a studenti z obou škol si jako nejoblíbenější kurz vybrali kurz aktivit v přírodě a nikoliv lyžařský kurz, který skončil na druhém místě. To si vysvětlují pestrostí a nabídkou různých možností u kurzu aktivit v přírodě. Na třetím místě skončil kurz vodácký, u kterého si myslím, hrála velkou roli nezkušenost dětí s touto aktivitou. Mezi žáky a studenty je zřejmá shoda ve výběru nejoblíbenějších aktivit.

Míra spokojenosti dětí při absolvování školních kurzů a vícedenních výletů bude záviset na službách s kurzy spojených a na pedagogickém vedení.

Tato hypotéza se mi nepotvrdila, neboť pro děti je podle tabulky č.7 nejdůležitější součástí kurzu program a aktivity. O druhou a třetí příčku v důležitosti se dělí ubytování, strava a u studentů gymnázia i pedagog.

Míra spokojenosti dětí při absolvování školních kurzů a vícedenních výletů bude záviset na typu školy a jejího zaměření, které ovlivňuje typy a programy kurzů.

Tato hypotéza se mi nepotvrdila, neboť i přes velké rozdíly mezi školami děti odpovídaly ve většině otázek shodně. V případech odlišných výsledných odpovědí se nejednalo o zásadní rozdíly, nýbrž o těsné výsledky, jak dokládají tabulky č. 1,2,3,4,5,6,7,8

V této hypotéze je důležitou postavou učitel, protože on vybírá typ kurzu, místo uskutečnění a služby s kurzem spojené.

Handwritten signature

10. Použité zdroje

10.1 Přehled literatury

BRTNÍK, J., NEUMAN, J. *Zimní hry na sněhu i bez něj*. Praha: Portál, 1999.

ELIÁŠ, P. *Působení dobrodružných programů v přírodě na mládež s výchovnými problémy*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, (vedoucí práce Neuman, J.) 2002.

HENDL, J. *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80-246-0030-7.

HRDINOVÁ, R. Adrenalinové bomby: riskantnější než jste čekali. *Journal Hospodářských novin*, Praha: *Economia* 2007, č.151, s. 4-5.

HURIKÁN, B. *Dějiny trampingu*. Praha: Novinář 1990.

KLEVISOVÁ, N. Školáci jezdí jen na krátké výlety. *Journal Hospodářských novin*, Praha: *Economia* 2007, č.145, s 4-5.

LAMSER, V. *Základy sociologického výzkumu*. Praha: Svoboda, 1966.

MICHALÍK, P., ROUB, Z., VRBÍK, V. *Zpracování diplomové práce a bakalářské práce na počítači*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2002. ISBN 80-7043-458-9.

NEUMAN, J. a kol. *Turistika a sporty v přírodě*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-391-9.

NEUMAN, J. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál 1998. ISBN 80-7178-405-2.

NEUMAN, J. a kol. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-292-0.

SÝKORA, B. a kol. *Turistika a sporty v přírodě*. Praha: SPN, 1986.

TŮMOVÁ, E. *Současný stav výuky aktivit a sportů v přírodě na vybraných školách*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, (vedoucí práce Neuman J.) 2004.

VÁCHOVÁ, K. *Zařazování aktivit a sportů v přírodě na základní a střední školy v Královéhradeckém kraji*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, (vedoucí práce Neuman J.) 2003.

ZVÁRA, K. *Biostatistika*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-773-9.

10.2 Internetové zdroje:

Výzkum zabývající se volným časem dětí (PhDr. Čech T.).

URL: <<http://www.skolavpraxi.cz/wpimages/other/Cech>> [citováno 2007-29-03].

Popis místa Roháče, Zuberec.

URL: <<http://www.e-slovensko.cz/mista/273/zuberec-a-rohace>> [citováno 2007-27-03].

Informace z katedry sportů v přírodě.

URL: <<http://www.ftvs.cuni.cz/>> [citováno 2007-27-03].

URL: <<http://www.ceskacesta.cz/>> [citováno 2007-27-03].

Informace o Křesťanském gymnáziu.

URL: <<http://www.krestanskegymnazium.cz/>> [citováno 2007-16-04].

Informace o programech školních kurzů v organizaci STAN.

URL: <<http://www.istan.cz/cz/>> [citováno 2007-27-03].

Přehled skautských událostí.

URL: <<http://www.krizovatka.skaut.cz/>> [citováno 2007-27-07].

Tvorba RVP.

URL: <<http://www.rvp.cz/>> [citováno 2007-21-03].

URL: <<http://www.rvp.cz/soubor/00341-02.pdf>> [citováno 2007-27-03].

URL: <<http://www.rvp.cz/soubor/00341-01.ppt>> [citováno 2007-27-03].

Metodika RVP.

URL: <<http://www.scio.cz/>> [citováno 2007-21-03].

Vážený průměr.

URL: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Hlavn%C3%AD_strana> [citováno 2007-05-03].

Informace o ZŠ Hostivař.

URL: <<http://www.zshostivar.cz/>> [citováno 2007-16-04].

10. Příloha

Dotazník výzkumu

DOTAZNÍK PREFERENCÍ POHYBOVÝCH AKTIVIT PŘI KONÁNÍ ŠKOLNÍCH KURZU

Část A (správné odpovědi zakroužkuj)

ZÁKLADNÍ ÚDAJE

- 1) **Věk:**
- 2) **Ročník:**
- 3) **Chlapec x Dívka**
- 4) **Základní škola x Gymnázium**
- 5) **Sportovec x nespportovec**
- 6) **Mám x nemám - zkušenosti s aktivitami v přírodě**

Část B

LYŽAŘSKÝ KURZ

- 1) **Jsem vyznavačem zimních sportů**
Ano x Ne

V následujících bodech zvol pět tvých nejoblíbenějších možností z dané nabídky. Nejoblíbenější možnost označ křížkem do kolečka ve sloupci pod jedničkou, druhou nejoblíbenější ve sloupci pod dvojkou atd. Až po pátou nejoblíbenější. V případech, kde je nabídka pouze do třetí či čtvrté možnosti postupuj stejně.

- 2) Na lyžařském kurzu bych nejvíce času věnoval:
- | | | | |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 |
| a) sjezdovému lyžování | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b) běžeckému lyžování | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c) snowboardingu | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d) nevím, ještě jsem nelyžoval | <input type="radio"/> | | |

- 3) Volný den na lyžařském kurzu bych nejraději trávil
- | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| a) jiná sportovní aktivita(např. plavání) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b) výletem do města | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c) společenské hry na horské chatě | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d) vycházkou po okolí | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Část C

ŠKOLA V PŘÍRODĚ

- 1) Jezdím na tábory nebo kurzy spojené s aktivitami v přírodě (školy v přírodě)
ANO X NE

- 2) Které aktivity bych dělal nejraději (nenáročné na přípravu)

- | | | | | | |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| a) pěší turistika | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b) minigolf - ? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c) dobrodružné hry | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d) míčové hry | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| e) táboření - ? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

3) Které aktivity bych dělal nejraději
(stř. náročné na přípravu)

a) jízda na horském kole

b) plavání v přírodním koupališti

c) orientační běh

d) lukostřelba

e) jízda na koni

1 2 3 4 5

4) Které aktivity bych dělal nejraději
(náročné napřípravu.)

a) lanové překážky (nízké a vysoké)

b) lezení po umělé stěně

c) airsoft, painball

d) rafting

e) let balónem

1 2 3 4 5

Část D

ŠKOLNÍ KURZY

1) Při konání školního kurzu je pro mne důležité

a) ubytování

b) strava

c) aktivity – dobrodružství

d) cena kurzu

e) pedagog, instruktor

1 2 3 4 5

2) Kterého z daných školních kurzů
se chceš nejraději účastnit

a) lyžařského kurzu

b) školy v přírodě

c) vodáckého kurzu

1 2 3

3) Co očekávám od učitelů během školních kurzů

.....
.....

4) Napiš, které aktivity by jsi nechtěl na školních kurzech dělat

- a) lyžařský kurz
- b) škola v přírodě.....
- c) vodácký kurz.....

5) Tvoje náměty a připomínky k realizaci školních kurzů

.....
.....