

**V. Ještě jsme tady:
Zážitkový program pro žáky 8. a 9. ročníků ZŠ
(3x8 h mimo školu)**



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Obsah

V. Ještě jsme tady:.....	1
Zážitkový program pro žáky 8. a 9. ročníků ZŠ	1
(3x8 h mimo školu)	1
Obsah.....	2
1 Vzdělávací program a jeho pojetí.....	4
1.1 Základní údaje	4
1.2 Anotace programu.....	5
1.3 Cíl programu	5
1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu.....	5
1.5 Forma	6
1.6 Hodinová dotace	7
1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny.....	7
1.8 Metody a způsoby realizace	7
1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace	7
1.10 Materiální a technické zabezpečení.....	11
1.11 Plánované místo konání	11
1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu.....	11
1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu	11
1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití.....	12
2 Podrobně rozpracovaný obsah programu.....	12
2.1 Tematický blok č. 1 Úvod do legendy kurzu – před kurzem – 1 h.....	12
2.2 Tematický blok č. 2 Úvod do kurzu – dopolední program 1. den – 2,5 h.....	13
2.3 Tematický blok č. 3 Uvědomění si vlastního potenciálu – odpolední program 1. den – 3,5 h. ..	17
2.4 Tematický blok č. 4 Kdo jsou naši hrdinové – večerní program 1. den – 2,5 h.	18
2.5 Tematický blok č. 5 Vymýšlení projektů – dopolední program 2. den – 3 h.	20
2.6 Tematický blok č. 6 Zdolávání vrcholů Himalájí – odpolední program 2. den – 4 h.....	22
2.7 Tematický blok č. 7 Úvod do win – win strategií – večerní program 2. den – 2,5 h.	24
2.8 Tematický blok č. 8 Zdolání Mount Everestu – dopolední program 3. den - 4 h.	26
3 Metodická část	29
3.1 Metodický blok č. 1 Úvod do legendy kurzu - před kurzem.....	29
3.2 Metodický blok č. 2 Úvod do kurzu – dopolední program 1. den	30
3.3 Metodický blok č. 3 Uvědomění si vlastního potenciálu – odpolední program 1. den.....	34
3.4 Metodický blok č. 4 Kdo jsou naši hrdinové – večerní program 1. den	37
3.5 Metodický blok č. 5 Vymýšlení projektů - dopolední program 2. den	39
3.6 Metodický blok č. 6 Zdolávání vrcholů Himalájí – odpolední program 2. den.....	41



3.7 Metodický blok č. 7 Úvod do win – win strategií - večerní program 2. den.....	44
3.8 Metodický blok č. 8 Zdolání Mount Everestu - dopolední program 3. den	47
4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu.....	52
5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů	130
6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi	131
7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu	139
8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu	139
9 Nepovinné přílohy	139



1 Vzdělávací program a jeho pojetí

1.1 Základní údaje

Výzva	Budování kapacit pro rozvoj škol II
Název a reg. číslo projektu	Demokracie zážitkem; CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_32/0008093
Název programu	Ještě jsme tady: zážitkový program pro žáky 8. a 9. ročníků ZŠ
Název vzdělávací instituce	CEDU – Centrum pro demokratické učení, o.p.s.
Adresa vzdělávací instituce a webová stránka	U Železné lávky 557/6, 118 00, Praha 1 http://www.skolaprodemokracii.cz/
Kontaktní osoba	Mgr. Tomáš Hazlbauer
Datum vzniku finální verze programu	14. 5. 2020
Číslo povinně volitelné aktivity výzvy	Aktivita č. 7 - Kompetence pro demokratickou kulturu
Forma programu	Mimo školu
Cílová skupina	žáci 8. a 9. ročníku
Délka programu	3 x 8 h.
Zaměření programu (tematická oblast, obor apod.)	Podpora demokratických hodnot, prevence extremismu, respekt ke kulturním odlišnostem, prevence xenofobie a dalších negativních jevů ve společnosti.
Tvůrci programu	Mgr. Petr Bureš, Ing. Helena Brožková
Odborný garant programu	Mgr. Petr Bureš
Odborní posuzovatelé	Mgr. Jaroslav Novák, Mgr. Jan Froněk, Ph.D.
Specifický program pro žáky se SVP (ano x ne)	ne



1.2 Anotace programu

Program je určen žákům 8. a 9. ročníku, kteří mají více zkušeností s participací ve své škole a tak často ztrácejí motivaci, kterou jim zážitkový kurz zvýší. Kromě motivace se v programu žáci věnují i tréninku měkkých dovedností, uvědomění vlastního přínosu skupině a nácviku spolupráce a komunikace při řešení složitých úkolů. Tento zážitkový program už cíleně rozvíjí efektivní zapojování žáků do rozhodovacích procesů ve škole a kultivování a ovlivňování školního společenství.

1.3 Cíl programu

- Účastníci programu posílí svou motivaci do participace na školním společenství a jeho aktivní proměně.
- Účastníci programu posílí vlastní měkké komunikační dovednosti.
- Účastníci programu posílí svou vlastní občanskou/žakovskou uvědomělost.

1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu

K. k. k učení

- Vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě. (Žáci druhý den kurzu dopoledne v aktivitě s názvem „Vymyšlení projektů“ vymyslí vlastní projekt. Součástí programu je vyplnění pracovního listu se základními kroky k jeho realizaci.)
- Při učení eliminuje rušivé podněty a vytváří optimální podmínky pro vlastní učení. (Pravidlo ztišení - plachého jelena umožňuje žákům aktivně regulovat úroveň hluku při aktivitách).
- Přiměřeně kriticky reflektuje ústně i písemně svůj proces učení, v případě potřeby přehodnocuje vlastní postupy učení. (Každý den je program uzavřený reflexí dne. Většina aktivit je uzavřena reflexí samotného programu. Jako příklady vybíráme ty nejdůležitější aktivity – „Výcvikový tábor“ „Himalájská expedice“ a Výstup na „Mount Everest“. V reflexi si žáci pojmenovávají podle Kolbova cyklu – Co se jim dařilo? Co se nedařilo? Co příště udělají jinak.
- Realisticky odhadne, nakolik jeho vědomosti nebo dovednosti dostačují pro různé úkoly. (V aktivitě „Výcvikový tábor“ si žáci rozdělují úkoly dle odhadu svých schopností. V rámci vyplňování pracovních listů k realizaci svého vlastního projektu žáci pojmenovávají, v jakých fázích zvládnou realizaci projektu sami a na které úkoly potřebují pomoc a od koho).

K. k řešení problémů

- Identifikuje, která místa/složky v problému nebo v postupu řešení jsou rizikové. (V aktivitě šesti klobouků vyhodnocují žáci ve svém projektu rizikové oblasti.)
- Problém analyzuje z různých hledisek. (Aktivita Šest klobouků je zaměřena na to, aby se žáci podívali na svůj projekt z různých úhlů pohledu.)
- Samostatně řeší problémy a volí vhodné způsoby řešení. (V aktivitě Výcvikový tábor žáci řeší samostatně úkoly zaměřené na znalosti a dovednosti. Pro vyřešení musí zvolit vhodné způsoby řešení.)



K. komunikativní

- V textu, promluvě či jiném záznamu pojmenuje hlavní myšlenky a stručně je shrne. (V aktivitě „Vymýšlení projektů“ žáci shrnou svůj záměr projektu a představují hlavní myšlenky projektu svým spolužákům).
- Vyjadřuje se tak, aby mu ostatní rozuměli, používá pro to jednoznačná a výstižná pojmenování. (V aktivitě „Vymýšlení projektů“ žáci prezentují svůj projekt před ostatními).
- Před známým i neznámým publikem přednese své sdělení uceleně a srozumitelně. (V aktivitě „Vymýšlení projektů“ žáci prezentují svůj projekt před ostatními).

K. sociální a personální

- Analyzuje ve skupině problémovou situaci a určí, co je úkolem. (V aktivitě „Himalájská expedice“ a „Výstup na Mount Everest“ se musí žáci v týmu domluvit na rozdělení rolí a řešení konkrétních úkolů.)
- Rozdělí si ve skupině úkol na části a přijme svou část, včetně zodpovědnosti za její plnění (V aktivitě „Výcvikový tábor“ a „Himalájská expedice“ se ve skupině žáci domluví, kdo jaký úkol bude řešit a poté za ně nesou zodpovědnost.)
- Vyhodnocení práce ve skupině. (Po valné většině aktivit je zařazena reflexe. Žáci pojmenovávají, co příště dělat jinak, co se povedlo, koho ocenit).
- Vyslovuje své ocenění nápadů a práce druhých dříve než kritiku. (V aktivitě „Galerie hrdinů“ žáci oceňují individuální výběr hrdiny svých spolužáků, ve většině reflektivních částí dostávají prostor ocenit činnost ostatních žáků).

K. občanská

- Posuzuje a hodnotí jevy, procesy, události a problémy ve svém okolí z různých úhlů pohledu. (V aktivitě „Výstup na Mount Everest“ se žáci musí domluvit na řešení, které bude platit pro celou skupinu, stejně jako v dalších aktivitách pro proces rozhodování o strategii je nutné nejdříve vyhodnotit všechny aspekty procesu a následně je i zreflektovat a pro příště se poučit.)
- Respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí. (V aktivitě „Galerie hrdinů“ žáci poznávají jak jejich spolužáci chápou pojem hrdinství a seznamují se s činy či chováním, které jsou ostatními považovány za hrdinské).

K. pracovní

- Naplňuje práci do jednotlivých kroků. (Při aktivitě „Vymýšlení projektů“ si žáci vyplňují pracovní list, pomocí kterého si plánují jednotlivé kroky k realizaci.)
- Proveď finanční rozpočet na danou akci školy, porovná případné náklady a zisk spojený s plněním dalších úkolů. (Při aktivitě „Vymýšlení projektů“ žáci odhadují předpokládaný rozpočet pro svůj projekt pro školní společenství).

1.5 Forma

Zážitkový program mimo školu využívá zejména skupinové a kooperativní formy práce. Dále je celý program založen na metodě zážitkové pedagogiky, která využívá tři hlavní prvky: Cíl – aktivita – reflexe. Při vedení reflexe by měl lektor, či učitel vědět, jaké téma chce z aktivit vytěžit. Volba témat by neměla být náhodná, ale měla by korespondovat s cíli celého kurzu, nebo tematického bloku.



Při většině aktivit využíváme rozdělení žáků do menších skupin. Při reflexích využíváme kruhového uspořádání místnosti.

1.6 Hodinová dotace

3 x 8 hodin – Hodinová dotace je celkem 24 hodin, které jsou rozplánovány do tří dnů. 1 hodina = 45 minut.

1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny

Předpokládaný počet účastníků je 25 – 30 žáků. Cílovou skupinou jsou žáci 8. a 9. ročníků základní školy.

1.8 Metody a způsoby realizace

Tento zážitkový kurz využívá zejména aktivizační výukové metody – diskuzní metody, aktivity na řešení problémů a didaktické hry. Těžištěm jsou kooperativní a skupinové aktivity. Důraz je kladen na vedení reflexe po aktivitě. Vycházíme se sebezkušenostního cyklu učení -> akce (zážitek, zkušenost) -> zhodnocení (Co jsme dělali dobře? Co se nedařilo?) -> Plán pro příště? (Jak budeme postupovat příště?) -> další akce. (Klíčení: příběh a řemeslo. Ed. Zuzana Andresová. Praha: Prázdninová škola Lipnice, 2013, 116 s. ISBN 978-80-905502-1-6.)

Pro reflektování aktivity je důležité se vždy rozhodnout, jak budeme sledovat proces a cíl aktivity z hlediska lektorů (tzn. stanovené metodické cíle. To, zda se podařilo dosáhnout cíle aktivity, který vnímají žáci (dosáhnout vrcholu, splnit úkol apod.), či ji vyřešit není při sledování aktivity a její reflexi tak podstatné, jako důsledná reflexe kroků, které skupina či jednotlivci udělali při vyřešení problematické situace.

U některých aktivit (jako jsou např. skupinové problémové úkoly, simulace, kooperativní aktivity) je tedy klíčový způsob vedení reflexe po aktivitě, která může být zaměřena různým způsobem (na role ve skupině, na konkrétní proces, na skupinovou dynamiku, na způsoby komunikace ad.). Ta samá aktivita může být tedy vedena s důrazem na jiné aspekty, které se v jejím průběhu objeví a pojmenují v procesu zpětné vazby.

1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace

Tematický blok č. 1 Úvod do legendy kurzu – před kurzem – 1 h.

Pedagogický pracovník žáky, kteří jedou na kurz, seznámí s legendou kurzu. Dále je požádá, aby si na kurz přivezli zpodobnění svého hrdiny. Legenda kurzu je horolezecká - žáci se stávají expedicí, která má zdolat všechny vrcholy Himalájí v čele s Mount Everestem.

Téma č. 1 Seznámení s legendou kurzu – 0,5 h.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Pedagogický pracovník žákům přečte dopis, ve kterém je úryvek z deníku Sira E. Hillaryho, prvního člověka, co zdolal Mount Everest. Následně jim sdělí, že jejich expedice se brzy též vydá na cestu a jejich úkolem je zdolat všech 13 vrcholů Himalájí.

Téma č. 2 Můj hrdina – 0,5 h.

Pedagogický pracovník sdělí žákům, aby si na kurz přivezli fotku či obrázek svého hrdiny. Žákům je vysvětlen rozdíl mezi hrdinou a idolem, pomocí několika příkladů a reflexí prvotních nápadů žáků

Tematický blok č. 2 – Úvod do kurzu - dopolední program (1. den) – 2, 5 h.

Úvodní blok je zahájen aktivitami k bližšímu poznání a odbourání prvotního ostychu. Účelem je postupně vtáhnout žáky do legendy kurzu a přeladit žáky na program. Součástí tohoto bloku je také informovat žáky s organizací kurzu – strava, ubytování, časový harmonogram.

Téma č. 1 Ladící a seznamovací aktivity – 2 h.

Kurz zahajujeme ihned po vystoupení žáků z autobusu (případně příchodu žáků) aktivitami, které slouží k odbourání ostychu a prvotnímu seznámení s legendou kurzu.

Téma č. 2 Organizační seznámení s kurzem a úvod do legendy kurzu – 0,5 h.

Před obědem žáky seznamujeme s organizačními náležitostmi kurzu - časovým harmonogramem kurzu, jak probíhá stravování, ubytování, co dělat v případě zranění aj. Případně odpovídáme na otázky žáků. Druhá část tohoto tématu je zaměřena na bližší seznámení s legendou kurzu.

Tematický blok č. 3 – Uvědomění si vlastního potenciálu - odpolední program (1. den) - 3,5 h.

V této aktivitě je cílem si uvědomit, že každý máme svůj vlastní nezaměnitelný potenciál. Žáci ve skupině plní úkoly, které jsou zaměřeny na rozličné vědomosti, znalosti a dovednosti.

Téma č. 1 Výcvikový tábor – 3,5 h.

Ve skupině si žáci musí rozdělit úkoly podle svých předností. V každém kole se stupňuje obtížnost úkolů, které žáci plní. Po třech kolech následuje reflexe aktivity zaměřená na uvědomění vlastního potenciálu a jeho využitelnosti.

Tematický blok č. 4 – Kdo jsou naši hrdinové – večerní program (1. den) – 2,5 h.

Program s názvem Galerie hrdinů umožňuje každému žákovi představit ostatním, kdo je pro něj hrdina a z jakého důvodu. Cílem je si uvědomit, že i hrdinové musí překonávat na své cestě různé překážky. Hrdinové také žáky inspirují svým příběhem a mohou být pro žáky vzorem v době krize při realizaci projektu, nebo obecně v jejich životě.

Téma č. 1 Síň hrdinů – 0,5 h.

Žáci se procházejí po galerii, prohlížejí si hrdiny a zapisují si své tipy, k jakému spolužákovi daný hrdina patří.

Téma č. 2 Vyprávění příběhů hrdinů - 1 h.



Vytvoříme skupiny, které jsou pestré, co do témat a příběhů. Ve skupinkách si žáci sdílejí příběhy jejich hrdinů, a důvody, proč si je vybrali, co je zaujalo, co se jich v příběhu dotklo, proč jsou pro ně inspirující.

Téma č. 3 Hledání hrdinství – 0,5 h.

Žáci hledají, co je typické pro hrdiny, podle příběhů, které zazněly. Pojmenovávají silné stránky, kvality, díky nimž se stali hrdiny.

Téma č. 4 – Reflexe celého dne – 0,5 h.

Večerní ohlédnutí slouží k připomenutí a pojmenování celého dne. Žáci společně sdílejí nejsilnější zážitky dne a jejich důležitost pro sebe. Odpovídají na otázky při řízené reflexi.

Tematický blok č. 5 – Vymýšlení projektů – dopolední program (2. den) – 3 h.

V tomto tematickém bloku žáci nejdříve vymýšlejí podle zadaných instrukcí několik témat projektů, aby si nakonec vybrali pouze jeden, kterému se chtějí věnovat a rozplánovat jej. Po vybrání jednoho projektu ho pomocí pracovních listů rozplánují po jednotlivých krocích. V závěru svůj projekt představí ostatním a pomocí metody šesti klobouků se na svůj projekt podívají ještě z různých úhlů pohledu. Celkově tedy má každý žák po této dopolední aktivitě svůj vlastní projekt, který je připraven k realizaci.

Téma č. 1 Ranní ohlédnutí - 0,5 h.

Ranní ohlédnutí slouží ke společnému naladění a zjištění, zda někdo z žáků nemá ještě myšlenku či téma k včerejšímu dni.

Téma č. 2 Vymýšlení projektů – 1 h.

Každý žák vymýšlí několik svých vlastních projektů podle zadaného návodu. Posléze si vybere pouze jeden projekt, který rozpracovává do jednotlivých kroků.

Téma č. 3 Pracovní listy a představení projektu – 1 h.

Každý žák vyplňuje pracovní listy, které mu pomáhají jeho projekt rozplánovat do jednotlivých kroků. Poté svůj projekt představuje ve skupině spolužáků.

Téma č. 4 Metoda 6 kloubků – 0,5 h.

Analýza svého projektu z šesti úhlů pohledu. Napomáhá žákům se na svůj projekt „podívat“ neobvyklým způsobem a tím svůj projekt ještě obohatit.

Tematický blok č. 6 – Zdolávání vrcholů Himalájí - odpolední program (2. den) - 4 h.

Jeden z programových vrcholů celého kurzu. Žáci v jednotlivých skupinách zdolávají jednotlivé vrcholy Himalájí. Ve skupině si musí rozvrhnout jednotlivé role a úkoly. V závěru je celá aktivita reflektována. V jednotlivých úkolech žáci opět testují svůj potenciál díky úkolům, které jsou zaměřené na různé dovednosti a znalosti. Na závěr proběhne reflexe celé aktivity zaměřená na rozdělování rolí, komunikaci a spolupráci ve skupině.

Téma č. 1 Himalájská expedice – 4 h.

Žáci si ve skupině rozdělí role a úkoly. Celá skupina musí spolupracovat, aby dokázal zdolat, co nejvíce himalájských vrcholů.



Tematický blok č. 7 – Úvod do win – win strategií - večerní program (2. den) – 2, 5 h.

Žáci jsou jednotlivými aktivitami uvedeni do teorie win – win strategií. Žákům jsou představeny dvě aktivity, které jsou zdánlivě soutěživé. Posléze jim je ukázán způsob strategie, kde mají nakonec zisk obě skupiny.

Téma č. 1 Piškvorky – 1,5 h.

Dva případně čtyřem skupinám je ukázána aktivita, která evokuje hru piškvorky. Po odehrání je žákům ukázána strategie hry, která vede k tomu, že mají užitek všichni hráči z obou skupin.

Téma č. 2 Aplikace win – win strategií – 0,5 h.

Další aktivita, v které žáci mohou otestovat strategii win – win.

Téma č. 3 Reflexe celého dne – 0,5 h.

Večerní ohlédnutí slouží k připomenutí a pojmenování celého dne. Žáci společně sdílejí nejsilnější zážitky dne a jejich důležitost pro sebe. Odpovídají na otázky při řízené reflexi.

Tematický blok č. 8 – Zdolání Mount Everestu - dopolední program (3. den) – 4 h.

Dopoledním programem vrcholí legenda kurzu a zároveň probíhá uzavření kurzu a odjezd žáků domů. Žáci podle zadaných instrukcí jdou na výpravu, jejímž cílem je zdolat Mount Everest. Na cestě překonávají různé překážky. Cesta na Everest má symbolizovat, že na cestě k realizaci projektu musí žáci překonávat různé překážky. Po zdolání cesty následuje reflexe zdolání Everestu a poté reflexe celého kurzu.

Téma č. 1 Ranní ohlédnutí - 0,5 h.

Ranní ohlédnutí slouží ke společnému naladění a zjištění, zda někdo z žáků nemá ještě myšlenku či téma k včerejšímu dni.

Téma č. 2 Zdolání M. Everestu – 3 h.

Žáci dostanou mapu, na které je zaznamenán vrchol – Mount Everest. Společně se musí domluvit, kudy půjdou. Lektoři neradí, jsou pouze doprovod a zadávají úkoly na trase. Poté, co žáci vyjdou, lektoři zadávají různé překážky, které musí žáci na trase překonat. Jedná se většinou o kooperační, skupinové či individuální úkoly. Na vrcholu žáky čeká záznam do pamětního listu, kde jim blahopřejí horolezci, kteří již M. Everest zdolali – R. Messner, R. Jaroš aj. Žáci se podepíší a tento pamětní list si odvázejí do své školy. Po příchodu do základního tábora proběhne reflexe cesty. Celá cesta simuluje překážky, které se musejí překonat při realizaci projektu.

Téma č. 3 Reálná cesta k úspěchu – 0,5 h.

Žákům je představeno schéma s vyznačenými body, které většinou potkají kohokoliv, kdo se pustí do delšího projektu – nápad, realizace, překážky, krize, procitnutí, úspěch. Toto schéma je s žáky probráno a každý žák dostává obrázek schématu, aby ho provázel jeho projektem.

Téma č. 4– Reflexe prožitkového kurzu – 1 h.



Pomocí techniky To – My – Já žáci reflektují prožitkový kurz. Každý žák se může vyjádřit ke třem tématům, resp. může odpovědět na tři otázky – 1. Jaký byl pro něj obsah kurzu (to)? 2. Jak skupina fungovala jako tým (my)? 3. Jaký byl kurz pro mě (já)?

1.10 Materiální a technické zabezpečení

1 x balík papírů A4, 1x role Flipchartových papírů, počítač (notebook), ozvučení, dataprojektor, kopie mapy Himalájí, foto R. Messnera, životopis R. Messnera, zalamované kartičky horolezeckého vybavení, laminovačka, laminovací folie, lano 30 – 50 metrů, lano 2 m, švihadlo 2x, kotlík 2x, sirky 4x, stan 1x, tenisáky 10x, propisky 25x, kolíčky na prádlo 30x, 2x klubko provázku, svíčky 10x, lampičku 5x, prodlužovací kabel 2x, nůžky 5x, 2x barevný papír, 60 x špendlíky, 1x kyblík, 13x obálky, píšťalka 4x, šátky pro každého účastníka, 4x stopky, připravené přílohy programu, mapa okolí

1.11 Plánované místo konání

Doporučujeme rekreační areál s venkovními prostory (louka, les) a zajištěnou místností, v které lze mít kruhové umístění židlí po celou dobu kurzu bez nutnosti hýbat se židlemi na čas stravování. Vzhledem k legendě kurzu doporučujeme vybrat takové místo pro konání kurzu, kde se v okolí nachází nějaké vyvýšené místo nebo rozhledna.

1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu

Realizace programu byla průběžně vyhodnocována za pomoci externího evaluátora, který prostřednictvím strukturovaných rozhovorů sbíral podněty, zpětnou vazbu a další data od účastníků, didaktických konzultantů, lektorů a členů realizačního týmu. Počítáme s tím, že po ukončení realizace projektu proběhne na základě vyhodnocení těchto různorodých dat celková detailní evaluace programu, včetně zaměření se na to, jak takovýto program školám dále nabízet.

1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu

Počet realizátorů/lektorů:

Položka		Předpokládané náklady
Celkové náklady na realizátory/lektory		28000 Kč
z toho	<i>Hodinová odměna pro 1 realizátora/ lektora včetně odvodů</i>	300 Kč
	<i>Ubytování realizátorů/lektorů</i>	2400 Kč
	<i>Stravování a doprava realizátorů/lektorů</i>	4000 Kč
Náklady na zajištění prostor		0 Kč



Ubytování, stravování a doprava účastníků		50000 Kč
<i>z toho</i>	<i>Doprava účastníků</i>	10000 Kč
	<i>Stravování a ubytování účastníků</i>	40000 Kč
Náklady na učební texty		500 Kč
<i>z toho</i>	<i>Příprava, překlad, autorská práva apod.</i>	0 Kč
	<i>Rozmnožení textů – počet stran:</i>	500 Kč
Režijní náklady		15000 Kč
<i>z toho</i>	<i>Stravné a doprava organizátorů</i>	0 Kč
	<i>Ubytování organizátorů</i>	0 Kč
	<i>Poštovné, telefony</i>	0 Kč
	<i>Doprava a pronájem techniky</i>	3000 Kč
	<i>Propagace</i>	0 Kč
	<i>Ostatní náklady</i>	2000 Kč
	<i>Odměna organizátorům</i>	10000 Kč
Náklady celkem		93500 Kč
Poplatek za 1 účastníka		3740 Kč

1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití

www.skolaprodemokracii.cz

www.rvp.cz

2 Podrobně rozpracovaný obsah programu

2.1 Tematický blok č. 1 Úvod do legendy kurzu – před kurzem – 1 h.

2.1.1 Téma č. 1 Seznámení s legendou kurzu – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Pedagogický pracovník svolá schůzku s žáky, kteří budou účastníci prožitkového kurzu. Žákům sdělí, že se stávají horskou expedicí a jejich úkolem je zdolat všech 13 vrcholů Himalájí. Následně jim přečte dopis, v kterém je úryvek z deníku Sira E. Hillaryho, prvního člověka, který zdolal Mount Everest.

Metody



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

slovní

Pomůcky

Dopis – pozvánka na expedici s úryvkem z deníku Sira E. Hillaryho. - příloha č.1_Pozvánka na Expedici

Podrobně rozpracovaný obsah

Pedagogický pracovník přečte žákům dopis – pozvánku na expedici do Himalájí.

Dále je vhodné žákům říci základní organizační informace – dopravu, stravu, ubytování, začátek a konec kurzu.

2.1.2 Téma č. 2 Můj hrdina – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Pedagogický pracovník sdělí žákům, aby si na kurz přivezli fotku či obrázek svého hrdiny. Žákům je vysvětlen rozdíl mezi hrdinou a idolem.

Metody

ústní

Pomůcky

Zpodobnění hrdiny pedagogického pracovníka

Podrobně rozpracovaný obsah

Pedagogický pracovník sdělí žákům, aby si na kurz vzali zpodobnění svého hrdiny – fotku či obrázek. Je to důležitá součást večerního programu „Galerie hrdinů“ na první den večer. Důležité je žákům vysvětlit rozdíl mezi hrdinou a idolem a zodpovědět všechny jejich otázky k tomu to tématu,

2.2 Tematický blok č. 2 Úvod do kurzu – dopolední program 1. den – 2,5 h.

2.2.1 Téma č. 1 Ladící a seznamovací aktivity 2 h

Forma a bližší popis realizace

Jedná se o skupinové a kooperační aktivity. Cílem je žáky vtáhnout do legendy kurzu, zbavit počátečního ostychu a „rozehřát“, na další program kurzu.

Metody

Hra, simulace

Pomůcky

1x lano o poloměru 1m, zalaminované kartičky horolezeckého vybavení, stopky, píšťalka, flipchart s horolezeckým vybavením

Podrobně rozpracovaný obsah

I. Přivítání a přesun vybavení do základního tábora



1. Žáci vystoupí z autobusu, kde na ně čekají lektoři oblečení v horolezeckém vybavení – batoh, lano, sedáky, helmy. Jeden lektor žáky přivítá a sdělí jim, že právě dorazili do základního tábora. Poté se jim krátce představí a představí i ostatní lektory.

2. Lektor sdělí žákům, co je čeká v dopoledním programu: přemístění vybavení do základního tábora, ladící aktivity, sběr vybavení, představení kurzu – Expedice a seznámení s organizačními informacemi.

3. Žákům je představeno pravidlo Plachý jelen. To slouží k utišení celé skupiny, pokud překročí hluk či povídání únosnou míru. Pokud jakýkoliv žák či lektor zvednou ruku a položí si na špičku palce ukazovák a prostředník, zahajuje pravidlo Plachý jelen. Všichni ostatní musí zvednout stejně ruku a zcela mlčet. Až když je úplné ticho, tak ten, kdo pravidlo vyvolal, dá ruku dolu, ostatní také a program pokračuje.

4. Žáci vytvoří řetěz a předávají si své věci (kufry, batohy, vybavení) z autobusu do budovy. Poté žáci odcházejí ven, kde začíná program.

II. Vítr fouká

1. Žáci stojí v kruhu, lektor říká větu: „Vítr fouká pro toho, kdo... např. má rád čokoládu.“

2. Ti, kteří mají rádi čokoládu, udělají jeden krok doprostřed kruhu. Krátce, cca 5 vteřin, necháme žáky, kteří vstoupili do kruhu takto stát. Případně můžeme jako lektor doprovodit komentářem např.: „...a vidíme, že zde stojí čokojedlíci. Děkuji, pojdte se zařadit zpět“. A lektor řekne další větu.

Lektor může dát slovo i žákům, aby oni vymýšleli věty - pro koho fouká vítr.

Příklady dalších vět: Vítr fouká pro toho, kdo...

...se těšil na expedici.

.... kdo se dneska dobře vyspal.

.... kdo vstal rychleji než obvykle.

.... Kdo se dobře nasnídal.

... komu cesta na expedici rychle utekla.

... kdo začal jíst své zásoby potravin už v autobuse.

... kdo má raději léto, než zimu.

...kdo má obavu, jestli jeho fyzické síly stačí na expedici

III. Baba s kyslíkem

Zvolí se 2 nebo více bab. Koho se baba dotkne, ten si musí dřepnout - má vyfouknutou bombu s kyslíkem, zachrání ho spoluhráč, který k němu přijde, jemně mu dotekem na zátylek připojí pumpičku a dofoukne mu jeho kyslíkovou bombu za hlasitého počítání 1, 2, 3. Hráč se může po nafouknutí bomby od spoluhráče opět zapojit do hry.

IV. Prolézání lanem

Všichni členové skupiny si stoupnou do kruhu a chytanou se za ruce. Lektor má na sobě uvázané lano a přetřásáním ho dává kolegovi po pravé ruce, který stejným způsobem předává lano opět kolegovi po pravé ruce. Cílem je, aby se lano dostalo co nejrychleji přes všechny členy skupiny opět k lektorovi.



V. Zmrzlé ruce

Skupina vytvoří vnitřní a vnější kruh. Vytvoří se tak dvojice naproti sobě. Všichni z vnitřního kruhu začnou ošetřovat ruce svému kolegovi ve dvojici z vnějšího kruhu. Chlad rukou odstraníme pleťovým mlékem, které je třeba opatrně vetřít do rukou. Pečující členové ve vnitřním kruhu si kápnou několik kapek mléka do svých dlaní a jemně je vtírají do „zmrzlých“ rukou svého společníka.

Na signál lektora péče přestane (po cca minutě) a role se mění.

Po výměně rolí se vnější kruh začne pohybovat po směru hodinových ručiček a na signál lektora zůstanou členové vnějšího kruhu stát. Vytvoří se tak nová dvojice a celý úkon se opakuje. Cílem je zažít péči o své ruce s třemi jinými členy skupiny.

VI. Sběr horolezeckého vybavení

Výchozí situace pro všechny tři hry

Ve vymezeném prostoru je rozhozeno jednotlivé horolezecké vybavení v podobě kartiček. Kartičky jsou rozdělené do pěti barev fialové, modré, žluté, oranžové a zelené. Na vysvětlujícím flipchartu jsou kartičky rozděleny podle barev a vybavení. Flipchart slouží žákům i lektorům k ověřování správnosti sesbíraných kartiček.

1. Děti si zastrčí každý konec šátku dozadu za kalhoty tak, aby nebyl problém šátek vytáhnout.
2. Určí se „oživovací“ místo, na které se „horolezci“ musejí vrátit vždy, když jim je odejmut šátek. Od hracího území je vzdáleno cca 10 – 15 m.
3. Ve sbírání se jim snaží zabránit lektoři – Yetty . Vytáhnou-li žákům šátek z kalhot, musí dotyčný přestat sbírat, odhodit všechny doposud nalezené kartičky a běžet co nejrychleji k oživovacímu místu. Po ožití si může zastrčit šátek zpět do kalhot a začít znovu sbírat. Děti se mohou stejným způsobem bránit domorodcům – v případě, že se jim to podaří, musejí se také domorodci oživovat v určeném místě.

1. varianta

Cílem je buď posbírat co nejvíce vybavení od jedné barvy, nebo co nejvíce stejného vybavení, které je rozprostřeno po celém herním území. Jakmile se prvnímu hráči podaří splnit jeden z cílů, tak zvolá: „mám“, a jde ukázat své kartičky jednomu z lektorů. Hra se pozastavuje, ostatní hráči čekají, zda lektor potvrdí správnost. Pokud lektor potvrdí správnost kartiček, tak kolo končí. Pokud nepotvrdí správnost, dále se pokračuje ve hře.

2. varianta

Cílem je sesbírat co nejvíce kartiček, ale nezáleží ani na barvě ani na druhu kartičky. Princip se šátky je zachován. Po ukončení hry vedoucím lektorem vyhrává ten, kdo má nejvíce kartiček.

3. varianta

Cílem je zkompletovat sadu vybavení, jako je na vysvětlujícím flipchartu, resp. mít od každého druhu vybavení jednu kartičku. Vyhrává ten, kdo první sesbírá všechno vybavení. Zvolá: „mám“ a jde své vybavení ukázat lektorovi. Hra se pozastavuje, ostatní hráči čekají, zda lektor potvrdí správnost. Pokud lektor potvrdí správnost kartiček, celá hra končí. Pokud nepotvrdí správnost, dále se pokračuje ve hře do té doby, než jeden z hráčů sesbírá vybavení podle zadání. Tímto celá hra končí. Všem zůstávají kartičky, které stihli v tomto závěrečném – třetím kole nasbírat pro další použití v programu (žáci je využijí druhý den odpoledne v aktivitě Himalájská expedice).



2.2.2 Téma č. 2 Organizační seznámení s kurzem a úvod do legendy kurzu – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Žáci i lektoři se sejdou v místnosti, v které bude probíhat program.

Žáci jsou po usazení na židle ještě jednou přivítáni na kurzu. Je-li to potřeba, jsou žákům rozdány jmenovky (noví žáci po prázdninách apod.). Žákům je připomenuto, že jsou expedice, která má za úkol zdolat všech 13 vrcholů Himalájí v čele s Mt. Everestem. Dále jsou jim sděleny organizační náležitosti kurzu – začátek a konec kurzu, časy (budičku, harmonogram dne, večeřky, poledního klidu a klidu po večeři), informace ke stravě, pitnému režimu, ubytování a co dělat při zranění. Případně jsou zodpovězeny dotazy žáků.

Žákům jsou také představena komunikační pravidla, která se používají během kurzu – mluví jen jeden, pravidlo stop, hlásíme se, nešeptáme, nikdo nemá právo urážet či ponižovat druhé

Na konci tohoto tématu žáky dále seznamujeme s legendou kurzu – představíme jim, kdo byl R. Messner, krátce jeho životopis a v čem byl význačný pro horolezeckou komunitu (jako první začal zdolávat osmitisícovky tzv. alpským stylem a začal je také zdolávat bez kyslíku. Dále představíme motto kurzu a je puštěna první videoukázka z filmu Everest. Videoukázky provází žáky legendou kurzu a kopírují jejich cestu na vrchol Mount Everestu.

Metody

Slovní, názorně demonstrační

Pomůcky

Fotky – R. Messnera, jeho životopis, mapu Himalájí, časový harmonogram a pravidla kurzu, počítač, ozvučení, dataprojektor, videoukázka_1, nadepsané motto kurzu

Podrobně rozpracovaný obsah

- 1) Žákům sdělíme, že je ještě jednou vítáme v základním táboře. Dále, že se jedná o třídní kurz, který je celý veden v horolezecké legendě. Protože naším cílem je zdolat všech 13 himalájských vrcholů v čele s M. Everestem.
2. Žákům se krátce představí lektoři.
3. Rozdáme případně žákům jmenovky. Jmenovku si každý nadepíše jménem.
4. Lektor žákům představí časový harmonogram kurzu.
5. Seznámení s pravidly na kurzu: Dále lektor představí žákům pravidla chování při aktivitách. Pravidla: 1) Mluví jen jeden; 2) Nasloucháme 3) Nešeptáme 4) Nikdo nemá právo zesměšňovat druhé 5) pravidlo STOP
6. Představení R. Messnera a jeho životopisu + motto kurzu.
7. Videoukázka_1



2.3 Tematický blok č. 3 Uvědomění si vlastního potenciálu – odpolední program 1. den – 3,5 h.

2.3.1 Téma č. 1 Výcvikový tábor – 3,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Žáci jsou rozděleni do čtyř skupin. Cílem každé skupiny je splnit v každém kole co nejvíce úkolů. Kola jsou vcelku tři. V každém kole je k vyřešení 25 úkolů, které jsou zaměřeny na určitou dovednost či vědomost.

Jednotlivá kola trvají od 25 – 35 minut. Po každém kole je 15 minutová přestávka. Po řešení nastává reflexe aktivity

Metody

Individuální, skupinová hra, simulace

Pomůcky

Flipchart, fixy, otázky pro žáky, otázky a odpovědi pro lektory,

Podrobně rozpracovaný obsah

Žáci jsou rozděleny do čtyř skupin. Cílem každé skupiny je splnit v každém kole co nejvíce úkolů. Kola jsou tři, v každém kole 25 úkolů, které jsou zaměřeny na určitou dovednost či vědomost.

Ve skupině si žáci rozdělí jednotlivé úkoly. Pokud nějaký úkol daný člen skupiny neumí vyřešit, tak může nejdříve požádat o pomoc při řešení nějaké člena ze své skupiny, když ani on neví, tak může požádat jakéhokoli člena ostatních skupin.

Jednotlivá kola trvají od 25 – 35 minut. Po každém kole je 15 minutová přestávka. Po řešení nastává reflexe aktivity

1. kolo trvá 25 minut

2. kolo 30 minu

3 kolo 35 minut

Úkoly v jednotlivých kolech jsou na podobná témata a stupňuje se jejich obtížnost.

Přípravná fáze:

Rozdělíme žáky podle celkového počtu do tří, nebo čtyři skupin a vysvětlíme jim pravidla. Každé skupině dáme záznamový flip na 1. kolo a přidělíme ke skupině lektora. Ten má za úkol zaznamenávat splněné úkoly, podle toho, co mu nahlásí členové jeho skupiny. Určí se místo, z kterého skupiny budou vybíhat od flipchartu na plnění úkolů a zde se skupinám flipchart vyvěsí. Skupina má cca 15 minut na to, aby si zvolili vhodnou strategii – rozhodli se, kdo jaký úkol bude dělat, podle toho, na jakou oblast znalostí či dovedností mají členové skupiny potenciál.

Fáze realizace:

1. Zahájí se 1 kolo. Délka trvání je 25 minut.



2. Zahájí se 2 kolo. Délka trvání je 20 minut.

3. Zahájí se 3. kolo. Délka trvání je 35 minut

Mezi jednotlivými koly jsou 15 – 20 minutové přestávky. V nich lektori dají každé skupině nový flipchart na druhé a třetí kolo a připraví úkoly na dané kolo.

Po skončení třetího kola žáci odcházejí do budovy a probíhá reflexe.

2.4 Tematický blok č. 4 Kdo jsou naši hrdinové – večerní program 1. den – 2,5 h.

Program s názvem Galerie hrdinů umožňuje každému žákovi představit ostatním, kdo je pro něj hrdina a z jakého důvodu. Cílem je si uvědomit, že i hrdinové musí překonávat na své cestě různé překážky a že hrdinou se člověk nerodí, ale stává. Hrdinové také žáky inspirují svým příběhem a mohou být pro ně podporou v době krize při realizaci projektu, nebo obecně v jejich životě.

2.4.1 Téma č. 1 – Síň hrdinů – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Celkově probíhá galerie hrdinů ve třech krocích. V prvním kroku chodí žáci galerií a prohlíží si fotky (obrázky) hrdinů. Na pozadí hraje příjemná hudba. K sobě do formuláře se snaží každý žák sám odhadnout, kdo je na obrázku a k jakému spolužákovi hrdina patří.

Metody

slovní, názorně demonstrační

Pomůcky

Fotky či obrázky hrdinů, kolíčky, provázek, pc, hudba, formulář pro každého žáka

Podrobně rozpracovaný obsah

Samotná aktivita začíná pozvánkou do Síně hrdinů. Před vstupem do galerie stojí lektor – průvodce v galerii a vysvětluje žákům, že se nacházejí v galerii, kde budou přítomni odhalování významných hrdinů. Je možné, také připomenout chování v galerii.

Každý žák dostane před vchodem propisku a formulář s 2 kolonkami (1. kdo to je? 2. Kdo si ho / ji vybral?) a zadání uhodnout a zapsat si, kdo je na portrétech a ke komu asi patří.

Žáci vcházejí do vyzdobené galerie a zaznamenávají si do formuláře své poznatky. Mají na to cca 10 – 15 minut. Na pozadí hraje příjemná hudba.

Po uplynutí času nastává odhalení hrdinů. Průvodce v galerii vyzve žáky, aby u každého hrdiny řekli své tipy, po tipování se k obrázku hrdiny přihlásí jeho autor a v několika slovech vysvětlí, z jakého důvodu si vybral svého hrdinu. Takto pokračuje odhalení hrdinů do posledního čísla.

2.4.2. Téma č. 2 Vyprávění příběhů hrdinů – 1 h

Forma a bližší popis realizace

Vytvoříme skupiny po cca 6 – 8 žácích, které jsou pestré, co do témat a příběhů. Ve skupině postupně každý žák představuje ostatním, z jakého důvodu si vybral svého hrdinu, co se jich v příběhu hrdiny dotklo, proč je příběh pro ně inspirující.



Metody

slovní, demonstrační

Pomůcky

Každý žák má svého hrdinu

Podrobně rozpracovaný obsah

Vytvoříme skupinu žáků po cca 6 – 8 žácích. Každá skupina bude mít svůj vlastní prostor, aby se vzájemně nerušily. Každý žák začne představovat svého hrdinu, proč si ho vybral, co jej na příběhu hrdiny zaujalo. Ostatní se mohou žáka případně doptávat na podrobnosti. Po představení všech hrdinů se žáci domluví na 1 – 2 příbězích, které by za svoji skupinu chtěli představit ostatním skupinám, až se po této skupinové práci sejdou všichni žáci.

2.4.3. Téma č. 3 Hledání hrdinství – 0,5 h

Forma a bližší popis realizace

Všechny skupiny se sejdou a nejdříve představí 1 – 2 příběhy, které v jejich skupinách zazněly a chtějí je představit ostatním. Poté se na flip hledají charakteristiky hrdinů.

Metody

slovní, dialogické, demonstrační

Pomůcky

flipchart, fixy

Podrobně rozpracovaný obsah

Žáci hledají dohromady profil “typického hrdiny” podle příběhů, které zazněly. Pojmenovávají silné stránky hrdinů, kvality, díky nimž se stali hrdiny. Vše se zaznamenává na flip.

2.4.4. Téma č. 4 Reflexe celého dne – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Večerní ohlédnutí slouží k připomenutí a pojmenování celého dne. Žáci společně sdílejí nejsilnější zážitky dne a jejich důležitost pro sebe. Odpovídají na otázky při řízené reflexi.

Metody

slovní, dialogické

Pomůcky

svíčky, lampičky, sirky

Podrobně rozpracovaný obsah

Vytvoří se vhodná atmosféra pomocí ztlumení světla -> zapálení svíček či vytvoření přítmí. Lektor připomene průběh dne – příjezd, dostávání věcí pomocí živého řetězu, vítr fouká pro, protahování se lanem, zahřívání rukou, baba s kyslíkem, sběr vybavení. Po obědě výcvikový tábor a po večeri galerie hrdinů.



Uprostřed kruhu s papíry s větami. Můžete poslat mluvící předmět, aby odpovídal každý, nebo si vybral otázku, na kterou chce odpovědět.

- 1) Nejvíce mě dnes překvapilo....
- 2) Nejvíce mě dnes překvapil(a)...
- 3) Chtěl(a) bych upozornit...
- 4) Chci poděkovat
- 5) Dnes jsem sám sebe překvapil(a)....

2.5 Tematický blok č. 5 Vymýšlení projektů – dopolední program 2. den – 3 h.

V tomto tematickém bloku žáci nejdříve vymýšlejí podle zadaných instrukcí několik témat projektů, aby si nakonec vybrali pouze jeden, kterému se chtějí věnovat a rozplánovat jej. Po vybrání jednoho projektu tento projekt pomocí pracovních listů rozplánují po jednotlivých krocích. V závěru svůj projekt představí ostatním a pomocí metody šesti klobouků se na svůj projekt podívají ještě z různých úhlů pohledu. Celkově tedy má každý žák po této dopolední aktivitě svůj vlastní projekt, který je připraven k realizaci.

2.5.1. Téma č. 1 Ranní ohlédnutí – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Ranní ohlédnutí slouží ke společnému naladění a zjištění, zda někdo z žáků nemá ještě myšlenku či téma k včerejšímu dni.

Metody

slovní

Pomůcky

žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

Žáci sedí v kruhu. Cílem je zjistit naladění žáků, a zda se chtějí vyjádřit ještě ke včerejšímu dni, ať po programové, organizační či osobní stránce. Lektor pokládá otázky

1. Chce někdo říci nějakou myšlenku, dojem, fantazii k včerejšímu dni?
2. Chtěl byste někdo ocenit někoho za jeho chování z předešlého dne? Za něco někomu poděkovat?
3. Jak jste spokojeni s ubytováním, kuchyní, prostory?
4. Na škále 0 – 100 procent (0 = nejméně; 100 = nejvíce) ukaž na palci u ruky, jakou máš momentálně náladu a z jakého důvodu.

2.5.2. Téma č. 2 Vymýšlení projektů – 1 h.

Forma a bližší popis realizace



Každý žák podle zadaného návodu vymyslí pět témat svých projektů. Poté si sám či ve skupině jedno téma zvolí jako svůj projekt k realizaci a pomocí pracovních listů tento projekt rozpracuje po jednotlivých krocích. V závěru probíhá analýza daného projektu podle metody šesti klobouků.

Metody

Slovní, sdělovací, samostatná práce žáků

Pomůcky

10x ústřížků 5 cm x 10 cm na žáka, propisky pro každého žáka, nůžky

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Každý žák dostane pět párů proužků papíru (délka cca 10 cm, šířka 5 cm). Každý bude mít tak 10 nastříhaných papírků.
2. Na každý papírek žák napíše, jaká činnost ho baví, co rád dělá. Např. číst, poslouchat písničky, hrát fotbal, pouštět draka, atd.
3. Nyní žák vloží svoje papíry do klobouku a libovolně vylosuje k sobě pět párů papírků.
4. Spárované papírky žák otočí a tím mu vzniklo pět dvojic témat na jeho projekt. Témata ve dvojici žák zkusí kreativně propojit, zamyslet se, jak by se mohla obě souběžně naplnit a zároveň být nějak ku prospěchu ostatním, spolužákům ve škole (např. vaření a soutěžení lze spojit v soutěž ve vaření apod.) Papírky – témata žák již nepřehazuje, nepáruje ty, které by se mu hodili, ale pracuje se právě s náhodně seřazenými papírky – tématy.
5. Z pěti nápadů na projekty každý žák nyní zvolí jeden (jednu dvojici papírků), který si umí představit jako školní projekt.
6. Vytvoří se libovolné dvojice žáků. Navzájem si ve dvojici žáci sdělí své vybrané jedno téma a v krátkosti si představí svůj záměr projektu. Odpovídají si navzájem na případné otázky.
7. Vytvoříme kruh ze všech žáků. Každý žák nyní všem sdělí název svého projektu a v několika větách svůj projektový záměr.

Výsledkem je, že každý žák či skupina žáků má svůj vlastní projekt. Zatím ve fázi záměru projektu.

2.5.3. Téma č. 3 Pracovní listy a představen projektů – 1 h.

Forma a bližší popis realizace

Každý žák vyplňuje pracovní listy, které mu pomáhají jeho projekt rozplánovat do jednotlivých kroků. Poté svůj projekt představuje ve skupině spolužáků.

Metody

slovní, dialogické

Pomůcky

pracovní listy, propisky



Podrobně rozpracovaný obsah

- 1) Každému žákovi rozdáme pracovní list – A) plánování a příprava; B) realizace a zhodnocení
- 2) Žáci začnou vyplňovat nejdříve pracovní list A) plánování a příprava projektu a poté pracovní list B) realizace a zhodnocení projektu.
- 3) Vytvoříme skupiny cca po 7 žácích. Ve skupině si žáci představí své projekty pod vedením lektora

2.5.4. Téma č. 4 Metoda 6 klobouků – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Analýza projektu z šesti úhlů pohledu. Napomáhá žákům se na svůj projekt „podívat“ neobvyklým způsobem a tím svůj projekt ještě obohatit.

Metody

slovní, samostatné práce žáků, názorně - demonstrační

Pomůcky

Flipchart na kterém jsou vysvětlené jednotlivé barvy – klobouky. Pro každého žáka jeden pracovní list.

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Rozdáme žákům pracovní listy s jednotlivými barvami.
2. Vysvětlíme žákům metodu šesti (v našem případě 5) klobouků na příkladu např. školního turnaje ve vybíjení.
3. Žáci začnou samostatně vyplňovat svůj pracovní list – jednotlivé barvy na základě svého projektu.
4. Následuje reflexe – Co si díky této metodě uvědomili? Jak vnímali černou barvu – rizika – a zda si nějaká rizika napsali?

2.6 Tematický blok č. 6 Zdolávání vrcholů Himalájí – odpolední program 2. den – 4 h.

2.6.1. Téma č. 1 Himalájská expedice – 4 h.

Forma a bližší popis realizace

Jeden z programových vrcholů celého kurzu. Žáci ve skupinách zdolávají vrcholy Himalájí. Ve skupině si musí rozvrhnout role a úkoly. V závěru je celá aktivita reflektována. V jednotlivých činnostech žáci opět testují svůj potenciál díky úkolům, které jsou zaměřené na různé dovednosti a znalosti.

Metody

Skupinová a kooperativní

Pomůcky



hrací pole 1x, špendlíky 60 , kuličky cca 100, kyblík 1x, zalaminované vrcholy Himalájí na A4 – každou horu 1x (celkem 13x), seznam obtížných míst ke každé hoře – každá hora 1 x (celkem 13x) povolenky - papírky s názvy vrcholů Himalájí (každou horu cca 20x), obálky na povolenky 13x, seznam hádanek a jejich řešení, obrázky s horolezeckým vybavením, zalaminovaná obtížná místa – ke každému větvení 1x (celkem 4x), flipchart s názvy vrcholů a barvou expedice 1x, mapa hracího území (vznikne až po vyznačení vrcholů od základního tábora)

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektori vyznačí základní tábor, obtížná místa, vrcholy hor a k nim povolenky. V základním táboře rozmístí herní pole, flipchart na záznam o zdolání vrcholů, kyslíky, stanoviště s vybavením a mapu herního území.

2. Vysvětlí skupinám žáků (dále expedicím) princip hry: Cílem každé expedice je dobýt všech 13 vrcholů Himalájí. Postup každé expedice se zaznamenává na herním poli, na kterém jsou vyznačeny vrcholy a cesty k nim. Vrchol je dobytý tím, že se na herním poli expedice dostane na vyznačený vrchol svým špendlíkem a fyzicky zároveň dostane do ruky lektor, přidělený dané expedici, povolenku - lístek s názvem vrcholu, který expedice právě dobývá.

Počet dobytých vrcholů se zapisuje na flipchart s názvy vrcholů a barvou expedice. Za každý prvovýstup expedice získávají 2 body, ostatní expedice získávají za výstup na již dobytou horu 1 bod. Vyhrává ta expedice, který má po skončení hry nejvíce bodů. Hra se ukončuje na signál vedoucího hry.

Herní pole: Na herním poli jsou vyznačena čtyři města. Každé město má svoji barvu a je na začátku hry výchozím bodem pro jednu expedici. Do měst jsou expedice přiřazeny losem a získávají barvu daného města a špendlík stejné barvy jako barva města (např. barva města červená + červený špendlík). Špendlík se připíchne na výchozí město dané expedice. Špendlík symbolizuje expedici a sledujeme tak pohyb expedice po herním poli na základě získávání kyslíků a dobývání vrcholů. Dále je na herním poli vyznačena cesta, vrcholy hor a místa s překážkami (vybarvena červeně). K jejich překonání potřebuje expedice odpovídající horolezecké vybavení, může se jim však i vyhnout a jít jinou cestou.

Pohyb po herním poli: Každá expedice má přidělenou jednu barvu a jednoho lektora. Přidělený lektor pohybuje špendlíkem expedice na základě přinášených kyslíků (jeden kyslík = jedna kulička = pohyb o jedno pole) a zapisuje na flipchart pokořené vrcholy hor. (Zásadně neradí se strategií expedice a nepomáhá s hádankami. Může expedici povzbuzovat.) Kyslík představují kuličky v nádobě, která je cca 30 – 50 m od herního pole. Kyslík se získává tím, že kdokoliv z členů dané expedice přiběhne ke stanovišti s kyslíkem a udělá tři dřepy. Poté si může vzít jeden kyslík a ten přinést svému přidělenému lektorovi. Ten pohne špendlíkem expedice na základě pokynů člena či členů expedice požadovaným směrem. Kyslíky se mohou získávat do zásoby. Tým tak má např. deset kyslíků a může je odevzdat najednou – lektor pak expedici posune špendlík týmu o 10 polí.

Získávání povolenek: Povolenky jsou papíry s názvy daných vrcholů, které jsou v obálkách pod názvem každého vrcholu (Např. na stromě je název hory Makalu. Pod názvem vrcholu je obálka s povolenkami – lístky, na kterých je napsáno, v tomto případě, Makalu). Povolenka se získá tak, že expedice (nebo její člen či členové, záleží na strategii expedice) vyrazí fyzicky po dané trase, překoná obtížné místo na trase a následně najde vrchol konkrétní hory. Z obálky si vezme jednu povolenku a běží zpátky. Povolenku si nechává člen expedice, ne lektor. Až se špendlík expedice dostane na herním poli na vrchol hory, ke kterému má expedice povolenku, tak odevzdává povolenku lektorovi a vrchol je dobytý. Povolenky může expedice získávat předem. Nemusí tedy čekat na to, až bude svým špendlíkem stát na vrcholu hory.



Zdolávání obtížných míst: Obtížná místa na trase se vyskytují před větvením k vrcholům hor. Jedná se o list papíru A4, na kterém je napsáno vybavení, které člen expedice potřebuje k jeho překonání nebo jaký úkol má člen expedice splnit k jeho překonání (např. udělej 30 kliků). Obtížné místo na trase se plní vždy, když přes něj expedice přechází.

Překonávání překážek: V herním poli jsou překážky vyznačeny červeně a vyskytují se před každým vrcholem. Jakmile stojí se svým špendlíkem expedice v herním poli před překážkou, tak si jeden z členů expedice (daného týmu) vylosuje druh překážky, u které je zároveň uvedeno, jaké je potřeba vybavení k jejímu překonání.

Doplňování vybavení: Pokud žádný člen expedice vybavení nemá, nebo je vybavení zrovna třeba jinde, musí jeden z členů expedice ke stanovišti s hádankami. Stanoviště s hádankami je cca 10 metrů od hracího pole a stojí na něm jeden lektor, který má seznam s hádankami, jejich řešení a má u sebe kartičky s vybavením. Člen expedice k němu přijde a vylosuje si hádanku. Pokud ji správně zodpoví, získává potřebné vybavení. V první polovině hry získává člen expedice za jednu hádanku jeden kus vybavení. V druhé půli hry získává za jednu hádanku libovolné množství vybavení od jednoho druhu. Pokud hádanku nezodpoví, losuje si hádanku novou. Případně může jít místo něj na stanoviště s hádankami nový člen expedice.

3. Expedice má několik minut na zvolení strategie a rozdělení rolí ve skupině.

Průběh hry: Všechny čtyři týmy – expedice (dále jen expedice) přijdou do základního tábora. Každá expedice si vylosuje výchozí město. S vylosováním daného města je expedici přidělen jeden lektor a špendlík se stejnou barvou, jako je barva města. Na signál začíná samotná hra, která má stanovený časový limit dle náročnosti terénu a vzdálenosti vrcholů (doporučujeme cca 1,5 – 2 h). Hra opět končí na signál lektora

4. Po skončení aktivity následuje přesun do ubytovacích prostorů a následuje reflexe celé hry.

2.7 Tematický blok č. 7 úvod do win – win strategií – večerní program 2. den – 2,5 h.

2.7.1. Téma č. 1 Piškvorky 1,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Žáci jsou jednotlivými aktivitami uvedeni do teorie win – win strategií. Žákům jsou představeny dvě aktivity, které jsou zdánlivě soutěživé. Posléze jim je ukázán způsob strategie, kde mají nakonec zisk obě skupiny. Cílem je ukázat žákům, že není nutné soutěžit, volbou vhodné strategie mohou mít zisk obě strany.

Metody

Skupinové, slovní, názorně - demonstrační

Pomůcky

fixy dvou odlišných barev, 2x flipchartový papír, bonbóny 2 balíčky, počítač, ozvučení, projektor, video ukázka

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Rozdělíme žáky na dvě stejně početné skupiny. Každá skupina pracuje v jiné místnosti.



2. V místnosti opět rozdělíme skupinu na dvě stejně početné skupiny.
3. Každá skupina se postaví do zástupu, stejně daleko od flipchartového papíru.
4. Na flipchartovém papíře je vyznačena čtvercová síť o počtu všech členů skupiny v místnosti násobeno 4 (např. při dvou skupinách o 8 členech bude čtvercová síť mít 64 polí ($16 \times 4 = 64$), tj. 8×8 polí.
5. Lektor přistoupí k flipchartu a doprostřed čtvercové sítě nakreslí do jednoho čtverce kolečko a do vedlejšího křížek. Pod flipchart položí misku s bonbóny.
6. Jedné skupině přidělí kolečko a druhé skupině křížek. Skupinám sdělí, že jejich cílem je po vytvoření řady 4 svých symbolů řadu přeškrtnout vodorovnou čarou. Žák, který ze skupiny řadu přeškrtnl (zkompletoval čtveřici stejných symbolů) si vezme bonbón z misky pod flipchartem. Od této chvíle nikdo z žáků nesmí mluvit.
7. Losem se určí, jaká skupina začne (např. kámen, nůžky, papír mezi prvními žáky z obou skupin).
8. Hráči ve skupinách se pravidelně mění – tak, jak stojí za sebou. To znamená, že první hráč z jedné skupiny zobrazí v hracím poli symbol své skupiny a odchází na konec zástupu. První hráč z druhé skupiny zobrazí v hracím poli symbol své skupiny a odchází na konec zástupu. Poté druhý hráč zobrazí symbol a odchází na konec zástupu. Takto se hráči mění až do konce hry.
9. Hra končí, když jsou úplně všechna pole zaplněna symboly a již nejsou volná pole, případně pokud již není možné přidávat symboly, aby vznikla řada 4 stejných symbolů za sebou.
10. Po skončení si žáci sednou do kruhu a provedou reflexi aktivity.

2.7.2. Téma č. 2 Aplikace win – win strategií – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Žáci se rozdělí na dvě skupiny. Každá skupina jde na jednu polovinu místnosti, která je rozdělena na polovinu lanem nebo páskou. Zadání zní, že je třeba jakýmkoliv způsobem získat protihráče k sobě do skupiny.

Metody

Názorně – demonstrační, skupinová

Pomůcky

lano

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Uveďte, že nyní si žáci zahrají aktivitu na uvolnění.
2. Doprostřed místnosti položte lano. Tím budete mít místnost rozdělenou na dvě poloviny.
3. Rozdělte žáky na dvě skupiny. Jedna skupina jde do jedné půlky místnosti a druhá skupina do druhé půlky místnosti.
4. Nyní žákům sdělte, že na signál startující hru je úkolem jejich skupiny získat JAKÝMKOLIV způsobem na svou polovinu žáka, či žáky z druhé skupiny. Jakmile se podaří žáka či žáky dostat za provaz na svoji půlku místnosti, tak je úkol splněn.



5. Následuje reflexe aktivity.

2.7.3. Téma č. 3 Reflexe celého dne – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Večerní ohlédnutí slouží k připomenutí a pojmenování celého dne. Žáci společně sdílejí nejsilnější zážitky dne a jejich důležitost pro sebe. Odpovídají na otázky při řízené reflexi.

Metody

slovní, dialogické

Pomůcky

svíčky, lampičky, sirky

Podrobně rozpracovaný obsah

Vytvoříme vhodnou atmosféru pomocí ztlumení světla -> zapálení svíček či vytvoření přítmí. Lektor připomene průběh dne.

Uprostřed kruh s papíry s větami. Můžete poslat mluvící předmět, aby odpovídal každý, nebo si vybral otázku, na kterou chce odpovědět.

- 1) Nejvíc mě dnes překvapilo....
- 2) Nejvíce mě dnes překvapil(a)...
- 3) Chtěl(a) bych upozornit...
- 4) Chci poděkovat
- 5) Dnes jsem sám sebe překvapil(a)....
- 6) Kdy jsem dnes dokázal víc, než jsem si myslel nebo naše skupina?

2.8 Tematický blok č. 8 Zdolání Mount Everestu – dopolední program 3. den - 4 h.

Dopoledním programem vrcholí legenda kurzu a zároveň probíhá uzavření kurzu a odjezd žáků domů. Žáci podle zadaných instrukcí vyrazí na poslední expedici, jejímž cílem je zdolat Mount Everest. Na cestě překonávají různé překážky. Cesta na Everest má symbolizovat, že na cestě k realizaci projektu musí žáci též překonávat různé překážky.

2.8.1. Téma č. 1 Ranní ohlédnutí – 0,5 h.

Forma a bližší popis realizace

Ranní ohlédnutí slouží ke společnému naladění a zjištění, zda někdo z žáků nemá ještě myšlenku či téma k včerejšímu dni.

Metody

slovní



Pomůcky

žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

Žáci sedí v kruhu. Cílem je zjistit naladění žáků, a zda se chtějí vyjádřit ještě ke včerejšímu dni, ať po programové, organizační či osobní stránce. Lektor pokládá otázky

1. Chce někdo říci nějakou myšlenku, dojem, fantazii k včerejšímu dni?
2. Chtěl byste někdo ocenit někoho za jeho chování z předešlého dne? Za něco někomu poděkovat?
3. Jak jste spokojeni s ubytováním, kuchyní, prostory?
4. Na škále 0 – 100 procent (0 = nejméně; 100 = nejvíce) ukaž na palci u ruky, jakou máš momentálně náladu a z jakého důvodu.

2.8.2. Téma číslo 2. Zdolání Mt. Everestu – 3 h.

Forma a bližší popis realizace

Žáci dostanou mapu, na které je zaznamenán vrchol – Mt. Everest. Společně se musejí domluvit, kudy půjdou. Poté, co žáci vyrazí, lektori zadávají různé překážky, které musejí žáci na trase překonat. Jedná se většinou o kooperační, skupinové či individuální úkoly. Na vrcholu žáky čeká záznam do pamětního listu, kde jim blahopřejí horolezci, kteří již Mt. Everest zdolali – R. Messner, R. Jaroš aj. Žáci se podepíší a tento pamětní list si odvázejí do své školy. Po příchodu do základního tábora proběhne reflexe cesty. Celá cesta simuluje překážky, které se musejí překonat při realizaci projektu.

Metody

skupinová a kooperační

Pomůcky

rozstříhaná mapa – puzzle, balíkový papír se vzkazem – pamětní list, lano, úkoly, obálku na úkoly, listy papíru A4 s nápisem Mount Everest, izolepu, pět šátků, píšťalku

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Sdělíme žákům, že dnešním cílem je stanout na Mount Everestu a vrátit se do základního tábora.
2. Sdělte žákům, že celý výstup bude na nich, jako Expedici. Vy, jako lektori, půjdete se skupinou, ale pouze jako doprovod (šerpové) a zadavatel úkolů - překážek na trase. Kudy se půjde a jakým směrem, o tom rozhodují žáci na základě mapy.
3. Dejte žákům rozstříhanou mapu a sdělte jim, že musí vyrazit do 10 minut a od této chvíle je na nich zdolání M. Everestu. Zadejte též nejzazší čas, dokdy je možné vrcholu dosáhnout, abychom se mohli bezpečně vrátit do základního tábora.
4. Cestou žákům – Expedici zadávejte překážky – úkoly, které musí Expedice překonat.
5. Po dosažení vrcholu M. Everestu Expedici předejte pamětní list a vyzvěte, aby se každý podepsal do pamětního listu, který Expedici zůstává. Případně udělejte pamětní fotografii.



6. Po návratu do základního tábora proveďte reflexi zdolání Mt. Everestu.

2.8.3. Téma č. 3 Cesta k úspěchu – 0,5 h

Forma a bližší popis realizace

Žákům je ukázáno schéma, na kterém jsou vyznačeny situace, které většinou potkají kohokoliv, kdo se pustí do delšího projektu – nápad, realizace, překážky, krize, procitnutí, úspěch. Toto schéma je s žáky probráno a každý žák dostává leták schématu, aby ho mohl použít při práci se svým projektem.

Metody

Slovní, dialogická, názorně - demonstrační

Pomůcky

Schéma 1x pro každého žáka, pc, projektor

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci si sednou do kruhu.
2. Na počítači skrze projektor je zobrazeno schéma „reálná cesta k úspěchu“
3. Vysvětlení žákům, že cesta k úspěchu není pouze přímočará – nápad -> úspěch, ale zcela přirozeně vede přes různé překážky.
4. Rozdáme každému žákovi jedno schéma.
5. Zeptáme se jich, zda by mohli popsat nějaký svůj úspěch podle tohoto schématu.

2.8.4. Téma č. 4 Reflexe celého kurzu – 1 h.

Forma a bližší popis realizace

Všichni žáci sedí v kruhu. Žákům připomeneme slovně všechny aktivity od prvního dne kurzu. Pomocí techniky To – My – Já - žáci reflektují prožitkový kurz. Každý žák se může vyjádřit ke třem tématům, resp. může odpovědět na tři otázky – 1. Jaký byl pro něj obsah kurzu (to)? 2. Jak skupina fungovala jako tým (my)? 3. Jaký byl kurz pro mě (já)?

Metody

slovní, skupinová

Pomůcky

stopky

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Připomeneme žákům všechny aktivity – názvy programů, jak šly za sebou. Zde je možné mít napsaný program a slovně komentovat, nebo programy žákům slovně připomenout.
2. Na flipchartový papír nakreslete trojúhelník. K vrcholům trojúhelníka napište To, My, Já.
To = vyjádření k programu.
My = vyjádření k naší skupině.



Já = vyjádření k vlastní osobě.

3 Metodická část

3.1 Metodický blok č. 1 Úvod do legendy kurzu - před kurzem

3.1.1 Téma č. 1 Seznámení s legendou kurzu

Cíl: Žáci jsou vtaženi do legendy.

Prostředí: škola

Čas na přípravu: 10 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Vytisknutá pozvánka na expedici – příloha č.1_Pozvánka na Expedici

Metodická poznámka:

Do pozvánky je nutné dopsat data konání kurzu, jména lektorů, co jedou s žáky za dospělé osoby, případně pomůcky, které chcete, aby měli žáci s sebou. Můžete dětem také přiblížit některé údaje o expedici (viz úvod do legendy první den kurzu) a odpovědět jim na jejich otázky.

Doporučujeme žákům připomenout, že nejvyšší hora světa Mount Everest se nachází v Himalájích, kde je dalších 12 osmitisícových hor. Dále je vhodné sdělit, že prvními lidmi, kteří zdolali M. Everest byl Sir Edmund Hillary a jeho šerpa Tenzing Norgay 29.5. 1953.

3.1.2 Téma č. 2 Můj hrdina

Cíle: Vysvětlení žákům, aby si vybrali a na kurz přivezli fotku či obrázek svého hrdiny.

Žák si uvědomí, kdo je pro něj hrdina.

Prostředí: škola

Čas na přípravu: 0 minut

Čas na aktivitu: 5 – 10 minut

Počet lektorů: 1

Metodická poznámka: Dětem je třeba dobře vysvětlit, kdo je to hrdina (někdo kdo prošel obtížnou životní zkouškou či něco smysluplného vykonal a má za sebou nějaký silný příběh) a jak se liší hrdina od idolu. Idol - spíše momentální sláva a obdivování, které má omezenou délku.

Pedagogický pracovník si může pro větší pochopení připravit obrázek svého hrdiny a vysvětlit, z jakého důvodu má daného člověka za hrdinu.

Můžete spojit požadavek na hrdiny s předáním pozvánky na expedici. Z naší zkušenosti je lepší větší časový předstih, aby se žákům tento úkol připomněl.

Raději vícekrát připomeňte žákům, že si mají přivést na kurz obrázek hrdiny, a to v zalepené obálce, nadepsané svým jménem. Též je vhodné s žáky domluvit předem, aby svého hrdinu nikomu neprozradili.



3.2 Metodický blok č. 2 Úvod do kurzu – dopolední program 1. den

Úvodní blok je zahájen aktivitami k bližšímu poznání a odbourání prvotního ostychu. Účelem je postupně vtáhnout žáky do legendy kurzu a přeladit žáky na program. Součástí tohoto bloku je také informovat žáky s organizací kurzu – strava, ubytování, časový harmonogram

3.2.1 Téma č. 1 Ladící a seznamovací aktivity

I. Ubytování v základním táboře

Cíle: Žáci přemístí své věci do základního tábora.

Žáci spolupracují při přenášení věcí.

Žáci se seznámí se svými lektory.

Žáci se naučí pravidlo „Plachý jelen“.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: lano, batohy, další horolezecké vybavení

Legenda: Jsme rádi, že jste dorazili. Nyní je náš úkol dostat společnými silami naše vybavení do základního tábora.

Metodická poznámka:

1. Nechte žáky vystoupit z autobusu a sdělte jim, že jste dorazili před základní tábor. Poté se jim představte a představte i ostatní lektory. Stačí pouze jménem. Větší představení proběhne před obědem v místnosti.

2. Poté bude úkolem žáků za pomoci živého řetězu dostat všechny jejich věci do budovy (základního tábora) za pomoci živého řetězu. Je to vlastně jejich první kooperační úkol. Pokud by autobus zastavil přímo před budovou, tak vytvořte trasu, po které si budou žáci předávat své batohy a tašky. Určete také místo, kde se v budově věci zatím provizorně uskladní. Ubytování žáků proběhne po obědě, během dopoledního klidu.

3. Další dopolední aktivity probíhají venku. Pokud by žáci začali posedávat v základním táboře (budově), tak je povzbudte pro odchod ven z budovy.

4. Je dobré vzhledem k legendě kurzu, aby lektoři při prvotním kontaktu se žáky měli na sobě horolezecké vybavení a přes rameno lano. Zkrátka, aby vypadali, jako horší průvodci.

5. Představení by mělo proběhnout velmi svižně a rychle. Cílem je ihned vtáhnout žáky do legendy kurzu a programu.

Role lektora a asistentů:

- Přivítat žáky v základním táboře.

- Ukázat jim, kam si dají zatím provizorně batohy a kufry.



- Sledovat, jak se žákům daří vytvořit živý řetěz a spolupracovat mezi sebou.

II. Vítr fouká

Cíle: Společné naladění.

Zjištění, zda s někým ve skupině mám v oblíbě společnou věc či jsem zažil něco stejného.

Prostředí: Venku

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Den odjezdu a příjezdu na expedici může na každého z nás působit různě. Nyní se dozvíme, zda někdo z nás prožíval či prožívá to samé jako jeho kolega horolezec.

Metodická poznámka: Je dobré dát prostor i žákům, aby oni sami vymýšleli případné otázky.

Otázky k závěrečné reflexi: Koho překvapilo, že měl nějakou otázku s někým stejně? Koho překvapilo, že někdo udělal krok na konkrétní otázku?

III. Baba s kyslíkem

Cíle: Procvičení rychlosti a fyzické kondice.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Legenda: Horolezci si musí natrénovat záchranu kolegy a dofouknutí jeho kyslíkové bomby.

Metodická poznámka: Je vhodné si ujasnit herní území – kam až se může běhat.

IV. Prolézání lanem

Cíle: Vzájemná spolupráce a vzájemná podpora.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Svázané lano či švihadlo o poloměru 0,5 metru.

Legenda: Horolezci musí prokázat svoji obratnost, zručnost a vzájemnou spolupráci

Metodická poznámka: Hlídat podporující atmosféru a zamezit slovnímu napadání v případě, že někomu nejde lano předat.

V. Zmrzlé ruce



Cíle: Zvýšit pocit vřelosti, jistoty a intimity.

Hlubší vzájemní poznání.

Prohloubení vzájemných vztahů.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Legenda: Lidské ruce jsou v horách velmi náchylné k prochladnutí. Nejrychleji je zahřejeme, když je druhému zahřejeme ve svých dlaních a ideálně pokud ruce ošetříme krémem.

Metodická poznámka: Dotýkat se svých spolužáků může být pro mnohé žáky nezvyklé. Často reagují smíchem a různými komentáři. Je důležité udržet korektní rovinu.

Reflexe: Jaké měl kdo pocity jako ošetřovaný a léčitel? Byl léčitel opatrný, pozorný, zbrklý? Zahřáli se zmrzlé ruce? Která role byla komu příjemnější? Co se komu líbilo a co bylo obtížné? Už o vás někdo takto pečoval? Kdo a v jaké situaci?

VI. Sběr horolezeckého vybavení

Cíle: Žáci se zbaví ostychu a uvolní se.

Žáci procvičí svou hbitost.

Žáci nasbírají potřebné vybavení.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 3 – 5 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: kartičky s vybavením, šátky

Legenda: Nyní nastává chvíle, kdy si můžete nasbírat horolezecké vybavení.

Metodická poznámka: Třetí varianta hry je nejvíce důležitá. Poté, co jeden z hráčů nasbírá od každého vybavení jeden druh, se hra zastavuje a všem zůstává to vybavení, které mají v ruce. To sdělte žákům a řekněte jim, aby vybavení nosili stále s sebou, protože nikdy neví, kdy se jim bude hodit. Ale víc k tomu neříkejte, ani je na to v budoucnu neupozorňujte. Vybavení, které si žáci nasbírali, se jim totiž bude hodit druhý den odpoledne při hře Himalájská expedice. To jim ovšem neříkejte.

3.2.2 Téma č. 2 Organizační seznámení s kurzem a úvod do legendy kurzu

Organizační informace

Cíle: Žáci se seznámí se základními informacemi o PK.

Žáci si nadepíší jmenovky.

Žáci se seznámí s časovým harmonogramem kurzu.



Žákům se představí pravidla na kurzu.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Jmenovky, kryty na jmenovky, příloha č. 7 – komunikační pravidla kurzu, časový harmonogram kurzu

Metodická poznámka:

Mluví pouze jeden – dbejte při práci v kruhu, aby vždy mluvil jen jeden žák a vytvořte mu prostor, aby byl slyšet.

Nasloucháme si – toto pravidlo znamená, že když někdo mluví, tak já mlčím a soustředím se na toho, kdo mluví.

Nešeptám – šeptání narušuje důvěru ve skupině. Pokud někdo šeptá, tak jej vyzvěte, aby to, co šeptal řekl nahlas.

Nikdo nemá právo zesměšňovat druhého – pokud někdo zesměšňuje druhé, tak aktivitu zastavte a konfrontujte dotyčného.

Pravidlo stop – bezpečí ve skupině přispívá pravidlo „STOP“, když by se někomu do nějaké aktivity nechtělo, tak se jí nemusí účastnit. Může mít roli pozorovatele například.

Plachý jelen vám pomůže udržovat přiměřenou hladinu hluku během aktivit i mimo ně. Výhodou tohoto pravidla je, že umožňujeme žákům zapojovat se do rozhodování, jaká míra hluku je ještě únosná a umožňujeme jim si hladinu hluku samostatně regulovat.

Mluvíme k sobě - tímto pravidlem učíme žáky mluvit přímo k sobě.

Úvod do legendy kurzu

Cíle: Žáci jsou uvedeni do legendy kurzu.

Žáci získají první informace o R. Messnerovi.

Žákům je představeno motto kurzu.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 2

Pomůcky: příloha č. 3 – foto R. Messnera a jeho životopis, příloha č. 4 – umístění himalájských vrcholů, připravený nadpis kurzu „Ještě jsme tady“ a příloha č. 2 - motto kurzu: “ Často jsem se dostal až na nejzazší mez svých sil. Kolikrát jsem byl už na dně, kolikrát jsem myslel, že nemám východisko. Vzdát se by bylo to nejjednodušší.” Šablona časového harmonogramu, příloha č. 10 - 1. videoukázka

Legenda: Cílem naší expedice je dosáhnout zítra všech 13 vrcholů Himalájí a poslední – třetí den kurzu pokořit vrchol nejvyšší – Mount Everest. Jedním z největších průkopníků moderního



horolezectví je italský horolezec Reinhold Messner. Byl první, komu se podařilo vylézt na Mount Everest bez pomoci kyslíku. Je to živoucí legenda horolezectví a ještě o něm uslyšíme.

R. Messner musel během svých výstupů překonávat jak vnější překážky, tak i sám sebe. Proto jsme zvolili motto tohoto kurzu takto: „Často jsem se dostal až na nejzazší mez svých sil. Kolikrát jsem byl už na dně, kolikrát jsem myslel, že nemám východisko. Vzdát se by bylo ovšem to nejjednodušší.“

Metodická poznámka: Zatímco pokračuje předchozí program venku, vybraní lektori musí jít připravit místnost, v které bude probíhat program. Vylepí po místnosti foto a životopis R. Messnera a mapu Himalájí. Na viditelné místo se také přichytí název kurzu, motto kurzu a časový harmonogram.

Spuštění videoukázky 1

Cíle: Umocnění úvodu do legendy kurzu

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: projektor, počítač, ozvučení, příloha č. 10 – 1. videoukázka

Legenda: Od roku 1953, kdy první stanul na vrcholu Mount Everestu Edmund Hillary a Šerpa Tenzing Norgay, je Everest cílem mnohých výprav. V roce 1996 měla za cíl vylézt Mount Everest i výprava pod vedením Roba Halla a jeho společnosti Adventure Consultants. O této výpravě byl natočený film, z kterého budeme pouštět ukázky.

Metodická poznámka: Počítač, projektor, ozvučení musí být již připravené během toho programu venku.

3.3 Metodický blok č. 3 Uvědomění si vlastního potenciálu – odpolední program 1. den

V této aktivitě je cílem si uvědomit, že každý máme svůj vlastní potenciál. Součástí je také uvědomění, že můžeme požádat o pomoc jiného člověka, když si nevíme rady. Žáci ve skupině plní úkoly ve třech kolech, které jsou zaměřeny na rozličné vědomosti a dovednosti.

3.3.1 Téma č. 1 Výcvikový tábor

Spuštění videoukázky 2

Cíle: Úvod do následujícího programu „Výcvikový tábor,,

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 2 minuty

Počet lektorů: 1

Pomůcky: pc, videoprojektor, ozvučení, příloha č. 10_videoukázka 2

Legenda: Než přistoupíme k výstupům, tak musíme, jak jste slyšeli, potrénovat naše těla i mysl.

Průběh: Spustíme přílohu č. 10_videoukázku 2 a poté okomentujeme viz legenda



Metodická poznámka: Ve druhé videoukázce vidíme, jak hlavní představitel Rob představuje jednotlivé členy výpravy. Dále členům výpravy ukazuje v čem je Everest nebezpečný a že se musí potrénovat tělesná stránka a zejména mysl.

To je důležitá poznámka, protože následuje odpolední program – výcvikový tábor – který prověřuje fyzickou, ale dovednostní a znalostní připravenost.

Název: Výcvikový tábor

Cíle: Žáci objeví svůj potenciál

Žáci pojmenují své silné stránky

Žáci plní ve skupině jednotlivé úkoly

Žáci oslovují ostatní s výzvou pro pomoc

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 45 minut

Počet lektorů: 5

Pomůcky: příloha č. 9_1_ flipchart – tabulka plnění úkolů, příloha č. 9_2_ zadání a řešení úkolů 1. kolo, příloha č. 9_3_ zadání jednotlivých úkolů 1. kolo, příloha č. 9_4_ zadání a řešení úkolů 2. kolo, příloha zadání 9_5_ zadání jednotlivých úkolů 2. kolo, příloha č. 9_6_ zadání a řešení úkolů 3. kolo, příloha č. 9_7_ zadání jednotlivých úkolů 3 kolo. Stopky 4x, švihadlo 3x, modelína, kbelík, sirky, pastelky, stan, flipchart, fixy na flipchart, hudba – např. elektroswing

Legenda: Abychom mohli zdolat nejvyšší vrcholy, tak musíme připravit svoji mysl a tělo. Proto nás čeká nyní výcvikový tábor.

Přípravná fáze:

1. Příprava přehledu plnění úkolů pro skupinu

Pro každou skupinu a každé kolo se musí vytvořit na flipchartový papír tabulka na zaznamenání splnění úkolu. 1 kolo – jedna přehledová tabulka/1 skupina. V levém sloupci je seznam úkolů od 1 – 25, v řádku nahoře se nechají volná pole pro napsání jmen žáků, zcela vpravo je sloupec o splnění úkolů. Příloha č. 9_1_ flipchart – tabulka plnění úkolů

2. Tisk úkolů pro 1. – 3 kolo.

Vytisknou se zadání 1. kola - příloha č. 9_3_ zadání jednotlivých úkolů 1. kolo

Vytisknou se zadání 2. kola – příloha č. 9_5_ zadání jednotlivých úkolů 2. kolo

Vytisknou se zadání 3. kola - příloha č. 9_7_ zadání jednotlivých úkolů 3 kolo.

3. Tisk zadání a řešení 1. – 3 kola pro lektory

příloha č. 9_2_ zadání a řešení úkolů 1. kolo,

příloha č. 9_4_ zadání a řešení úkolů 2. kolo

příloha č. 9_6_ zadání a řešení úkolů 3. kolo



4. Příprava úkolů 1. kola

Lektoři připraví venku úkoly na první kolo podle přílohy příloha č. 9_3_zadání jednotlivých úkolů 1. kolo

5. Rozdělíme žáky podle celkového počtu do tří, nebo čtyři skupin.

6. Každé skupině dáme záznamový flip na 1. kolo a přidělíme ke skupině lektora. Ten má za úkol zaznamenávat splněné úkoly, podle toho, co mu nahlásí členové jeho skupiny.

7. Určí se místo, z kterého skupiny budou vybíhat od flipchartu na plnění úkolů a zde se skupinám flipchart vyvěsí.

8. Skupina má cca 15 minut na to, aby si zvolili vhodnou strategii – rozhodli se, kdo jaký úkol bude dělat, podle toho, na jakou oblast znalostí či dovedností mají členové skupiny potenciál.

9. realizace 1. kola úkolů

Zahájí se 1 kolo. Délka trvání je 25 minut.

10. Přestávka 15 minut

Během přestávky lektori připraví zadání pro 2. kolo - příloha č. 9_5_zadání jednotlivých úkolů 2. kolo. Své skupině dají nový flipchart pro zaznamenávání úkolů a sami lektori si vezmou zadání a řešení pro 2. kolo - příloha č. 9_4_zadání a řešení úkolů 2. Kolo

11. realizace 2 kolo.

Zahájí se 2. kolo. Délka trvání je 20 minut.

12. Během přestávky lektori připraví zadání pro 3. kolo - příloha č. 9_7_zadání jednotlivých úkolů 3. kolo. Své skupině dají nový flipchart pro zaznamenávání úkolů a sami lektori si vezmou zadání a řešení pro 3. kolo - příloha č. 9_6_zadání a řešení úkolů 3. Kolo

13. Zahájí se 3. kolo. Délka trvání je 35 minut

Po skončení třetího kola žáci odcházejí do budovy a probíhá reflexe aktivity zaměřená na téma „můj potenciál“.

Metodická poznámka:

1. Nejdříve řekněte žákům, aby se snažili splnit daný úkol, ke kterému se přihlásili pouze vlastními silami a vědomostmi. Pokud si neví rady, tak mohou požádat kohokoliv ze svého týmu o pomoc. Pokud žádný člen jejich skupiny úkol splnit nedokáže, tak může dotyčný oslovit o radu jakéhokoliv člena z jiné skupiny.

Role lektora a asistentů: Jeden lektor vede aktivitu – vysvětluje pravidla, zahajuje a ukončuje jednotlivá kola. Každá skupina by měla mít svého lektora/pedagoga na zaznamenání úkolů.

Otázky a závěrečnou reflexi:

1. Podle čeho jste si rozdělili úkoly?

2. Jak jste se na rozdělení úkolů dohodli?

3. Co se dařilo? Co se nedařilo?



4. Jaké kolo bylo nejlehčí a jaké nejtěžší?
5. Jak probíhala domluva u vás v týmu, když jste oslovovali někoho pro pomoc?
6. Využili jste pomoc některého člena z jiné skupiny? Za jakých okolností? Jaká byla jeho reakce? Podle čeho jste si ho vybrali?
6. Je nějaká aktivita, která vám šla lépe než ostatním?

3.4 Metodický blok č. 4 Kdo jsou naši hrdinové – večerní program 1. den

Program s názvem Galerie hrdinů umožňuje každému žákovi představit ostatním, kdo je pro něj hrdina a z jakého důvodu. Cílem je si uvědomit, že i hrdinové musí překonávat na své cestě různé překážky. Hrdinové také žáky inspirují svým příběhem a mohou být pro žáky inspirující v době krize při realizaci projektu, nebo obecně v jejich životě.

3.4.1 Téma č. 1 Galerie hrdinů

Cíle: Žáci představí svého hrdinu, kterého si přivezli, jeho důležité vlastnosti a příběh, jak se stal hrdinou.

Žáci si vyslechnou hrdinské příběhy ostatních.

Žáci se inspirují hrdinskými příběhy.

Žáci pojmenovávají, co je pro hrdiny typické.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 45 minut

Počet lektorů: 4

Pomůcky: papíry A4/kolik je účastníků, příloha č. 11 - formulář a propiska pro každého žáka, lepenka, kolíčky, provázek, notebook, reproduktory, slavnostnější oděv pro učitele a lektory.

Legenda: Máme jedinečnou možnost se nechat inspirovat živoucími hrdiny a jejich příběhy. Za malou chvíli vstoupíme do galerie hrdinů.

Přípravná fáze: Před kurzem je žákům zadán úkol, aby si dovezly fotografie svého hrdiny. Žákům je třeba dobře vysvětlit rozdíl mezi hrdinou a idolem. Pokud žáci fotku zapomenou je potřeba jim pomoci najít obrázek na internetu a vytisknout ho. Fotky hrdiny si přivezou i učitelé a lektori. Obrázek hrdiny si nechte od žáků přinést jako vstupenku na oběd nebo večeři.

Výzdoba místnosti a připevnění obrázků: Každý obrázek či fotku lepenkou připevněte na papír A4. Každý obrázek je viditelně očíslovaný. Vyzdobte slavnostně místnost a nalepte obrázky na stěny, nebo napněte provázky a upevněte pomocí kolíčků obrázky na provázek. Je také dobré pokud si lektori a učitelé vezmou slavnostní oblečení, které si s sebou přivezli.

1. fáze galerie hrdinů: Samotná aktivita začíná pozvánkou do Síně hrdinů. Před vstupem do galerie stojí lektor – průvodce v galerii a vysvětluje žákům, že se nacházejí v galerii, kde budou přítomni odhalování význačných hrdinů. Je možné, také připomenout chování v galerii.



Každý žák dostane před vchodem propisku a formulář s 2 kolonkami (1. kdo to je? 2. Kdo si ho / ji vybral?) a zadání uhodnout a zapsat si, kdo je na portrétech a ke komu asi patří.

Žáci vcházejí do vyzdobené galerie a zaznamenávají si do formuláře své poznatky. Mají na to cca 10 – 15 minut.

Po uplynutí času nastává odhalení hrdinů. Průvodce v galerii vyzve žáky, aby řekli své typy, po typování se k obrázku hrdiny přihlásí jeho autor a v několika slovech vysvětlí, z jakého důvodu si vybral svého hrdinu. Takto pokračuje odhalení hrdinů do posledního čísla.

Metodická poznámka: Pokud žák zapomene obrázek svého hrdiny, tak je možné obrázek fotku případně vytisknout (jsou-li pro to podmínky). Pokud obrázek vytisknout nejde, tak lze hrdinu nakreslit, načrtnout, zpodobnit. U kresby je potřeba hlídat reakce ostatních žáků. V tomto programu pracujeme s fotkami či obrázky hrdinů, které si žáci měli přivést na kurz.

3.4.2 Téma č. 2 Vyprávění příběhů hrdinů

Cíle: Žáci představují svého hrdinu

Žáci naslouchají příběhům hrdinství

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: obrázky hrdinů

Metodická poznámka:

Vytvoříme skupiny, které jsou pestré, co do témat a příběhů. Ve skupinkách si děti sdílejí příběhy jejich hrdinů, a proč si je vybrali, co je zaujalo, co se jich v příběhu dotklo, proč je to pro ně inspirující.

Je nutné dodržovat čas, aby byl stejný prostor pro každého žáka

3.4.3 Téma č. 3 Hledání hrdinství

Cíle: Žáci pojmenovávají charakteristické znaky hrdinů

Žáci pojmenovávají charakteristické znaky hrdinských příběhů

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: flipchart, fixy

Průběh: Všichni žáci sedí v kruhu. Pojmenovávají, jaké charakteristika má hrdina a hrdinský příběh.

Cílem je najít profil “typického hrdiny” podle příběhů, které zazněly. Pojmenovat jejich silné stránky, kvality, díky nimž se stali hrdiny. Lektor zapisuje jejich poznatky na flipchart. Na závěr proběhne reflexe, lektor se ptá na otázky: Pro jaký čin, který si vykonal, bys za hrdinu mohl být považován ty? Jaké to bylo vyprávět ostatním o vašem hrdinovi? Kdo vás překvapil výběrem hrdiny a proč? Jaký



příběh Vás nejvíce zaujal a čím? Čím se můžeme od hrdinů inspirovat?

3.4.4 Téma č. 4 Reflexe celého dne

Cíle: Žáci se ohlédnou za celým dnem.

Žáci pojmenují klíčové momenty dne.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 5 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: Na flip. papíře nadepsané otázky.

Metodická poznámka: Je důležité vytvořit klidnou atmosféru, která povede ke společnému sdílení. Můžete poslat mluvící předmět, aby odpovídal každý, nebo si vybral otázku, na kterou chce odpovědět.

3.5 Metodický blok č. 5 Vymýšlení projektů - dopolední program 2. den

Vzhledem k tomu, že žáci dopoledne usilovně mentálně pracují, se nám osvědčilo zařazovat drobné aktivity na zvýšení pozornosti. Tyto aktivity jsou popsány na konci tohoto metodického bloku. Aktivity zařazujte pokaždé, když budete mít pocit, že je to třeba.

3.5.1 Téma č. 1 Ranní ohlédnutí

Cíle: Zjistit, zda v někom ještě něco nezůstává nevyřešené z předešlého dne.

Společné naladění.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: všichni

Metodická poznámka: Cílem je zjistit, zda nemá někdo z žáků něco nevyřešeného ze včerejšího dne. Zda přišel některý z žáků na novou myšlenku, něco ho napadlo k včerejšímu programu. Třetí otázka je zaměřena na materiální pohodlí a zjištění, jak jsou žáci spokojeni s ubytováním, stravou a prostory.

3.5.2 Téma č. 2 Vymýšlení projektů

Cíle: Žák podle zadaného postupu vymyslí název a záměr projektu.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 10 minut.

Čas na aktivitu: 90 minut

Počet lektorů: 2



Pomůcky: pro každého žáka pět párů papírků (cca 10 cm délka, 5 cm šířka)- celkem tedy 10 proužků papírků na žáka, propisky, formuláře, nůžky

Legenda: Každý výstup se musí pečlivě a komplexně naplánovat. Musíte vědět, kdy chcete výstup uskutečnit, jaké přípravy k tomu udělat, jaký potřebujete materiál, kolik vás to bude stát peněz, koho budete mít v týmu, jak zajistíte dopravu atd. Prvotní je ale nápad a myšlenka.

Velmi podobné je to i s plánováním projektu ve škole. A to bude náš dopolední úkol. Vymyslet projekt, který by se mohl realizovat na vaší škole pro Vaše spolužáky.

Nejdříve ovšem musíme vědět, co chceme realizovat a poté se vrhneme do plánovací fáze. Nyní tedy pojďme vymýšlet.

Metodická poznámka:

Po bodu 7. je možné vybídnout žáky na přidání se k nějakému projektu nebo spojení nějakého tématu pro svoji blízkost.

Pozor u bodu 4. Žáci se často ptali, zda by si nemohli spárovat témata, aby se jim hodila. Záměrně je tu ovšem prvek náhody – losu, aby vzniklo téma, které by žáka při záměrném spojení nejspíš nenapadlo. Je vhodné žákům se starte kreativní fáze trochu pomoci a uvést příklady, jak by lektor některé dvojice spojil, aby si uměli představit, jak takové kreativní spojení dvou zdánlivě nesouvisejících věcí může vypadat.

Naším záměrem bylo, aby každý žák využil svého potenciálu a vymyslel, na základě toho, co on rád dělá, svůj vlastní projekt pro své spolužáky. Zvolili jsme právě cestu pozitivní motivace – ovlivním školní klima tím, co mě baví a proto se projektu budu věnovat. (Druhá cesta by mohla být – něco mě štve a proto se to budu snažit změnit. Tu jsme záměrně nezvolili).

3.5.3 Téma č. 3 Pracovní listy a představení projektů

Cíle: Žáci si uvědomí posloupnost kroků k realizaci svého projektu.

Žáci si napíší, jaké pomůcky potřebují k projektu.

Prostředí: Uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 3

Pomůcky: příloha č. 12 - pracovní list A) plánování a příprava projektu;příloha č. 12 - pracovní list B) realizace a zhodnocení projektu. Každý žák jeden pracovní list

Legenda: Nejdůležitější je nápad, myšlenka, co vlastně chceme dělat. U horolezců to může být nápad, že zdolají konkrétní horu například Mount Everest. Když už mají nápad, tak se musí vše pečlivě naplánovat a připravit. A v této fázi jsme nyní my. Každý z vás má již vymyšlený projekt a jeho záměr. Nyní budeme vyplňovat pracovní list, který nám pomůže si uvědomit, co je potřeba k uskutečnění projektu.

Metodická poznámka:

- Při vyplňování pracovních listů se osvědčilo žákům nabízet pomoc a procházet s nimi jednotlivé fáze přípravy.



- U pracovního listu B) realizace a zhodnocení projektu se nemůže hodnotit teprve vymyšlený projekt. Zde žákům nabídněte, aby popsali nějakou událost, na které byli účastníci (např. školní turnaj ve vybíjená, nebo třídní výlet a společně s nimi událost zhodnoťte, co by v takovém případě vyplnili – pracovní list jim zůstane pro zhodnocení projektu po jeho realizaci).

3.5.4 Téma č. 4 Metoda 6 klobouků

Cíle: Žáci analyzují svůj projekt pod různými pohledy.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut.

Počet lektorů: 2

Pomůcky: příloha č. 13 Metoda 6 klobouků - Flipchart na kterém jsou vysvětlené jednotlivé barvy – klobouky. Pro každého žáka jeden pracovní list – metoda 5 klobouků.

Legenda: Je vždy dobré, pokud podrobíme náš projekt prověrce a podíváme se na něj z různých úhlů pohledu.

Metodická poznámka: V našem pracovním listu používáme pouze 5 barev. Vynechali jsme procesní klobouk, protože každý žák vyplňuje svůj pracovní list a nikdo proces vlastně nehlídá. Pro žáky by to bylo pouze matoucí. Doporučujeme před žáky vyplnit jako ukázkou např. školní turnaj ve vybíjené.

Teorie: V roce 1985 napsal Edward de Bono knihu, která vysvětluje metodu šesti klobouků. V českém překladu vyšla v roce 1997. Jedná se o metodu, která napomáhá se podívat na určitou problematiku z různých úhlů pohledu. Je to metoda pro skupinové přemýšlení při zachování individuálního řešení.

Principem je to, že každý klobouk má svoji barvu, která reprezentuje určitý pohled na danou věc či projekt. Na pořadí klobouků – barev nezáleží. Jedná se o těchto 6 klobouků - barev:

Modrý klobouk → „PROCES“ – odstup, přemýšlení o jednotlivých krocích, řízení celé akce.

Bílý klobouk → „FAKTA“ - co víme, fakta, čísla, nehodnotíme. Jaká fakta máme k dispozici. Jaké informace potřebujeme. (Např. realizační tým 5 osob, účastníků nejspíše 30, 6 družstev, potřebujeme 5 míčů, náklady 1000 Kč atd.)

Zelený klobouk → „NOVÉ NÁPADY“ – hledání nových možností, nápadů, které ještě nezazněli. Cílem je přijít na nové řešení, zlepšení řešení. Jaké jsou další nápady, další možnosti.

Žlutý klobouk → „POZITIVA“ – jaké jsou klady, co to přinese, vlastní motivace. V čem to pomůže? V čem je to přínosné? Proč do toho jít?

Červený klobouk → „POCITY“ – Co nám říká naše intuice? Jaké z toho máme pocity?

Černý klobouk → „PROBLÉMY“ – negativa, kritika, obavy, mínusy

3.6 Metodický blok č. 6 Zdolávání vrcholů Himalájí – odpolední program 2. den

3.6.1. Téma č. 1 Himalájská expedice

Motivace k expedici

Cíle: Úvod do aktivity Himalájská expedice



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 2 minuty

Počet lektorů: 1

Pomůcky: pc, projektor, ozvučení, příloha č. 10_videoukázka 3

Legenda: Vidíme, že cestou na vrcholy nás mohou potkat různá nebezpečí. Přeji, aby se Vám dařilo překonávat obtížná místa a nepotkali jste žádnou lavinu!

Před aktivitou spustíme videoukázku 3.

Metodická poznámka: V této ukázce vidíme překonávání průrvy, vyčerpanost jednoho z horolezců a lavinu, která málem stála život dva lezce. Ukázka má evokovat nebezpečí hor. V následující aktivitě totiž musí žáci překonávat k vrcholům nebezpečná místa.

Himalájská expedice

Cíle: Žáci rozvíjí strategické myšlení.

Žáci spolupracují v týmu.

Žáci ověřují své fair play.

Žáci prohlubují svoji vytrvalost.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 60 – 80 minut

Počet lektorů: 4

Pomůcky: špendlíky 60, kuličky cca 100, kyblík 1x, příloha č. 14_1 Messnerovy vrcholy_ zalaminované vrcholy Himalájí na A4 – každou horu 1x (celkem 13x), příloha č. 14_2 povolenky - papírky s názvy vrcholů Himalájí (každou horu cca 20x), seznam obtížných míst ke každé hoře – každá hora 1 x (celkem 13x) obálky na povolenky 13x, příloha č. 14_3_seznam hádanek a jejich řešení, příloha č. 6_obrázky s horolezeckým vybavením, zalaminovaná obtížná místa – ke každému větvení 1x (celkem 4x), příloha č. 14_4 flipchart s názvy vrcholů a barvou expedice 1x, mapa hracího území (vznikne až po vyznačení vrcholů od základního tábora), příloha č. 14_5 hrací pole 1x,

Legenda: Po nelehké přípravě se dostáváme k jednomu z vrcholů naší expedice – dobýt všech 13 vrcholů Himalájí. Pozor ovšem! Vrcholů Himalájí je celkem 14. Ovšem ten největší vrchol, král mezi horami – Mount Everest, budeme dobývat až zítra. Vaším úkolem bude v jednotlivých týmech – expedicích dobýt ideálně všech 13 vrcholů Himalájí

Příprava herního území: Jeden až dva lektori musí během dopoledne či poledního klidu připravit herní území -> vyznačit základní tábor a od něj vést čtyři cesty. Tři cesty se větví dále do tří vrcholů. Čtvrtá cesta se větví do čtyř vrcholů. Ve větvení se nachází obtížné místo, které musí expedice překonat vždy, když vystupuje na kterýkoliv z vrcholů (s úkolem pro překonání či požadavkem na určité vybavení). Celkem se tedy stanoví v terénu 13 vrcholů himalájských osmitisícovek. Od základního tábora by cesta měla vést cca 500 m, vyznačí se obtížné místo a od něj vést větvení na vrcholy cca po 350 m. Vrchol hory se stanoví tak, že na daném místě (např. na stromě) se připevní špendlíkem zalaminovaná A4 s názvem vrcholu (např. Makalu) a pod zalaminovaným názvem je připevněna obálka, ve které jsou povolenky – zalaminované menší papíry s názvem dotyčné hory a její nadmořskou výškou.



Příprava základního tábora: V základním táboře, z kterého vybíhají expedice dobývat vrcholy, je umístěno herní pole, flipchart s názvy vrcholů a názvy týmů, cca 30 - 50 m od herního pole je položena nádoba s kuličkami (kyslíky). Na viditelném místě se po vyznačení herního území umístí nakreslená mapa, která ukazuje cesty a větvení na vrcholy hor. Stanoví se také sklad pro vydávání horolezeckého vybavení. Zde je lektor - zadavatel hádanek a (cca 10 metrů od herního pole). Kdo uhodne hádanku, dostává sadu vybavení pro překonání obtížného místa.

Rozdělení žáků do týmů – vytvoření expedic: Rozdělíme žáky do čtyř týmů - expedic. Expedice by měly být vyrovnané počtem, fyzickou zdatností a schopností strategického myšlení.

Horolezecké vybavení a jeho získávání: Horolezecké vybavení mohli žáci získat první den dopoledne v aktivitě: „Sběr horolezeckého vybavení“. Pokud tedy některý člen expedice u sebe vybavení má, velmi tím pomůže své expedici. Chybějící vybavení získává expedice, resp. její člen u stanoviště s hádankami. Upozornění, jestli mají žáci u sebe horolezecké vybavení, říkáme žákům až při vysvětlování pravidel hry. Neupozorňujeme je tedy dopředu, pouze jim uložíme, ať nosí vybavení všude s sebou na konci sběru vybavení.

Zaznamenávání dobytí vrcholů hor: Kousek od hracího pole je vyvěšen flipchart, na kterém jsou v tabulce napsané v řádcích jednotlivé vrcholy hor a ve sloupcích barvy jednotlivých expedic. Expedice, která je na vrcholu jako první – dokázala prvovýstup – získává 2 body. Každá další získává za dobytí hory 1 bod. Body za výstupy zaznamenává na flipchart lektor, který je přidělený dané expedici.

Role lektorů: Jeden lektor, který je vedoucím hry -> vysvětluje pravidla a zodpovídá na dotazy. Startuje a ukončuje hru. Může mít zároveň na starost stanoviště s hádankami – vydává vybavení na základě správných odpovědí na hádanky. Další dva až čtyři lektori, kteří jsou přiděleni k jednotlivým expedicím. Pohybují špendlíkem své expedice, získávají od své expedice kyslíky, píší body o dobytí vrcholů.

Role žáků v expedici: Žáci by si ideálně měli určit, kolik členů bude získávat povolenky a kolik členů bude získávat kyslíky. (Záleží ovšem také na strategii expedice. Je možné, že nejdříve celá expedice půjde získávat kyslíky a poté půjdou všichni získávat povolenky.)

Metodická poznámka:

Žákům před hrou neříkáme, že mají mít u sebe kartičky s horolezeckým vybavením. To jim sdělujeme až při vysvětlování hry na místě.

Lektori přidělení k jednotlivým expedicím svým expedicím neradí se strategií a ani nepomáhají s hádankami. Mohou svoji expedici ovšem povzbuzovat a motivovat.

Reflexe Himalájské expedice

Cíle: Žáci se ohlédnou za proběhlou aktivitou a převedou poznatky z ní do reálného života

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 2-4

Pomůcky: flipchart se záznamem o dobývání vrcholů při hře



Legenda: Expedice není jen výstup na vrchol hory. Má svoji přípravnou fázi, fázi realizace a fázi vyhodnocení. Vyhodnocení expedice je velmi důležitá fáze. Umožňuje se ohlédnout a říci si, co příště dělat jinak, čeho se vyvarovat, jak se zlepšit a co se povedlo, v čem pokračovat.

Průběh reflexe:

1. Expedice se sejdou se svým lektorem a pod jeho vedením reflektují proběhlou aktivitu.
2. Expedice se sejdou v kruhu a pod vedením lektora si sdělují zvolenou strategii v týmu a své zážitky.

Možné otázky k reflexi po expedicích:

- Co byl váš největší zážitek ve hře?
- Jakou strategii jste v týmu volili?
- Jak jste se na ní domluvili?
- Jak probíhala spolupráce ve vaší skupině?
- Kdo měl hlavní slovo a proč?
- Jaké role v týmu jste měli?
- Jak jste se na nich domluvili?
- Co bylo lehké? Co bylo těžké?

Možné otázky k reflexi v celé skupině: Zde by měla být reflexe zaměřena zejména na sdělení zážitku, o který se chci se všemi podělit, vytrvalost a oceňování členů expedice.

Téma vytrvalosti přerámujte do reálného života, tzn. že při realizaci projektů je často náročné vytrvat a nenechat se zlomit nepřízní či dlouhým trváním přípravy projektu. Jedná se o třetí fázi v Kolbově cyklu učení – přenášení zažitých zkušeností do nové situace.

- O jaký zážitek ze hry se chcete podělit s ostatními?
- Jak bylo náročné si udržet vytrvalost?
- Kdy ve svém životě jste museli vytrvalost prokázat?
- Na co jste ve svém životě hrdí, že jste vytrvali?
- Koho ze své expedice byste chtěli ocenit?

3.7 Metodický blok č. 7 Úvod do win – win strategií - večerní program 2. den

3.7.1 Téma č. 1 Piškvorky

Piškvorky

Cíle: Žáci se seznámí s win – win strategiemi

Žáci uvádějí příklady, v kterých win – win strategie použili



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 20 minut

Počet lektorů: 2

Pomůcky: fixy dvou odlišných barev, 2x flipchartový papír, bonbóny 2 balíčky, počítač, ozvučení, projektor, video ukázka

Legenda: Při zdolávání vrcholů spolu členové expedice velmi spolupracují. Často je na spolupráci založený nejen úspěch celé expedice – zdolání vrcholu, ale také samotný život. Jiná situace může ovšem nastat při soupeření expedic, jaká z nich zdolá vrchol hory jako první. Zkrátka někdy se vyplatí spolupracovat a někdy se musí zvolit strategie soupeření.

Metodická poznámka:

1. Žáci při nakreslení symbolů kolečka a křížku začnou většinou říkat: „Aha, to jsou piškvorky“. Vy jen zopakujte, že jde o symboly křížku a kolečka a název piškvorky v označení hry nikde nepoužívejte.

2. Při vysvětlování hry nepoužívejte slova jako soupeř, soupeření, vítěz, proti sobě. Zkrátka vše, co by dávalo najevo, že jde o soutěž dvou soupeřících týmů. Zadání záměrně navozuje myšlenku na hru piškvorky, kde je cílem zvítězit nad soupeřem a zabránit mu ve spojení čtyř stejných symbolů. Zde nám jde ovšem o seznámení žáků s win – win strategií. Žáci totiž většinou automaticky začnou „hrát“ piškvorky. Ovšem kdyby jeden tým dával do hracího pole pouze svůj symbol kolečka a druhý tým pouze svůj symbol křížku, aniž by bránili spojení druhého týmu, vyjde odměna v podobě bonbónu na každého hráče z týmů. Nebo-li, kdyby použili žáci win – win strategii, tak budou těžit ze situace obě skupiny.

3. Důležité je, abyste zdůraznili, že po zahájení hry spolu nesmí žáci ve skupině, ani napříč skupinami absolutně mluvit, ani se neverbálně dorozumívat. Tím umožníte případné odhalení optimální strategie hráčům individuálně. Někteří žáci se mohou začít vztekat, klepat si na hlavu aj. Připomeňte jim, že platí absolutní zákaz jakéhokoliv domlouvání či dávání najevo, že by jejich spoluhráč či hráč z druhé skupiny měl dělat dít svůj symbol jinam, než zamýšlí.

4. Po stránce organizace lze také hrát v jedné skupině, která je rozdělena na dvě podskupiny. Všichni jsou v jedné místnosti a nerozdělují se tak na dvě skupiny.

Reflexe aktivity: Lektor položí otázku, zda šlo aktivitu hrát tak, aby získalo odměnu v podobě bonbónu, co nejvíce žáků. Následně lektor seznámí žáky s win – win strategiemi. Lektor se zeptá žáků, zda by uměli říci nějakou situaci ze svého života, kdy použili jednu ze strategií (vítěz – vítěz, prohra – prohra, vítěz – prohra). Též se může zeptat: Jakou strategii z win – win strategií používáte v jednání s druhými nejčastěji? V jaké situaci? Po samostatných reflexích se sejdou obě skupiny v jedné místnosti. Jedna skupina popíše průběh jejich hry druhé skupině a naopak. Žáci navrhnou případy, kdy by se jim vyplatila strategie win – win v jejich projektu. (Lze též skupiny spojit již před vysvětlováním teorie o různých typech strategií).

Teorie: Co jsou Win – win strategie? Win-win je typ hry, která je navržena tak, aby z ní všichni účastníci mohli mít prospěch. Win-win strategie je pak proces řešení konfliktu, který si klade za cíl vyjít vstříc všem jeho účastníkům.

V mezilidských vztazích se setkáváme se čtyřmi základními metodami jednání:



I. win-lose (vítěz – prohra) – konfrontační metoda. Vítězství jedné strany je prohrou druhé. Styl jednání je autoritativní. Cílem je zaměřit se jen na získání toho, co jedna strana chce, bez ohledu na potřeby ostatních.

II. lose-lose (prohra – prohra) – kompromisní metoda. Jednání, při kterém není plně uspokojena ani jedna strana. Namísto usilování o výhru „kdo s koho“ se strany dohodnou, že vzájemně sleví ze svých požadavků. Může se taky jednat o jednání msty, když jedna strana usiluje o zničení druhé za cenu vlastních obětí či zničení.

III. lose-win (prohra - vítěz) Jedna strana se snaží těžit výhody z principu podřízení (podlézání, citové vydírání).

IV. win-win (vítěz – vítěz) – kooperativní metoda. Strany usilují o vzájemný prospěch, tak aby uspokojily své potřeby. Snaží se nacházet řešení, které není v přímém konfliktu s požadavky druhé strany. Výsledkem takového jednání je uspokojení potřeb všech stran. Takového jednání podporuje dlouhodobé vztahy.

3.7.2 Téma č. 2 Aplikace win – win strategií

Získej spoluhráče

Cíle: Ověření, že žáci dokáží aplikovat strategie win – win.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: lano

Legenda: žádná

Metodická poznámka: Žáci se obvykle začnou přetahovat. Ovšem pointa je v tom, že stačí využít strategii vítěz – vítěz – tedy požádat protihráče, zda by přešel k nim do skupiny. Žákům se na této aktivitě ukazuje, že jsme naučení ihned soutěžit, ale jdou použít jiné strategie.

Nechte žáky zahrát první kolo. Žáci se začnou většinou přetahovat či strkat. Po chvíli žáky zastavte a řekněte jim, aby šli na svoji půlku místnosti a poradili se ve své skupině, zda by nešla změnit strategie. Dejte žákům cca 3 minuty a zahajte druhé kolo. Pokud se budou opět žáci přetahovat, tak ihned toto zastavte a požádejte žáky, aby si sedli a utvořili kruh na reflexi.

Žáci tím, že se začnou přetahovat a strkat, aby přetáhli žáky z druhé skupiny na svoji polovinu. Používají tak naučenou strategii z her → vítěz – prohra. Naším cílem je, aby si uvědomili, že jde často v jednání, chování použít strategii vítěz – vítěz, ale musíme nad tím třeba i více přemýšlet. Optimálním řešením této aktivity je slovně požádat žáka či žáky z druhé skupiny, zda by přešli na jejich polovinu. V zadání je totiž zdůrazněno „jakýmkoliv“ způsobem.

Otázky k závěrečné reflexi:

Jakou jste využili strategii, když jste se začali přetahovat?

Jaká by mohla vypadat win - win strategie?

Z jakého důvodu může být těžké použít strategii vítěz – vítěz?



Kdybyste měli tu moc, komu ve vašem okolí byste vítěz – vítěz strategii doporučili?

Ukázka strategie na videu

Cíle: Ukázka konkrétní komunikační strategie win - win

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 2 minuty

Počet lektorů: 1

Pomůcky: pc, projektor, ozvučení

Legenda: Podívejme se, jaké komunikační strategie použili horolezci z výpravy na Everest. Schválně, jestli poznáte, jaký druh strategií můžeme rozpoznat? Lektor spustí videoukázku 4.

Metodická poznámka: Ve videoukázce vidíme, že je v základním táboře více expedic a to by mohlo mít fatální následky pro všechny týmy (prohra – prohra). Rob proto nabízí, aby se expedice domluvily na koordinovaném postupu (vítěz – vítěz). To ovšem ostatní expedice odmítají (prohra – prohra). Proto jde Rob osobně za jedním z kolegů, zda by alespoň jeho expedice mohla spolupracovat. S tímto návrhem Scott souhlasí a s Robem se domluví (vítěz – vítěz).

Otázky k závěrečné reflexi:

Jaké komunikační strategie ze způsobů win – win jsme mohli vidět ve videoukázce?

3.7.3 Téma č. 3 Reflexe celého dne

Reflexe celého dne

Cíle: Žáci se ohlédnout za celým dnem.

Žáci pojmenují klíčové momenty dne.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 5 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: Na flip. papíře nadepsané otázky.

Legenda:

Máme za sebou další den programu. Pojdme se ohlédnout zpět na začátek dnešního dne a společně si říci, jaký ten vlastně byl.

Metodická poznámka: Je důležité vytvořit klidnou atmosféru, která povede ke společnému sdílení.

3.8 Metodický blok č. 8 Zdolání Mount Everestu - dopolední program 3. den

3.8.1 Téma č. 1 Ranní ohlédnutí

Ranní ohlédnutí



Cíle: Zjistit, zda v někom ještě něco nezůstává nevyřešené z předešlého dne.

Společné naladění.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: všichni

Metodická poznámka: Cílem je zjistit, zda nemá někdo z žáků něco nevyřešeného ze včerejšího dne. Zda přišel některý z žáků na novou myšlenku, něco ho napadlo k včerejšímu programu. Třetí otázka je zaměřena na materiální pohodlí a zjištění, jak jsou žáci spokojeni s ubytováním, stravou a prostory.

3.8.2 Téma č. 2 Zdolání Mount Everestu

Motivace k výstupu

Cíle: Úvod před výstupem na Mount Everest

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 2 minuty

Počet lektorů: 1

Pomůcky: pc, projektor, ozvučení, příloha č. 10_videoukázka 5

Legenda: Čeká nás výstup na Mount Everest. Vyvrcholení naší tří denní expedice. Přeji Vám, aby se Vám podařilo překonat všechny nesnáze, nevzdávali jste to ani v těžkých situacích a užili si vrcholu Everestu. Nezapomeňte ovšem, že nahoru je to jen půl cesty. Stejně důležité je se vrátit domů.

Metodická poznámka: Spustí se videoukázka 5. Video má žákům ukázat, že i přes různé obtíže a nepředvídatelné situace mají zabožovat a snažit se náhlé situace řešit.

Výstup na Mount Everest

Cíle: Žáci spolupracují během dosažení určeného vrcholu.

Žáci řeší problémové situace.

Prostředí: uvnitř/venku

Čas na přípravu: 30 minut

Počet lektorů: 2

Pomůcky: rozstříhaná mapa – puzzle, balící papír se vzkazem – pamětní list – příloha č. 15, lano, příloha č. 16 - úkoly na trase k Mt. Everestu, obálku na úkoly, listy papíru A4 s nápisem Mount Everest, izolepu, pět šátků, píšťalku

Legenda: Dostáváme se k vrcholu naší expedice. Dnes je ten velký den, kdy budeme stát všichni na vrcholu nejvyšší hory světa. Pojdme na to.

Přípravná fáze:

1. Na mapě (nejlépe na internetu) najdeme vhodné místo (ideálně nejvyšší vrchol v okolí, vyhlídku či vyvýšené místo), které označíme jako cíl expedice – Mount Everest. Od místa ubytování (základního



tábora)by měl být Mount Everest vzdálen natolik, aby žáci stihli vyjít cca v 9:30 a v 11:30 být zpět v základním táboře. Od základního tábora na Mt. Everest by vzdálenost měla být, měřeno časem, 45 – 60 minut.

2. Vytiskneme mapu, aby na ní bylo patrné naše místo ubytování (základní tábor) a cíl trasy (Mt. Everest). Do mapy vlepíme místo originálního místa název Mt. Everest. Mapu poté rozstříháme do podoby puzzle o cca 10 kusech.

3. Vytvoříme „pamětní list do vrcholové knihy“. Na balící papír napíšeme následující text:

Pamětní list Mount Everestu (8850 m n. m)

Vrcholu nejvyšší hory světa dosáhnou jen ti nejodvážnější a nejvytrvalejší. Mnoho horolezců muselo svou cestu na nejvyšší vrchol světa vzdát, mnozí se již nevrátili....ti nejlepší Mt. Everestu dosáhli a vrátili se zpět.

Dnes (doplňte datum a rok) dosáhla Expedice (doplňte název vaší školy či skupiny) nejvyšší hory světa Mount Everestu. Připojila se tak k těm nemnohým odvážlivcům, kteří to dokázali.

Svým podpisem zde se запиšte do společenství statečných, kteří nejvyšší horu světa zdolali před vámi.

Nafingujte následující podpisy -> Sir Edmund Hillary, Reinhold Messner, Radek Jaroš)

4. Vytvoříme si na listy papíru A4 název Mount Everest na značení trasy a označení cílového místa.

5. Napíšeme na listy A4 úkoly, které zadáváme žákům během trasy.

6. Přibližně hodinu před žáky – Expedicí vyrazí k určenému vrcholu jeden nebo dva lektori. Jejich úkolem je po cestě občas dát značku Mount Everest a pod to směrovou šipku, případně přelepovat oficiální značení názvem Mount Everest. Na vrcholu připevní nápis Mount Everest a připevní pamětní list. Poté čekají, až žáci dorazí.

Otázky k reflexi jsou následující:

1. Jaký je váš největší zážitek z dobývání vrcholu? Z jakého důvodu?
2. Jak probíhala domluva po složení mapy?
3. Kdo z vás se ujal udávání směru? Z jakého důvodu?
4. Kdo měl hlavní slovo a proč?
4. Co bylo při zdolávání vrcholu nejvíce obtížné?
5. Jaké pocity, myšlenky jste měli, když jste vrchol zdolali?
6. Jak jste vnímali úkoly, které vám byly zadávány?
7. Který úkol byl nejlehčí, nejtěžší, vyžadoval spolupráci, nejzábavnější?
8. Jakou spojitost mělo zdolávání vrcholu s projektem, který se chystáte realizovat?
9. Jakou spojitost měli úkoly s projektem, který chystáte realizovat?

Metodická poznámka:

1. Cílem je, aby žáci – Expedice dosáhla M. Everestu. Přeci jen je to vyvrcholení celého kurzu. Pokud se ovšem žáci na začátku špatně zorientují v mapě a vyrazí i např. zcela jiným směrem, tak alespoň zpočátku jim neradte. Pokud žáci svůj směr nezmění a bylo by patrné, že tím směrem na vrchol Mt.



Everestu nedojdou, tak jim situaci naznačte. Ovšem alespoň 10 – 15 minut do nasměrování vůbec nezasahujte.

2. Na trase dávejte žákům – Expedici úkoly. Smyslem úkolů – obtížných míst je oživení cesty a také v určitých případech nasimulování, co musí překonat v projektu. Vytěžení těchto momentů proběhne v reflexi. Úkoly nemají určené pořadí. Zadávejte je podle vašeho uvážení a podle času, který zbývá k dosažení vrcholu Mt. Everestu. Platí zde úměra - čím rychleji Expedice postupuje, tím zadávejte více úkolů a naopak. Začátek plnění úkolu a jeho konec vyhláší lektor.

Úkoly (obtížná místa):

1. Táhneme za jeden provaz: Všichni žáci – celá Expedice se musí držet lana do odvolání. Po skončení úkolů musí nějaký žák či žáci z Expedice nést lano. (Důvod: simulace toho, že tým má táhnout za jeden provaz)

2. Koridor pochybností: Žáci i lektori vytvoří špalír (zástup ze dvou řadách lemující průchod), poté každý žák po jednom špalírem prochází. Všichni říkají různá slova pochybností: „ To nedáte“, „ To si neumím představit“, „Nestihnete to“, „Jak to tihle můžou dát“, „To nepůjde“ aj. (Důvod: simulace pochybností od okolí a jaké pocity to v nás vyvolává)

3. Koridor vzájemné podpory: Funguje stejně jako koridor pochybností, ale místo toho se říkají slova podpory: „ To dáme“, „Zvládneme to“, „Dokážeme to“, „Nevzdáme se“, „Stihneme to“, „Pomůžeme si“ (Důvod: simulace podpory od okolí a jaké pocity to v nás vyvolává.)

4. Boj proti trudomyslnosti: Expedici postihla trudomyslnost. Aby se mohlo jít dál, tak musí zaznít alespoň pět vtipů. (Důvod: Občas se mohou během projektu objevit myšlenky, že to nemá cenu realizovat atd.)

5. Sněžná slepota: Pět žáků z Expedice se zavážou oči a oni nevidí. Jejich kolega či kolegové je musí vést. (Důvod: V týmu bychom si měli navzájem důvěřovat, a pokud někdo sejde z cesty, takho podpořit.)

6. Ticho: Na pět minut musí celá Expedice dodržovat absolutní ticho. (Důvod: Simulace situace, kdy v týmu někdo přestal komunikovat s ostatními, či jsou jiné problémy v komunikaci)

7. Zranění: Pět žáků je zraněno. Mají omrzliny na nohou. Někdo jiný je musí nést na zádech či dva žáci udělají stoličku z rukou a nesou zraněného. (Důvod: Nastoluje se téma vzájemné pomoci)

3.8.3 Téma č. 3 Cesta k úspěchu

Cíle: Žáci si pojmenují, jaké fáze může mít jejich projekt.

Žáci si uvědomí, jaké vnitřní i vnější okolnosti je v projektu čekají.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 0 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: příloha č. 17 - nakopírovaný list A5 se schématem pro každého žáka, projektor, počítač, schéma v elektronické podobě

Legenda: Každý projekt je vlastně taková cesta. Cesta od prvotního nápadu až k úspěchu realizace.

3.8.4 Téma č. 4 Reflexe celého kurzu



Název: Reflexe prožitkového kurzu

Cíle: Žáci pojmenují, co si z kurzu odváží.

Žáci sdělují, jaký zážitek byl pro ně nejsilnější.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 10 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: flipchart, fixy, svíčky

Metodická poznámka: Žáci mluví jednotlivě. Dále se můžeme ptát na největší zážitek? Co se jako skupina žáci naučili? Co se jim dařilo? Koho by chtěli ocenit? Komu poděkovat?

Role lektora: Vyjadřuje se také.



4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu

Všechny přílohy k programu jsou též dostupné na adrese:

<https://uloz.to/file/jw1Sdvpb3dp0/prilohy-pk-v-jeste-jsme-tady-zip>

Příloha č. 1 – Pozvánka na expedici, Tematický blok č. 1 – Před kurzem, téma č. 1 Seznámení s legendou kurzu

"Hillary a já jsme nocovali v malém stanu asi v 8500 metrové výšce, v jaké člověk ještě nikdy nespál. Noc byla chladná. Hillarymu v mraze zcela ztvrdly boty a také my jsme byli zcela zmrzlí. Ale teď na rozbřesku, když vylézáme ze stanu, je téměř bezvětří. Obloha je čistá a klidná. Hledíme nahoru. Týdny a měsíce jsme stále jen hleděli nahoru. A tam – tam je vrchol Everestu. Jenže teď je jiný – je blízko, jen něco okolo tři sta metrů nad námi. Už to není jen sen, sen v nedostupných výškách, ale skutečná a hmatatelná věc ze skály a sněhu, po které se dá vystoupit. Chystáme se na cestu. Tentokrát, pokud nám bude štěstí přát, vystoupíme snad až na vrchol..." Tenzing Norgay



Kamarádi!

Máte chuť podniknout výpravu, během které se vám bude tajit dech? Máte chuť sáhnout si na dno svých sil? Máte chuť zažít opojení z osmitisícové nadmořské výšky? Přidejte se k naší expedici! Vydáme se do Himalájí dobýt jejich nejvyšší vrcholky.

Náš příběh začíná roku 1852, kdy bylo poprvé odhaleno a změřeno, že nejvyšší horou světa je Bohyně Matka Země - Čomolungma - Mount Everest. Trvalo přes sto let, než se vrcholu dotkl první člověk. První dvojicí, které se podařilo na tento vrchol vystoupit, byli nepálský šerpa Norgay Tenzing a Novozélandčan Edmund Hillary. Vydejte se s námi po stopách dobrodruhů a kamarádů na život a na smrt. Přidejte se k výpravě do míst, kterým se přezdívá střecha světa!

Na Everestu již ztratilo život přes dvě stě horolezců, tato výprava je tedy určena všem odvážným a silným, kteří se nebojí překonávat nástrahy přírody. Kterí se nebojí vytvořit tým, který bude úspěšně



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

spolupracovat při cestě na vrchol. Cesta to nebude snadná, ale pevně věříme, že ji dokážete úspěšně zdolat. Na společnou expedici se vypravíme (doplň datum)
Těšíme se na společné putování a zážitky.
(podpis vedoucího výpravy)

Příloha č. 2 Motto kurzu – Tematický blok 2 - Úvod do kurzu, téma č. 2 – Organizační seznámení se kurzem, 1. den dopoledne – cca 10:30

“ Často jsem se dostal až na nejzazší mez svých sil. Kolikrát jsem byl už na dně... Vzdát se by bylo nejjednodušší.“ R. Messner

Příloha č. 3 Foto R. Messnera a životopis – Tematický blok 2 - Úvod do kurzu, téma č. 2 – Organizační seznámení se kurzem, 1. den dopoledne – cca 10:30

MESSNER, Reinhold. *wikipedia* [online]. [cit. 11.6.2020]. Dostupný na WWW: https://cs.wikipedia.org/wiki/Reinhold_Messner



Reinhold Messner (* 17. září 1944) je italský horolezec německé národnosti, cestovatel a spisovatel. Mimo jiné je prvním horolezcem, který vylezl na všech 14 osmitisícovek, jako první vylezl na Mount Everest bez použití kyslíkového přístroje a jako první provedl na Mount Everest kompletní sólový výstup.

Život

1944–1970: Dětství a první výstupy

Reinhold Messner se narodil v Brixenu, vyrůstal v údolí Villnöss v Jižním Tyrolsku. Tuto oblast získala sice po první světové válce Itálie na úkor Rakouska, většina obyvatel včetně Messnera však mluví německy.

Reinhold se narodil jako druhé z devíti dětí, měl jednoho staršího a šest mladších bratrů a jednu sestru. Jeho otec pracoval jako venkovský učitel, na živobytí si přivydělával ještě chovem králíků a slepic. Mladý Reinhold musel brzy pomáhat s pracemi na farmě, již od dětství také rád lezl po



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

okolních kopcích. V pěti letech mu otec vysvětloval základy lezení při výstupu na horu Sass Rigais. Ve dvanácti letech podnikl se svým otcem první obtížnější lezeckou túru ve východní stěně Malé Fermedy (stupeň obtížnosti 3). Později lezl hlavně se svým o dva roky mladším bratrem Güntherem, s nímž od roku 1964 podnikl v Alpách řadu obtížných prvovýstupů.

Mezitím studoval stavební průmyslovku. V posledním ročníku zameškal kvůli lezení týden školy, což spolu s jeho tvrdohlavostí způsobilo, že ho někteří učitelé neměli rádi a nechali ho propadnout u maturity¹. Dříve, než se mu podařilo maturitu o rok později (1967) složit, získal místo učitele matematiky a tělesné výchovy v nedalekém Eppanu. Díky vhodnému rozvrhu mohl tři dny v týdnu lézt. V roce 1968 začal studovat stavební inženýrství na univerzitě v Padově. Roku 1969 se na poslední chvíli stal členem tyrolské expedice mířící do And, která vylezla východní stěnu druhé nejvyšší peruánské hory Yerupajá. Následující rok opět učil a navíc pracoval jako horský vůdce, aby si vydělal na expedici na Nanga Parbat.

1970–1986: Osmitisícovky

Messnerův první výstup na osmitisícovku – Nanga Parbat (8125 m) v červnu 1970 – skončil tragicky. Podařilo se mu sice spolu se svým bratrem Güntherem vystoupat na vrchol Rupálskou stěnou, což dosud nikdo nedokázal, na cestě zpět však vyčerpaný Günther zahynul v lavině a sám Reinhold byl na pokraji smrti. Měl takové omrzliny, že mu lékaři museli amputovat šest prstů na nohou. Vedoucí expedice Karl Herrligkoffer, Max von Kienlin i další spolulezci navíc podrobili Messnera kritice za jeho rozhodnutí sestoupit opačnou stranou hory a obviňovali ho, že obětoval bratra svým ambicím uskutečnit první přechod Nanga Parbatu.

V dubnu 1972 se zúčastnil své druhé himálajské expedice na Manáslu (8156 m). Podnikl úspěšný prvovýstup Jižní stěnou, následující noci však zemřeli ve sněhové bouři jeho dva kolegové – Andi Schlick a Franz Jäger. Po této druhé tragédii se Messner rozhodl, že bude lézt sám nebo jen s malým týmem. Již od šedesátých let prosazoval myšlenku lézt na himálajské vrcholy alpským stylem, tedy nalehko a s minimální pomocí jiných osob. Tento styl byl v kontrastu k tehdejším mohutným expedicím s předem vybudovanými výškovými tábory, mnoha nosiči a s cestami zajištěnými fixními lany.

Po několika neúspěšných pokusech o dobytí osmitisícovek vylezl s Peterem Habelerem roku 1975 Severní stěnu vrcholu Gašerbrum I – Hidden Peak (8068 m) alpským stylem během pouhých tří dní (ze základního tábora na vrchol). A v květnu 1978 opět s Habelerem jako první na světě vystoupili na Mount Everest (8848 m) bez umělého kyslíku, čímž naprosto šokovali horolezeckou a lékařskou veřejnost. Již několik týdnů po návratu do Evropy se Messner vydal opět do Himálají a v srpnu 1978 vylezl jako první v historii na osmitisícovku sólově (sám ze základního tábora) – Nanga Parbat (8125 m) Diamírskou stěnou. V roce 1979 vylezl s Michaellem Dacherem na obávanou K2.

Vyvrcholením Messnerovy horolezecké kariéry byl sólový výstup na Mount Everest z tibetské strany v srpnu 1980 (po neúspěšném pokusu z června). V následujících letech se Messnerovi podařilo zdolat i ostatní osmitisícovky. V roce 1984 spolu s Hansem Kammerlanderem jako první přešli dvě osmitisícovky bez přerušení návratem do základního tábora – Gašerbrum I (8068 m) a Gašerbrum II (8035 m). Po výstupu na Lhoce (8516), se stal v říjnu 1986 prvním člověkem, který vylezl na všech čtrnáct osmitisícovek. V prosinci téhož roku se mu výstupem na Mount Vinson (4897) podařilo zkompletovat i Seven Summits, tj. 7 nejvyšších hor všech světadílů, jako teprve čtvrtému člověku (a prvnímu bez použití umělého kyslíku).

1990–2004: Dálkové přechody a politika

V první polovině 90. let se věnoval především polárním přechodům. V roce 1990 uskutečnil 2800 km dlouhý přechod Antarktidy přes jižní pól, bez použití psů a techniky, o 3 roky později přešel Grónsko (2200 km) a o další 2 roky později se pokusil přejít Arktidu ze Sibiře do Kanady, ale neúspěšně.



V létě roku 1995, při přelézání hradní zdi v Juvalu, upadl a těžce si poranil patní kost. Přestože dlouhý čas nemohl ani chodit, v následujících letech podnikl výpravu do Altajského pohoří v Mongolsku a přechody pouští Atacama (Jižní Amerika) a Thár (Indie).

V letech 1999–2004 by poslancem Evropského parlamentu za italskou stranu zelených (Federazione dei Verdi), kde prosazoval především ekologický přístup ke krajině a evropské a prounijní myšlení.

V roce 2004 přešel 2000 km přes poušť Gobi, čímž navázal na svůj přechod pouště Taklamakan, jejíž jméno znamená Místo bez návratu.

Výstupy a expedice v datech

Himálajské osmitisícovky

- Rok 1970 Nanga Parbat (8125 m)
- Rok 1972 Manáslu (8163 m)
- Rok 1975 Gašerbrum I (*Hidden Peak*) (8068 m)
- Rok 1978 Mount Everest (8848 m) (bez kyslíku) , Nanga Parbat (8125 m)
- Rok 1979 K2 (8611 m)
- Rok 1980 Mount Everest (8848 m) (sólovýstup alpským stylem)
- Rok 1981 Šiša Pangma (8013 m)
- Rok 1982 Kančendženga (8586 m), Gašerbrum II (8035 m), Broad Peak (8047 m)]
- Rok 1983 Čo Oju (8201 m)
- Rok 1984 Gašerbrum I (8068 m), Gašerbrum II (8035 m) (traverzy mezi vrcholy Gašerbrum I a Gašerbrum II)
- Rok 1985 Annapurna (8091 m), Dhaulágirí (8167 m)
- Rok 1986 Makalu (8462 m), Lhoce (8516 m)

Seven Summits

- Rok 1971 - Vrchol Oceánie - Puncak Jaya (5 030 m)
- Rok 1974 - Vrchol Jižní Ameriky - Aconcagua (6 962 m)
- Rok 1976 - Vrchol Severní Ameriky - Mount McKinley (6 194 m)
- Rok 1978 - Vrchol Afriky - Kilimandžáro (5 895 m)
- Rok 1980 - Vrchol Asie - Mount Everest (8848 m)
- Rok 1983 - Vrchol Evropy - Elbrus (5 642 m)
- Rok 1986 - Vrchol Austrálie - Mount Kosciuszko (2 228 m)
- Rok 1986 - Vrchol Antarktidy - Mount Vinson (4 897 m)

Další expedice

- Rok 1990 - Přechod Antarktidy - 2800 km - bez psů a techniky, přes jižní pól
- Rok 1992 - Výstup na Chimborazo (6310 m) - nejvzdálenější místo od středu Země
- Rok 1992 - Přechod pouště Taklamakan, jejíž jméno znamená Místo bez návratu
- Rok 1993 - Přechod Grónska - 2200 km
- Rok 1995 - Neúspěšný přechod Arktidy
- Rok 2002 - Výstup na Cotopaxi (5897 m) - nejznámější ekvádorskou sopku
- Rok 2004 - Přechod pouště Gobi - 2200 km

Příloha č. 4 Umístění himálajských vrcholů – Tematický blok 2 - Úvod do kurzu, téma č. 2 – Organizační seznámení se kurzem, 1. den dopoledne – cca 10:30



<http://www.goat.cz/Himalaj.php?sort=FA> [online]. [cit. 11.6.2020]. Dostupný na WWW:
<http://www.goat.cz/Himalaj.php?sort=FA>



Příloha č. 5 Přehled horolezeckého vybavení – Tematický blok 1 - Úvod do kurzu, téma č. 1 –
 Organizační seznámení s kurzem, 1. den dopoledne – cca 10:30

Přehled horolezeckého vybavení

BATOH



ČELOVKA



SPACÁK



SEDÁK



EVROPSKÁ UNIE
 Evropské strukturální a investiční fondy
 Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
 MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



KARABINA



LANO



MAČKY



POHORKY



HELMA



CEPÍN

Příloha č. 6 tisk kartiček - horolezeckého vybavení – Tematický blok 1 - Úvod do kurzu, téma č. 1 – Organizační seznámení s kurzem, 1. den dopoledne – cca 10:30



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Příloha č. 7 komunikační pravidla – Tematický blok 1 - Úvod do kurzu, téma č. 2 – Organizační seznámení s kurzem, 1. den dopoledne – cca 11:10

Mluví pouze jeden

Nasloucháme si

Nešeptám

Nikdo nemá právo zesměšňovat druhého

Pravidlo stop

Plachý jelen

Mluvíme k sobě

Příloha č. 8 časový harmonogram – Tematický blok 1 - Úvod do kurzu, téma č. 2 – Organizační seznámení s kurzem, 1. den dopoledne – cca 11:15

1. den kurzu

10:00 – 12:30 – dopolední program

12:30 – 14:30 – oběd a dopolední klid

14:30 – 18:00 – odpolední program

18:00 – 19:30 – večere a odpočinek

19:30 – 21:30 – večerní program

2. den kurzu

7:30 budíček

8:00 snídane

9:00 – 12:30 dopolední program

14:30 – 18:00 – odpolední program

18:00 – 19:30 – večere a odpočinek

19:30 – 21:30 – večerní program

3. den kurzu

7:30 budíček

8:00 snídane

9:00 – 12:00 dopolední program

12:00 – 12:45 uzavření kurzu



Příloha č. 9_1. flipchart – tabulka plnění úkolů, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

Úkoly	Tomáš	Anežka	Pepa	Jarda	Splněno - tým
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					

Příloha č. 9_2 _zadání a řešení úkolů 1. kolo, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

1. KOLO – VÝCVIKOVÝ TÁBOR

ZADÁNÍ A ŘEŠENÍ

1. kolo - 1. úkol; Turistické značky

Zadání:

Napiš k turistickým značkám na mapě správný význam.

Řešení:

1. čerpací stanice (benzínka) = 1 bod.
2. autobusová zastávka = 1 bod.
3. cyklostezka = 1 bod.
4. rozcestník (ukazatel cesty) = 1 bod.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

5. jeskyně = 1 bod.

6. vrchol kopce (hory) = 1 bod.

7. mlýn = 1 bod.

8. vyhlídka = 1 bod.

9. skála = 1 bod.

Splněný úkol -> pokud jsou popsány alespoň 3 značky, tak si odškrtni fajku za splněno za tým.

Bodování -> za každou správnou odpověď si napiš jeden bod ke svému jménu.

Horský vůdce poskytne správné řešení. Žák si překontroluje výsledek a zapíše sám do týmové tabulky.

1. kolo - 2. úkol; Napiš hlavní města států sousedících s ČR + další města daných států.

Zadání - řešení:

Rakousko – Varšava

Slovensko – Bratislava

Polsko – Vídeň

Německo – Berlín

Splněný úkol: Pokud jsou napsána všechna hlavní města k daným státům, tak je úkol za tým splněn.

Bodování: za každé město si napiš ke svému jménu jeden bod.

Horský vůdce poskytne list se správným řešením. Žák si sám zkontroluje a zapíše do týmové tabulky.

1. kolo - 3. úkol; Modelování

Zadání:

Vymodeluj z modelíny jakékoliv dvě zvířata.

Řešení -> běž za svým horským vůdcem a ukaž mu tvé zvířata z modelíny. Pokud ti je uzná, tak je úkol za váš tým splněn.

Bodování -> za každé zvíře ke svému jménu si napiš jeden bod.

Uznání je na vás jako na rozhodčích. Pokud alespoň trochu připomíná modelína zvíře, tak uznejte a oceňte.

1. kolo - 4. úkol; Dech



Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, na jak dlouho vydržíš zadržet dech.

Tvým úkolem je na co nejdelší dobu zadržet dech. Máš čtyři pokusy. Započítává se ten nejdelší.

Splněný úkol-> úkol je splněn za 30 sekund zadržení dechu a výše. Nejlepší čas zapiš ke svému jménu.

1. kolo - 5. úkol; hádanky**Zadání:**

Přijed' na řešení:

1. Čtyři rohy, žádné nohy, chaloupkou to pohne. Kdo je to?
(hlemýžď)
2. Dvě panenky vedle sebe sedí, jedna druhou nevidí. Co je to?
(oči)
3. Truhláři mě nejlíp znají, pěkné dřevo ze mne mají. Co je to?
(strom)
4. Nemá ruce, nemá nohy a přeci dveře otevírá.
(průvan)
5. Neustále to mění tvar, ale přesto je to stále kulaté. Co to je?
(měsíc)
6. Přišel k nám bílý kůň, zalehl nám celý dvůr.
(sníh)
7. Patří ti to, ale tvoji přátelé to používají víc než ty. Víš co to je?
(tvé jméno)
8. Co roste kořenem vzhůru?
(horní zuby)
9. Má to zuby, ale nic to nejí. Co je to?
(hřeben, či pila)
10. V závodě tě předběhne předposlední závodník, kolikátý běžíš?
(poslední)

Úkol -> Pokud jsi uhádl alespoň 4 hádanky, tak je úkol za tým splněný. Řešení ti ukáže ke kontrole tvůj horský vůdce.

Bodování -> za každou správnou odpověď si napiš jeden bod ke svému jménu.

1. kolo – 6 úkol; Angličtina**Zadání:**

LOOK AT THE PICTURE. READ THE WORDS AND SEPARATE THEM.

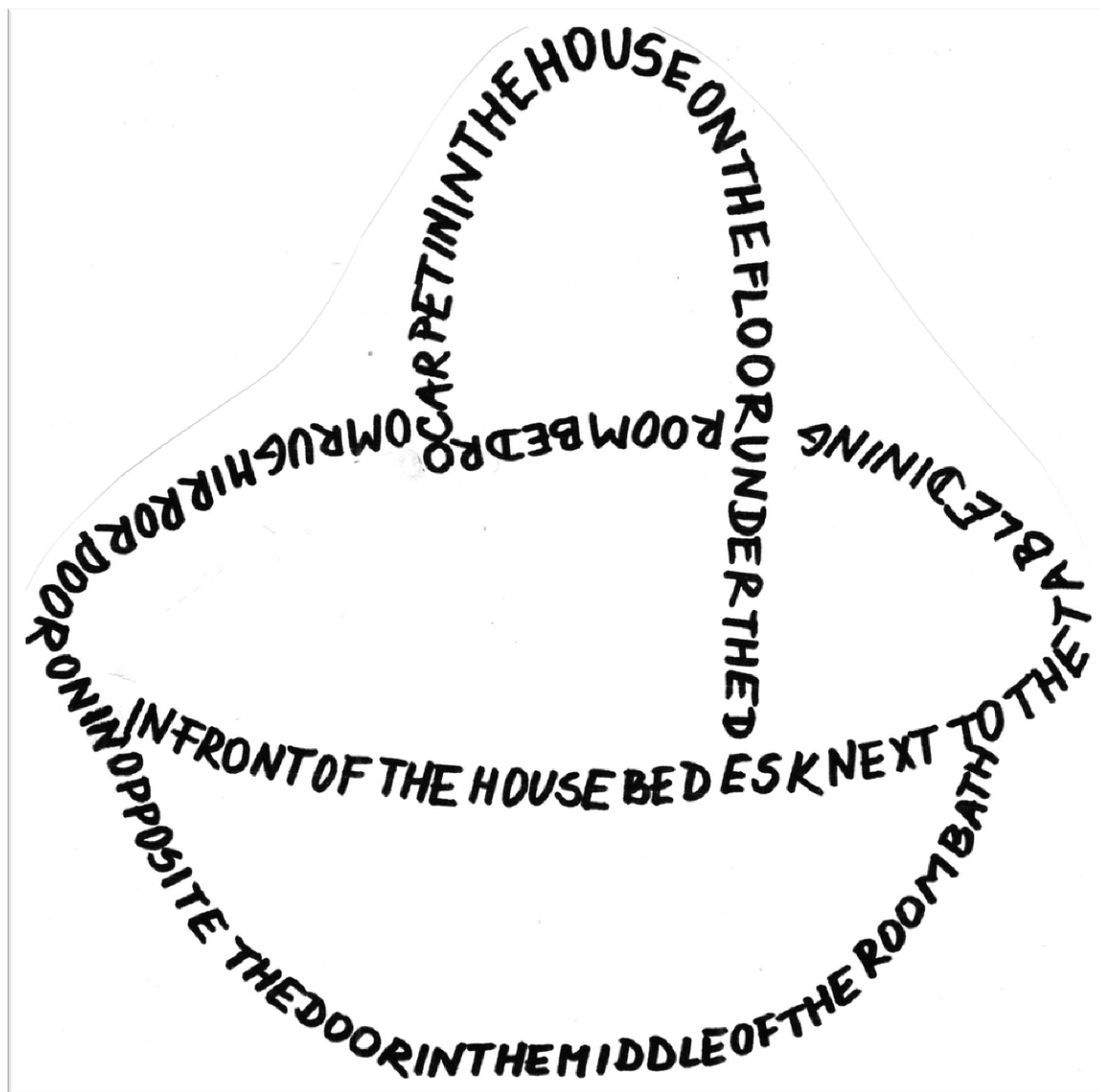


EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Řešení: Pokud si správně oddělil alespoň 12 slov, tak je za tým úkol hotový.

Bodování: Za každé správné oddělené slovo si napiš jeden bod ke svému jménu.



1. kolo - 7. úkol; Tajenka

Zadání:

Vylušti uvedenou tajenku.

Řešení-> Pokud je vyluštěná křížovka, tak je splněno do týmové tabulky. Běž za svým horským vůdcem, poskytne ti řešení.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Bodování -> za každý správný řádek jeden bod ke svému jménu.

Horský vůdce nechá žáka zkontrolovat řešení.

	tajenka							
4 planeta sluneční soustavy	M	A	R	S	XXXXXX XXXXXX XXXXXX	XXXXXX XXXXXX XXXXXX	XXXXXX XXXXXX XXXXXX	XXXXXX XXXXXX XXXXXX
světadíl	E	V	R	O	P	A	x x x	x x x
Opak sladkého	S	L	A	N	É	xx xx xx	xx xx xx	xx xx xx
Dravec	S	o	K	O	L	x x x	x x x	x x x
Bůh moře (římský) nebo 8.planeta sluneční soustavy	N	E	P	T	U	N	XXXXXX XXXXXXXX XXXXXXXX	XXXXXX XXXXXXXX XXXXXXXX
Africký stát (pyramidy)	E	G	Y	P	T	xxxx xxxxxx xxxxxx	xxxx xxxxxx xxxxxx	xxxx xxxxxx xxxxxx
Stát sousedící s ČR	R	A	K	O	U	S	K	O

1. kolo - 8. úkol; Potravní řetězec

Zadání: Napiš šest potravních řetězců o šesti členech.

Řešení: Pokud si napsal alespoň 3 potravní řetězce, tak je úkol za tým hotový. Zkontroluje ti horský vůdce.

Bodování: Za každý řetězec si připiš jeden bod ke svému jménu.

Uznání řetězce je na uvážení horského vůdce.

1. kolo - 9. úkol; Harry Potter

Zadání:

Jak se jmenují (stačí jméno!!) nejbližší kamarádi (kluk a holka) Harryho Pottera + napiš jméno školníka a ředitele Bradavic.

Řešení-> pokud si napsal alespoň tři jména, tak máš úkol vyřešen a napiš do týmové tabulky. Horský vůdce ti poskytne kontrolu řešení.

Bodování-> za každé jméno jeden bod ke svému jménu.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



1. Kamarád Harryho se jmenuje: **Ron** Weasley
2. Kamarádka Harryho se jmenuje: **Hermiona** Grangerová
3. Školník se jmenuje: Rubeus **Hagrid** (uznáváme Hagrida)
4. Ředitel Bradavic se jmenuje: Albus **Brumbál** (uznáváme Brumbála)

1. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Zadání: Napiš tel. čísla policie, záchranky, hasičů a jednotného záchranného systému.

Řešení: Pokud máš napsaná tři čísla, tak je úkol za tým vyřešený. Horský vůdce poskytne řešení.

Bodování: Za každou správnou odpověď si napiš ke svému jménu jeden bod – max. tedy 4 body.

Napiš k těmto záchranným složkám tel. čísla

1. Policie - 158
2. Záchranná služba – 150
3. Hasiči - 158
4. Jednotné evropské číslo na tísňové volání 112

1. kolo – 10 úkol; hudba

Zadání: Zazpívej horskému vůdci čtyři lidové písničky.

Řešení -> pokud si zazpíval dvě a více, tak je úkol vyřešen. Zapiš do týmové tabulky.

Bodování -> za každou písničku jeden bod ke svému jménu.

1. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání: Přiřaď čarou historické události, které ovlivnili dění v Čechách se správným letopočtem.

Řešení -> Pokud máš tři a více dobře, tak si splnil za tým do tabulky. Řešení najdeš u horského vůdce.

Bodování -> Za každé správné řešení jeden bod ke svému jménu.

- | | |
|---------|-----------------------------------|
| 1. 1415 | Pražské jaro |
| 2. 1621 | vznik samostatného Československa |
| 3. 1968 | Sametová revoluce |
| 4. 1989 | bitva na Bílé hoře |
| 5. 1993 | vznik České republiky |



1. kolo – 13. úkol; hrátky se slovy

Zadání: Napiš pět vět z počátečních písmen pěti jmen, kdy jedno jméno bude tvé.

Řešení-> Pokud si napsal tři věty ze tří jmen, kdy jedno jméno bylo tvé, tak je úkol vyřešen do týmové tabulky. **Nech zkontrolovat svého horského vůdce.**

Bodování -> Za každou větu jeden bod ke svému jménu.

1. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání: Napiš, jaká čísla vyjadřují uvedené římské číslice.

Řešení-> Pokud si zapsal tři a více písmen, tak máš úkol vyřešený za tým do tabulky. **Kontrolu najdeš u horského vůdce.**

Bodování:-> Za každé správné uvedení napiš ke svému jménu jeden bod.

III = 3

V = 5

X = 10

C = 100

M = 1000

L = 50

1. kolo – 15. Úkol; švihadlo

Zadání: Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik přeskoků uděláš za jednu minutu. Máš tři pokusy.

Řešení-> Pokud si udělal 30 a více přeskoků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

1. kolo – 16. Úkol; přesnost

Zadání: Tref se na cíl. Máš tři pokusy po pěti míčkách, abys hodil co nejvíce míčků dovnitř kbelíku.

Řešení-> Pokud si trefil pět a více míčků do kbelíku, tak máš splněno do týmové tabulky.

Bodování -> za každý úspěšný pokus máš jeden bod. Napiš body ke svému jménu.



1. kolo – 17. úkol; kreslení

Zadání: Vybarvi přiloženého Mimoně.

Řešení: Vybarvi Mimoně. Výběr barev je na tobě. **Vybarveného Mimoně ukaž horskému vůdci.** Úkol je tímto splněn a můžeš si splnění zapsat do týmové tabulky.

1. kolo – 18 úkol; hmat

Zadání: Po hmatu pozněj co nejvíce věcí.

Řešení:→Požádej spoluhráče z tvého družstva, aby ti podával věci, které jsou pod utěrkou. Ty musíš danou věc poznat pouze po hmatu.

Pokud jsi poznal pět a více věcí, tak je úkol splněn. Zapiš do týmové tabulky.

Bodování -> za každou poznanou věc máš jeden bod. Součet bodů napiš ke svému jménu.

1. kolo – 19. úkol; sirky

Zadání: Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, za jak dlouho dokážeš vrátit sirky zpět do krabičky.

Řešení:→Vysyp krabičku sirek a co nejrychleji vrať sirky jednou rukou zpátky a krabičku jednou rukou opět zavři. Máš tři pokusy. Počítá se ten nejrychlejší čas, který napiš pod své jméno.

1. kolo - 20 úkol; volná disciplína

Zadání:

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš jednu vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili?

Umíš si jazykem dotknout nosu?

Řešení: Ukaž horskému vůdci jakoukoliv tvoji znalost či dovednost. Zapiš do tabulky, co jsi dělal.

Příloha č. 9_3 _zadání jednotlivé úkoly_ 1. kolo, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

1. kolo - 1. úkol; Turistické značky

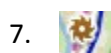
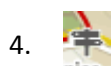
Zadání:

Napiš k označeným turistickým značkám na mapě správný význam.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Splněný úkol -> pokud jsou popsány alespoň 3 značky, tak si odškrtni splněno za tým. Běž k horskému vůdci si zkontrolovat výsledek.

Bodování -> za každou správnou odpověď si napiš jeden bod ke svému jménu.

1. kolo - 2. úkol; Napiš hlavní města států sousedící s ČR + další města daných států.

Zadání:

Rakousko –

Slovensko –

Polsko –

Německo –

Splněný úkol: jsou napsána všechna hlavní města k daným státům. Horský vůdce ti poskytne ke kontrole správné řešení.

Bodování: za každé město si napiš ke svému jménu jeden bod.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

1. kolo - 3. úkol; Modelování

Zadání:

Vymodeluj z modelíny jakákoliv dvě zvířata.

Řešení -> běž za svým horským vůdcem a ukaž mu tvé zvířata z modelíny. Pokud ti je uzná, tak je úkol za váš tým splněn.

Bodování -> za každé zvíře ke svému jménu si napiš jeden bod.

1. kolo - 4. úkol; Dech

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, na jak dlouho vydržíš zadržet dech.

Tvým úkolem je na co nejdelší dobu zadržet dech. Máš čtyři pokusy. Započítává se ten nejdelší.

Splněný úkol -> úkol je splněn za 30 sekund zadržení dechu a výše. Nejlepší čas zapiš ke svému jménu.

1. kolo - 5. úkol; hádanky

Zadání:

Přijď na řešení:

1. Čtyři rohy, žádné nohy, chaloupkou to pohne. Kdo je to?
2. Dvě panenky vedle sebe sedí, jedna druhou nevidí. Co je to?
3. Truhláři mě nejlíp znají, pěkné dřevo ze mne mají. Co je to?
4. Nemá ruce, nemá nohy a přeci dveře otevírá.
5. Neustále to mění tvar, ale přesto je to stále kulaté. Co to je?
6. Přišel k nám bílý kůň, zalehl nám celý dvůr.
7. Patří ti to, ale tvoji přátelé to používají víc než ty. Víš co to je?
8. Co roste kořenem vzhůru?
9. Má to zuby, ale nic to nejí. Co je to?
10. V závodě tě předběhne předposlední závodník, kolikátý běžíš?

Splněný úkol -> Pokud jsi uhádl alespoň 4 hádanky, tak je úkol za tým splněný. Řešení ti ukáže ke kontrole tvůj horský vůdce.

Bodování -> za každou správnou odpověď si napiš jeden bod ke svému jménu.



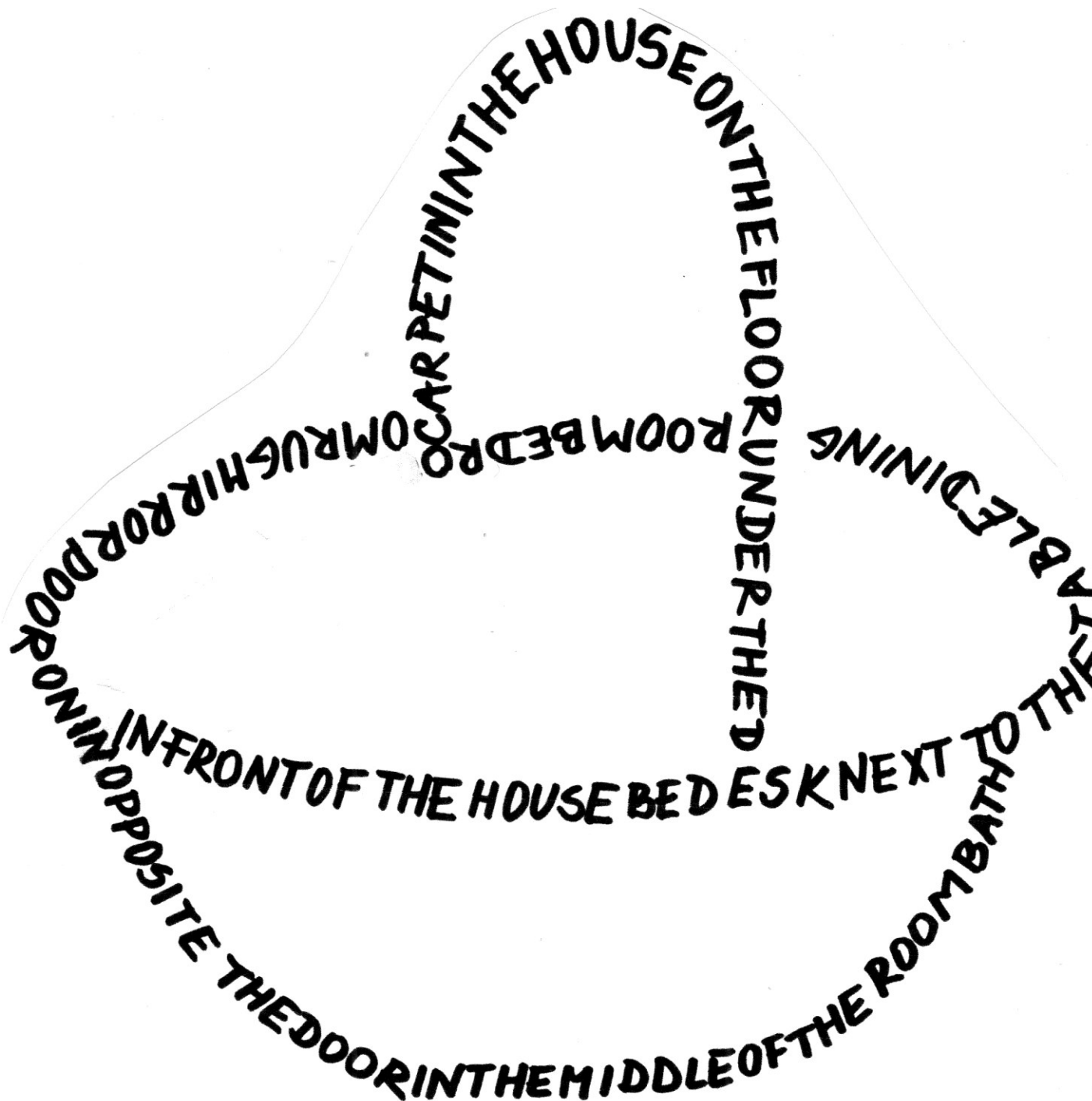
1. kolo - 6úkol; Angličtina

Zadání:

LOOK AT THE PICTURE. READ THE WORDS AND SEPARATE THEM.

Řešení: Pokud si správně oddělil alespoň 12 slov, tak je za tým úkol hotový. Tvůj horský vůdce ti dá kontrolu, kde si zkontroluješ řešení.

Bodování: Za každé správné oddělené slovo si napiš jeden bod ke svému jménu.



1. kolo - 7. úkol; Tajenka

Zadání:

Vylušti uvedenou tajenku.

Řešení-> Pokud je vyluštěná křížovka, tak je splněno do týmové tabulky. Běž za svým horským vůdcem, poskytně ti řešení.

Bodování -> za každý správný řádek jeden bod ke svému jménu.

	tajenka							
4 planeta sluneční soustavy					XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX
světadíl							x x x	x x x
Opak sladkého						xxx xxx xxx	xxx xxx xxx	xxx xxx xxx
Dravec						x x x	x x x	x x x
Bůh moře (římský) nebo 8.planeta sluneční soustavy							XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	XXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX
Africký stát (pyramidy)						XXXXX XXXXXX XXXXXX	XXXXX XXXXXX XXXXXX	XXXXX XXXXXX XXXXXX
Stát sousedící s ČR								

1. kolo - 8. úkol; Potravní řetězec

Zadání: Napiš šest potravních řetězců o šesti členech.

Řešení: Pokud si napsal alespoň 3 potravní řetězce, tak je úkol za tým hotový. Zkontroluje ti horský vůdce.

Bodování: Za každý řetězec si přiřič jeden bod ke svému jménu.



1. kolo - 9. úkol; Harry Potter

Zadání:

Jak se jmenují (stačí jméno!!) nejbližší kamarádi (kluk a holka) Harryho Pottera + napiš jméno školníka a ředitele Bradavic.

Řešení-> pokud si napsal alespoň tři jména, tak máš úkol vyřešen a napiš do týmové tabulky. Horský vůdce ti poskytne kontrolu řešení.

Bodování-> za každé jméno jeden bod ke svému jménu.

1. Kamarád Harryho se jmenuje:
2. Kamarádka Harryho se jmenuje:
3. Školník se jmenuje:
4. Ředitel Bradavic se jmenuje:

1. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Řešení: Pokud máš napsaná tři čísla, tak je úkol za tým vyřešený. Horský vůdce poskytne řešení.

Bodování: Za každou správnou odpověď si napiš ke svému jménu jeden bod – max. tedy 4 body.

Napiš k těmto záchranným složkám tel. čísla

1. Policie
2. Záchranná služba
3. Hasiči
4. Jednotné evropské číslo na tísňové volání

1. kolo – 11 úkol; hudba

Zadání:

Zazpívej horskému vůdci čtyři lidové písničky.

Řešení -> pokud si zazpíval dvě a více, tak je úkol vyřešen. Zapiš do týmové tabulky.

Bodování -> za každou písničku jeden bod ke svému jménu.

1. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání:

Přiřaď čarou historické události, které ovlivnili dění v Čechách se správným letopočtem.

Řešení -> Pokud máš tři a více dobře, tak si splnil za tým do tabulky. Řešení najdeš u horského vůdce.



Bodování -> Za každé správné řešení jeden bod ke svému jménu.

- | | |
|---------|-----------------------------------|
| 1. 1415 | Pražské jaro |
| 2. 1621 | vznik samostatného Československa |
| 3. 1968 | Sametová revoluce |
| 4. 1989 | bitva na Bílé hoře |
| 5. 1993 | vznik České republiky |
| 6. 1918 | upálení Mistra Jana Husa |

1. kolo – 13. úkol; háčky se slovy

Zadání:

Napiš pět vět z počátečních písmen pěti jmen, kdy jedno jméno bude tvé.

Řešení-> Pokud si napsal tři věty ze tří jmen, kdy jedno jméno bylo tvé, tak je úkol vyřešen do týmové tabulky. Nech zkontrolovat svého horského vůdce.

Bodování -> Za každou větu jeden bod ke svému jménu.

1. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání:

Napiš, jaká čísla vyjadřují uvedené římské číslice.

Řešení-> Pokud si zapsal tři a více písmen, tak máš úkol vyřešený za tým do tabulky. **Kontrolu najdeš u horského vůdce.**

Bodování:-> Za každé správné uvedení napiš ke svému jménu jeden bod.

III

V

X

C

M

L

1. kolo – 15. Úkol; švihadlo

Zadání:



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik přeskoků uděláš za jednu minutu. Máš tři pokusy.

Řešení-> Pokud si udělal 30 a více přeskoků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

1. kolo – 16. Úkol; přesnost

Zadání:

Tref se na cíl. Máš tři pokusy po pěti míčkách, abys hodil co nejvíce míčků dovnitř tašky.

Řešení-> Pokud si trefil pět a více míčků do tašky, tak máš splněno do týmové tabulky.

Bodování -> za každý úspěšný pokus máš jeden bod. Napiš body ke svému jménu.

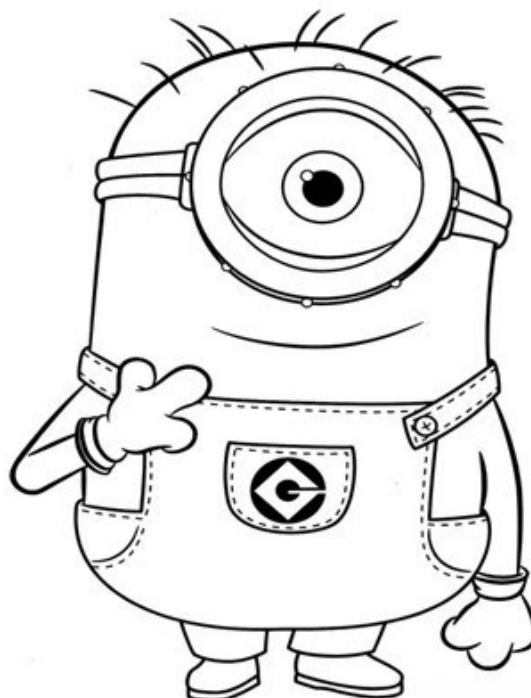
1. kolo – 17. úkol; kreslení

Zadání:

Vybarvi přiloženého Mimoně.

Řešení: Vybarvi Mimoně. Výběr barev je na tobě. Vybarveného Mimoně ukaž horskému vůdci. Úkol je tímto splněn a můžeš si splnění zapsat do týmové tabulky.

#3
OMALOVÁNKY
PRO DĚTI
ZDARMA



1. kolo – 18 úkol; hmat



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Zadání:

Po hmatu poznej co nejvíce věcí.

Řešení->Požádej spoluhráče z tvého družstva, aby ti podával věci, které jsou pod utěrkou. Ty musíš danou věc poznat pouze po hmatu.

Pokud jsi poznal pět a více věcí, tak je úkol splněn. Zapiš do týmové tabulky.

Bodování -> za každou poznanou věc máš jeden bod. Součet bodů napiš ke svému jménu.

1. kolo – 19. úkol; sirky**Zadání:**

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, za jak dlouho dokážeš vrátit sirky zpět do krabičky.

Řešení->Vysyp krabičku sirek a co nejrychleji vrať sirky jednou rukou zpátky a krabičku jednou rukou opět zavři. Máš tři pokusy. Počítá se ten nejrychlejší čas, který napiš pod své jméno.

1. kolo - 20 úkol; volná disciplína**Zadání:**

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš ji vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili.

Umíš si jazykem dotknout nosu?

Řešení: Ukaž horskému vůdci jakoukoliv tvoji znalost či dovednost. Zapiš do tabulky, co jsi dělal.

Příloha č. 9_4_Zadání a řešení 2. kolo, Výcvikový tábor - Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45



2. KOLO – VÝCVIKOVÝ TÁBOR

ZADÁNÍ A ŘEŠENÍ

2. kolo - 1. úkol; Mapa - Převýšení

Zadání:

Napiš, po kolika metrech jsou v mapě vyznačené vrstevnice na Mount Everest.

- 1) Po 15 metrech
- 2) Po 10 metrech
- 3) Po 5 metrech
- 4) Po 2 metrech



Splněný úkol -> Jsi za svým horským vůdcem a zkontroluj si u něj výsledek. Pokud si označil správné řešení, tak máš splněno za tým.

Splněný úkol -> Jsi za svým horským vůdcem a zkontroluj si u něj výsledek. Pokud si označil správné řešení, tak máš splněno za tým.

řešení: Správná odpověď je, že vrstevnice jsou na přiložené mapě po 5 metrech.

- 3) Po 5 metrech



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

2. kolo - 2. úkol; Státy a města

Zadání: Napiš ke státům jejich hlavní města.

Splněný úkol: Napiš ke státům hlavní města. Pokud jsi napsal správně 5 hlavních měst, tak máš úkol splněn do týmové tabulky.

Horský vůdce ti poskytne ke kontrole správné řešení.

Bodování: Za každou správnou odpověď máš jeden bod. Součet bodů napiš ke svému jménu.

řešení:

1. Portugalsko - Lisabon
2. Španělsko - Madrid
3. Francie - Paříž
4. Británie - Londýn
5. Polsko - Varšava
6. Německo - Berlín
7. Rakousko - Vídeň
8. Maďarsko - Budapešť
9. Rumunsku - Bukurešť
10. Ukrajina - Kyjev
11. Rusko - Moskva
12. Švýcarsko – Bern

2. kolo - 3. úkol; Modelování

Zadání:

Z modelíny a 5 špejlí vymodeluj iglú.

Řešení ->běž za svým horským vůdcem a ukaž mu tvé iglú. Horský vůdce rozhoduje, zda máš úkol splněn a je úkol za tým hotový.

2. kolo - 4. úkol; Dech

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, na jak dlouho vydržíš na jeden dech bzučet (vydávat písmeno zzzzzz).

Tvým úkolem je co nejdéle vydržet bzučet. Máš čtyři pokusy. Započítává se ten nejdelší.

Splněný úkol-> úkol je splněn za 30 sekund zadržení dechu a výše. Nejlepší čas zapiš ke svému jménu.

2. kolo - 5. úkol; hádanky



Zadání:

Přijď na řešení hádanek.

Splněný úkol: Najdeš u horského vůdce. Pokud jsi vyřešil alespoň jednu hádanku, tak je úkol vyřešen.

Bodování: Za správné řešení je jeden bod ke svému jménu.

1) Napiš, jak starý je kapitán –

Kapitán je pozoruhodný muž, vysoký 189 cm a vážící 90 kg. Ve dvaceti letech získal kapitánské oprávnění. Od té doby jezdí s velkou lodí. Ta je 60m dlouhá, má 7 místností a dokonce tři toalety. Pětkrát týdně s ní vyjíždí na moře. Každé tři měsíce vždy druhou neděli vozí na moře všechny pasažéry, kteří v posledních 90 dnech dosáhli 18 let. On sám velí lodi již 25 let. Jeho nejmladšímu synovi je 22 let. Jak starý je kapitán?

Řešení: Kapitánovi je 45 let

2) Jak stařík převez kožu, vlka a hlávku zelí?

Jednoho dne se starý vesničan vracel z trhu domů. Měl s sebou kožu, vlka a v podpaží svíral hlávku zelí. Vesele si pískal, jak se mu handlování povedlo, když přišel k řece. Na břehu měl přivázanou malou pramici a už chtěl nasednout, když tu ho náhle dobrá nálada opustila. "Safra," říkal si, "vždyť já se do té lodičky se vším tím nevejdu. A když tu nechám vlka samotného, sní mi kožu. Když tu nechám kožu, sní mi zelí. Jak já to jenom provedu?"

Pomozte staříkovi dostat vlka, kožu a zelí na druhý břeh. Do loďky se mu při tom vejde jen jedna věc. A na žádném z břehů při tom nesmí nechat samotného vlka s kozou nebo kožu a zelí...

Řešení: Stařík nejprve naloží a převez kožu, pak se vrátí pro vlka a při vysazování na druhém břehu si vezme kožu zpátky do loďky a vrátí jí na původní břeh. Naloží hlávku zelí, aby ho koza nesnědla, a odveze ho k vlkovi na druhý břeh. Pak se vrátí zpět pro kožu.

2. kolo – 6. úkol; Angličtina**Zadání: Vyřeš anglickou křížovku**

- 1) Doplně a přelož anglická slova
- 2) Vyplň křížovku.
- 3) Napiš řešení tajenky.

Splněný úkol -> Pokud máš správně vylustěnou křížovku, tak je úkol za tým splněný. Řešení najdeš u svého horského vůdce.

Bodování -> za každé správné přeložené slovo jeden bod. Součet si napiš ke svému jménu.

1. son – syn
2. sister – sestra
3. brother – bratr
4. children – děti
5. niece – neteř



6. parents – rodiče
7. grandfathers – dědeček
8. cousin – sestřenice, bratranec

Řešení tajenky: sourozenci

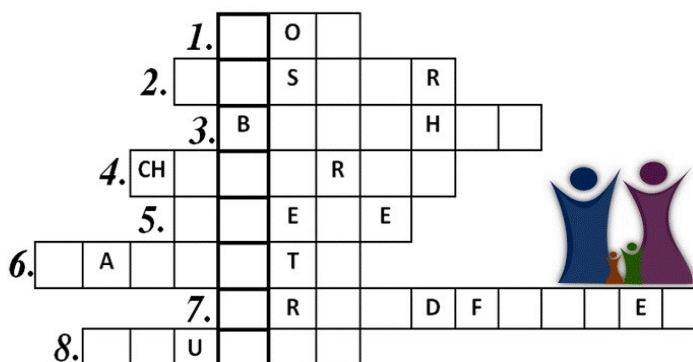
Crossword/Křížovka

My family

Doplň anglická slovíčka a zapiš do křížovky:

1. _ o _ (překlad: _____)
2. S _ S _ E _ (překlad: _____)
3. B _ O _ H _ R (překlad: _____)
4. CH _ L _ R _ N (překlad: _____)
5. N _ E _ E (překlad: _____)
6. P _ R _ N _ S (překlad: _____)
7. G _ A _ D _ A _ H _ R (překlad: _____)
8. C _ U _ I _ (překlad: _____)

Výsledek tajenky: _____ = _____ (překlad)



2. kolo - 7. úkol; Osmisměrka

Zadání:

Vylušti uvedenou osmisměrku.

Splněný úkol -> Pokud jsi přišel na 5 a více slov, tak je úkol vyřešen za tým. **Zkontroluj si řešení u svého horského vůdce.**

Bodování -> za každé správné slovo je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

2. kolo - 8. úkol; Kdo zde žije?

Zadání: Napiš dvacet zvířat, která by zde mohla žít.

Řešení: Pokud jsi napsal 10 a více zvířat, tak je úkol za tým vyřešen. **Výsledek ukaž horskému vůdci.**

Bodování: Za každé zvíře si napiš jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

2. kolo - 9. úkol; Pán prstenů

Zadání:

Jak se jmenují tři díly Pána prstenů od J.R.Tolkiena?

Řešení-> Pokud jsi napsal dva díly, tak je úkol za tým hotový. U horského vůdce si zkontroluj řešení.

Bodování-> za každý díl je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

1. Společenstvo prstenu
2. Dvě věže
3. Návrat krále

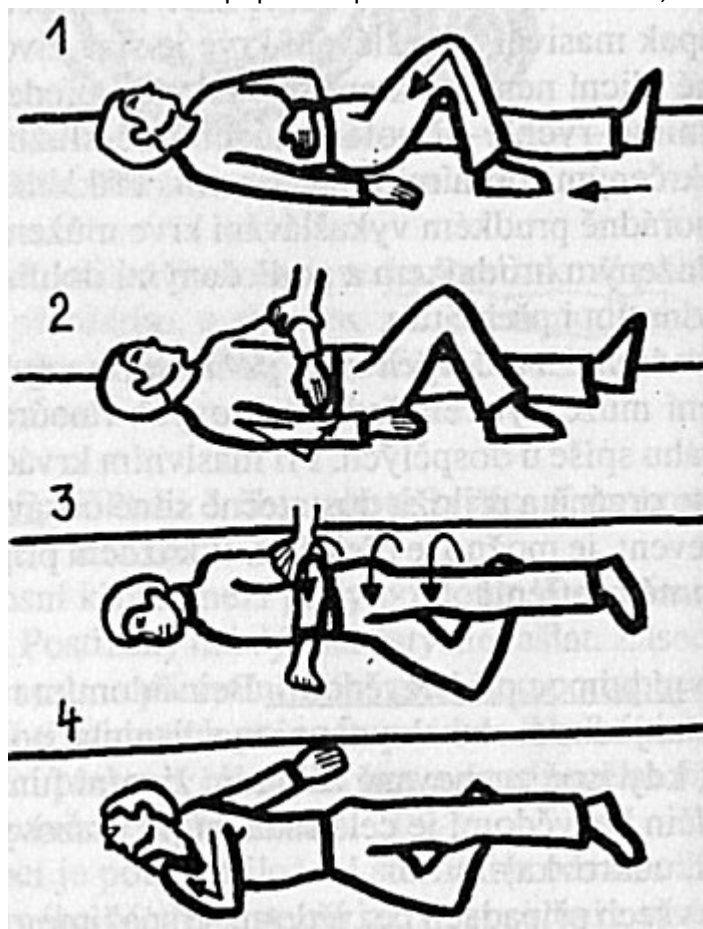
2. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Zadání:

Najdi si kolegu ze svého týmu a ukaž horskému vůdci, jak se dává člověk do stabilizované polohy.

Řešení: Horský vůdce ti řekne, zda je úkol splněn či nikoliv.

Pokud minimálně připomíná poloha žáka níže uvedené, tak je úkol splněn.



2. kolo – 11 úkol; hudba

Zadání:

Napiš na papír první sloku české národní hymny.

Řešení -> Pokud jsi napsal hymnu alespoň dozemský ráj to na pohled. Máš úkol splněný za tým.

Bodování -> Pokud jsi napsal celou hymnu, tak máš 5 bodů ke svému jménu.

Text české hymny:

Kde domov můj,
kde domov můj.
Voda hučí po lučinách,
bory šumí po skalinách,
v sadě skví se jara květ,
zemský ráj to na pohled!
A to je ta krásná země,
země česká, domov můj,
země česká, domov můj!

2. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání:

Správně seřaď, jak šli za sebou prezidenti našeho státu od roku 1918.

Řešení -> Pokud jsi správně seřadil alespoň čtyři prezidenty, jak šli za sebou, tak je úkol vyřešený za tým.

Bodování -> Za každé správné řešení jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

T.G.Masaryk

E.Beneš

E.Hácha

K.Gottwald

A.Zápotocký

A.Novotný

L.Svoboda

G.Husák

V.Havel

V.Klaus

M.Zeman



2. kolo – 13. úkol; hrátky se slovy

Zadání:

Vymysli nový význam pro těchto pět zkratek.

Řešení: Pokud jsi napsal dva nové významy, tak je úkol za tým vyřešený. **Zkontroluje ti horský vůdce.**

Bodování: Za každý nápad jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

Příklad:

ŘS. Je zkratka pro řídicí středisko. Mohla by to být zkratka také pro řízenou střelu, nebo řádného studenta....

Vymysli nový význam pro:

1) MUDR.

Skutečný význam: doktor medicíny (medicinae universae doctor)

Vymyšlený význam:

2) MgA.

Skutečný význam: magister artis

Vymyšlený význam:

3) SPZ

Skutečný význam: státní poznávací značka

Vymyšlený význam:

4) S.R.O.

Skutečný význam: společnost s ručením omezeným

Vymyšlený význam:

2. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání:

Přepiš římské číslice do arabských.

1) XXI = 21

2) MCCLIX = 1259



- 3) MCMLXX = 1970
- 4) MDXL = 1540
- 5) MDCCXXXVII = 1737
- 6) XLIV = 44
- 7) LXVI = 46

Řešení-> Pokud jsi napsal správně čtyři zadání, tak je úkol za tým vyřešený. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování -> Za každé správné řešení máš jeden bod. Součet si napiš pod své jméno.

2. kolo – 15. Úkol; švihadlo

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik přeskoků uděláš za jednu minutu **ZEPŘEDU DOZADU!**

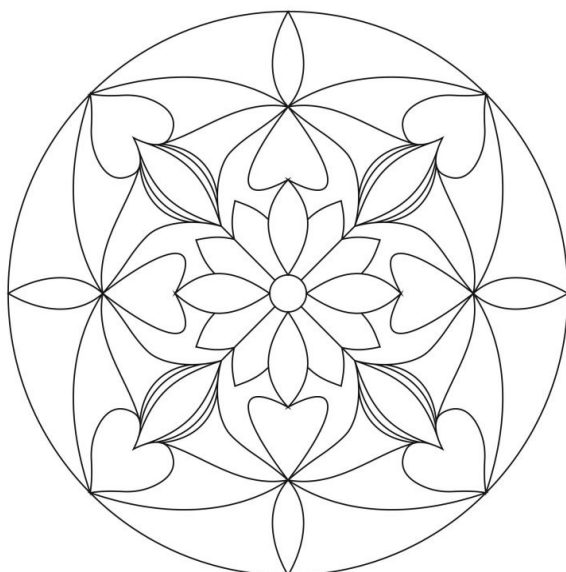
Řešení-> Pokud si udělal 20 a více přeskoků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

2. kolo – 17. úkol; kreslení

Zadání:

Vybarvi přiloženou mandalu

Řešení: Vybarvi přiloženou mandalu. Výběr barev je na tobě. Vybarvenou mandalu ukaž horskému vůdci. Úkol je tímto splněn a můžeš si splnění zapsat do týmové tabulky.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

2. kolo – 18 úkol; paměť

Zadání:

Najdi si kolegu z tvého týmu, který měří čas. Níže máš napsané všechny vrcholy Himalájí. Tvým úkolem je si během dvou minut zapamatovat názvy co nejvíce vrcholů.

1. Gjačung Kang
2. Šiša Pangma
3. Annapurna
4. Nanga Parbat
5. Manáslu
6. Dhaulágirí
7. Čo Oju
8. Makalu
9. Lhoce
10. Kančendženge
11. Mount Everest

Řešení -> Pokud jsi dokázal říci tvému kolegovi po dvou minutách alespoň 5 vrcholů, tak je úkol splněn.

Bodování -> za každý správný název je jeden bod. Součet bodů napiš pod své jméno.

2. kolo – 19. úkol; sirky

Zadání:

Najdi si svého kolegu z týmu, který měří čas. Tvým úkolem je co nejdéle udržet jednu sirku zapálenou. Máš pět pokusů.

Řešení-> Pokud vydržela alespoň jedna sirka hořet 10 a více vteřin, tak je úkol splněn.

Nejdelší čas zapiš ke svému jménu.

2. kolo - 20 úkol; volná disciplína

Zadání:

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš ji vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili.

Umíš si jazykem dotknout nosu?

Řešení: Ukaž horskému vůdci jakoukoliv tvoji znalost či dovednost. Zapiš do tabulky, co jsi dělal.



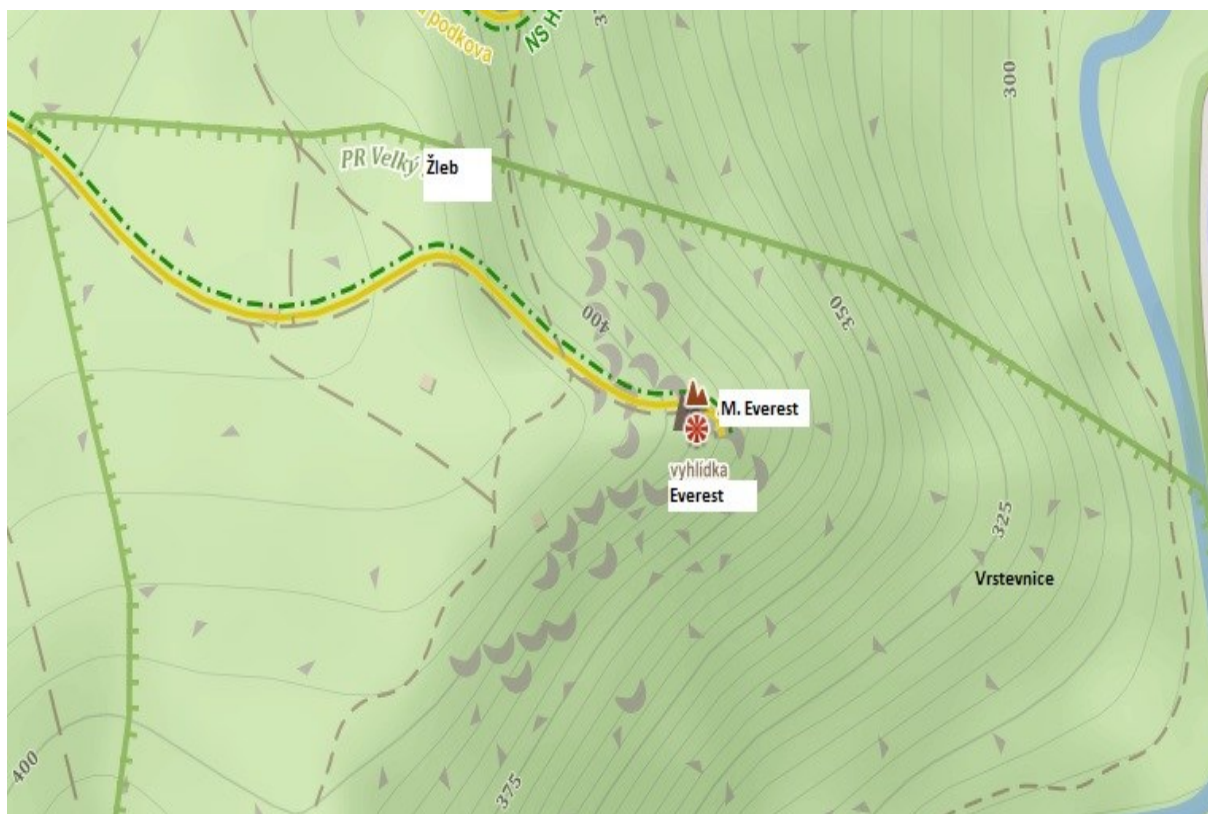
Příloha č. 9_5 _zadání jednotlivé úkoly_ 2. kolo, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

2. kolo - 1. úkol; Mapa - Převýšení

Zadání:

Napiš, po kolika metrech jsou v mapě vyznačené vrstevnice na Mount Everest.

- 1) Po 15 metrech
- 2) Po 10 metrech
- 3) Po 5 metrech
- 4) Po 2 metrech



Splněný úkol -> Jsi za svým horským vůdcem a zkontroluj si u něj výsledek. Pokud si označil správné řešení, tak máš splněno za tým.

2. kolo - 2. úkol; Státy a města

Zadání: Napiš ke státům jejich hlavní města.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Splněný úkol: Napiš ke státům hlavní města. Pokud jsi napsal správně 5 hlavních měst, tak máš úkol splněn do týmové tabulky.

Horský vůdce ti poskytne ke kontrole správné řešení.

Bodování: Za každou správnou odpověď máš jeden bod. Součet bodů napiš ke svému jménu.

1. Portugalsko
2. Španělsko
3. Francie
4. Británie
5. Polsko
6. Německo
7. Rakousko
8. Maďarsko
9. Rumunsku
10. Ukrajina
11. Rusko
12. Švýcarsko

2. kolo - 3. úkol; Modelování

Zadání:

Z modelíny a 5 špejlí vymodeluj iglú.

Řešení -> běž za svým horským vůdcem a ukaž mu tvé iglú. Horský vůdce rozhoduje, zda máš úkol splněn a je úkol za tým hotový.

2. kolo - 4. úkol; Dech

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, na jak dlouho vydržíš na jeden dech bzučet (vydávát písmeno zzzzzz).

Tvým úkolem je co nejdéle vydržet bzučet. Máš čtyři pokusy. Započítává se ten nejdelší.

Splněný úkol-> úkol je splněn za 30 sekund zadržení dechu a výše. Nejlepší čas zapiš ke svému jménu.

2. kolo - 5. úkol; hádanky

Zadání:

Přijď na řešení hádanek.

Splněný úkol: Najdeš u horského vůdce. Pokud jsi vyřešil alespoň jednu hádanku, tak je úkol vyřešen.

Bodování: Za správné řešení je jeden bod ke svému jménu.



1) Napiš, jak starý je kapitán.

Kapitán je pozoruhodný muž, vysoký 189 cm a vážící 90 kg. Ve dvaceti letech získal kapitánské oprávnění. Od té doby jezdí s velkou lodí. Ta je 60m dlouhá, má 7 místností a dokonce tři toalety. Pětkrát týdně s ní vyjíždí na moře. Každé tři měsíce vždy druhou neděli vozí na moře všechny pasažéry, kteří v posledních 90 dnech dosáhli 18 let. On sám velí lodi již 25 let. Jeho nejmladšímu synovi je 22 let. Jak starý je kapitán?

2) Jak stařík převezme kozu, vlka a hlávku zelí?

Jednoho dne se starý vesničan vracel z trhu domů. Měl s sebou kozu, vlka a v podpaží svíral hlávku zelí. Vesele si pískal, jak se mu handlování povedlo, když přišel k řece. Na břehu měl přivázanou malou pramici a už chtěl nasednout, když tu ho náhle dobrá nálada opustila. "Safra," říkal si, "vždyť já se do té lodičky se vším tím nevejdu. A když tu nechám vlka samotného, sní mi kozu. Když tu nechám kozu, sní mi zelí. Jak já to jenom provedu?"

Pomozte staříkovi dostat vlka, kozu a zelí na druhý břeh. Do loďky se mu při tom vejde jen jedna věc. A na žádném z břehů při tom nesmí nechat samotného vlka s kozou nebo kozu a zelí...

2. kolo – 6. úkol; Angličtina

Zadání: Vyřeš anglickou křížovku

- 1) Doplň a přelož anglická slova
- 2) Vyplň křížovku.
- 3) Napiš řešení tajenky.

Splněný úkol -> Pokud máš správně vylustěnou křížovku, tak je úkol za tým splněný. Řešení najdeš u svého horského vůdce.

Bodování -> za každé správné přeložené slovo jeden bod. Součet si napiš ke svému jménu.

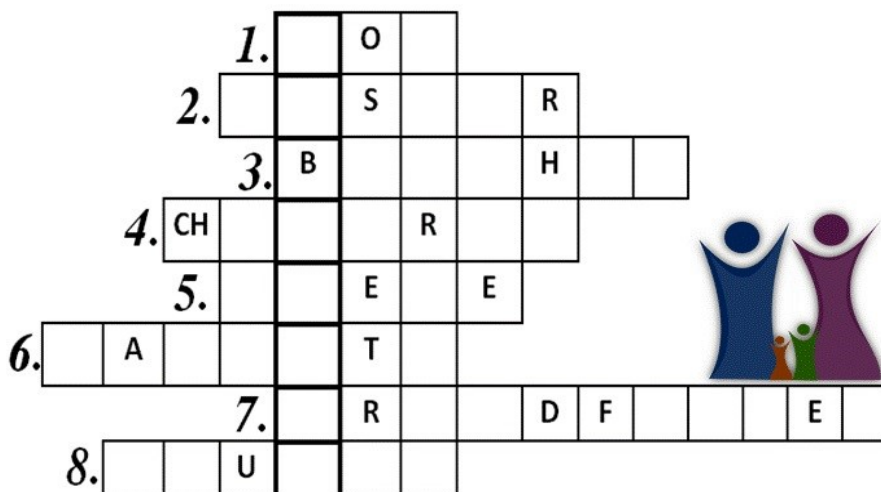


My family

Doplň anglická slovíčka a zapiš do křížovky:

1. **_ o _** (překlad:_____)
2. **S _ S _ E _** (překlad:_____)
3. **B _ O _ H _ R** (překlad:_____)
4. **CH _ L _ R _ N** (překlad:_____)
5. **N _ E _ E** (překlad:_____)
6. **P _ R _ N _ S** (překlad:_____)
7. **G _ A _ D _ A _ H _ R** (překlad:_____)
8. **C _ U _ I _** (překlad:_____)

Výsledek tajenky: _____ = _____ (překlad)



2. kolo - 7. úkol; Osmisměrka

Zadání:

Vylušti uvedenou osmisměrku.

Splněný úkol -> Pokud jsi přišel na 5 a více slov, tak je úkol vyřešen za tým. **Zkontroluj si řešení u svého horského vůdce.**

Bodování -> za každé správné slovo je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Osmisměrka řešení

P	Z	E	T	A	K	Y	L	Z	V
E	Ř	V	Ž	T	J	L	I	W	R
L	T	Y	B	A	L	Y	Ú	Ý	K
Y	U	É	L	K	P	S	A	U	M
N	O	Ž	Ý	Y	L	Ý	Ň	N	L
Ě	N	V	S	L	Ý	L	R	Y	Ý
K	Y	F	K	O	T	Ř	L	L	N
O	L	Ó	A	P	V	Š	Ý	P	Ě
V	P	T	T	C	A	V	K	D	Y
J	U	I	Á	Z	T	Y	O	S	Ú

BLÝSKAT
LYSÝ
LÝKO
MLÝN
PELYNĚK
PLYN
PLYNOUT
PLÝTVAT
POLYKAT
VZLYKAT

2. kolo - 8. úkol; Kdo tady žije?

Zadání: Napiš dvacet zvířat, která by zde mohla žít.

Řešení: Pokud jsi napsal 10 a více zvířat, tak je úkol za tým vyřešen. **Výsledek ukaž horskému vůdci.**

Bodování: Za každé zvíře si napiš jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

2. kolo - 9. úkol; Pán prstenů

Zadání:

Jak se jmenují tři díly Pána prstenů od J.R.Tolkiena?

Řešení-> Pokud jsi napsal dva díly, tak je úkol za tým hotový. U horského vůdce si zkontroluj řešení.

Bodování-> za každý díl je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

1.

2.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

3.

2. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Zadání:

Najdi si kolegu ze svého týmu a ukaž horskému vůdci, jak se dává člověk do stabilizované polohy.

Řešení: Horský vůdce ti řekne, za je úkol splněn či nikoliv.

2. kolo – 11 úkol; hudba

Zadání:

Napiš na papír první sloku české národní hymny.

Řešení -> Pokud jsi napsal hymnu alespoň dozemský ráj to na pohled. Máš úkol splněný za tým.

Bodování -> Pokud jsi napsal celou hymnu, tak máš 5 bodů ke svému jménu.

2. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání:

Správně seřaď, jak šli za sebou prezidenti našeho státu od roku 1918.

Řešení -> Pokud jsi správně seřadil alespoň čtyři prezidenty, jak šli za sebou, tak je úkol vyřešený za tým. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování -> Za každé správné řešení jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

E.Hácha

V.Havel

K.Gottwald

A.Zápotocký

M.Zeman

A.Novotný

L.Svoboda

E.Beneš

G.Husák

T.G.Masaryk

V.Klaus



2. kolo – 13. úkol; hrátky se slovy

Zadání:

Vymysli nový význam pro těchto pět zkratek.

Řešení: Pokud jsi napsal dva nové významy, tak je úkol za tým vyřešený. **Zkontroluje ti horský vůdce.**

Bodování: Za každý nápad jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

Příklad:

ŘS. Je zkratka pro řídicí středisko. Mohla by to být zkratka také pro řízenou střelu, nebo řádného studenta....

Vymysli nový význam pro:

1) MUDR.

Skutečný význam: doktor medicíny (medicinae universae doctor)

Vymyšlený význam:

2) Mgr.

Skutečný význam: magister artis

Vymyšlený význam:

3) SPZ

Skutečný význam: státní poznávací značka

Vymyšlený význam:

4) S.R.O.

Skutečný význam: společnost s ručením omezeným

Vymyšlený význam:

2. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání:

Přepiš římské číslice do arabských.

1) XXI

2) MCCLIX



- 3) MCMLXX
- 4) MDXL
- 5) MDCCXXXVII
- 6) XLIV
- 7) LXVI

Řešení-> Pokud jsi napsal správně čtyři zadání, tak je úkol za tým vyřešený. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování -> Za každé správné řešení máš jeden bod. Součet si napiš pod své jméno.

2. kolo – 15. Úkol; švihadlo

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik přeskoků uděláš za jednu minutu **ZEPŘEDU DOZADU!**

Řešení-> Pokud si udělal 20 a více přeskoků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

2. kolo – 16. Úkol; dřepy

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik dřepů uděláš za jednu minutu. Máš tři pokusy.

Řešení-> Pokud jsi udělal za minutu 30 dřepů, tak je úkol za tým hotový.

Bodování -> Počet nejvíce dřepů za minutu napiš ke svému jménu.

2. kolo – 18 úkol; paměť

Zadání:

Najdi si kolegu z tvého týmu, který měří čas. Níže máš napsané všechny vrcholy Himalájí. Tvým úkolem je si během dvou minut zapamatovat (POUZE)názvy co nejvíce vrcholů.

1. Gjačung Kang
2. Šiša Pangma
3. Annapurna
4. Nanga Parbat



5. Manáslu
6. Dhaulágirí
7. Čo Oju
8. Makalu
9. Lhoce
10. Kančendženge
11. Mount Everest

Řešení -> Pokud jsi dokázal říci tvému kolegovi po dvou minutách alespoň 5 vrcholů, tak je úkol splněn.

Bodování -> za každý správný název je jeden bod. Součet bodů napiš pod své jméno.

2. kolo – 19. úkol; sirky

Zadání:

Najdi si svého kolegu z týmu, který měří čas. Tvým úkolem je co nejdéle udržet jednu sirku zapálenou. Máš pět pokusů.

Řešení-> Pokud vydržela alespoň jedna sirka hořet 10 a více vteřin, tak je úkol splněn.

Nejdelší čas zapiš ke svému jménu.

2. kolo - 20 úkol; volná disciplína

Zadání:

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš ji vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili.

Umíš si jazykem dotknout nosu?

Řešení: Ukaž horskému vůdci jakoukoliv tvoji znalost či dovednost. Zapiš do tabulky, co jsi dělal.



Příloha č. 9_6 _zadání a řešení_ 3. kolo, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

3. kolo - 1. úkol; Mapa - měřítko

Zadání:

Napiš kolik kilometrů je to z Kaprálova mlýna na Mount Everest podle přiložené mapy.

Měřítko je 1:100 000 a vzdálenost z Kaprálova Mlýna na Mount Everest je 13 cm.

Správné řešení je 13 km.



Splněný úkol -> Běž za horským vůdcem a zkontroluj si výsledek. Pokud jsi uvedl správnou vzdálenost v km, tak je úkol splněn.

3. kolo - 2. úkol; Státy

Zadání: Pojmenuj minimálně 15 evropských států.

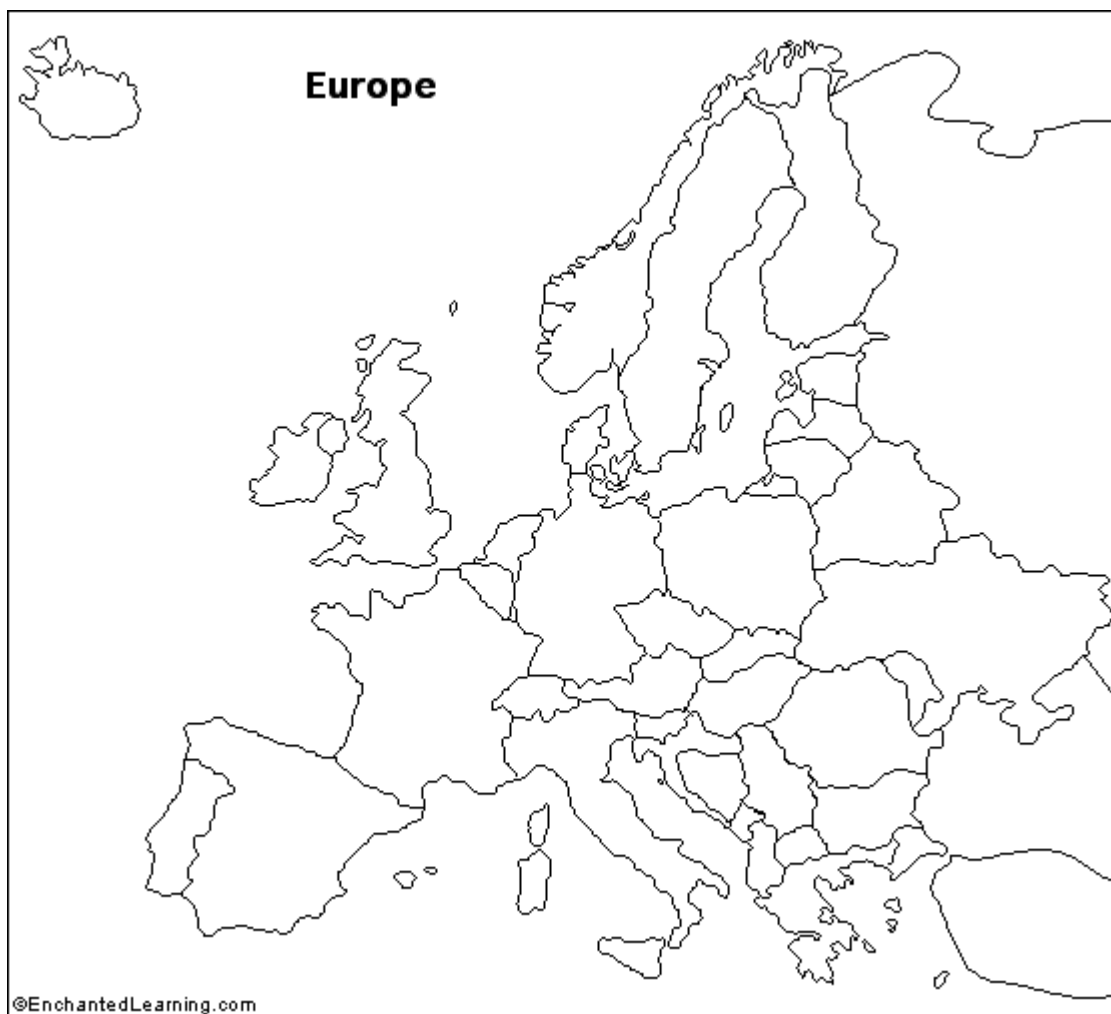
Řešení: Pokud pojmenuješ 10 států, tak je úkol hotový. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování: Za každý správně pojmenovaný stát máš jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



3. kolo - 3. úkol; Stavění stanu

Zadání:

Každý tým má 5 minut na to, aby postavil jeho horolezec stan. Může se stavět i ve dvojici. Čas si musíte stopovat sami. Je důležité čas dodržet, aby mohli stavět všechny družstva. Pro kontrolu běžte za horským vůdcem.

Řešení -> Pokud stan stojí a horský vůdce vše schválí je úkol splněn.

3. kolo - 4. úkol; čtení na rychlost

Zadání:

Najdi si kolegu z tvého týmu, který ti změří čas. Máš dvě minuty na to, abys přečetl/a co nejvíce textu o R.Messnerovi.

Splněný úkol-> napiš pod své jméno do tabulky, kolik jsi stihl/a přečíst odstavců.

Reinhold Messner (* 17. září 1944) je italský horolezec německé národnosti, cestovatel a spisovatel. Mimo jiné je prvním horolezcem, který vylezl na všech 14 osmitisícovek, jako první vylezl na Mount Everest bez použití kyslíkového přístroje a jako první provedl na Mount Everest kompletní sólový výstup.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Kromě výstupů na vrcholy je známý i svými pěšími výpravami – prošel napříč Antarktidou, Grónskem a pouštěmi Taklamakan a Gobi. Neúspěšně se pokoušel přejít Arktidu ze Sibiře do Kanady.

Osmitisícovky

Messnerův první výstup na osmitisícovku – Nanga Parbat (8125 m) v červnu 1970 – skončil tragicky. Podařilo se mu sice spolu se svým bratrem Güntherem vystoupat na vrchol Rupálskou stěnou, což dosud nikdo nedokázal, na cestě zpět však vyčerpaný Günther zahynul v lavině a sám Reinhold byl na pokraji smrti. Měl takové omrzliny, že mu lékaři museli amputovat šest prstů na nohou.

Tato tragédie však Messnera od Himálají neodradila. Naopak, protože bez vlastních prstů nemohl tak dobře lézt po skalách, stalo se pro něj výzvou dobývání nejvyšších hor světa. Po půl roce přestal učit a studovat, začal se věnovat horolezectví profesionálně, začal přednášet a psát knihy.

V dubnu 1972 se zúčastnil své druhé himálájské expedice na Manáslu (8156 m). Podnikl úspěšný prvovýstup Jižní stěnou, následující noci však zemřeli ve sněhové bouři jeho dva kolegové – Andi Schlick a Franz Jäger. Po této druhé tragédii se Messner rozhodl, že bude lézt sám nebo jen s malým týmem.

Již od šedesátých let prosazoval myšlenku lézt na himálájské vrcholy alpským stylem, tedy nalehko a s minimální pomocí jiných osob. Tento styl byl v kontrastu k tehdejšímu mohutným expedicím s předem vybudovanými výškovými tábory, mnoha nosiči a s cestami zajištěnými fixními lany.

Mount Everest vylezl bez kyslíku

Po několika neúspěšných pokusech o dobytí osmitisícovek vylezl s Peterem Habelerem roku 1975 Severní stěnu vrcholu Gašerbrum I – Hidden Peak (8068 m) alpským stylem během pouhých tří dní (ze základního tábora na vrchol). A v květnu 1978 opět s Habelerem jako první na světě vystoupili na Mount Everest (8848 m) bez umělého kyslíku, čímž naprosto šokovali horolezeckou a lékařskou veřejnost. Již několik týdnů po návratu do Evropy se Messner vydal opět do Himálají a v srpnu 1978 vylezl jako první v historii na osmitisícovku sólově (sám ze základního tábora) – Nanga Parbat (8125 m) Diamírskou stěnou. V roce 1979 vylezl s Michaellem Dacherem na obávanou K2.

Vyvrcholením Messnerovy horolezecké kariéry byl sólový výstup na Mount Everest z tibetské strany v srpnu 1980 (po neúspěšném pokusu z června). V následujících letech se Messnerovi podařilo zdolat i ostatní osmitisícovky. V roce 1984 spolu s Hansem Kammerlanderem jako první přešli dvě osmitisícovky bez přerušení návratem do základního tábora – Gašerbrum I (8068 m) a Gašerbrum II (8035 m). Po výstupu na Lhoce (8516), se stal v říjnu 1986 prvním člověkem, který vylezl na všech čtrnáct osmitisícovek. V prosinci téhož roku se mu výstupem na Mount Vinson (4897) podařilo zkompletovat i Seven Summits, tj. 7 nejvyšších hor všech světadílů, jako teprve čtvrtému člověku (a prvnímu bez použití umělého kyslíku).

Dálkové přechody

V první polovině 90. let se věnoval především polárním přechodům. V roce 1990 uskutečnil 2800 km dlouhý přechod Antarktidy přes jižní pól, bez použití psů a techniky, o 3 roky později přešel Grónsko (2200 km) a o další 2 roky později se pokusil přejít Arktidu ze Sibiře do Kanady, ale neúspěšně.

V létě roku 1995, při přelézání hradní zdi v Juvalu, upadl a těžce si poranil patní kost. Přestože dlouhý čas nemohl ani chodit, v následujících letech podnikl výpravu do Altajského pohoří v Mongolsku a přechody pouští Atacama (Jižní Amerika) a Thár (Indie).

3. kolo - 5. úkol; hádanky

Zadání:

Přijď na řešení těchto sedmi hádanek.

Splněný úkol: Najdeš u horského vůdce. Pokud jsi vyřešil 4 hádanky, tak je úkol vyřešen.

Bodování: Za správné řešení je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

Běhá to okolo chalupy,
dělá to cupity dupity?
dešťové kapky



Běžím, běžím,
nemám dech.
Přitom ležím na zádech.
Kdo jsem?
řeka

Bílá jako mléko je,
tichem všechno přikryje.
Auto, domy, stromy, lidi nikdo neuvidí.
mlha

Čtyři rohy,
žádné nohy,
chaloupkou to pohne?
šnek

Do šatu mě nabíráš,
pak přede mnou zavíráš,
v teple pro mne slzí oči,
vše se za mnou venku točí,
beru z hlavy klobouky,
nepouštěj mne do mouky.
Kdo jsem?
vítr

Sedí panna v síti,
oči se jí svítí?
Žába

Chodí v koruně,
král není,
nosí ostruhy,
rytíř není. Má šavli,
husar není,
k ránu budívá,
ponocný není?
kohout

3. kolo – 6. úkol; Angličtina

Zadání: Vyřeš anglickou křížovku

Splněný úkol -> Pokud máš správně vylustěnou křížovku, tak je úkol za tým splněný. Řešení najdeš u svého horského vůdce.

Bodování -> za každé správné přeložené slovo jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.



Word by word WINTER crossword



3. kolo - 7. úkol; tajenka

Zadání:

Vylušti uvedenou osmisměrku.

Splněný úkol -> Pokud jsi přišel na 7 a více slov, tak je úkol vyřešen za tým. **Zkontroluj si řešení u svého horského vůdce.**

Bodování -> za každé správné slovo je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

Tajenka je: Halloween



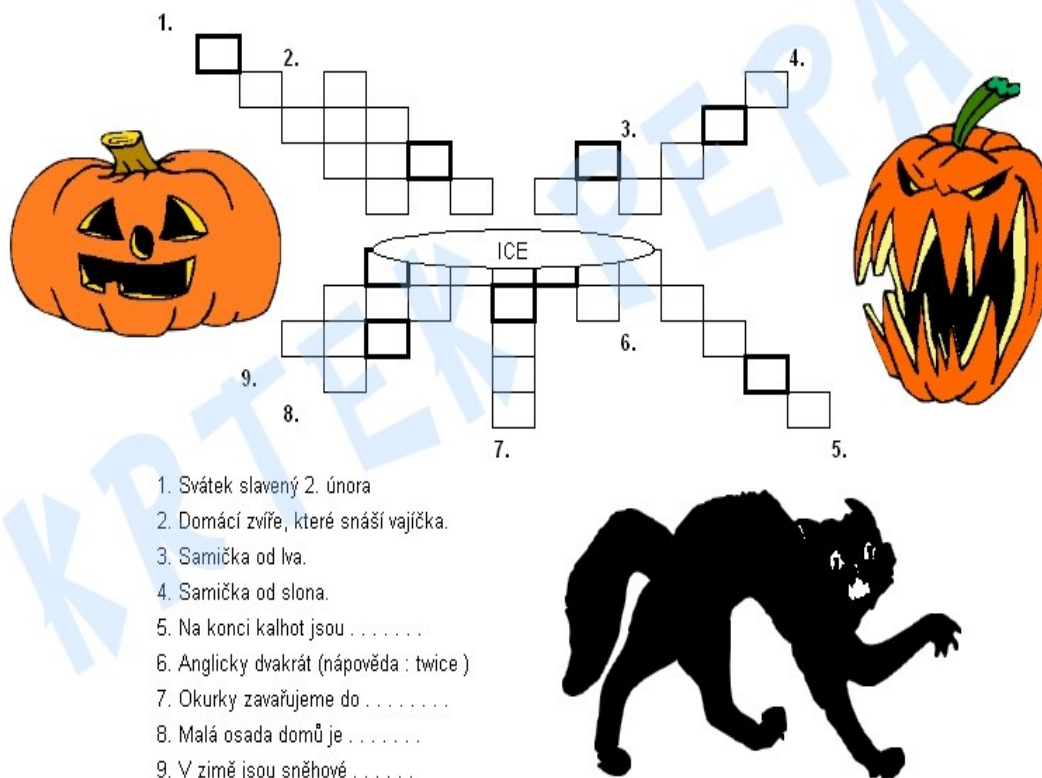
EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

TAJENKA ŘÍJEN 2010

Doplňujte slova tak aby vždy byla koncovka „ice“.

Postupujte od 1 do 9 a v tlustých políčkách vám vznikne tajenka :-)



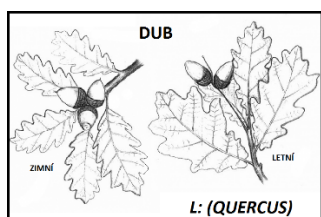
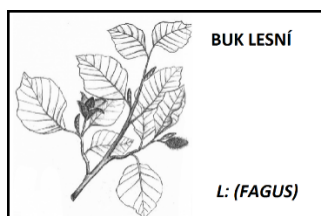
1. Svátek slavený 2. února
2. Domácí zvíře, které snáší vajíčka.
3. Samička od lva.
4. Samička od slona.
5. Na konci kalhot jsou
6. Anglicky dvakrát (nápověda : twice)
7. Okurky zavařujeme do
8. Malá osada domů je
9. V zimě jsou sněhové

3. kolo - 8. úkol; Poznávání stromů

Zadání: Napiš vedle obrázku z jakého stromu dané listí pochází.

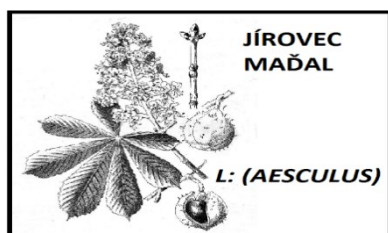
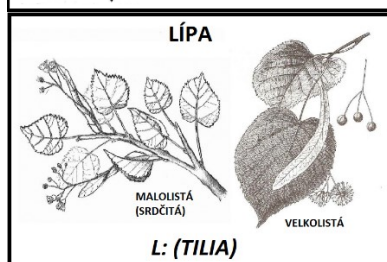
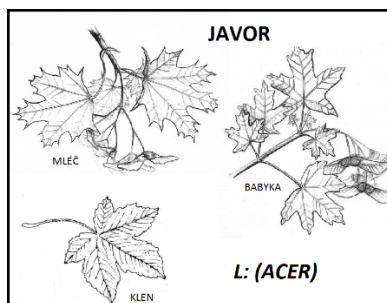
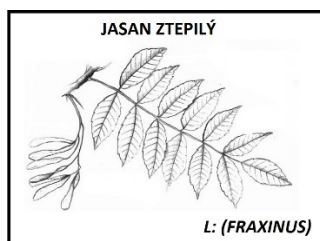
Řešení-> Pokud jsi uvedl 5 správně, tak je úkol splněn. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování-> Za každý správný strom máš jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



3. kolo - 9. úkol; Harry Potter

Zadání:

Jak se jmenují všechny knižní díly Harryho Pottera?

Řešení-> Pokud jsi napsal 5 dílů, tak je úkol za tým hotový. U horského vůdce si zkontroluj řešení.

Bodování-> za každý díl je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

1. H. P. a kámen mudrců
2. H. P. tajemná komnata
3. H. P. a vězeň z Azkabanu
4. H. P. a ohnivý pták
5. H. P. a Fénixův řád
6. H. P. a princ dvojí krve



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

7. H. P. a relikvie smrti

8. H. P. a prokleté dítě

3. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Zadání:

Napiš, co znamená pravidlo pěti T u první pomoci. Všechny činnosti začínají na písmeno T a měli bychom poskytnout jako zachránci zraněnému.

Řešení -> Pokud jsi doplnil/a tři a více položek, tak je úkol splněný. Zkontroluj u svého horského vůdce.

Bodování -> za každou položku je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

1. Ticho

2. Teplo

3. Tekutiny

4. Tišení bolesti

5. Transport (převoz)

3. kolo – 11 úkol; hudba

Zadání:

Zazpívej na papír první sloku české národní hymny.

Řešení -> Pokud jsi zazpíval hymnu alespoň dozemský ráj to na pohled. Máš úkol splněný za tým.

Bodování -> Pokud jsi napsal celou hymnu, tak máš 5 bodů ke svému jménu.

Text české hymny:

Kde domov můj,
kde domov můj.
Voda hučí po lučinách,
bory šumí po skalinách,
v sadě skví se jara květ,
zemský ráj to na pohled!
A to je ta krásná země,
země česká, domov můj,
země česká, domov můj!

3. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání:

Spoj název pojmenování naší republiky se správným obdobím.



Řešení -> Pokud jsi spoji správně tři názvy se správným obdobím, tak jsi úkol splnil. Zkontroluj u svého horského vůdce.

Bodování -> za každý správně určený název je jeden bod. Součet si napiš pod své jméno.

- | | |
|---|-------------|
| 1. Československo | 1918 – 1960 |
| 2. Československá socialistická republika | 1960 – 1990 |
| 3. Československá – federativní republika | 1990 – 1993 |
| 4. Česká republika | 1993 – nyní |

3. kolo – 13. úkol; hrátky se slovy

Zadání:

Během čtyř minut přijď na co nejvíce předmětů, které zároveň odpovídají dvěma kritériím.

Řešení: Nech zkontrolovat horského vůdce. Za každý vymyšlený předmět je jeden bod. Počet bodů napiš pod své jméno.

1. Červené a nejedlé:

2. Kulaté a teplé:

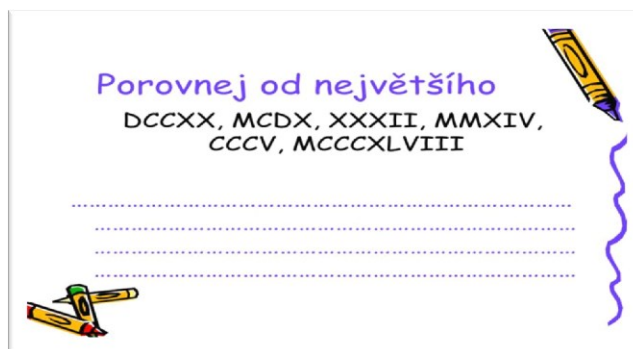
3. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání: Porovnej od největšího čísla po nejmenší. Přepis udělej v arabských číslicích.

Řešení: Pokud máš pět ze šesti správně, tak je úkol vyřešený. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování: Za každý správně přepsaný letopočet je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

DCCXX = 720	4
MCDX = 1410	2
XXXII = 32	6
MMXIV=2014	1
CCCV=305	5
MCCCXLVIII=1348	3



3. kolo – 15. Úkol; angličáky

Zadání:



Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik uděláš angličáků za minutu a půl (90 sekund).

Máš dva pokusy.

Řešení-> Pokud si udělal 20 a více angličáků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

3. kolo – 16. Úkol; švihadlo

Zadání: Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik skoků přes švihadlo uděláš během dvou minut čtyřmi různými způsoby. Každý způsob trvá 30 sekund a plynule se přechází na další. Kolega, který stopuje ti vždy v 25 vteřině začne odpočítávat 5, 4, 3, 2, 1 změna.

1. Způsob – zezadu dopředu
2. Způsob – zezadu dopředu
3. Způsob – „na koníčka“
4. Způsob – vajíčko.

Řešení-> napiš součet všech přeskoků k tvému jménu.

3. kolo – 17. úkol; kreslení

Zadání:

Nakresli horolezce a vedle něho lano a batoh.

Řešení: S namalovaným obrázkem jdi za svým horským vůdcem. Ten uzná, zda je úkol splněn.

3. kolo – 18 úkol; chuť

Zadání:

Poznej aspoň pět chutí.

Řešení-> Zavolej svého horského vůdce a poznej alespoň 5 chutí. Pokud jsi poznal/a pět chutí, tak je úkol splněn.

Bodování -> Za každou chuť jeden bod. Součet chutí napiš pod své jméno.

3. kolo – 19. úkol; oheň

Zadání:

Najdi si svého kolegu z týmu, který měří čas. Tvým úkolem je zapálit za pomoci sirek a materiálu k tomu určenému oheň, aby hořel alespoň dvě minuty.

Řešení-> Pokud oheň vydržel hořet jednu minutu a více, tak je úkol splněný. Zapiš do tabulky.

Bodování -> Za každou půlminutu je jeden bod.



2. kolo - 20 úkol; volná disciplína

Zadání:

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost či znalost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš ji vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili.

Umíš si jazykem dotknout nosu?



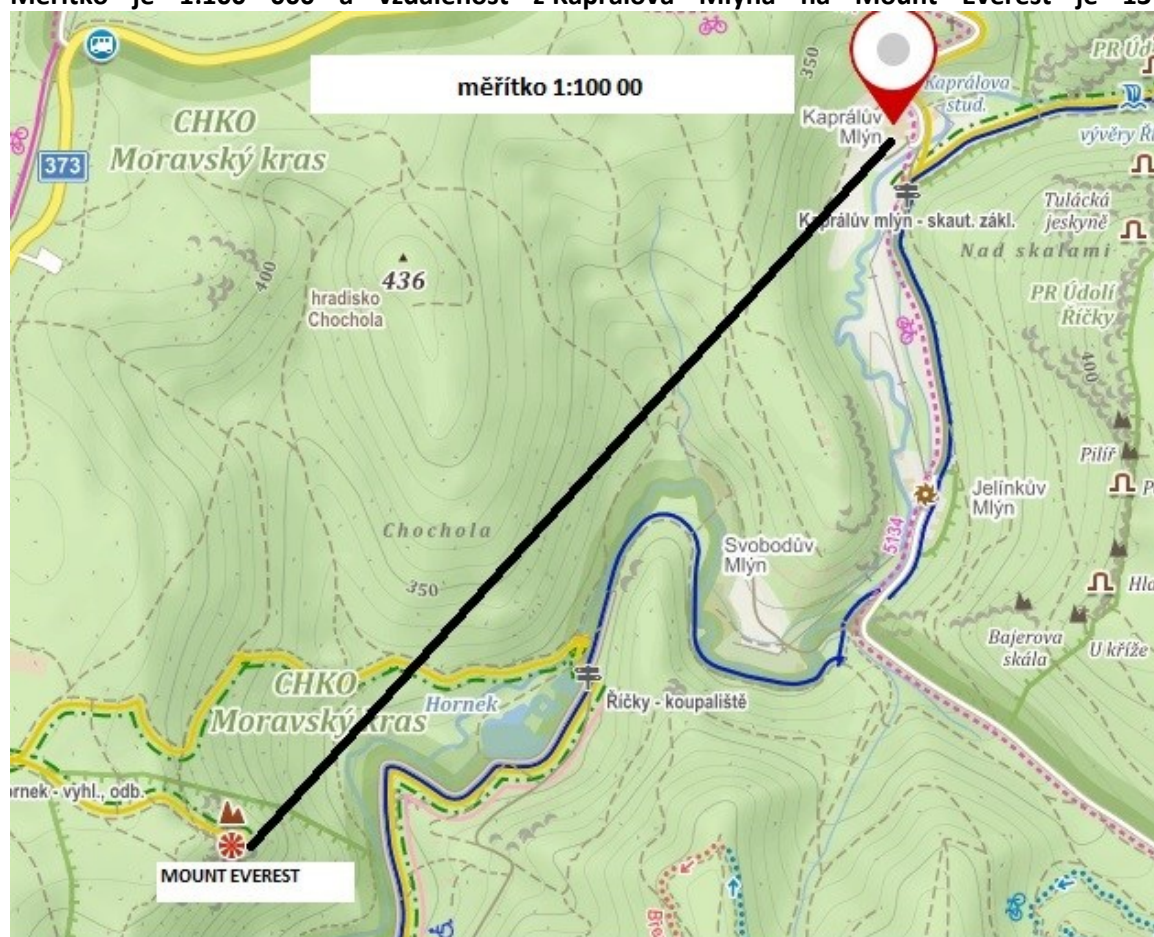
Příloha č. 9_7 _zadání jednotlivě_ 3. kolo, Výcvikový tábor- Tematický blok č.3 - Uvědomění si vlastního potenciálu, téma č. 1 – Výcvikový tábor, 1. den dopoledne – cca 14:45

3. kolo - 1. úkol; Mapa - měřítko

Zadání:

Napiš kolik kilometrů je to z Kaprálova mlýna na Mount Everest podle přiložené mapy.

Měřítko je 1:100 000 a vzdálenost z Kaprálova Mlýna na Mount Everest je 13 cm.



Splněný úkol -> Běž za horským vůdcem a zkontroluj si výsledek. Pokud jsi uvedl správnou vzdálenost v km, tak je úkol splněn.

3. kolo - 2. úkol; Státy

Zadání: Pojmenuj minimálně 15 evropských států.

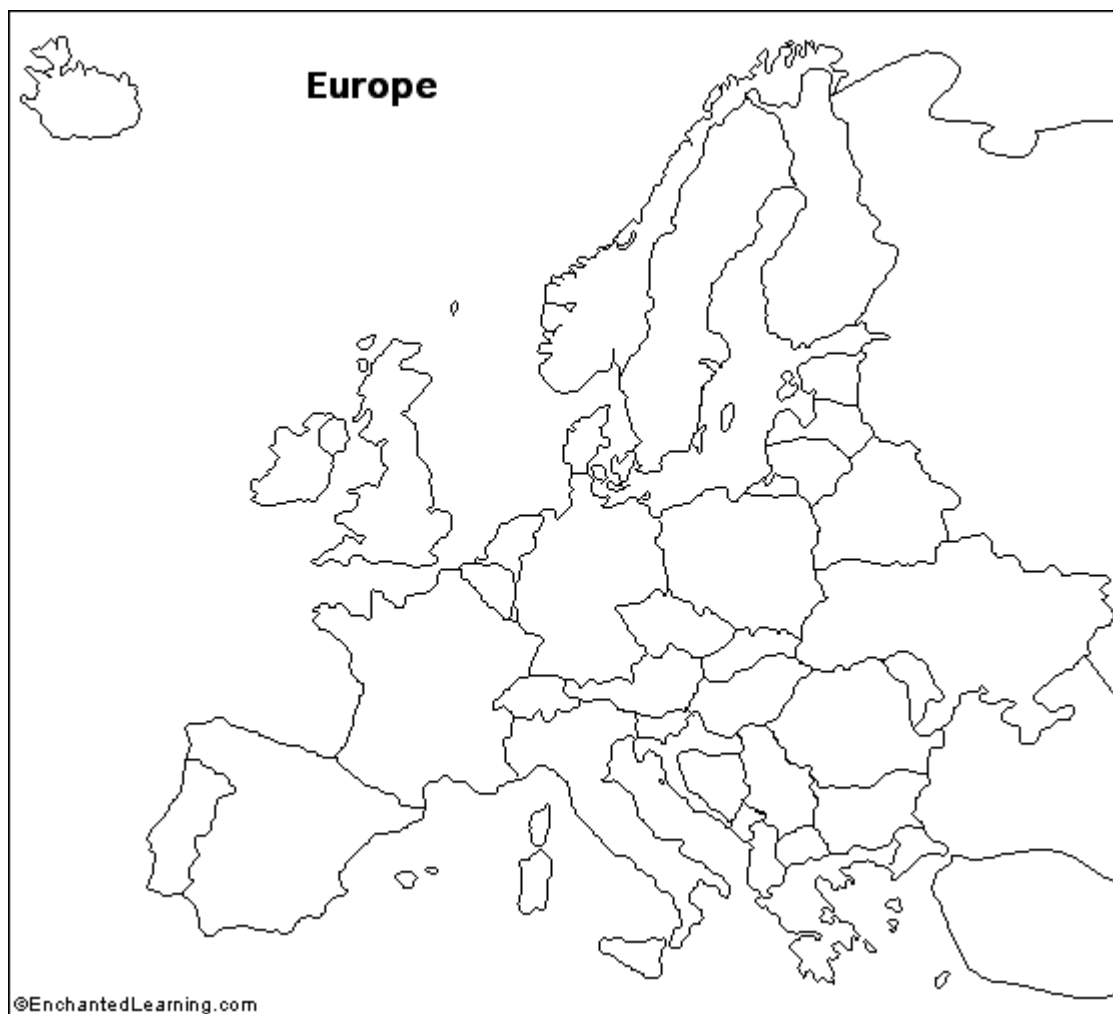
Řešení: Pokud pojmenuješ 10 států, tak je úkol hotový. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování: Za každý správně pojmenovaný stát máš jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání





3. kolo - 3. úkol; Stavění stanu

Zadání:

Každý tým má 5 minut na to, aby postavil jeho horolezec stan. Může se stavět i ve dvojici. Čas si musíte stopovat sami. Je důležité čas dodržet, aby mohli stavět všechny družstva. Pro kontrolu běžte za horským vůdcem.

Řešení -> Pokud stan stojí a horský vůdce vše schválí je úkol splněn.

3. kolo - 4. úkol; čtení na rychlost

Zadání:

Najdi si kolegu z tvého týmu, který ti změří čas. Máš dvě minuty na to, abys přečetl/a co nejvíce textu o R.Messnerovi.

Splněný úkol-> napiš pod své jméno do tabulky, kolik jsi stihl/a přečíst odstavců.



Reinhold Messner (* 17. září 1944) je italský horolezec německé národnosti, cestovatel a spisovatel. Mimo jiné je prvním horolezcem, který vylezl na všech 14 osmitisícovek, jako první vylezl na Mount Everest bez použití kyslíkového přístroje a jako první provedl na Mount Everest kompletní sólový výstup.

Kromě výstupů na vrcholy je známý i svými pěšími výpravami – prošel napříč Antarktidou, Grónskem a pouštěmi Taklamakan a Gobi. Neúspěšně se pokoušel přejít Arktidu ze Sibíře do Kanady.

Osmitisícovky

Messnerův první výstup na osmitisícovku – Nanga Parbat (8125 m) v červnu 1970 – skončil tragicky. Podařilo se mu sice spolu se svým bratrem Güntherem vystoupat na vrchol Rupálskou stěnou, což dosud nikdo nedokázal, na cestě zpět však vyčerpaný Günther zahynul v lavině a sám Reinhold byl na pokraji smrti. Měl takové omrzliny, že mu lékaři museli amputovat šest prstů na nohou.

Tato tragédie však Messnera od Himálají neodradila. Naopak, protože bez vlastních prstů nemohl tak dobře lézt po skalách, stalo se pro něj výzvou dobývání nejvyšších hor světa. Po půl roce přestal učit a studovat, začal se věnovat horolezectví profesionálně, začal přednášet a psát knihy.

V dubnu 1972 se zúčastnil své druhé himálajské expedice na Manáslu (8156 m). Podnikl úspěšný prvovýstup Jižní stěnou, následující noci však zemřeli ve sněhové bouři jeho dva kolegové – Andi Schlick a Franz Jäger. Po této druhé tragédii se Messner rozhodl, že bude lézt sám nebo jen s malým týmem.

Již od šedesátých let prosazoval myšlenku lézt na himálajské vrcholy alpským stylem, tedy nalehko a s minimální pomocí jiných osob. Tento styl byl v kontrastu k tehdejšímu mohutným expedicím s předem vybudovanými výškovými tábory, mnoha nosiči a s cestami zajištěnými fixními lany.

Mount Everest vylezl bez kyslíku

Po několika neúspěšných pokusech o dobytí osmitisícovek vylezl s Peterem Habelerem roku 1975 Severní stěnu vrcholu Gašerbrum I – Hidden Peak (8068 m) alpským stylem během pouhých tří dní (ze základního tábora na vrchol). A v květnu 1978 opět s Habelerem jako první na světě vystoupili na Mount Everest (8848 m) bez umělého kyslíku, čímž naprosto šokovali horolezeckou a lékařskou veřejnost. Již několik týdnů po návratu do Evropy se Messner vydal opět do Himálají a v srpnu 1978 vylezl jako první v historii na osmitisícovku sólově (sám ze základního tábora) – Nanga Parbat (8125 m) Diamírskou stěnou. V roce 1979 vylezl s Michaellem Dacherem na obávanou K2.

Vyvrcholením Messnerovy horolezecké kariéry byl sólový výstup na Mount Everest z tibetské strany v srpnu 1980 (po neúspěšném pokusu z června). V následujících letech se Messnerovi podařilo zdolat i ostatní osmitisícovky. V roce 1984 spolu s Hansem Kammerlanderem jako první přešli dvě osmitisícovky bez přerušení návratem do základního tábora – Gašerbrum I (8068 m) a Gašerbrum II (8035 m). Po výstupu na Lhoce (8516), se stal v říjnu 1986 prvním člověkem, který vylezl na všech čtrnáct osmitisícovek. V prosinci téhož roku se mu výstupem na Mount Vinson (4897) podařilo zkompletovat i Seven Summits, tj. 7 nejvyšších hor všech světadílů, jako teprve čtvrtému člověku (a prvnímu bez použití umělého kyslíku).

Dálkové přechody

V první polovině 90. let se věnoval především polárním přechodům. V roce 1990 uskutečnil 2800 km dlouhý přechod Antarktidy přes jižní pól, bez použití psů a techniky, o 3 roky později přešel Grónsko (2200 km) a o další 2 roky později se pokusil přejít Arktidu ze Sibíře do Kanady, ale neúspěšně.

V létě roku 1995, při přelézání hradní zdi v Juvalu, upadl a těžce si poranil patní kost. Přestože dlouhý čas nemohl ani chodit, v následujících letech podnikl výpravu do Altajského pohoří v Mongolsku a přechody pouští Atacama (Jižní Amerika) a Thár (Indie).

3. kolo - 5. úkol; hádanky

Zadání:

Přijď na řešení těchto sedmi hádanek.

Splněný úkol: Najdeš u horského vůdce. Pokud jsi vyřešil 4 hádanky, tak je úkol vyřešen.



Bodování: Za správné řešení je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

Běhá to okolo chalupy,
dělá to cupity dupity?

Běžím, běžím,
nemám dech.
Přitom ležím na zádech.
Kdo jsem?

Bílá jako mléko je,
tichem všechno přikryje.
Auto, domy, stromy, lidi nikdo neuvidí.

Čtyři rohy,
žádné nohy,
chaloupkou to pohne?

Do šatu mě nabíráš,
pak přede mnou zavíráš,
v teple pro mne slzí oči,
vše se za mnou venku točí,
beru z hlavy klobouky,
nepouštěj mne do mouky.
Kdo jsem?

Sedí panna v síti,
oči se jí svítí?

Chodí v koruně,
král není,
nosí ostruhy,
rytíř není. Má šavli,
husar není,
k ránu budívá,
ponocný není?

3. kolo – 6. úkol; Angličtina

Zadání: Vyřeš anglickou křížovku

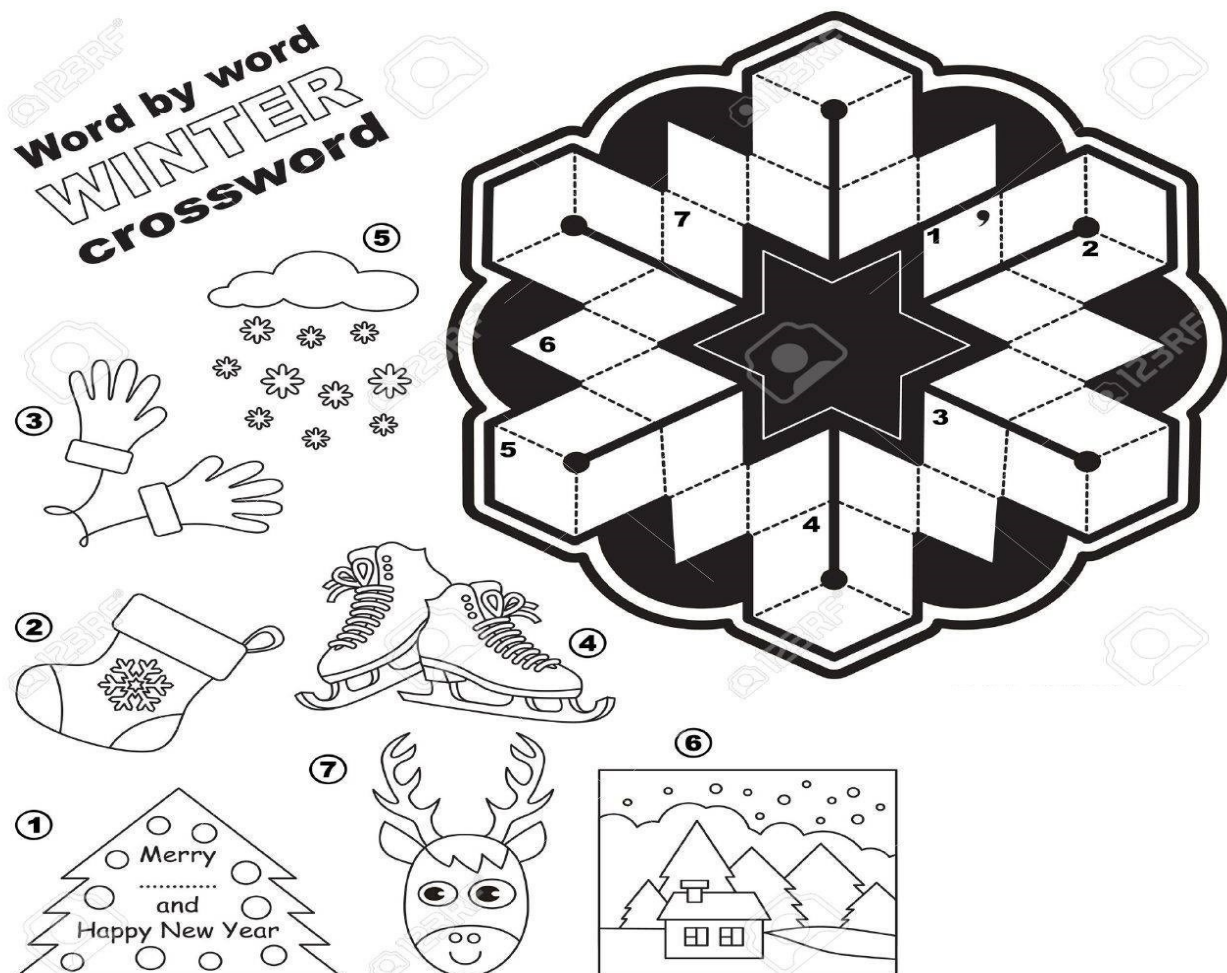


EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Splněný úkol -> Pokud máš správně vylustěnou křížovku, tak je úkol za tým splněný. Řešení najdeš u svého horského vůdce.

Bodování -> za každé správné přeložené slovo jeden bod. Součet si napiš ke svému jménu.



3. kolo - 7. úkol; tajenka

Zadání:

Vylušti uvedenou tajenku.

Splněný úkol -> Pokud jsi přišel na 7 a více slov, tak je úkol vyřešen za tým. **Zkontroluj si řešení u svého horského vůdce.**

Bodování -> za každé správné slovo je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.



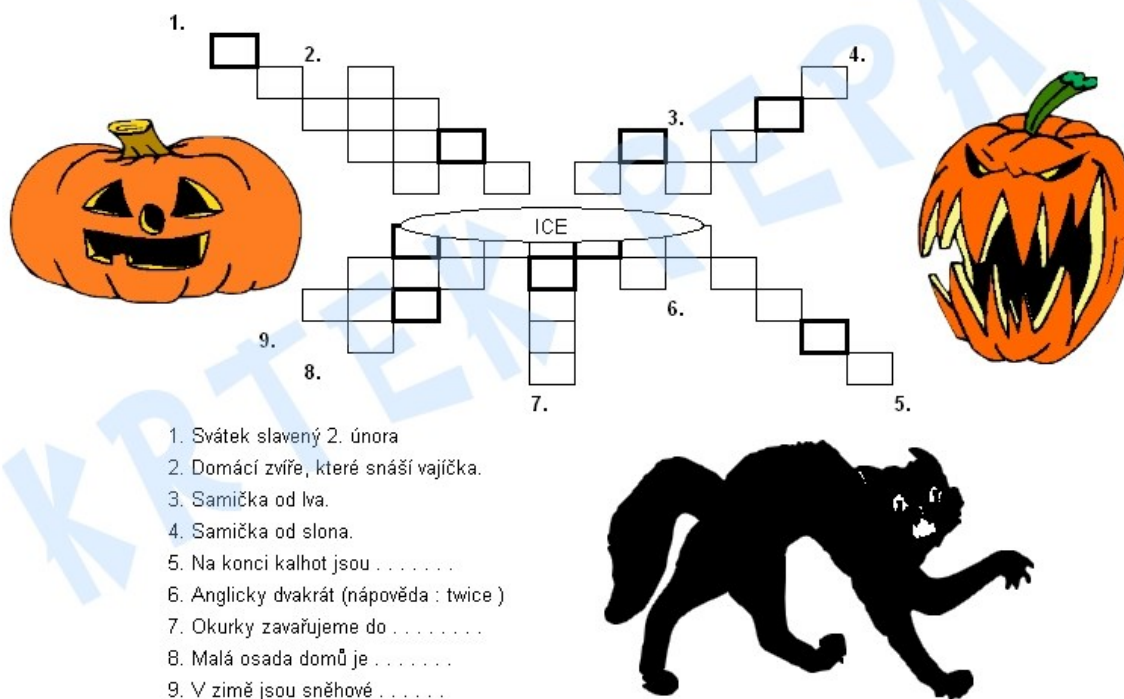
EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

TAJENKA ŘÍJEN 2010

Doplňujte slova tak aby vždy byla koncovka „ice“.

Postupujte od 1 do 9 a v tlustých políčkách vám vznikne tajenka :-)



1. Svátek slavený 2. února
2. Domácí zvíře, které snáší vajíčka.
3. Samička od lva.
4. Samička od slona.
5. Na konci kalhot jsou
6. Anglicky dvakrát (nápověda : twice)
7. Okurky zavařujeme do
8. Malá osada domů je
9. V zimě jsou sněhové

3. kolo - 8. úkol; Poznávání stromů

Zadání: Napiš vedle obrázku z jakého stromu dané listí pochází.

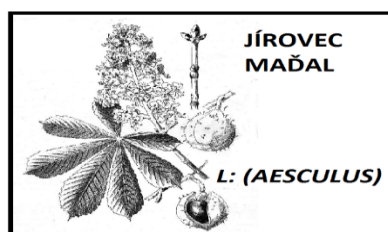
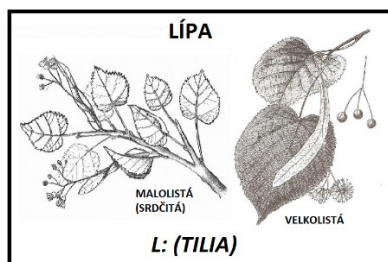
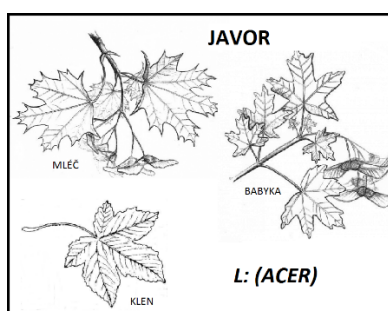
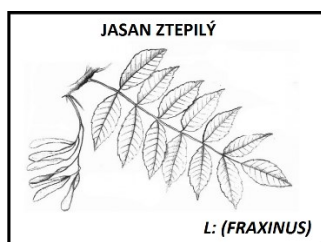
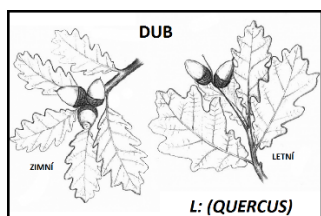
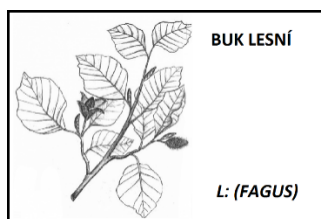
Řešení-> Pokud jsi uvedl 5 správně, tak je úkol splněn. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování-> Za každý správný strom máš jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



3. kolo - 9. úkol; Harry Potter

Zadání:



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Jak se jmenují všechny knižní díly Harryho Pottera?

Řešení-> Pokud jsi napsal 5 dílů, tak je úkol za tým hotový. U horského vůdce si zkontroluj řešení.

Bodování-> za každý díl je jeden bod. Součet bodů si napiš ke svému jménu.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

3. kolo - 10. úkol; Zdravověda

Zadání:

Napiš, co znamená pravidlo pěti T u první pomoci. Všechny činnosti začínají na písmeno T a měli bychom poskytnout jako zachránci zraněnému.

Řešení -> Pokud jsi doplnil/a tři a více položek, tak je úkol splněný. Zkontroluj u svého horského vůdce.

Bodování -> za každou položku je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.

1. Ti....
2. Te.....
3. Tek.....
4. Tiš....bo
5. Tr.....

3. kolo – 11 úkol; hudba

Zadání:

Zazpívej první sloku české národní hymny svému horskému vůdci.

Řešení -> Pokud jsi zazpíval hymnu alespoň dozemský ráj to na pohled. Máš úkol splněný za tým.

Bodování -> Pokud jsi zazpíval celou hymnu, tak máš 5 bodů ke svému jménu.



3. kolo - 12 úkol; historie a ČR

Zadání:

Spoj název pojmenování naší republiky se správným obdobím.

Řešení -> Pokud jsi spoji správně tři názvy se správným obdobím, tak jsi úkol splnil. Zkontroluj u svého horského vůdce.

Bodování -> za každý správně určený název je jeden bod. Součet si napiš pod své jméno.

- | | |
|---|-------------|
| 1. Československo | 1990 – 1993 |
| 2. Československá socialistická republika | 1993 - nyní |
| 3. Československá – federativní republika | 1960 - 1989 |
| 4. Česká republika | 1918 – 1960 |

3. kolo – 13. úkol; háčky se slovy

Zadání:

Během čtyř minut přijď na co nejvíce předmětů, které zároveň odpovídají dvěma kritériím.

Řešení: **Nech zkontrolovat horského vůdce.** Za každý vymyšlený předmět je jeden bod. Počet bodů napiš pod své jméno.

Červené a nejedlé:

Kulaté a teplé:

3. kolo – 14. Úkol; římské číslice

Zadání: Porovnej od největšího čísla po nejmenší. Přepis udělej v arabských číslicích.

Řešení: Pokud máš pět ze šesti správně, tak je úkol vyřešený. Zkontroluj u horského vůdce.

Bodování: Za každý správně přepsaný letopočet je jeden bod. Součet bodů si napiš pod své jméno.



Porovnej od největšího

DCCXX, MCDX, XXXII, MMXIV,
CCCV, MCCCXLVIII



3. kolo – 15. Úkol; angličáky

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik uděláš angličáků za minutu a půl (90 sekund).

Máš dva pokusy.

Řešení-> Pokud si udělal 20 a více angličáků, tak máš úkol vyřešený. Napiš nejlepší pokus k tvému jménu.

3. kolo – 16. Úkol; švihadlo

Zadání:

Najdi si horolezce z vašeho týmu, který stopuje čas a popros ho, aby ti změřil, kolik skoků přes švihadlo uděláš během dvou minut čtyřmi různými způsoby. Každý způsob trvá 30 sekund a plynule se přechází na další. Kolega, který stopuje, vždy v 25 vteřině začne odpočítávat 5, 4, 3, 2, 1 změna.

5. Způsob – zezadu dopředu
6. Způsob – zezadu dopředu
7. Způsob – „na koníčka“
8. Způsob – vajíčko.

Řešení-> napiš součet všech přeskoků k tvému jménu.



3. kolo – 17. úkol; kreslení

Zadání:

Nakresli horolezce a vedle něho lano a batoh.

Řešení: S namalovaným obrázkem jdi za svým horským vůdcem. Ten uzná, zda je úkol splněn.

3. kolo – 18 úkol; chuť

Zadání:

Poznej aspoň pět chutí.

Řešení-> Zavolej svého horského vůdce a poznej alespoň 5 chutí. Pokud jsi poznal/a pět chutí, tak je úkol splněn.

Bodování ->Za každou chuť jeden bod. Součet chutí napiš pod své jméno.

3. kolo – 19. úkol; oheň

Zadání:

Najdi si svého kolegu z týmu, který měří čas. Tvým úkolem je zapálit za pomoci sirek a materiálu k tomu určenému oheň, aby hořel alespoň dvě minuty.

Řešení-> Pokud oheň vydržel hořet jednu minutu a více, tak je úkol splněný.

Bodování ->Za každou půlminutu je jeden bod.

2. kolo - 20 úkol; volná disciplína

Zadání:

Zde se domluvte, kdo předvede horskému vůdci nějakou jeho dovednost či znalost. Vše se počítá.

Hraješ rád pc hry a chceš ji vysvětlit horskému vůdci?

Přečetl jsi knihu?

Znáš všechny dinosaury, kteří žili.

Umíš si jazykem dotknout nosu?

Řešení: Ukaž horskému vůdci jakoukoliv tvoji znalost či dovednost. Zapiš do tabulky, co jsi dělal.



Příloha č. 10 Videoukázky

Příloha č. 11 Galerie hrdinů – formulář – Tematický blok č. 4 – Kdo jsou naši hrdinové, téma č. 1 – Galerie hrdinů, 1. den večerní program – 19:30

[illegible]

EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Pracovní listy A + B

PLÁNOVÁNÍ A PŘÍPRAVA

CO BUDEME POTŘEBOVAT:

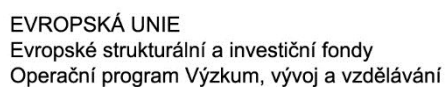
CO BUDE MÍT KDO NA STAROSTI V PŘÍPRAVNÉM OBDOBÍ:

KDI:

CO CINCI:

KDY:

KDO MI POMŮŽE:	PROPAGACE:	ÚKOL:	KDO:	CO:



REALIZACE

ZHODNOCENÍ

CO BUDE MÍT KDO NA STAROSTI
BĚHEM USKUTEČNĚNÍ AKCE:

CO SE Povedlo:

JAK POZNÁM, ŽE SE TO Povedlo:

CO UDĚLÁME PŘÍŠTĚ JINAK:

ÚKOL:

KDO:



Příloha č. 13 Metoda 6 klobouků – Tematický blok č. 5 – Vymýšlení projektů, téma č. 4 – pracovní listy, 2. den dopolední program – cca v 11:20

Metoda 6 klobouků	
Proces – modrý klobouk	Fakta – bílý klobouk
- řízení projektů - řízení celé akce - plánování Přemýšlíme, kde se v projektu nacházíme, co je potřeba udělat pro realizaci.	- Řeč čísel a faktů. - Používáme fakta, čísla, důkazy. - Nehodnotíme. - Co můžeme měřit řečí čísel.
Nové nápady – zelený klobouk	Pozitiva, výhody – žlutý klobouk
- Hledání nových možností, které nás ještě nenapadli - Hledání nových řešení.	- Hledáme a pojmenováváme pozitiva projektu. - To co je dobré, co nás těší. - Přínosy, motivace.
Pocity – červený klobouk	Negativa, hrozby – černý klobouk
- Jaký máme z projektu a z celé věci vnitřní pocit. - Naslouchání své intuici. - Jak to cítíte? Jak se nám pocitově chce do realizace celé akce.	- Pojmenováváme hrozby, rizika, negativa. - Říkáme si potenciální hrozby, které by mohly ohrozit projekt.

Příloha č. 14 Himalájská expedice – Tematický blok č. 8 – Zdolávání Everestu, téma č. 2 Zdolávání Everestu

Příloha č. 14_1 – Himalájská expedice - názvy vrcholů

1. Mount Everest 8 848 m	2. K2 – Čogori 8 611 m
3. Kančendženga 8 501 m	4. Lhoce 8 597 m
5. Makalu 8 172 m	6. Dhaulágiri 8 481 m
7. Čho Oju 8 153 m	8. Nanga Parbat 8 126 m
9. Manaslu 8 125 m	10. Annapurna 8 078 m
11. Hidden Peak 8 068 m	12. Broad Peak 8 051 m
13. Gašerbrum II 8 035 m	14. Šišapangma 8 013 m



Příloha č. 14_2 - Himalájská expedice – povolenky (permity)

Kančendženga 8597m
K 2 - Čogori 8611m
Dhaulágiri 8172m
Čho Oju 8153m
Nanga Parbat 8126m
Manaslu 8125m
Broad Peak 8051m
Gašerbrum II 8035
Šišapangma 8013m
Makalu 8481m



Lhoce 8501m
Annapurna 8078
Hidden Peak 8068m

Příloha č. 14_3-Himalájská expedice _ hádanky

1. Čtyři rohy, žádné nohy, chaloupkou to pohne. Kdo to je? (hlemýžď)
2. Dvě kukačky vedle sebe sedí, jedna druhou nevidí. Co je to? (oči)
3. Běžím, běžím, nemám dech. Přitom ležím na zádech. Kdo jsem? (řeka)
3. Truhláři mě nejlíp znají, pěkné dřevo ze mě mají. (strom)
4. Nemám ruce, nemám nohy a přeci dveře otevírá. (vítr)
5. Neustále to mění tvar a přesto je to stále kulaté. (měsíc)
6. Přišel k nám bílý kůň, zalehl nám celý dvůr. (sníh)
7. Patří ti to, ale tvoji přátelé to používají více, než ty. (tvé jméno)
8. Čtyři rohy, žádné nohy. Chodí to, stojí to. (dveře)
9. Čtyři rohy, žádné nohy, jenom břicho veliké. (polštář)
10. Je velké jako jablíčko a kůň je z jámy nevytáhne. (klubko provázku)
11. Jen jedna řada zubů, a přeci tuze kousá. (pila)
12. Sedí panenka v komoře, má vlasy venku na dvoře. (mrkev v záhonu)
13. Na bojovém poli jsem druhý zprava i zleva. Do boje vyrážím tak, jak je třeba. Dva kroky vpřed a jeden vždy v bok. Tráva pode mnou se střídá každým skok. Kdo jsem? (jezdec v šachách)
14. Co se vyskytuje jednou v minutě, dvakrát v každém momentě, ale ani jednou v roce? (písmeno M)
15. Tloustnu a hubnu ze vzduchu, štamgasta zvolá ejchuchu. Nosím se jak mimino, žebra stojí v domino. (harmonika)
16. Mám města, ale ne domy. Mám hory, ale ne stromy. Mám řeky, ale ne ryby. (mapa)
17. Když mne ubíráte, rostu. Když mi přidáváte, zmenšuji se. (Jáma)



18. Měříte můj život v hodinách a sloužím vám tím, že zanikám. Jsem rychlá, když jsem hubená a pomalá, když jsem tlustá. Vítr je můj nepřítel. (svíčka)
19. Můžeš mne uchopit svou levou rukou. Pravou to ale nikdy nedokážeš. Kdo jsem? (pravá ruka)
20. Jsem ze dřeva a papíru, spálit mne však nejde. Kdo jsem? (popel)
21. Máš-li mne v kapse, nemůžeš tam mít nic jiného. Kdo jsem? (díra)
22. Když vyslovíš mé jméno, zničíš mne. Kdo jsem? (Ticho)
23. Jen půl roku pracuji, do žeber si pumpuji. Děvče svléknu během chvilky, stačí pustit více žilky. Plyn, proud i ta voda je mou krevní skupinou, přijde-li však velká vada, škrtni sirkou jedinou. (topení)
24. V košilce malé po světě běhá. Rodí se z radosti, žije si s lehkostí. Do trávy lehá, říkají jí.....(mlha)
25. Smutek, žal a trápení o práci se přičiní, rytíř pro mě život dá, gentleman mě rád podá. Upomínka na těle, nevolej pak přítele. (kapesník)

Příloha č. 14_4 – obtížná místa a úkoly

VAŠI VÝPRAVU ZASTIHLA NOC A MUSÍTE NOUZOVĚ BIVAKOVAT !

**DÁL MŮŽETE POKRAČOVAT POUZE
POKUD MÁTE S SEBOU 5 SPACÁKŮ A
5 BATOHŮ S VYBAVENÍM**

**POKUD JE NEMÁTE, OBSTAREJTE SI
JE NEBO SE BUDETE MUSET ZAHŘÁT
JINAK - STRÁVIT ZDE 1 MINUTU
(POČÍTEJTE POMALU DO ŠEDESÁTI) V
KLIKU (MŮŽE BÝT I NA LOKTECH)**



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

VAŠE VÝPRAVA SPADLA DO LEDOVCOVÉ TRHLINY!

DÁL MŮŽETE POKRAČOVAT, POUZE
POKUD MÁTE S SEBOU HELMU PRO
KAŽDÉHO Z VAŠÍ SKUPINY (5 KS) A 3
LANA

POKUD JE NEMÁTE, OBSTAREJTE SI
JE NEBO MŮŽETE MÍSTO TOHO
PŘIVOLAT POMOC - VYMYSLTE ZDE
BÁSEŇ O 4 VERŠÍCH KTERÁ
POPISUJE VAŠI SITUACI A NAHLAS JI
SPOLEČNĚ ODRECITUJTE

VAŠE VÝPRAVA DORAZILA K ROZSÁHLÉ LEDOVCOVÉ PLOŠE!

PŘEKONAT JI A POKRAČOVAT DÁL
MŮŽETE POUZE POKUD MÁTE S
SEBOU 4 x MAČKY A 5 x DOBRÉ BOTY

POKUD JE NEMÁTE, OBSTAREJTE SI
JE NEBO BUDETE MUSET
DOSÁHNOUT VRCHOLU
BEZPEČNĚJŠÍM ZPŮSOBEM NEŽ
CHŮZÍ - POHYBUJTE SE TAK, ŽE SE V
KAŽDÉ CHVÍLI MUSÍTE DOTÝKAT
ZEMĚ MIN 3 KONČETINAMI A VOLNOU
KONČETINU MŮŽETE POSUNOUT
VŽDY JEN O JEJÍ DÉLKU (DLAŇ NEBO
STOPU), ABYSTE NESKLOUZLI ZPĚT K
ÚPATÍ

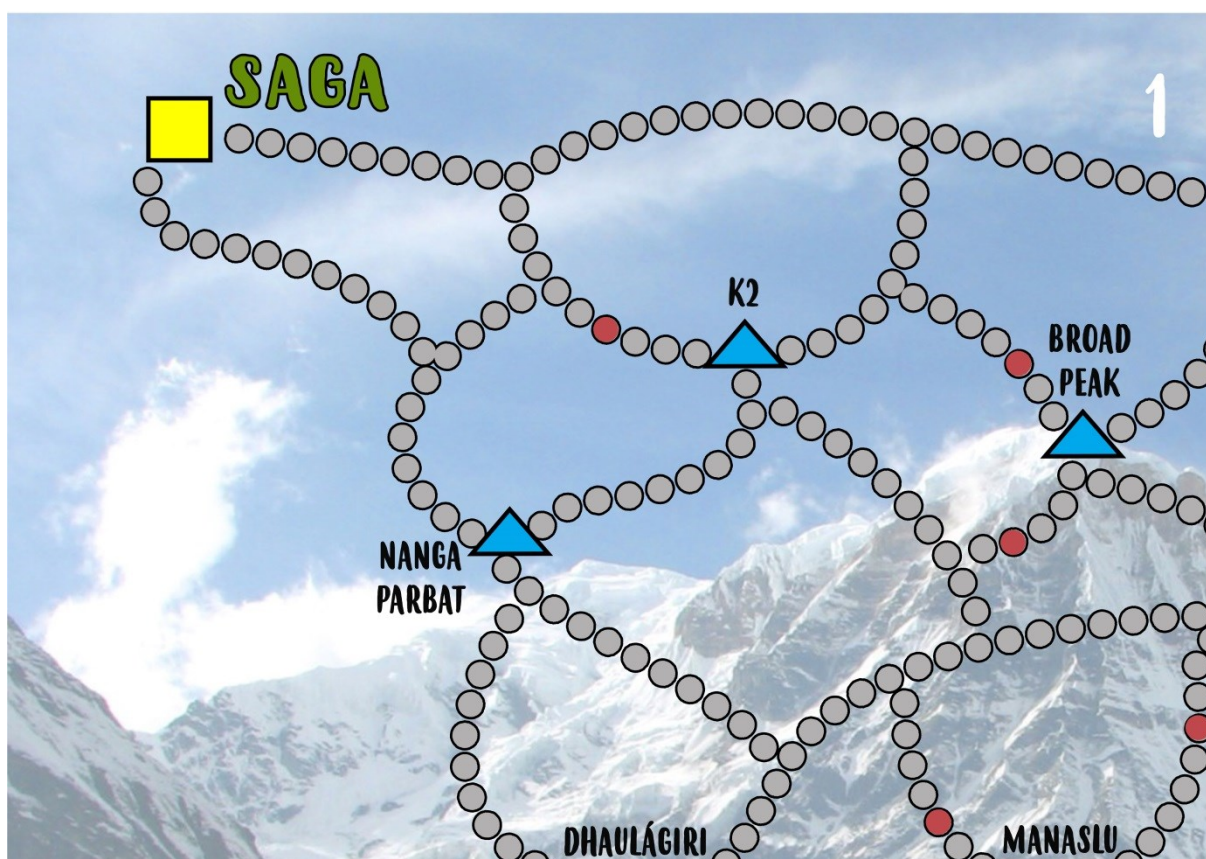


VAŠE VÝPRAVA DORAZILA K VELKÉMU A NEBEZPEČNÉMU LEDOPÁDU!

DÁL MŮŽETE POKRAČOVAT POUZE
POKUD MÁTE S SEBOU 3 x SKOBY A
5 x CEPÍN

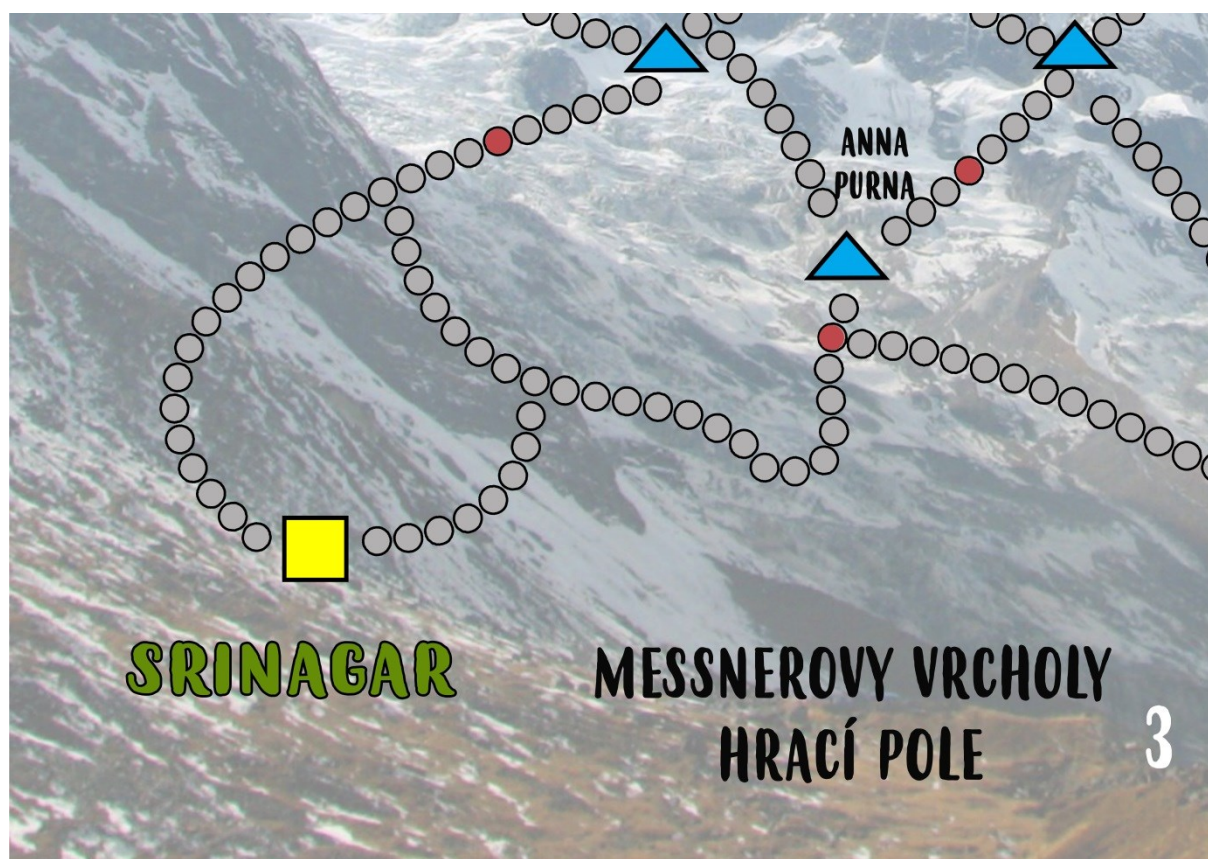
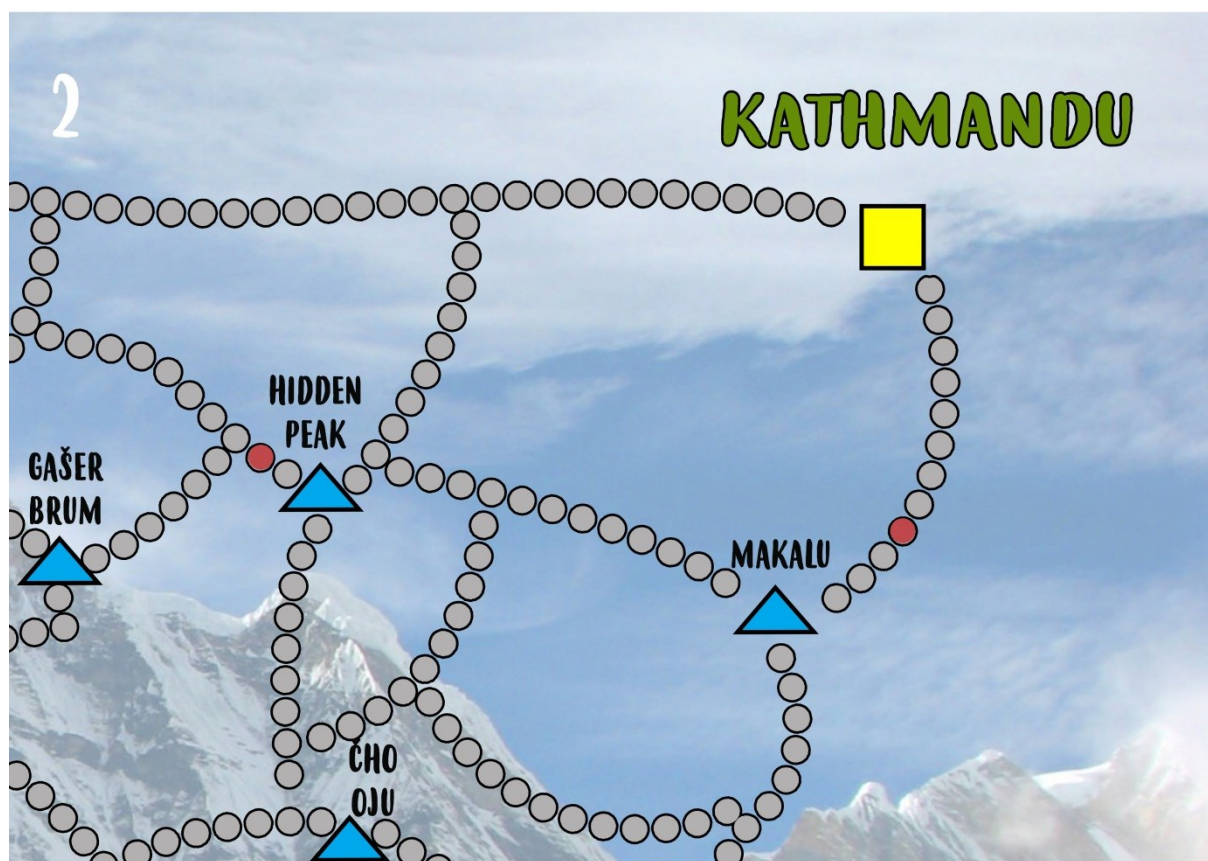
POKUD JE NEMÁTE, OBSTAREJTE SI
JE NEBO BUDETE MUSET ZDOLAT
PŘEVÝŠENÍ JINAK - NA STROMĚ V
OKOLÍ SE UDRŽTE VLASTNÍMI SILAMI
ALESPOŇ PŮL MINUTY (POČÍTEJTE
POMALU DO TŘICETI) TAK, ABYSTE
BYLI ALESPOŇ 30 CM NAD ZEMÍ A
NEDOTÝKALI SE ŽÁDNOU ČÁSTÍ TĚLA
NIČEHO JINÉHO NEŽ STROMU

Příloha č. 14_5 – hrací pole



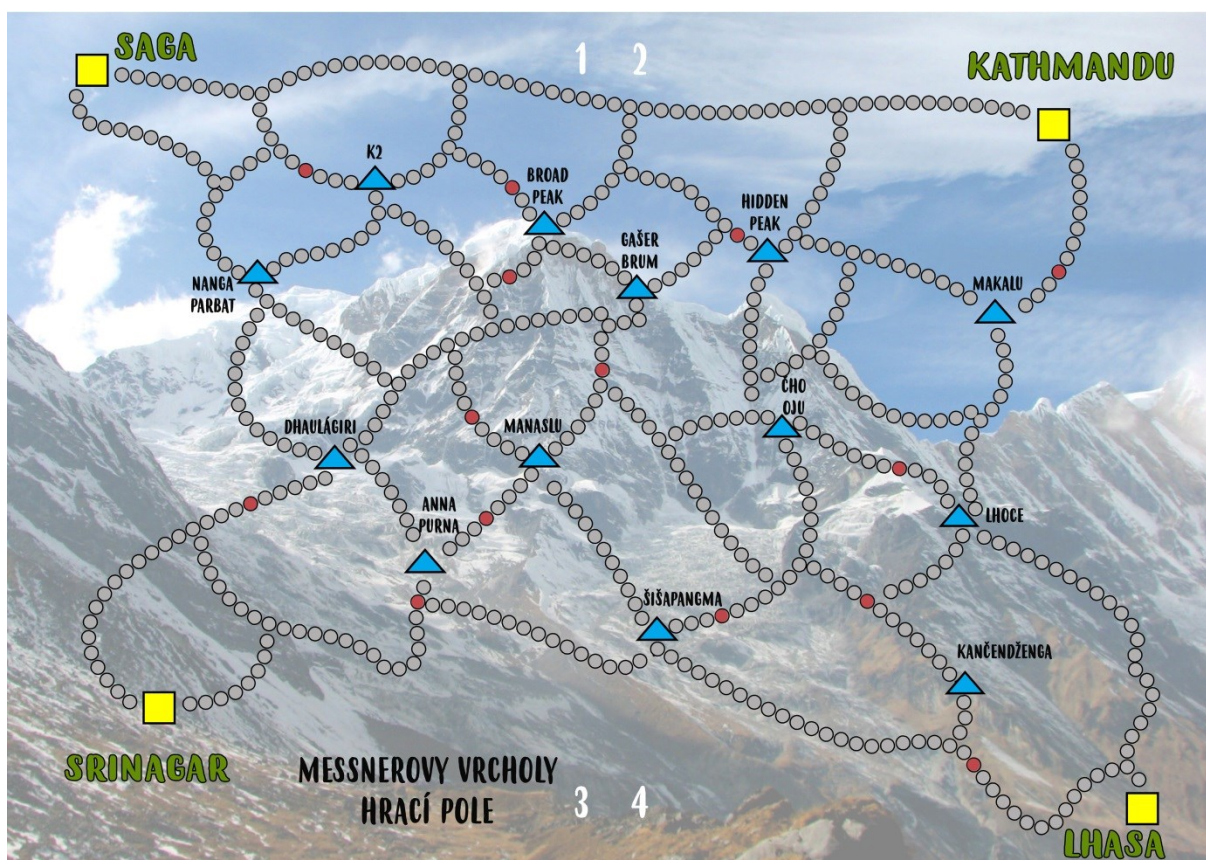
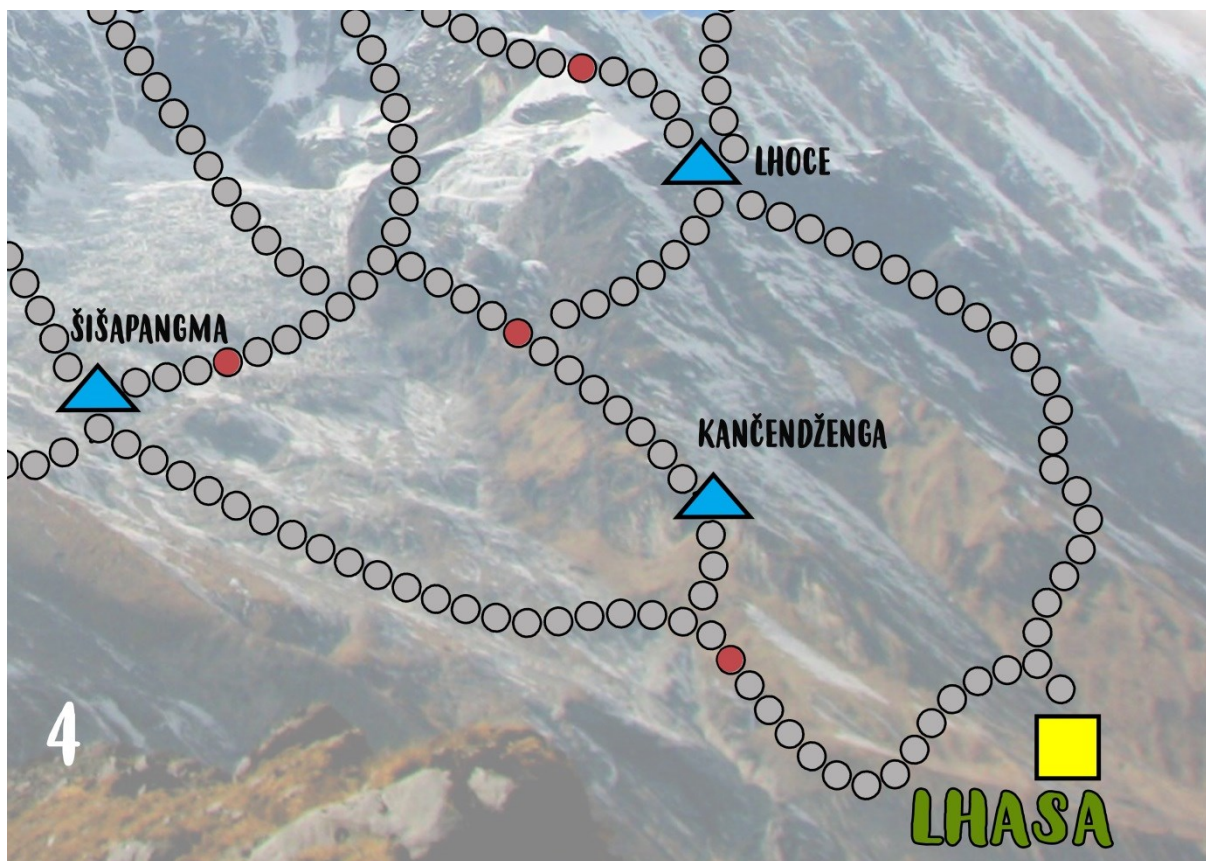
EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Hrací pole celek



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Příloha č. 14_6 - flipchart s názvy vrcholů a názvy expedic o zdolávání vrcholů

Zdolané vrcholy				
	Tým 1	Tým 2	Tým 3	Tým 4
1. K2 – Čogori 8611 m				
2. Kančendženga 8501 m				
3. Lhoce 8597 m				
4. Makalu 8172 m				
5. Dhaulágiri 8481 m				
6. Čho oju 8.153 m				
7. Nanga Parbat 8126 m				
8. Manaslu 8125 m				
9. Annapurna 8078 m				
10. Hidden Peak 8068 m				
11. Broad Peak 8051 m				
12. Gašerbrum II. 8035 m				
13. Šišapangma 8013 m				

Příloha č. 15 – Pamětní listina, Tematický blok č. 8, téma č. 2 – Zdolávání Everestu, Výstup na Mount Everest

Pamětní list Mount Everestu (8850 m n. m)

Vrcholu nejvyšší hory světa dosáhnou jen ti nejodvážnější a nejvytrvalejší. Mnoho horolezců muselo svou cestu na nejvyšší vrchol světa vzdát, mnozí se již nevrátili. Jen ti nejlepší Mt. Everestu dosáhli a vrátili se zpět.

Dnes (doplňte datum a rok) dosáhla Expedice (doplňte název vaší školy či skupiny) nejvyšší hory světa Mount Everestu. Připojila se tak k těm nemnohým odvážlivcům, kteří to dokázali.

Svým podpisem zde se zapište do společenství statečných, kteří nejvyšší horu světa zdolali před vámi.

Příloha č. 15 – Pamětní listina – fotka Radka Jaroše, Tematický blok č. 8, téma č. 2 – Zdolávání Everestu, Výstup na Mount Everest



RADEK, Jaroš. [online]. [cit. 13.6.2020]. Dostupný na WWW: <https://www.reflex.cz/clanek/causy/73533/radek-jaros.html>



Příloha č. 15 – Pamětní listina – fotka Sir E. Hillary, Tematický blok č. 8, téma č. 2 – Zdolávání Everestu, Výstup na Mount Everest

[online]. [cit. 13.6.2020]. Dostupný na WWW: <https://lideahory.cz/clanek/legendarni-sir-edmund-hillary-1919-2008>



Příloha č. 15 – Pamětní listina – fotka Sir E. Hillary a Tenzing Norgay, Tematický blok č. 8, téma č. 2 – Zdolávání Everestu, Výstup na Mount Everest

[online]. [cit. 13.6.2020]. Dostupný na WWW: <https://lideahory.cz/clanek/legendarni-sir-edmund-hillary-1919-2008>



Příloha č. 16 – úkoly na trase k M. Everestu, Tematický blok č. 8, téma č. 2 – Zdolávání Everestu, Výstup na Mount Everest



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Úkoly (obtížná místa):

1. Táhneme za jeden provaz

Všichni žáci – celá Expedice se musí držet lana do odvolání. Po skončení úkolů musí nějaký žák či žáci z Expedice nést lano.

Důvod: simulace toho, že tým má táhnout za jeden provaz

2. Koridor pochybností

Žáci i lektoři vytvoří špalír (zástup ze dvou řadách lemující průchod), poté každý žák po jednom špalírem prochází. Všichni říkají různá slova pochybností: „ To nedáte“, „ To si neumím představit“, „Nestihnete to“, „Jak to tihle můžou dát“, „To nepůjde“ aj.

Důvod: simulace pochybností od okolí a jaké pocity to v nás vyvolává

3. Koridor vzájemné podpory

Funguje stejně jako koridor pochybností, ale místo toho se říkají slova podpory: „ To dáme“, „Zvládneme to“, „Dokážeme to“, „Nevzdáme se“, „Stihneme to“, „Pomůžeme si“

Důvod: simulace podpory od okolí a jaké pocity to v nás vyvolává.

4. Boj proti trdomyslnosti

Expedici postihla trdomyslnost. Aby se mohlo jít dál, tak musí zaznít alespoň pět vtipů.

Důvod: Občas se mohou během projektu objevit myšlenky, že to nemá cenu realizovat atd.

5. Sněžný slepota

Pět žáků z Expedice se zaváží oči a oni nevidí. Jejich kolega či kolegové je musí vést.

Důvod: V týmu bychom si měli navzájem důvěřovat.

6. Ticho

Na pět minut musí celá Expedice dodržovat absolutní ticho.

Důvod: V projektu někdo přestal komunikovat.

7. Zranění

Pět žáků je zraněno. Mají omrzliny na nohou. Někdo jiný je musí nést na zádech či dva žáci udělají stoličku z rukou a nesou zraněného.

Důvod: Nastoluje se téma vzájemné pomoci

Příloha č. 17 – Cesta k úspěchu, Tematický blok č. 8, téma č. 3 – Cesta k úspěchu





5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů

Metodické podklady jsou podrobně popsány v příslušné metodické části.

Metodické přílohy k programu jsou dostupné na adrese: <https://uloz.to/file/jw1Sdvpb3dp0/prilohy-pk-v-jeste-jsme-tady-zip>

a též v související části sekce Soubor materiálů k realizaci.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi

Zpráva o ověření programu v praxi Závěrečná

V závěrečné zprávě uvádějte souhrnné informace shrnující/rekapitulující celý proces (všechna) ověření programu, popř. informace o ověření programu, které bude realizováno jen s jednou ověřovací skupinou.

I.

Příjemce	CEDU – Centrum pro demokratické učení, o.p.s.
Registrační číslo projektu	CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_032/0008093
Název projektu	Demokracie zážitkem
Název vytvořeného programu	V. Ještě jsme tady: Zážitkový program pro žáky 8. - 9. ročníku (3x8h mimo školu)
Pořadové číslo zprávy o realizaci	4

II.

Místo ověření programu	Datum ověření programu	Cílová skupina, s níž byl program ověřen ¹
Vyhlídky u Blanska	16. - 18. 9. 2019	25 žáků 8. ročníku ZŠ Masarova
Vrbno p. Pradědem	19. - 21. 2. 2020	25 žáků 8. ročníku ZŠ Krnov
Kaprálův Mlýn, Ochoz u Brna	2. - 4. 3. 2020	24 žáků 8. ročníku ZŠ Nedvědova Olomouc

¹ Uvedte stručně charakteristiku a velikost skupiny (např. 25 žáků 7. ročníku ZŠ apod.) a název organizace.



III.

1. Stručný popis procesu ověření programu

a) Jak probíhalo ověření programu (organizace, počet účastníků, počet realizátorů atd.)?

Příprava ověření upravené verze vzdělávacího programu probíhala od července 2019. Manažer klíčové aktivity s koordinátorkou škol nejdříve zjišťovali potřeby zapojené školy, na jejichž základě připravili návrh programu. Připravený program konzultovali s didaktickým konzultantem tak, aby co nejvíce odpovídal identifikovaným potřebám školy.

S návrhem programu zážitkového kursu „Ještě jsme tady“ byli poté seznámeni dva lektori, kteří ho vedli. Programu kursu se zúčastnilo 25 žáků z 8. ročníku ZŠ Masarova, 25 žáků z 8. ročníku ZŠ Krnov a 24 žáků z 8. ročníku ZŠ Olomouc. Na metodickou správnost ověřování na místě dohlížel manažer aktivity a didaktický konzultant, který program po celou dobu pečlivě sledoval a připravoval si poznámky pro evaluaci programu. Zároveň program se školou z organizačního a logistického hlediska zajišťovala koordinátorka škol. Ověřování se tedy zúčastnilo 5 realizátorů.

b) Jaký byl zájem cílové skupiny?

Celkově byl zájem škol o ověřování programů rozvíjejících kompetence pro demokratickou kulturu právě u nich ve škole skutečně enormní. Ještě před začátkem projektu jsme oslovili školy, které s naší organizací v minulosti spolupracovaly. Zájem jich projevil dokonce více, než můžeme v rámci 18 ověřování, jež jsou v projektu naplánovány, vůbec pokrýt.

Zájem konkrétní cílové skupiny tohoto kursu – žáků z 8. - 9. ročníku ZŠ – byl též poměrně veliký. Nakonec se po dohodě se školou ověřování účastnili žáci z 8. ročníku ZŠ Masarova, ZŠ Krnov a ZŠ Olomouc.

c) Jaká byla reakce cílové skupiny?

Cílová skupina – žáci 8. ročníku ZŠ Olomouc – reagovala na ověřovaný program kursu velmi pozitivně. V průběhu kursu se žáci nadšeně zapojovali do připraveného programu a veškeré předkládané úkoly podstupovali s entuziasmem. Při společné závěrečné reflexi velmi oceňovali průběh kursu, který vnímali jako motivační, tmelící a inspirativní.

Cílová skupina – žáci 8. ročníku ZŠ Masarova – reagovala na ověřovaný program kursu velmi kladně. V průběhu kursu byli žáci aktivní a tvořiví, do aktivit se zapojovali s nadšením. Při společné závěrečné reflexi kursu velmi oceňovali, protože „jim dal hodně inspirace a námětů k zamyšlení.“

Cílová skupina – žáci 8. ročníku ZŠ Krnov – reagovala na ověřovaný program kursu též velmi pozitivně. V průběhu kursu se žáci aktivně zapojovali do připraveného programu a veškeré předkládané úkoly tvořivě překonávali. Při společné závěrečné reflexi velmi oceňovali průběh kursu, který vnímali jako inspirativní jak pro celou skupinu, tak pro jednotlivce.

Ze zpětné vazby od žáků vyplývá, že se jim program velmi líbil, oceňovali především motivační složku kursu, jak pro ně jako pro skupinu, tak pro využití svého potenciálu. Stejně tak vyzdvihovali inspiraci k vytváření projektů, které je budou zároveň bavit. Dále oceňovali především možnost



poznání se v situacích, ve kterých se běžně nezažívají, rozvoj vzájemné spolupráce a v neposlední řadě spoustu zábavy. Na samotném programu kurzu by žáci nic neměnili.

2. Výsledky ověření

a) Výčet hlavních zjištění/problémů z ověřování programu:

Cíle programu:

- Účastníci programu posílí svou motivaci do participace na školním společenství a jeho aktivní proměně.
- Účastníci programu posílí vlastní měkké komunikační dovednosti.
- Účastníci programu posílí svou vlastní občanskou/žakovskou uvědomělost.

Program jsme vzhledem k realizaci mimo školu situovali do legendy Himalájské výpravy a všechny využití aktivity jsme rámování touto legendou přizpůsobili. Legenda se velmi osvědčila, žáky zaujala a v mnoha případech je motivovala k většímu zapojení do aktivit, proto její využití v programu ponecháme a ještě ji více podpoříme.

První den dopoledne: úvod do legendy, seznámení se základním táborem (místem konání kurzu), naladění a prohloubení vzájemných vztahů: úvod kurzu proběhl velmi dobře, především seznámení s legendou kurzu účastníky velmi zaujalo a osvědčila se část vzájemného naladění.

První den odpoledne: aktivita Výcvikový tábor, která umožnila žákům ověřit si, jak se mohou vzájemně doplňovat a podpořit, využívat potenciál jednotlivých účastníků. Aktivita žáky bavila a velmi oceňovali, že se v ní mohl každý uplatnit a navíc si vyzkoušeli i mnoho nových věcí. Byla zajištěna větší plynulost a návaznost jednotlivých úkolů.

U účastníků ZŠ Masarova byla využita v této fázi aktivita ekosystémy, která pro zajištění většího dopadu byla přetvořena ve výše uvedenou aktivitu Výcvikový tábor.

První den večer: aktivita Galerie hrdinů – umožnila žákům uvědomit si, jestli se identifikují spíše s hrdiny nebo s idoly, kdo je jejich největší hrdina a co způsobilo, že se stal hrdinou, jaký je jeho příběh. Žáci sdíleli mnohdy dojemné příběhy svých blízkých. Jako hlavní vlastnosti hrdinů žáci pojmenovali: věří si jít dál i přes překážky, psychická síla a odolnost, trpělivost, nebojí se říct svůj názor, pomáhá ostatním, nevzdává se, schopnost stát si za svým názorem, nebát se vybočit z davu. Tuto aktivitu považujeme za velmi vydařenou.

Druhý den dopoledne – aktivita umožnila žákům na základě svých koníčků a oblíbených aktivit identifikovat kreativní možnosti, jak svoje oblíbené činnosti přetavit v projekty. Nápadů na projekty pak prověřili metodou šesti (resp. v našem případě pěti) klobouků a odprezentovali je ostatním, aby získali spojení k realizaci. Žáci oceňovali především funkci kritického, černého klobouku. Máme radost z kreativních výsledků této části programu.

Druhý den odpoledne: velká terénní hra Himalájská expedice, simulující výpravy do Himalájí a dobývání himalájských vrcholů, zaměřená na vytrvalost a vzájemnou podporu. V reflexi aktivity zaznělo, že se pro žáky jednalo o nejnáročnější úkol, který kdy společně realizovali a že jim pomohl uvědomit si, že mají jako skupina velký potenciál, obzvláště pokud se budou vzájemně podporovat a důvěřovat si. V reflexi aktivity se také podařilo žákům velmi hezky pojmenovat mnoho podpůrných prvků, které jim pomáhají nevzdat a dokončit náročný úkol. Žáci všech zúčastněných škol při hře



výborně spolupracovali.

Druhý den večer – aktivity na představení strategie win-win v kontrastu se strategiemi win-lose a lose-lose. Při obou aktivitách (Piškvorky i Přetahování) si žáci uvědomili, jak hluboce mají v sobě zakořeněnou potřebu soutěživosti a jak je pro ně těžké přemýšlet nad aktivitou z nadhledu za použití win-win strategie. U ŽŠ Masarova byla využita i aktivita Pomeranče, u které však bylo pro některé žáky zadání příliš názorné a nedošlo tedy k tak rozsáhlému Aha momentu.

Třetí den dopoledne zaměřený na simulaci průběhu projektu a případných těžkostí při jeho realizaci prostřednictvím závěrečné aktivity simulující dobývání vrcholu Mt. Everestu. Aktivita se vydařila, žákům se podařilo překonat cestou na vrchol všechny překážky a zúročit tak všechny předchozí aktivity, které je na závěrečný úkol připravovaly.

U ZŠ Masarova absolvovali žáci v tomto bloku i plánování konkrétních kroků jednotlivých projektů ze včerejšího dne a také simulaci průběhu projektu a případných těžkostí při jeho realizaci prostřednictvím hry překážková dráha, simulující průběh realizace projektu.

b) Návrhy řešení zjištěných problémů:

První den dopoledne: je vhodné zachovat dobrodružné ubytování (přenášení batohů skrz okno atd.) pokud ho prostor dovoluje

První den odpoledne: Aktivita ekosystémy byla upravena na aktivitu Výcvikový tábor, která byla posléze přepracována do větší plynulosti a návaznosti úkolů a kterou by bylo vhodné ještě upravit tak, aby si více úkolů mohli kontrolovat sami žáci a lektori měli více času mít přehled nad aktivitou, sledovat její průběh a získávat postřehy pro reflexi.

První den večer: není třeba změn, aktivita proběhla dle záměru a s očekávaným výsledkem. Je vhodné do aktivity zapojit i pedagogy.

Druhý den dopoledne: Bylo by vhodné zefektivnit fázi prezentací jednotlivých nápadů např. představováním v menších skupinkách nebo grafickým znázorněním a vyvěšením. Bylo by též vhodné plánování projektu proložit ještě dalšími dynamickými aktivitami, aby účastníci neztráceli pozornost při přemýšlení nad projekty. Pokud je to možné, je vhodné na aktivitu „Metoda šesti klobouků“ připravit skutečně barevné klobouky, které dodají aktivitě větší názornost.

Druhý den odpoledne: velká terénní hra Himalájská expedice má složitá pravidla, bylo by vhodné je znázornit více graficky, aby byla pro žáky srozumitelnější, je třeba též dobře odhadnout fyzickou zdatnost účastníků a dbát na vyváženost týmů. Je vhodné se také ujistit, že žáci pravidlům dobře rozumí, než hra začne, osvědčilo se hru také důkladně namotivovat. Bylo by vhodné též upravit herní plán, aby byl lépe přenositelný.

Druhý den večer: bylo by vhodné u aktivity Piškvorky provádět aktivitu i celou reflexi ve dvou skupinách žáků, aby bylo možné důkladně prodiskutovat možnosti a strategie, které skupina využila. Neuvádět aktivitu pomeranče.

Třetí den dopoledne: nutnost reálného řešení problému se ukázala jako ideální zhodnocení poznatků z celého kurzu namísto simulace řešení problému formou hry. Stejně tak přesunutí plánování realizace projektu na předchozí den, kde tvoří s první částí plánování komplexní blok.

c) Byl vytvořený program upraven?



Vytvořený program kurzu byl detailně konzultován s realizátory, didaktickým konzultantem, evaluátorem i v realizačním týmu. Všechny podněty byly zohledněny a byly zapracovávány do finální verze programu.

d) Jak a v kterých částech byl program na základě ověření upraven?

První den odpoledne: během aktivity Výcvikový tábor umožníme, aby si více úkolů mohli kontrolovat sami žáci a zapisovat si body do záznamových archů. Aktivitu jsme též na sebe lépe navázali a zajistili důkladnější zacílení na uvědomění vlastního potenciálu účastníků úpravou aktivity Ekosystémy v aktivitu Výcvikový tábor.

První den večer: Je vhodné do aktivity zapojit i pedagogy.

Druhý den dopoledne: Byla zefektivněna fáze prezentací jednotlivých nápadů např. představováním v menších skupinkách nebo grafickým znázorněním a vyvěšením. Také jsme plánování projektu proložili ještě dalšími dynamickými aktivitami, aby účastníci neztráceli pozornost při přemýšlení nad projekty. Na aktivitu „Metoda šesti klobouků“ je vhodné připravit skutečně barevné klobouky nebo barevné papírové čepice.

Druhý den odpoledne: velkou terénní hru Himalájská expedice jsme upravili, aby složitá pravidla, byla znázorněna více graficky, aby byla pro žáky srozumitelnější, je třeba též dobře odhadnout fyzickou zdatnost účastníků a dbát na vyváženost týmů. Je vhodné se také ujistit, že žáci pravidlům dobře rozumí, než hra začne, osvědčilo se hru také důkladně namotivovat. Upravili jsme herní plán, aby byl lépe přenositelný.

Druhý den odpoledne: Při vysvětlování pravidel vytvářet možné situace při hře a ptát se žáků, jak by je řešili. Bezprostředně před aktivitou sehrát lektory motivační scénu.

Druhý den večer: U aktivity Piškvorky jsme provedli hru i celou reflexi ve dvou skupinách žáků. Vynechali jsme aktivitu pomeranče.

Třetí den dopoledne: Zaměnili jsme nutnost reálného řešení problému za simulaci řešení problému formou hry jako ideální zhodnocení poznatků z celého kurzu. Přesunuli jsme plánování realizace projektu na předchozí den, kde tvoří s první částí plánování komplexní celek.

3. Hodnocení účastníků a realizátorů ověření²

a) Jak účastníci z cílové skupiny hodnotili ověřovaný program?

Účastníci hodnotili ověřovaný program kladně. Vyzdvihovali především strukturu kurzu a návaznost jednotlivých aktivit. Ty dle účastníků tvořily příběh, který si žáci mohli prožít a díky tomu, na základě vlastního prožitku, posílit především komunikační dovednosti a spolupráci. Zároveň bylo kladně hodnoceno, že program je velmi propracovaný, že každá aktivita rozvíjí specifickou dovednost (kompetenci). Zcela konkrétně bylo pozitivně hodnoceno, že úvodní aktivity (první den) daly prostor žákům k tomu, aby poznali do mnohem větší hloubky, než je ve škole možné. Na to navazovaly aktivity druhého dne, která byly zaměřeny na spolupráci, a aktivity ze třetího dne pak propojily jak seznamovací (komunikační) aktivity, tak i aktivity posilující spolupráci. Jinými slovy, pozitivně byla hodnocena struktura kurzu s jasným směřováním ke konkrétnímu cíli.

² Vychází z evaluačních dotazníků žáků, učitelů, realizátorů programů – pracovníků neformálního vzdělávání či záznamů z rozhovorů s dětmi, které příjemce uchovává pro kontroly na místě.



Rovněž bylo velmi dobře hodnoceno to, že program výborně pracuje se žáky, a to sice tak, aby nikdo z nich nezůstal „stranou“ a to i v momentech, kdy např. někteří žáci mohou mít pocit, že na danou aktivitu nestačí, či nemohou svým dílem přispět. Právě toto program dle účastníků velmi dobře zpracoval, tj. k takovému jevu vůbec nedocházelo. Naopak program právě na tento aspekt cílil a u žáků posiloval vědomí významu každého člena/členky a proměnlivost úrovně zapojení a podílu na řešení dílčího problému.

Také na programu panovala skvělá atmosféra, výrazně podpořená prací a přístupem lektorů a lektorek. V celém kolektivu fungovala vzájemná důvěra a žáci se po celý kurz cítili bezpečně, tj. pozitivně bylo hodnoceno celkové prostředí a již zmíněná atmosféra kurzu. Celkový pozitivní dojem byl rovněž podpořen kladně hodnoceným programem, který vhodně kombinoval různé metody a logicky skládal realizované aktivity.

K tomu bylo kladně hodnoceno to, že kurz perfektně odpovídal věkové struktuře žáků a navíc dokázal propojit žáky napříč celou skupinou, ač běžně spoluprací nejraději ve skupině s nejbližšími kamarády.

b) Co bylo v programu hodnoceno v rámci ověřovací skupiny nejlépe?

Nejlépe hodnocené bylo to, že již od prvních aktivit se v rámci kolektivu (nejen žákovském) vytvořila přátelská atmosféra. To dle účastníků velmi pozitivně ovlivnilo další aktivity a jejich průběh. V této souvislosti byly rovněž kladně hodnoceny ledolamky, které žáky velmi bavily, a hodně se při nich nasmáli. Právě to, že se žáci hodně smáli, bylo považováno účastníky za výrazný klad programu, neboť si „dobrou náladu“ přenášeli i do různých aktivit, které byly zaměřeny na konkrétní cíle. K tomu rovněž dle hodnocení přispívalo to, že aktivity byly vhodně zvoleny ve vztahu k věku žáků a jejich schopnostem.

Také bylo pozitivně hodnoceno, že kurz posiloval otázku spolupráce a významu každého jednotlivce v týmu. Zcela konkrétně bylo vyzdvihováno zaměření na spolupráci, význam spolupráce a zároveň to, že každý je v týmu platný, byť různým způsobem. Program tak pracoval s individuální složkou, ovšem k posílení týmové spolupráce. Klíčové bylo, že program byl postaven tak, že si to žáci postupně uvědomovali, přičemž dostávali prostor k reflexi této skutečnosti, tj. došlo k zvědomění tohoto aspektu.

V neposlední řadě byla kladně hodnocena již zmíněná propracovanost programu a to, že jednotlivé části programu na sebe velmi dobře navazovaly. Kromě „učení se“ zážitkem to bylo i to, že postupné posilování jednotlivých dovedností, především komunikace a spolupráce v průběhu kurzu gradovalo až do závěrečné aktivity (reflexe). V závěrečné aktivitě si pak žáci v reflexi uvědomovali, čím v kurzu procházeli a jaký dopad to má na jejich komunikační dovednosti a schopnost spolupracovat v týmu. Rovněž velmi dobře bylo hodnoceno prostředí, ve kterém se kurz odehrával. Dle účastníků prostředí výborně dokreslovalo program a přímo s ním souznělo. Žáci tak skutečně prožívali dané aktivity velmi autenticky (např. dobytí vrcholu se skutečně odehrálo na (dostupném) vrcholu – kopci, co výrazně umocnilo prožitek).

c) Jak byl hodnocen věcný obsah programu?

Věcný program kurzu byl hodnocen kladně. Jak již bylo uvedeno výše, kladně byla hodnocena především struktura programu. V této souvislosti byl obsah programu hodnocen pozitivně, neboť právě konkrétní aktivity a jejich zaměření na komunikační dovednosti a schopnost spolupracovat vytvořily koherentní celek, umocněný legendou, který si žáci mohli prožít a jeho prožitím posílit komunikační dovednosti a schopnost spolupracovat ve skupině.

Ve vztahu k jednotlivým aktivitám bylo vyzdvihováno i to, že program cíleně nabízel prostor pro reflexi a s reflexí systematicky pracoval. V rámci jednotlivých aktivit byly vyzdvihovány aktivity „Hrdinové“ a Výcvikový tábor. Obě aktivity byly dle hodnotitelů velmi dobře orientované na klíčové dovednosti: rozvoj spolupráce a význam každého člena/členky týmu. Každá aktivita jasně směřovala k určitému cíli a tento cíl i naplňovala. Vyzdvihnout lze především aktivity, které se zaměřovaly na poskytování zpětné vazby a na rozvoj komunikačních dovedností, např. Himalájská výprava nebo Ekosystémy/Výcvikový tábor.



Kladně bylo hodnoceno i to, že dané aktivity byly různě náročné a poskytovaly tak prostor pro práci s dynamikou skupiny a jejím rozpořádáním. Věcný obsah byl rovněž dle účastníků vhodně zvolený pro žáky v dané věkové skupině.

d) Jak bylo hodnoceno organizační a materiální zabezpečení programu?

Organizační a materiální zabezpečení programu bylo hodnoceno výborně. Dle účastníků byl program velmi dobře připravený, nikde nenastávaly žádné prostoje. Jak již bylo zmíněno výše, velmi kladně byla hodnocena vybraná lokalita a práce s ní. Tým se dokázal přizpůsobit i všem náhlým a nečekaným událostem (především náhlé změny a pestrost počasí).

e) Jak byl hodnocen výkon realizátorů programu?

Organizátoři byli hodnoceni velmi pozitivně. Především bylo vyzdvihováno to, že lektoři (i další organizátoři) byli přátelští a vstřícní k dětem. To bylo dle účastníků velmi důležité k vybudování dobré atmosféry, a především k tomu, aby si žáci k lektorům rychle vybudovali důvěru. Rovněž jako velmi důležité bylo hodnoceno to, že lektoři byli vždy na všech aktivitách přítomni a aktivně participovali. Dle účastníků bylo toto velmi důležité právě z hlediska vybudování a udržení vztahu mezi lektory a žáky. Kladně byl také hodnocen aktivní přístup lektorů a organizátorů kurzu k jakýmkoli aktivitám i k dalším záležitostem, které souvisely s organizací kurzu. To vše při profesionálním zvládnutí všech aktivit, i při jejich náročnosti a náročnosti celého programu. Lektoři a lektorky tak byli hodnoceni jako klíčový faktor celkového velmi pozitivního hodnocení daného kurzu. Na výkonu realizátorů bylo kladně hodnoceno, že celý kurz byl bezchybně připraven, a to nejen samotný program – struktura programu, aktivity apod., ale i takové činnosti, jako např. ubytování žáků (to se v podstatě stalo součástí programu – jedné z aktivit).

f) Jaké měli účastníci výhrady/připomínky?

Účastníci neměli ke kurzu zásadní výhrady. Jediné, co zaznělo, byla poznámka v druhém uvedení k jedné aktivitě v průběhu prohloubení seznamování, u které by mohla vyvstat otázka k relevanci této aktivity vzhledem k tomu, že se žáci již znají. I přesto tato aktivita nebyla hodnocena negativně, neboť žáky velmi dobře naladila a vytvořila příjemnou atmosféru.

Od účastníků též zaznělo, že žáci byli ve večerních hodinách již unavení a plnění programu po večeři pro ně bylo již náročné. Byť byl v této fázi program odlehčený, účastníci upozorňovali, že žáci se již nedokázali plně koncentrovat a k večerním aktivitám druhého dne přistupovali rezervovaněji.

g) Opakovala se některá výhrada/připomínka ze strany účastníků častěji? Jaká?

Žádná připomínka či výhrada se častěji neopakovala. Pouze dvakrát zaznělo, že na konci dne jsou žáci již unavení. Ovšem vždy je kladně hodnoceno, že realizátoři s tímto problémem pracují a také na něj neprodleně reagují.

*h) Budou případné připomínky účastníků zapracovány do další verze programu?
Pokud ne, proč?*

Účastníci neměli k programu připomínky.



i) Jak byl program hodnocen ze strany realizátorů programu?

Realizátory je program hodnocen jako velmi zdařilý. Po organizační stránce vše proběhlo bez problémů a hladce. Z programového hlediska jsme ověřování vnímali jako testování jednotlivých verzí programu, do kterých jsme postupně řadili nově upravené aktivity. Díky ověřování jsme odhalili drobné nedostatky v uvedení a realizaci některých programů, které do finální verze plánujeme odstranit.

j) Navrhují realizátoři úpravy programu, popř. jaké?

Navrhujeme na základě ověření některé úpravy programu, většinu jsme na základě zpětné vazby přímých realizátorů ověřování popsali výše, v bodu 2 – výsledky ověření. Dále navrhujeme další drobné metodické a programové úpravy:

Legendu bychom mohli podpořit i naladěním účastníků před kurzem a pouštěním filmových ukázek, jsou pro žáky velmi atraktivní.

k) Budou tyto návrhy realizátorů zapracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?

Návrhy byly zapracovány do každé další verze ověřování, aby se ukázalo, zda byly podniknuté úpravy účinné. Taktéž budou zapracovány do finální verze programu.

l) Konkrétní výčet úprav, které budou na základě ověření programu zapracovány do další/finální verze programu:

Legenda kurzu:

- Byla značně rozšířena a podpořena videoukázkami i motivačními scénami

První den dopoledne:

- Ubytování zařadit do programu i legendy kurzu
- Aktivity upravit směrem k hlubšímu propojení a poznání skupiny

První den odpoledne:

- během aktivity Výcvikový tábor upravit jednotlivé úkoly tak, aby si je mohli kontrolovat sami žáci a zapisovat si body do záznamových archů.
- Dbát na plynulost a návaznost úkolů v jednotlivých kolech
- Efektivně zacílit aktivitu na zvědomení vlastního potenciálu

První den večer:

- Do aktivity zapojit i pedagogy a jejich hrdiny.
- Zajistit sdílnou a intimní atmosféru pro jednotlivé skupiny

Druhý den dopoledne:

- Zefektivnit fázi prezentací jednotlivých nápadů např. představováním v menších skupinkách nebo grafickým znázorněním a vyvěšením.
- Plánování projektu proložit ještě dalšími dynamickými aktivitami, aby účastníci neztráceli pozornost při přemýšlení nad projekty.
- Na aktivitu „Metoda šesti klobouků“ připravit vhodné rekvizity

Druhý den odpoledne:



- Složitá pravidla znázornit graficky, aby byla pro žáky srozumitelnější
- Dobře odhadnout fyzickou zdatnost účastníků a dbát na vyváženost týmů
- Upravit herní plán, aby byl lépe přenositelný.
- Při vysvětlování pravidel otestovat možné situace při hře.
- Bezprostředně před aktivitou sehrát ještě lektory motivační scénu.

Druhý den večer:

- U aktivity Piškvorky provádět i celou aktivitu i reflexi ve dvou skupinách žáků.
- Vynechat aktivitu Pomeranče.

Třetí den dopoledne:

- Zaměnit reálné řešení problému za simulaci řešení problému formou hry.
- Přesunout plánování realizace projektu na předchozí den, kde tvoří s první částí plánování komplexní celek.

	Jméno, příjmení, titul	Datum a místo	Podpis
Zpracoval/a	Helena Brožková	30. 3. 2020, Praha	

7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu

Odborné a didaktické posudky přikládáme v samostatné příloze, neboť pro zveřejnění nemusí být tato příloha připojena.

8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu

Elektronickou kopii nabídky ke zveřejnění programu na portálu www.rvp.cz přikládáme zvlášť, neboť pro zveřejnění nemusí být tato příloha připojena

9 Nepovinné přílohy

Další přílohy nepřikládáme



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY