



Praktantský den

Magdaléna Vávrová

Česká tábornická unie
D. T. K. POUTNÍCI Praha

Plackování 2018

Úvod

Toto téma jsem si vybrala, protože nápad dělat něco takového jako je praktikantský den se mi velice zalíbil. Cílem mé práce je přiblížit ostatním, jak praktikantský den probíhá a na co je dobré se při přípravě i realizaci připravit. Práce je psána z pohledu praktikanta, tudíž může být prospěšná hlavně jim, dále začínajícím vedoucím, ale i vedoucím, kteří by chtěli praktikantský den uspořádat.

Touto činností si mohou praktikanti vyzkoušet dle možností zorganizovat jeden či více dní letního dětského tábora úplně sami bez pomoci vedoucích, na vedoucí si zahrají oni sami. Po této zkušenosti, i přesto, že zjistí, jak těžké může být připravit program na celý den, se to mnohým zalíbí a později se třeba rozhodnou, že by chtěli dělat vedoucí na dětských táborech. Sama jsem praktikantský den prožila a v mnoha ohledech mi byl velmi prospěšný. Na následujících řádcích se budu věnovat realizaci jednodenního programu.

Praktikanti

Praktikanti jsou členové oddílu ve věku 15-18 let. Počet praktikantů se odvíjí vždy od počtu dětí a náročnosti programu. Jejich úkolem je pomáhat vedoucím, popřípadě se podílet na plynulosti chodu tábora. Jelikož ještě nemají plnou právní zodpovědnost, nemohou vést oddíl samostatně. S dětmi mohou chodit na výlety nebo k vodě na koupání jen s vedoucím, který za tyto činnosti odpovídá.

Být praktikantem je z mého pohledu skvělé. Je to takový mezník mezi dospělým a dítětem, což znamená, že je možné si tábor užít jak v roli dítěte, které se nemusí o nic starat i v roli „skoro dospělého“, který může nahlédnout do „zákulisí tábora“ tam, kde se to všechno připravuje a na přípravách se může podílet.

Příprava

V první řadě je důležité si připravit propracovaný plán na celý praktikantský den. Na přípravu by měli mít praktikanti alespoň celý jeden den. Pokud to podmínky na táboře dovolí a je předpokládaná větší časová náročnost, pak samozřejmě i více. Z vlastní zkušenosti musím říct, že jeden den není zas tak dlouhý, jak si myslíme, takže je potřeba se celý den věnovat přípravám a nenechávat nic na poslední chvíli. Doporučuji nepouštět se do příliš složitých věcí, na ty je lepší připravovat se delší dobu.

Nejdříve bychom si měli rozvrhnout program dne. To znamená rozmyslet si, jestli uděláme celodenní program nebo ho rozdělíme na dopolední a odpolední část. Oboje má své výhody i nevýhody. V případě celodenního programu je nutné myslet na pauzu na svačinu a oběd. Musíme udělat takový program, na který je možné po obědové pauze volně navázat. Měli bychom si tedy udělat přibližný časový plán dne, kde si sepíšeme, jak dlouho nám daná činnost bude přibližně trvat, aby se nám nestalo, že uprostřed dne vznikne mezera, kdy nemáme naplánovaný žádný program. Samozřejmě vše nemusí striktně navazovat, děti spíše uvítají trochu volné času pro sebe, neměly by se ovšem nudit.

Dále se ve skupině domluvíme na určitých činnostech a hrách, které zařadíme do programu a rozdělíme si mezi sebou funkce. Kdo povede jakou přednášku, kdo vysvětlí a dohlídne na průběh her, kdo si vezme na starost jakou činnost atd. Na všem je možné se v průběhu dne domluvit a něco pozměnit, ale je lepší mít vše podrobně naplánované a vždy mít záložní plán, který se dá použít v případě nečekaných okolností.

Když máme naplánováno, co se bude dít, připravíme si potřebné vybavení a rekvizity. Může se stát, že nám některé vybavení bude chybět a kvůli tomu budeme muset přepracovat celý plán, proto musíme vše dobře promyslet. Pokud rekvizity nemáme k dispozici a musíme si je vyrobit, vybíráme ty, které jsou nenáročné na výrobu a nezaberou nám příliš mnoho času.

Například převleky si musíme v dostatečném předstihu připravit a poté doladit veškeré nedostatky. Při vytváření masek – malováním na obličej je také dobré si nejdříve masku namalovat zkusmo, předem.

Po dokončení plánu se můžeme vrhnout na přípravu věcí, které se dají připravit předem. Například připravit si osnovu na přednášku, postavit základní část pro lanové aktivity atd. Při přípravě venkovních věcí nesmíme zapomínat na to, že může v noci začít pršet nebo silně foukat, takže musíme vše zajistit. Zkrátka vše co se dá připravit předem, si připravíme, abychom další den nemuseli s ničím spěchat.

Průběh dne

Budíček

Budíček je dobré provádět nenásilným způsobem a vyhradit si na něj dostatek času, aby se děti stihly převléknout a dojít si na záchod. V našem oddílu budíček provádíme zpěvem a hrou na kytaru nebo jiný hudební nástroj. Každému bude určitě příjemnější probouzet se za zvuku hudebních nástrojů než při tlučení do železných zvonů. V případě praktikantského dne je možné dětem zpestřit vstávání písničkou, kterou si praktikanti sami vymyslí, což děti určitě pobaví.

Rozcvička

V případě rozcvičky se nabízí velká škála možností, jak ji udělat zajímavě a zábavně. Dobrým způsobem je například vytvořit s dětmi kroužek a požádat každé dítě, aby předvedlo jeden protahovací cvik. Začíná se samozřejmě systematicky od hlavy až ke kotníkům. Dalším osvědčenou a velice praktickou rozcvičkou je běh lesem ke studánce (nebo malý okruh okolo tábora s návratem k umývárnam, kde je možnost si vyčistit zuby). Děti se cestou zahřejí a zároveň máte jistotu, že si všichni půjdou vyčistit zuby. Oblíbeným způsobem jsou též míčové, nebo jiné zahřívací hry. U nás na táboře máme jako rozcvičku country tance. Zní trochu zvláště, že by děti chtěly tančit, ale opak je pravdou. Děti si country tance většinou oblíbí. Rozcvička v podobě country tanců u nás funguje jako trénink na country bál na konci tábora, takže děti mají i malou motivaci.

Po rozcvičce následuje ranní hygiena. Skvělým způsobem je spojit ranní hygienu s rozcvičkou, jak jsem již zmínila výše. Hlavní je zajistit, aby hygienu provedly všechny děti co nejdříve po rozcvičce, někteří se totiž okamžitě po rozcvičce rozptýlí po táboře a je zdlouhavé zase všechny svolávat dohromady a vše říkat znovu.

Dopolední program

Po snídani není dobré s dětmi ihned dělat náročné pohybové aktivity. Je tedy na místě zařadit jako první část dopoledního programu pohybově nenáročnou činnost, například ruční práce, hry v klubovně, krátká procházka nebo přednáška. U teoretických přednášek je důležité je přizpůsobit všem věkovým skupinám a dělat je přiměřeně dlouhé, tak aby nikoho nenudily, protože, jak je známo, děti po delší době ztrácejí pozornost. Další možností je udělat celodenní program, který může volně pokračovat i po obědě.

Odpolední program

Po obědě je nutné dětem zajistit dostatečně dlouhý polední klid, až poté je možné začít s odpoledním programem. V odpoledním programu je možné pokračovat v započaté činnosti z dopoledního programu, nebo začít nový program. Je opravdu velké množství možností, jak děti zabavit. Podle mého názoru je nejlepší dětem připravit hry a činnosti, při kterých se naučí nové věci a hlavně dovednosti. Jelikož se většina dětí dostává do přírody na delší dobu pouze o prázdninách, je škoda toho nevyužít, proto se snažíme děti naučit poznávat přírodu naživo. Dobrým způsobem jsou procházky, při kterých určujeme s dětmi rostliny, stopy zvířátek, nebo se učíme číst v mapách, což se dá později využít při jiných aktivitách, jako jsou například výpravy, výsadky nebo orientační běhy. Jednou z možností jsou také lanové aktivity, vázání uzlů nebo zdravotnická příprava (nasimulovaná situace, při které se děti učí, jak v takovýchto případech reagovat). Dále jsou oblíbená například stanoviště. To znamená, že se děti rozdělí do několika skupinek, podle počtu stanovišť a poté se na nich po stanovené

době střídají. Mohou si tak za jeden den vyzkoušet více činností a v malých skupinkách si vše mohou v klidu vyzkoušet.

Před večeří je vždy nutné si udělat čas na úklid vybavení, které se celý den používalo. Do úklidu jsou samozřejmě zapojeny i děti, aby se neučily po sobě nechávat nepořádek.

Večerní program

Po večeři necháváme dětem většinou volný čas pro sebe. Někteří mezitím připraví oheň, tak abychom se mohli k ohništi večer přesunout a oheň šel dobře zapálit. Večer u ohně si můžete s dětmi den zhodnotit tím, že každého požádáte, aby řekl, co se mu ten den líbilo, nebo nelíbilo. Dále je zde možnost nechat děti, aby se trochu projevíly, například scénkami nebo krátkým hudebním vystoupením (samostatně i ve skupinách), které si předem připraví. Poté se vyřizují organizační záležitosti, jako jsou služby do kuchyně na následující den a noční hlídky. Když je vše vyřízeno, je příjemným zpestřením hra na kytary a jiné hudební nástroje. V tuto chvíli mohou děti postupně odcházet spát. I večer je potřeba dohlédnout na to, aby si děti šly vyčistit zuby. Na menší děti je nutné dohlédnout, případně jim pomoci se uložit ke spánku. Naopak starší děti si většinou čistí zuby automaticky a jsou schopni se uložit ke spánku sami.

Počasí

Při organizaci praktikantského dne je potřeba vzít na zřetel hlavně počasí. Musíme počítat s tím, že může být nečekaně ošklivo a my nejsme schopni to předvídat dopředu. Proto je nezbytné připravit si dva programy. Jeden pro den za normálního počasí a další pro případ deštivého dne.

Za deště si musíme připravit program pod střechu, do klubovny, velkého stanu nebo do týpí, podle toho, co máme k dispozici. Opravdu je dobré nic nepodcenit a vždy mít záložní plán. Uvnitř se dá hrát spoustu her, dále si můžeme pro děti připravit zajímavou přednášku nebo něco vyrábět. Je potřeba přitom myslet na to, že ve vnitřních prostorách se brzy vydýchá vzduch, proto se musí častěji větrat a pustit děti na chvíli ven s pláštěnkami, aby se nadýchaly čerstvého vzduchu a trochu se rozhýbaly. Dále je potřeba zajistit, aby na sobě žádné z dětí nemělo mokré oblečení, popřípadě ho dát sušit a dítě převléknout.

Výběr her

Hry vybíráme tak, aby byly použitelné pro věkovou skupinu dětí, které máme v oddílu. Pokud máme smíšené oddíly, je nejlepší vybírat hry, které je možné hrát bez věkového omezení. Někdy je možné děti rozdělit na věkové skupinky, aby si ti mladší i ti starší mohli zahrát hru,

kteřá je baví a odpovídá jejich věkové kategorii. Určitě je lepší vybírat hry, při kterých se děti mohou i něco naučit a ne hry typu bezduchého běhání sem a tam, jen aby děti měly pohyb.

Vždy bychom měli vybírat hry podle toho, co je naším cílem. Například pro zahřátí zvolíme pohybovou hru, pro rozvíjení postřehu postřehové hry apod. Po realizaci každé aktivity bychom měli zjistit, zda se nám podařilo dosáhnout předem stanoveného cíle, protože hry hrajeme za nějakým účelem a ne jen pro zaplnění volného času.

Pokud nemáme hry vlastní, je možné jich spoustu najít na internetových stránkách a hlavně v knížkách zabývajících se tímto tématem. Nejlepší je mít hry vyzkoušené nebo osvědčené z jiných akcí či oddílů, abychom v půlce hry zjistit, že hra nemá konce, nebo je nudná. Her není nikdy dost a tak je dobré jich mít v zásobě dostatek.

Zpětná vazba

V našem oddílu se velmi dobře osvědčila zpětná vazba a to, jak od dětí, tak od vedoucích. Vedoucím poskytuje zpětná vazba od dětí především jakýsi „pohled zvenčí“ na jejich práci, mohou tak zjistit, co se dětem líbí a co naopak nelíbí. Na základě zpětné vazby se můžeme dále rozvíjet a měnit program a činnosti k lepšímu pro obě strany. Postupně se můžeme vzájemnou diskuzí dobrat chyby, která se mohla někde vyskytnout a následně ji řešit. Myslím si, že zpětná vazba by měla být součástí každého programu, díky ní se všichni učíme a vyrůstáme na nových zkušenostech.

Závěr

Na závěr bych chtěla zdůraznit, že práci jsem sepisovala z vlastních zkušeností z našeho oddílu, takže se může v určitých činnostech a názorech lišit, má sloužit jako inspirace.

Program na celý den si může každý vymyslet sám, stěžejním bodem pro praktikantský den je dobrý tým praktikantů, kteří si rozumí a jsou schopni držet při sobě i při nečekaných okolnostech. Myslím si, že nejdůležitější je nikdy neztrácet naději ať se stane cokoliv, vždyť i deštivé dny mohou být zábavné.