

Plackování 2022

# **Táborové instruktáže**

Matyáš “Čerta” Merta

T. K. OREGON Kolín

# OBSAH

---

ÚVOD .....	1
1 LOGISTICKÁ ČÁST .....	2
1.1 HLAVNÍ INSTRUKTOR .....	2
1.2 ÚKOLY HLAVNÍHO INSTRUKTORA .....	2
2 TEORETICKÁ ČÁST .....	5
2.1 UNIVERZÁLNÍ INSTRUKTÁŽ .....	5
2.2 UZLY .....	5
3 PRAKTICKÁ ČÁST .....	7
3.1 STŘELBA .....	7
3.2 VODÁCTVÍ .....	8
3.3 LEZECTVÍ .....	9
ZÁVĚR .....	10

# ÚVOD

---

Víte, jaký je rozdíl mezi dobrým a skvělým táborem? Z dobrého tábora se děti vrací s nadšením, nespočtem nových zážitků a se mnoha novými kamarády. Ze skvělého tábora se vrací nejen s nadšením, zážitky a novými přáteli, ale i se spoustou nových dovedností, ke kterým se většinou, pokud si dají vedoucí záležet, budou vracet mnoho dalších let.

Bohužel, ne každý vedoucí chápe důležitost instruktáží a správné výuky dětí. Pokud váš tábor končí a táborníci odjíždějí s tím, že nerozeznají dub od buku, nerozdělají oheň, nezvládnou základní šifry a nezavážou si ani tkaničku u bot, pak byste měli zvážit, jestli jste opravdu udělali vše, tak jak jste měli.

Rád bych tedy touto prací inspiroval hlavní vedoucí, vedoucí i praktikanty a poukázal na důležitost instruktáží. Aby nebyly brány jako pouhé zaplácnutí dopoledne, či nudné monology, které nebaví ani samotného instruktora, ale jako možnost předat dětem v rámci zábavných her a aktivit i něco víc.

Ve své plackovací práci nejprve zpracuji plánovací část, ve které budu rozebírat logistiku instruktáží. Poté teoretickou část, kde představím univerzální návod na smysluplné instruktáže. A poslední, praktickou část, kde rozeberu již tři specifické instruktáže, jaké k nim potřebujete vybavení, jaká jsou bezpečnostní rizika a jak doporučuji, aby instruktáž probíhala. Osobně se starám převážně o děti od šesti do desíti let, většina mých poznatků a doporučení tak bude směřována na tuto věkovou kategorii.

# 1 LOGISTICKÁ ČÁST

---

Tuto část bych rád směřoval především na hlavní vedoucí a vyššímu vedení oddílu. Zaobírat se zde budu převážně plánováním-jak nejlépe přiřadit vedoucím instruktáže, jak složit jednotlivé týmy, jak propojit instruktáže s celotáborovou hrou, jak vše časově rozvrhnout...

## 1.1 HLAVNÍ INSTRUKTOR

Nejpraktičtější, je vybrat pro všechno tohle plánování, s dostatečným předstihem před táborem, schopného leadera (hlavas to samozřejmě může dělat sám, ale ušetří si spoustu práce), který bude znát silné a slabé stránky svých parťáků, na kterého se dá spolehnout, který bude obeznámený s plánovanou celotáborovkou a dost kreativní, aby ji instruktážemi pomáhal doplňovat. Díky této nové vedoucí roli předejdete mnoha problémům a instruktáže budou mít hlavu a patu.

## 1.2 ÚKOLY HLAVNÍHO INSTRUKTORA

Vhodné přiřazení vedoucích ke správným instruktážím:

- Je velice důležité rozdělit vedoucí (či praktikanty) podle jejich zálib a předností. Podstatně lépe se vám poslouchá nadšenec do přežití v přírodě, popisující stavbu přístřešku, než nějaký znuděný chudák, na kterého to bohužel zbylo.
- Fantazie je neomezená a talentů je mezi námi mnoho. Vyučovat se dá vše, od pletení náramků, po sebeobranu.

Synchronizace náplní instruktáží:

- Náplň by si měl každý instruktor vymyslet sám, je to přeci jeho instruktáž, s tématem ve kterém vyniká a kterému rozumí (předpokládejme, že je 1. bod splněn). Avšak je nutné dohlédnout na to, aby instruktáže dávaly smysl jako celek. Důležité je, aby se obsah zbytečně nepřekrýval.
- Například by se nemělo stát, že se bude dítě učit druhy ohňů na instruktáži o dřevě, vaření v přírodě a přežití zároveň. Je to zbytečně promrhaný čas, místo kterého by se mohly učit specifičtější věci.

## 1. Vymyšlení návaznosti na celotáborovou hru:

- Pokud se vám povede zajímavě navázat na příběh, tak o hodně zvednete zájem dětí o znalosti z instruktáží. Instruktáže přestanou být nudný “opruz“, ale možnost, jak získat znalosti a bonusy přímo do celotáborové hry. Jako malý jsem to zbožňoval a velké množství věcí si díky tomu pamatuji do dnes.
- Osobně mám rád dva způsoby, jak zakomponovat instruktáže do hlavního příběhu:

### 1. Vracet se vždy hrami k naučeným věcem:

- Kupříkladu zvolit instruktáže na orientaci v přírodě, šifry a přežití a následně vytvořit celodenní azimuták. Nebo zvolit vodáctví, horolezectví a střelbu a poté vytvořit triatlonový závod. Jakmile vás děti “prokouknou“, tak budou dávat při dalších instruktážích mnohem větší pozor.
- Výhody tohoto řešení:
  - Budete mít jistotu, že děti budou před hrou vědět přesně to, co mají vědět.
  - Každé dítě si postupně projde všemi instruktážemi, mělo by tak mít základy všeho.
  - Takto udělané instruktáže mohou být skvělou příležitostí pro stmelování týmu. Promyslete, jaké jsou vztahy dětí mezi sebou celotáborově, či přímo v jednotlivých družstvech. Zda-li uděláte skupinky po družstvech, aby se naučili táhnout za jeden provaz v rámci kolektivu, se kterým budou hrát ještě mnoho celotáborových her, nebo udělat týmy “na míru“, aby se mezi rozhádanými dětmi udobřily vztahy.
- Počet instruktážních stanovišť:
  - Počet se odvíjí od množství vytvořených skupinek dětí, tedy kolik skupin, tolik stanovišť. Skupinky jsou na všech stanovištích souběžně, ve stejný čas (například každý den před obědem). Další den ve stejný čas se skupinka točí a jde k dalšímu instruktorovi, dokud (do pár dní) neobejdou všechny.

- Rozvrh skupinek:
  - Pokud budou instruktáže pravidelně a ve specifický čas, tak doporučuji vytvořit rozpis, ve který den bude která skupinka na které instruktáži. Není totiž nic lepšího, než když po patnácti minutách instruktáže zjistíte, že máte skupinku, která má být úplně jinde a vše se tím naprosto rozhází a zamotá.

## 2. Odměňovat ve hrách za splněné výzvy:

- Ve vyhrazeném čase (například mezi 11-12 hodinou, každý den) má táborník možnost vyhledat stanoviště s instruktáží, která ho zajímá a vzdělávat se. Když si přijde dostatečně vzdělaný, může zažádat instruktora o zkoušku. Například zažádá instruktora dřevařství bude muset, bez jakékoliv pomoci, nařezat a naštípat kládu na polínka, na třísky... Instruktora lesní znalosti bude mít zase za úkol přinést a pojmenovat pět šišek a pět listů. V sebeobraně bude muset například přeprat vedoucího. Cokoliv. Fantazii se meze nekladou. Za každou splněnou výzvu může poté obdržet třeba body pro tým, nebo výhodu do nějaké z dalších soutěží.
- Je nutné motivovat děti dostatečnou odměnou, aby plnění zkoušek představovalo zároveň výzvu a zároveň se vyplatilo ji zdolat-aby samy chtěly instruktáže plnit a zdokonalovat se v nich.
- Výhody tohoto řešení:
  - Dítě nemusí během tábora projít všechny instruktáže povinně, ale může si vybrat, co ho zajímá a v čem se chce zlepšovat jako jednotlivec.
  - K tomuto způsobu není potřeba plánování skupinek, počtu stanovišť ani časový harmonogram
  - Takovéto řešení má obrovský potenciál pro vytvoření ještě hlubšího příběhu a soutěživějšího prostředí i mimo hlavní hry

## 2 TEORETICKÁ ČÁST

---

V této části bych se rád zaměřil na instruktáže jako takové a jejich instruktory – vedoucí, či praktikanty. Popíšu zde univerzální návod, pro smysluplnou instruktáž, mé nápady, postřehy a zkušenosti.

### 2.1 UNIVERZÁLNÍ INSTRUKTÁŽ

Základem každé instruktáže pro menší děti, je přímý kontakt s vyučovaným tématem. Nemá cenu jim odříkávat všechny stromy lesa, sedmdesát typů lesních příbytků a čtyřicet různých druhů uzlů a chtít, aby si vše zapamatovaly. Půlku to vůbec nebaví a druhá půlka pro jistotu radši vůbec neposlouchá. Je nutné učit hrou a praxí. Vytvořte intenzivní zážitek spojený s nově učeným tématem a zapamatují si mnoho sami, rádi a s legrací.

Přes veškerou legraci je ale vždy potřeba mít na prvním místě bezpečnost. Správná obuv, oblečení, popřípadě chrániče, přilby, jištění... Nepodceňujte nic, i když se to zdá, jako nepatrná maličkost.

Vhodných témat pro instruktáž existuje nespočet a her a praktických činností, které se s daným tématem dají dělat je ještě víc. Buďte kreativní.

Je mi ale jasné, že se objeví důležité instruktáže, ke kterým moc nápadů na hry a praktické činnosti není, ale i to se dá kreativně obejít. Rád bych uvedl příklad hned u té, ze zábavného hlediska, nejtěžší:

### 2.2 UZLY

Neexistuje větší postrach než uzly. Naučíte děti pět uzlů, do chvíle zapomenou první tři, které jim posléze znovu názorně ukážete. Během vašeho vykládání úspěšně zapomenou zbylé dva a během vašeho následného rozčilení zapomenou pro jistotu úplně všechno.

Můžu ale s hrdostí říct, že jsem jako instruktor zjistil, jak uzle co nejefektivněji vyučovat. Zapamatování si pěti základních uzlů se prodloužilo z původních pěti minut na již tři čtvrtě roku od posledního tábora. Víte, v čem spočívá fígl? Nedělat instruktáž na uzle. Biflovat dětem do hlavy deset uzlů najednou je nesmysl. Jestli je něco v instruktážích opravdu důležité, pak je to praxe – kdy si můžou vše osahat a rovnou vidět, co k čemu, jak a proč funguje. To obzvláště platí u uzlů. Nevyučujte je samostatně, ale zakomponujte je do ostatních instruktáží. Uvedu příklad – horolezectví – zde budou stejně potřebovat horolezeckou smyčku, tak proč je to tedy nenaučit až zde, kde rovnou vidí následné uplatnění. Nebo vodáctví – nebude lepší, ukázat jim loďák až zde? Nebo ambulák v první pomoci, či škoťák na instruktáži přežití? No nedává to snad smysl?



## 3 PRAKTICKÁ ČÁST

---

Dále se budu věnovat do hloubky specifickým instruktážím. Nemá cenu zde rozebírat klasické, který každý zná. Rád bych proto rozebral tři nevšední, které jsem již v průběhu párkrát zmínil a to střelbu, vodáctví a lezectví. Jsem si vědom, že většina oddílů nemá potřebné vybavení a rád bych je inspiroval k jeho koupi. Investice se několikanásobně vrátí, jak v nadšení všech táborníků, tak ve zvedlé úrovni tábora.

### 3.1 STŘELBA

Na každém správném táboře nesmí chybět vzduchovky, to je přeci jasné. Jedná se ale více o zábavnou instruktáž než nějaké učení. Podle mého názoru nevádí mít čas od času vyloženě odpočinkovou instruktáž, pokud vám to vadí, bez problému ji můžete obohatit o cokoliv akčnějšího. Například se dá pojmout jako vojenský výcvik a pořádně si k tomu zaposilovat, či jako branný výcvik a zaběhat si s plynovými maskami... Já budu dále popisovat pouze základy, "omáčka" kolem je na vaší kreativě.

Co se týče vybavení, je asi tato nadstandardní instruktáž nejméně náročná. Ucházející vzduchovka se dá sehnat již za dva, tři tisíce. Pět set kusů diablek stojí cirka sto korun (více jak dvě balení nemáte šanci za tábor vystřílet). Deky či karimatky má každý. Terče se dají vytvořit v podstatě z čehokoliv od naplněné PET lahve po dřevěný špalek na které nakreslíte, či nalepíte vytištěné terče. Pokud vám v rozpočtu pár stovek stále zbývá, dají se koupit terče s kovovými figurkami, které po zásahu pouze spadnou a stačí je jen opět narovnat. Nemusíte tak tisknout nové a nové terče. Navíc pokud se netrefíte úplně mimo celý mechanismus, tak v něm diabolka zůstane a nenecháváte za sebou tak v přírodě stovky vystřelených, netrefených nábojů.

První, s čím je nutné instruktáž začít, ještě než začne kdokoliv se zbraněmi zacházet, jsou bezpečnostní pravidla. Každý v okolí střelnice je musí znát a respektovat, v opačném případě doporučuji vyloučení z instruktáže. Lepší uražené dítě, než prostřelená noha. Pravidla jsou vcelku logická, ale radši je zde stejně vypíšu-Nikdy, za žádných okolností, se nemíří na nikoho. Ani z legrace, ani při pouhé manipulaci, ani když jste si na 100 % jisti, že ve zbrani nic není. Zbraň musí směřovat vždy na terč nebo do hlíny. Nikdy nechodit směrem k terči, nebo se kolem něj pohybovat, když se stále střílí a i kdyby se nestřílelo, dotázat se nejprve vedoucího. A pro experty – nikdy se nekoukat do hlavně.

V další fázi dětem vysvětlíte, jak, jakými a kolika náboji se zbraň nabíjí. Pokud máte klasické lámací vzduchovky, tak se připravte, že je menší děti zlomit nedokážou a budou potřebovat neustálou asistenci. Dále jim vysvětlíte, jak se míří přes hledí a jak se se zbraní leží. Většina dětí zbraň rovně stejně neudrží ani v leže, natož ve stoje, či v kleče, tak nemá cenu je učit těžší způsoby. Doporučuji buď zakoupit, nebo improvizovaně vytvořit stojánek pod hlaveň, značně jim tak při ležení ulevíte přední ruce a třeba se i konečně trefí.

Jakmile vše chápou, tak máte to nejtěžší za sebou. Teď už jen stačí dodržovat pravidla, zalehnout a střílet.

### 3.2 VODÁCTVÍ

Není nic lepšího, k prolomení rutiny, než táborový výlet na vodu. Výlet na vodu je každoročně, našimi dětmi i vedoucími, jeden z neočekávanějších a nejoblíbenějších, tudíž ho můžu za nás za všechny vřele doporučit. Není ale nic horšího, než parta táborníků, co absolutně neví, co má s pádlem dělat a plete si vodácké pojmy s dojmy. Proto, pokud se rozhodnete pro vodácký výlet, nepodceňte rozhodně přípravu a zaveďte i instruktáž vodáctví.

Veškeré vybavení se dá vždy vypůjčit v půjčovnách, včetně instruktorů. Cena se odvíjí od sezóny, půjčovny, řeky... Na osobu to vyjde maximálně do pěti set korun, včetně půjčovného, jídel, kempovného atd. Doporučuji však mít od každého kusu vybavení alespoň jeden zakoupený pro účely instruktáže. Pokud vlastníte již vybavení své, je to jen výhoda, pokud máte dokonce i svoji kánoe a možnost vodního prostoru pro trénování zadáků, tak jsou podmínky naprosto nejideálnější.

Náplň instruktáže se pro vás bude dále odvíjet podle toho, co vše máte ze jmenovaných doporučených věcí k dispozici. Pokračovat budu dále tak, jako byste měli vše. Pokud nemáte, zkuste sehnat alespoň vhodné rekvizity.

Začátek instruktáže věnujte opět bezpečnosti. Je důležité všechny postupně navléknout do vest a helem, vysvětlit, jak se nandávají a sundávají, jak a kde se povolují a utahují. Dále je nutné si opět stanovit pravidla – Vesty budou nandané vždy, helmy alespoň na jezy. Do vody se bez svolení vedoucího neskáče. Do vody, kde si nejsem jistý její hloubkou, se neskáče, obzvláště ne po hlavě. Vždy je určená první a poslední loď. První se nepředjíždí,

zpomalte. Pokud vás poslední dohání, přidejte. Pádlem se cáká, ale nemlátí. A tak dále. Myslím, že ještě na mnoho dalších pravidel postupem času sami přijdete.

Dále je určitě k věci, zmínit se o vodácké terminologii, ale prosím vás, žádné desítky výrazů. Základ stačí, a i tak budete rádi, když si z toho alespoň něco zapamatují. Dle mého názoru je nejdůležitější vysvětlit, kdo je zadák, kdo je háček a kdo porcelánek. Co je volej, šlajsna, co cvaknutí a co znamená kontra.

Pokud máte tu výhodu a máte v táboře pádla, či jejich vhodnou napodobeninu, vysvětlete dětem, jak se drží a jak a kde se pádluje. Pokud máte dokonce i kánoe a vodu, ukažte jim vše názorně, nechte je vše vyzkoušet. Odpozorujte talenty a těm vysvětlete, jak kormidluje zadák. Slibuji, že po této instruktáži se značně sníží počet chyb, množství nedorozumění a možnost vážných úrazů.

### 3.3 LEZECTVÍ

Tato instruktáž je již pro opravdové "fajnšmekry", proto zkusím její popis trochu zkrátit. Horolezecká stěna jistě není v tábořišti nic obvyklého a nedovoluji si ani troufat odhadovat, kolik taková věc stojí. Dovoluji si ale tvrdit, že ji u nás zbožňují všichni táborníci, od těch nejmenších až po ty dospělé. A nejen naši táborníci, stěnu obdivují a zkoušejí zdolat i děti na různých dětských dnech a akcích, kam si ji od nás často půjčují. Proto se investice tolik nebojte, časem se pronájemem vrátí.

Instruktáž je potřeba, již klasicky, začít bezpečnostními pravidly. A klasicky jsou v celku logické – Bez jistění se nešplhá. Jistí pouze dospělá osoba, která vždy zkontroluje, zda má malý lezec vše správně nasazené a utažené. Dvě děti nad sebou nikdy nesmí lézt. Karabinami a jistícím vybavením se nehází, a tak dále.

Pak už jde vše vcelku snadno. Vysvětlíte lezci, jak se navléci do sedáku a necháte ho se přivázat horolezeckou smyčkou k jistícímu lanu (správnost uzle samozřejmě pečlivě prohlédněte). Nechte ho vybrat si trasu, kudy pošplhá a zkontrolujte, jestli vaše jistítko funguje, jak má. Pak ho nechte lézt, dokud nepadne (nebo zed' nezdolá) a proces opakujte s dalším lezcem.

## ZÁVĚR

---

V závěru bych rád zrekapituloval nejdůležitější body, které jsem v průběhu práce zmiňoval a které byste měli mít na paměti. Je důležité vše mít dopředu před táborem promyšlené a naplánované. Buďte kreativní a zkuste se vyvarovat stereotypů, zkuste vymyslet instruktaže nové, nebo jiné podání těch dosavadních. A hlavně-s malými dětmi je nejdůležitější učení hrou a praxí, pomocí zážitků.

Každému, kdo se bude řídit mými radami přeji hodně štěstí a úspěšný tábor.