



INTERNATIONAL
OLYMPIC
COMMITTEE

Základy výchovy k olympijským hodnotám

SPORTOVNĚ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM



Poděkování:

MOV si váží všech přispěvatelů, kteří umožnili realizaci publikace „Teaching Values: An Olympic Education Toolkit“, 1. vydání. Zvláštní uznání patří Deanně L. Binderové, PhD, poradkyni pro oblast vzdělávání, všem přispěvatelům a komisi MOV pro olympijské vzdělávání.

Vytvoření programu Výchova k olympijským hodnotám („Olympic Values Education Programme – OVEP“) MOV by nebylo možné bez vědomostní a další podpory instruktorů OVEP, partnerů a odborníků na vzdělávání z celého světa. Oddělení MOV pro veřejné záležitosti a sociální rozvoj prostřednictvím sportu děkuje všem podporovatelům za jejich neúnavné úsilí a vášeň pro olympismus.

2. Vydání této publikace bylo revidováno, rozšířeno a upraveno tak, aby bylo pro čtenáře přívětivější pro čtení a pro práci s obsahem. Celá publikace se skládá z pěti dílů, které jsou v plném znění v anglickém jazyce ke stažení na <https://www.olympic.org/olympic-values-and-education-program>.

3. České vydání je překladem manuálů Základy výchovy k olympijským hodnotám – sportovně vzdělávací program a Pracovní listy – podpůrné aktivity pro výchovu k olympijským hodnotám. České vydání vydané Českým olympijským výborem je oproti anglickému originálu částečně zkráceno a doplněno o texty o organizaci olympijského hnutí v ČR a o příběhy českých olympioniků.



OLYMPIC VALUES EDUCATION PROGRAMME

Základy výchovy k olympijským hodnotám

Sportovně vzdělávací program

Vydal: Český olympijský výbor
I. vydání v českém jazyce
PRAHA 2020
Kontakt: info@olympic.cz

Obsah manuálů OVEP a veškerá díla, prvky nebo materiály, které vám byly poskytnuty nebo distribuovány v souvislosti s OVEP, a to včetně, nikoliv však výlučně veškerých dokumentů, grafik, fotografií a videí (dále jen „materiál OVEP“) jsou výhradním vlastnictvím anebo jsou zpřístupněny Mezinárodním olympijským výborem (dále jen „MOV“) pro nekomerční, nereklamní účely a omezují se pouze na redakční, vzdělávací, výzkumné, analytické, revizní nebo zpravodajské účely (není-li uvedeno jinak). Materiál OVEP se nesmí bez předchozího písemného souhlasu MOV (nebo určeného držitele práv) upravovat, měnit nebo transformovat, sublicencovat ani znovu distribuovat, a to ani částečně, ani v celku. MOV neposkytuje žádnou záruku a nepřebírá žádnou odpovědnost za informace obsažené v materiálu OVEP ani za jejich přesnost ani úplnost. Názory vyjádřené (i) v jakémkoliv materiálu třetí strany, který vám byl poskytnut jako součást materiálu OVEP, nebo (ii) v jakékoliv publikaci, webové stránce nebo jiném nosiči, jehož prostřednictvím je vám takový materiál třetí strany poskytnut jako součást materiálu OVEP odpovídají výlučně pohledu jeho autorů a nezbytně neodrážejí oficiální politiku a pozici MOV.

Souhlasíte s tím, že odškodníte, budete bránit a zbavíte MOV odpovědnosti za jakékoliv škody způsobené Vaším používáním nebo zneužitím materiálu OVEP nebo jakýmkoliv porušením těchto licenčních podmínek z vaší strany. MOV (a v příslušném rozsahu příslušný držitel práv) si vyhrazuje právo kdykoliv a z jakéhokoliv důvodu odejmout práva udělená na materiál OVEP.

MOV udělil Českému olympijskému výboru („ČOV“) oprávnění k překladu OVEP do češtiny pro institucionální a vzdělávací účely, zejména v Olympijských festivalech. MOV udělil ČOV právo vykonávat veškerá oprávnění související s OVEP a jeho překladem pro propagaci MOV, olympijských her, olympijského hnutí, olympismu a olympijských hodnot v České republice za podmínek stanovených v licenční smlouvě mezi MOV a ČOV.

Český olympijský výbor (ČOV) byl založen 18. května 1899. Posláním ČOV je dle Olympijské charty rozvíjet a šířit olympijské ideály, a tím přispívat k tělesné a duchovní výchově občanů a zejména mládeže v duchu olympismu. Dále ČOV zabezpečuje účast České republiky na olympijských hrách a dalších akcích organizovaných MOV a národními olympijskými výbory. Pro naplnění poslání šíření olympijských ideálů ČOV rozvíjí a chrání olympijské hnutí, šíří olympijskou myšlenku, hájí demokratické zásady olympijského hnutí, spolupůsobí při výchově mládeže v duchu olympijské myšlenky, zejména vštěpováním zásady humanizmu, čestného sportovního

soutěžení a úcty k soupeři, napomáhá při výchově a přípravě sportovních funkcionářů, trenérů a rozhodčích a dbá, aby při ní bylo pamatováno na šíření základních myšlenek olympismu, podporuje začlenění žen do sportu na všech úrovních, podporuje rozvoj hnutí „sport pro všechny“, sport zdravotně postižených, organizuje olympijské dny a spolupracuje při akcích tohoto hnutí, podporuje aktivity spojené s řešením problémů životního prostředí a vytváří k tomu potřebné organizační podmínky a další. Český překlad Manuálu "Základy výchovy k olympijským hodnotám" doplní spektrum aktivit ČOV směrem k naplnění poslání ČOV.

© 2019 Mezinárodní olympijský výbor všechna práva vyhrazena

Grafická úprava: Thomas & Trotman Design

Ilustrace obálky: Bruno Santinho

Editace a korektury: Český olympijský výbor
Naďa Černá, Anna Outratová, Zdeněk Škoda, Barbora Žehanová,
Markéta Kosová, Lukáš Šonský, Jiří Čmucha

Česká olympijská akademie
Benešovská 6, Praha 10, 101 00
www.olympic.cz

ISBN: 978-80-88158-05-9

Fotografie Mezinárodního olympijského výboru (MOV), Getty Images®, Českého olympijského výboru (ČOV) a Českého paralympijského výboru (ČPV). Strana 6 MOV/Alexander Hassenstein; strany 7, 10, 27, 51, 76, 78, 87 ČOV; strany 9, 52, 53, 69, 70, 73 ČOV/Radek Miča; strany 13, 22 Getty Images®/Shaun Botterill; strany 14, 19, 30, 42, 44, 46 MOV; strany 15, 35, 37, 48, 54, 75, 77, 93 ČOV/Petr Toman; strany 15, 23, 72, 97 ČOV/Jan Malý; strana 17 Getty Images®/Paul Gilham; strany 20, 39 Getty Images®/Jamie Squire; strana 22 MOV/Jean-Paul Maeder; strany 25, 28, 38, 51, 55, 89 ČOV/Pavel Lebeda; strana 26 Getty Images®/Harry How; strany 29, 34, 55, 88 ČOV/Herbert Slavík; strana 31 Getty Images®/Milos Bicanski; strana 32 Getty Images®/LOCOG; strana 35 Getty Images®/Ezra Shaw; strany 41, 52, 53, 57, 66, 68, 82, 98, 99 ČOV/Markéta Navrátilová; strany 57, 98 ČOV/Václav Pancer; strany 58, 59 ČPV/Martin Malý; strana 62 MOV/Randy Lincks; strana 63 Getty Images®/Mike Hewitt; strana 65 IOC/Anthony Charlton; strana 80 Shutterstock/Tinna Pong; strany 83, 94 ČOV/Václav Mudra; strany 90, 91 ČOV/Eduard Erben; strana 96 ČOV/Karel Novák.



Obsah

Úvodní slovo – Thomas Bach Předseda MOV	6
---	----------

Úvodní slovo – Jiří Kejval Předseda ČOV	7
---	----------

Jak používat tento manuál	8
----------------------------------	----------

Kapitola 1

Úvod do výchovy k olympijským hodnotám	10
---	-----------

Úvod	12
-------------	-----------

Základní principy olympismu	14
------------------------------------	-----------

Základní hodnoty olympismu	15
-----------------------------------	-----------

Témata olympijské výchovy	16
----------------------------------	-----------

Způsoby olympijské výchovy	17
-----------------------------------	-----------

Olympismus jako prostředek pro výchovu budoucích generací a lepší svět	19
---	-----------

Kapitola 2

Oslava olympismu prostřednictvím symbolů, ceremoniálů a umění	20
--	-----------

Základní informace	22
---------------------------	-----------

Propojené kruhy: olympijský symbol	24
---	-----------

Vztyčení vlajky	26
------------------------	-----------

Olympijské heslo: Citius, Altius, Fortius	28
--	-----------

Vzplanutí ducha: olympijský oheň	31
---	-----------

Zahajovací ceremoniál olympijských her	34
---	-----------

Závěrečný ceremoniál olympijských her	38
--	-----------

Olympijské sliby	42
-------------------------	-----------

Sport a umění na moderních olympijských hrách	44
--	-----------

Loga a maskoti: vytváření vlastní vizuální identity	46
--	-----------

Kapitola 3

Šíření olympismu prostřednictvím sportu a olympijských her

48

Olympijské hnutí	50
Aktivity Českého olympijského výboru	52
Olympijský sportovní program	54
Paralympijské hry: „Olympijský duch v pohybu“	58
Hostitelská města olympijských her	61
Udržitelný rozvoj prostřednictvím olympijských her	62

Kapitola 4

Výuka témat olympijské výchovy

66

Pět témat olympijské výchovy	68
A. Prožívání radosti z pohybu při sportu a tělesné aktivitě	69
B. Naučit se hrát fér	72
Co je fair play	73
Žít podle zásad fair play	75
C. Projevovat respekt k sobě, druhým a životnímu prostředí	77
Život dle principů respektu	78
Obtížná rozhodnutí	80
D. Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout	83
Život ve znamení snahy vyniknout	88
Dlouhá cesta k vítězství: příběh sportovce	91
Usilování o osobní maximum	94
E. Život v harmonické rovnováze těla, vůle a mysli	97
Aktivní styl života	98

Příloha

100

Glosář výukových metod

100

Úvodní slovo – Thomas Bach

Předseda MOV



„Pouze děti, které sportují, mohou užívat výchovné a zdravotní výhody plynoucí ze sportu. Chceme tyto děti inspirovat tím, že jim umožníme jednodušší přístup ke sportu.“

Svět se mění nevídanou rychlostí, která má obrovský dopad na zdraví a spokojený život mladých lidí. MOV reaguje na tyto změny prostřednictvím Olympijské Agendy 2020, strategického plánu pro budoucnost olympijského hnutí. Tyto reformy popisují náš rychle se měnící svět ve třech pilířích: udržitelnost, důvěryhodnost a mládež.

Sport rozvíjí sebevědomí, které vede mládež k respektování sebe a druhých, a to jak na hřišti, tak mimo něj. Sport byl uznán jako účinný nástroj pro vzdělávání. Poskytuje univerzální jazyk pro klíčová sdělení témat z oblastí zdravého životního stylu, sociálního začlenění, genderové rovnováhy a obnovy místních komunit.

Jako sportovní organizace nemůžeme být spokojeni pouze s rostoucím počtem mladých lidí, kteří sledují olympijské hry. Máme zájem a zodpovědnost za to, abychom dostali „pecivály z gauče“. Pouze sportující děti se mohou stát budoucími sportovci. Výchovné a zdravotní benefity sportu mohou poznat také děti, které sportují nebo cvičí. Chceme tyto děti inspirovat tím, že jim umožníme jednodušší přístup ke sportu. Chceme je zapojit, ať už žijí kdekoli. Chceme začlenit sport do většího množství školních osnov po celém světě.

Vzdělávací program pro výchovu k olympijským hodnotám („Olympic Values Education Programme – OVEP“) pomáhá mladým lidem najít společnou půdu a zapojit se do aktivit, které zahrnují základní olympijské hodnoty – výjimečnost, respekt a přátelství. MOV se proto zaměřuje na podporu všeobecné účasti ve sportu a tělesné aktivitě, jakož i na vývoj vhodných výchovných metod pro zapojení a obohacení mladých lidí.

Během první fáze příprav (pilotní fáze, 2005–2010) byl program OVEP úspěšně testován v Africe, Asii a Oceánii včetně realizace 10 workshopů pro odbornou veřejnost z řady „Train the Trainers“. V současné době zařadilo více než 110 zemí program OVEP do svých výchovných aktivit. Tisíce mladých lidí tak zažily olympijské hodnoty v akci.

S přihlédnutím k poznatkům získaným během regionální implementace je v druhé fázi příprav programu OVEP zdůrazňován jeho potenciál pro změnu prostřednictvím učení o olympismu a olympijských hodnotách. Program poukazuje také na potřebu zajištění jednotné formy vzdělávání založené na předávání univerzálních hodnot, i když s prostorem pro přizpůsobení se místní situaci.

Spuštění druhé fáze OVEP znamená exponenciální nárůst výchovy k olympijským hodnotám na globální úrovni. Jedná se o vzdělávací iniciativu, do které se mohou zapojit všichni členové olympijské rodiny. Program OVEP je přínosný také pro všechny zúčastněné strany a partnery, kteří mají zájem o vzdělávání založené na hodnotovém učení pro budoucí generace.

Thomas Bach
Předseda MOV

Úvodní slovo – Jiří Kejval

Předseda Českého olympijského výboru



„Olympismus přesahuje prostou fyzickou zdatnost. V lidech pomáhá tvořit smysl pro spravedlnost, fair play, vytrvalost, odolnost, nezištnou pomoc, přátelství či práci v týmu. Patří k němu i respekt k okolí či úsilí o to dělat věci vždy nejlépe, jak jen to je možné. To jsou skvělé základy pro celý život a pro jakoukoli oblast lidské činnosti.“

Historie novodobého olympismu má od samého počátku české stopy. Jiří Stanislav Guth-Jarkovský stál u zrodu Mezinárodního i Českého olympijského výboru. Ač sám nebyl náruživý aktivní sportovec, vždy zdůrazňoval pozitivní vliv sportu na zdraví i lidský charakter či jeho sílu v podobě podpory národní hrdosti i propojování lidí napříč různými státy i kontinenty.

Na jeho odkaz navazujeme i v současnosti. I proto držíte v ruce publikaci nazvanou Základy výchovy k olympijským hodnotám. Tento sportovně vzdělávací program Mezinárodního olympijského výboru, který jsme přenesli do českého prostředí, zábavnou formou představuje samotné olympijské hry či symboly olympijského hnutí, ale také hodnoty, které jsou s ním neoddělitelně spojeny.

Olympismus totiž přesahuje prostou fyzickou zdatnost. V lidech pomáhá tvořit smysl pro spravedlnost, fair play, vytrvalost, odolnost, nezištnou pomoc, přátelství či práci v týmu. Patří k němu i respekt k okolí či úsilí o to dělat věci vždy nejlépe, jak jen to je možné. To jsou skvělé základy pro celý život a pro jakoukoli oblast lidské činnosti.

Mimochodem, i lékaři či hudebníci potřebují pro své výkony výbornou fyzickou kondici, jinak by jen těžko vydrželi zátěž mnohahodinových operací nebo náročných zkoušek. Proto se snažíme ukazovat sport a pohyb jako součást zdravého životního stylu dospělým i dětem v rámci mnoha našich projektů – být fit se totiž hodí v každém oboru.

Zároveň dlouhodobě propojujeme sport a umění, které k sobě v rámci olympismu patří. Také o tom se dočtete v této publikaci, která vedle vzdělávacích textů nabízí aktivity pro děti ve čtyřech různých kategoriích. Věřím, že se vám bude líbit a hodí se vám ve škole, v klubu či kdekoli jinde ji využijete.

Chtěl bych vám – učitelům, rodičům, dobrovolníkům, trenérům i všem dalším, kdo nám pomáháte přibližovat sport a olympijské myšlenky dětem, srdečně poděkovat. Bez vás bychom se neobešli!

Jiří Kejval
Předseda Českého olympijského výboru



Jak používat tento manuál

Program výchovy k olympijským hodnotám (OVEP) je soubor učebních materiálů vytvořených Mezinárodním olympijským výborem.

Hodnoty jsou principy a základní přesvědčení, které má každý z nás a které provázejí naše chování. Hodnoty stanovují kritéria, podle kterých posuzujeme určitá jednání jako dobrá, nebo nežádoucí.

Vzdělávání založené na hodnotách

Vzdělávací instituce, jako jsou školy, propagují sociální a morální rozvoj mladých lidí tak, aby se mohli starat sami o sebe a ostatní a pozitivně přispívali společnosti. Výchova prostřednictvím hodnot připravující děti a mládež na život je známa jako vzdělávání založené na hodnotách.

Tělesná výchova a prožitky z tělesné aktivity mohou podpořit vzdělávání založené na hodnotách, pokud podporují morální a společenskou zodpovědnost, společenské chování a respekt k druhým.

Kombinace vzdělávacích témat programu OVEP s pozitivním rozvojem mladých 'principů' zahrnutými do programů tělesné výchovy a tělesných aktivit poskytuje ideální vzdělávací postup pro společenský, kognitivní, tělesný a studijní rozvoj mladých.

Prostřednictvím používání symbolů olympijských her, olympijské tematiky a příkladů antických a novodobých olympijských tradic cílí program OVEP na rozšíření osnov o hodnotové vzdělávání formující a rozvíjející charakter dětí a mládeže. V kontextu olympijských sportů jsou součástí vyučování dovednosti a strategie, které žákům pomohou převzít zodpovědnost směrem k globální společnosti a společenské gramotnosti.

K dosažení těchto cílů má program OVEP následující klíčové zdroje v plné anglické verzi ke stažení na: www.olympic.org/ovep.

- **Základy výchovy k olympijským hodnotám: sportovně vzdělávací program (The Fundamentals of Olympic Values Education: A Sports-Based Programme)**
- **OVEP workshop: Učení prostřednictvím fyzické aktivity (OVEP Workshop Plan: Learning Through Physical Activity)**
- **OVEP PLAYbook: Praktická příručka výchovy k olympijským hodnotám (Delivering OVEP PLAY book: A Practical Guide to Olympic Values Education)**
- **Pracovní listy: podpůrné aktivity pro výchovu k olympijským hodnotám (Activity Sheets: Exercises to Support Olympic Values Education)**
- **Knihovna zdrojů (The Resource Library)**

Manuál *Základy výchovy k olympijským hodnotám* je rozdělen do čtyř kapitol. První kapitola představuje účastníkům jádro principů olympismu. Účastníky nabádá k přemýšlení, jak tyto principy souvisejí s jejich vlastními životy. V následujících třech kapitolách se čtenáři seznámí s historií, příběhy a symboly olympijských her v kontextu olympijských vzdělávacích témat. Účastníci programu OVEP mají příležitost prohloubit své poznatky a prožitky díky řadě navržených aktivit. Ty jsou součástí tohoto manuálu v českém znění.

Vyučující a žáci mohou dále využít široké palety zdrojů (filmy, články, odkazy), které jsou k dispozici v Knihovně zdrojů (The Resource Library).



↑ Účastníci republikového finále Odznaku všestrannosti tvoří společně jeden z olympijských symbolů, olympijské kruhy.

Zdroje programu OVEP Train the Trainer („Školení trenérů“) jsou propojeny se vzdělávacím balíčkem OVEP 2.0., který je strukturován ve formátu workshopu (školení). Obsah programu je uzpůsoben pro různá učební prostředí a cílové skupiny.

Dokumentace školícího programu obsahuje:

OVEP workshop: Učení prostřednictvím tělesné aktivity (OVEP Workshop Plan: Learning Through Physical Activity)

Plán dva a půl dne trvajícího workshopu (včetně podrobného popisu her a aktivit zaměřených na účastníky) koncipovaného pro dosažení učebních cílů olympijské výchovy. Účastníci obdrží certifikát či potvrzení o dokončení programu, který je připravuje na šíření programu OVEP a programů tělesné výchovy směrem k dětem a mládeži.

Učení se prostřednictvím herních a pohybových aktivit je součástí workshopu OVEP (OVEP Workshop Plan) a je detailně rozepsáno v kartách s úkoly (Task Cards) zaslaných MOV v případě poskytnutého školení.

OVEP PLAYbook: Praktická příručka výchovy k olympijským hodnotám (Delivering OVEP PLAYbook: A Practical Guide to Olympic Values Education)

Jedná se o vzdělávací materiál nazvaný PLAYbook založený na pedagogických postupech na bázi fyzické aktivity pro děti a mládež. PLAYbook podpoří účastníky workshopu v získání dovedností a kompetencí pro kvalitní předávání programu OVEP cílovému publiku, například dětem a mládeži, ale i dospělým z odlišných kultur a různých prostředí.

Hodnotící nástroje trenérů

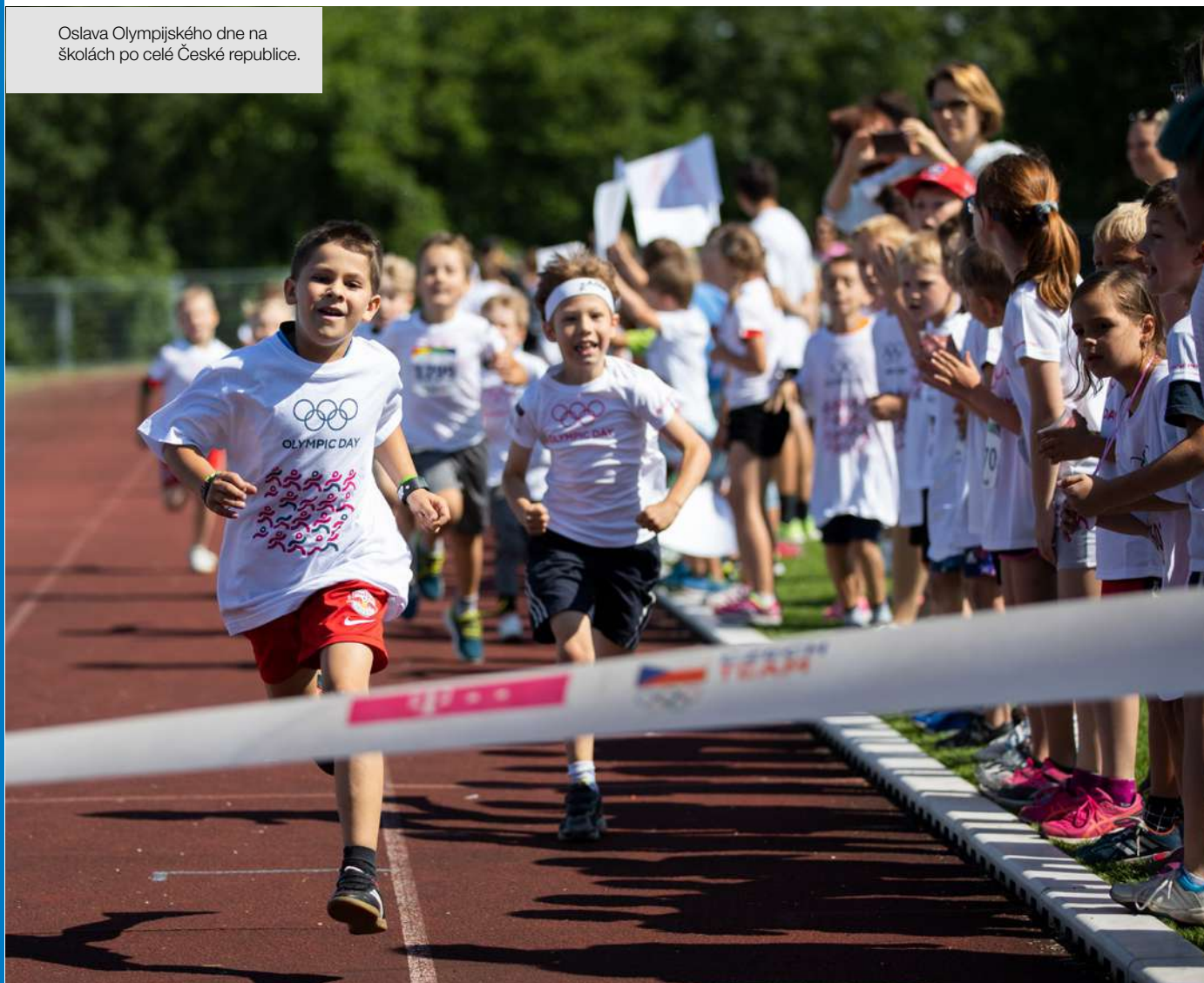
Hodnotící nástroje trenérů, stejně jako nástroje pro posouzení dopadu programu, jsou součástí kapitoly o monitorování a hodnocení programu OVEP.



„Budoucnost naší civilizace nespočívá na politických či ekonomických základech. Závisí zcela na směru vzdělávání.“

Pierre de Coubertin

Oslava Olympijského dne na školách po celé České republice.



Kapitola 1

Úvod do výchovy k olympijským hodnotám

Úvod	12
Základní principy olympismu	14
Základní hodnoty olympismu	15
Témata olympijské výchovy	16
Způsoby olympijské výchovy	17
Olympismus jako prostředek pro výchovu budoucích generací a lepší svět	19

Úvod

Manuál „Základy výchovy k olympijským hodnotám“ obsahuje základní informace a rozmanité vzdělávací aktivity, které pomáhají propagovat výchovné hodnoty olympismu.

Když se jednotlivé národní olympijské výbory připojí k olympijskému hnutí a vyšlou své sportovce soutěžit na olympijských hrách, přihlašují se k společným hodnotám, které se v souhrnu nazývají „základní principy olympismu“ (ustanovené v Olympijské chartě). Tyto principy zakládají soubor hodnot, které Mezinárodní olympijský výbor označuje jako „výchovná témata olympismu“ (viz strana 16).

Manuál obsahuje informace a materiály určené k usnadnění výuky a výchovy založené na poznání hodnot. Zaměřuje se na postupy výuky a vzdělávání se o olympismu namísto rigidního studia faktů. Manuál je cílený na děti a mládež ve věku od pěti do osmnácti let a obsahuje aktivity pro rozdílné úrovně vyspělosti a věku. Vzdělavatelé mohou přizpůsobit a upravovat navržené aktivity tak, aby byly vhodné pro jejich žáky a mladé sportovce.

Tělesná aktivita a sport mají významnou roli v současném světě, kde je obezita jednou z hlavních výzev a kde naděje a pocit úspěchu hrají pro děti ze sociálně slabých poměrů velkou roli. Symbolika a ceremoniály, sportovní a kulturní události olympijských her jsou pro mnohé inspirací a motivací. Jsou významným prostředkem výchovných a vzdělávacích činností, včetně propagace sportu a tělesné aktivity.

Vzdělávací metody použité v tomto manuálu jsou založeny na soudobých vzdělávacích teoriích o multikulturních, interkulturních a multi-inteligenčních přístupech k učení a k výuce.

Použité metody jsou založeny na následujících principech učení:

- Učení je aktivní, ne pasivní činnost. Čím více jsou studenti zapojeni, tím je pro ně výuka zábavnější a účinnější.
- Zapojují se různorodé způsoby výuky. Výuka obsahuje mluvení a poslech, hru, psaná cvičení, diskuzi a debatu, tvůrčí činnosti jako výtvarné umění, divadlo a hudbu a také tělesnou aktivitu jako sport, tanec a tělesnou výchovu. Manuál obsahuje aktivity, které umožňují různé přístupy k učení.
- Učení je individuální i skupinové. Někteří pracují nejlépe samostatně, avšak skupinová práce napomáhá k výchově a procvičování kooperace. Příručka tak obsahuje mnoho aktivit koncipovaných pro skupiny.

Stimulace představivosti dětí a mládeže je další z metod výuky užitých v této příručce. Sportovci jsou si dobře vědomi role, kterou představivost hraje v jejich snaze o dosažení vytyčených cílů. Kladné a tvůrčí využití představivosti také může mládeži napomoci při budování nových přístupů, způsobů myšlení o sobě a druhých, stejně jako různých způsobů chování.



↑ Vztyčení vlajky Spojeného království při slavnostním zahájení olympijských her v Londýně 2012.

Shrnutí obsahu

Kapitola 1 vysvětluje účel tohoto manuálu, představuje hodnoty olympijského hnutí a navrhuje možnosti implementace OVEP programů pro vzdělavatele, organizační pracovníky, vůdčí osoby sportu mládeže a další členy olympijské rodiny.

Kapitola 2 nastiňuje aktivity, které pomohou žákům a mladým sportovcům pochopit a poznat symboly a ceremoniály olympijského hnutí.

Kapitola 3 poskytuje základní informace a aktivity zaměřené na historii, strukturu a organizaci olympijských her a olympijského hnutí.

Kapitola 4 zahrnuje teoretické základy a aktivity vztahující se ke každému z pěti výchovných témat olympismu: radosti z úsilí ve sportu a tělesné aktivitě, fair play, respektu k druhým, snaze o výjimečnost a rovnováhu těla, vůle a mysli. Tyto aktivity mají za účel pomoci žákům a mladým sportovcům porozumět daným tématům a aplikovat je v praxi.

Základní principy olympismu

Základní principy olympismu, které jsou ustanoveny v Olympijské chartě, vymezují sdílený soubor hodnot.

Základní principy olympismu

- 1.** Olympismus je životní filozofií, povznášející a vyváženě spojující v jeden celek zdatnost těla, vůle a myslí. Spojením sportu, kultury a vzdělávání usiluje olympismus o vytvoření způsobu života založeného na radosti z vynaloženého úsilí, na výchovné hodnotě dobrého příkladu, sociální odpovědnosti a na respektování základních univerzálních etických principů.
- 2.** Cílem olympismu je zapojit sport do služby harmonického rozvoje lidstva s cílem vytvořit mírovou společnost, která dbá o zachování lidské důstojnosti.
- 3.** Olympijské hnutí představuje svornou, organizovanou, všeobecnou a trvalou činnost všech jednotlivců a uskupení inspirovaných hodnotami olympismu, uskutečňovanou pod vedením MOV jako nejvyššího orgánu. Je rozšířeno na pěti kontinentech. Jeho vyvrcholením je účast sportovců celého světa na velkém sportovním festivalu, na olympijských hrách. Jeho symbolem je pět propojených kruhů.
- 4.** Provozování sportu je lidským právem. Každý jednatel musí mít možnost provozovat sport bez jakékoli diskriminace a v olympijském duchu, jenž vyžaduje vzájemné porozumění v duchu přátelství, solidarity a fair play.
- 5.** Vzhledem k tomu, že sport se uskutečňuje v rámci společnosti, uplatňují sportovní organizace náležící k olympijskému hnutí politickou neutralitu. Mají autonomní práva a povinnosti, tedy možnost svobodně vytvářet a kontrolovat pravidla sportu, určovat strukturu a správu vlastních organizací, dále mají právo svobodných voleb bez jakéhokoli vnějšího vlivu a odpovědnost za uplatňování zásad dobré správy.
- 6.** Požívání práv a svobod stanovených v Olympijské chartě bude zajištěno bez jakékoliv formy diskriminace, jako je diskriminace na základě rasy, barvy pleti, pohlaví, sexuální orientace, jazyka, náboženství, politického nebo jiného přesvědčení, národnosti nebo společenského původu, majetku, původu nebo jiného postavení.
- 7.** Příslušnost k olympijskému hnutí vyžaduje dodržování Olympijské charty a uznání ze strany MOV.

→ Atlanta 1996:
Slavnostní zahájení na
olympijském stadionu
v Atlantě (USA)
oslavuje starověký
původ her.



☰ Poznámka

Tato kapitola zahrnuje pět výchovných témat spojených se základními hodnotami olympismu: učení se radosti z úsilí ve sportu a tělesné aktivitě, učení se fair play, učení se respektu k druhým, učení se snaze vyniknout a učení se rovnováze těla, vůle a mysli.

Tato témata lze snadno začlenit do cílů běžně sledovaných ve sportu dětí a mládeže a ve školních osnovách.

Základní hodnoty olympismu

Výjimečnost, respekt a přátelství jsou tři základní hodnoty olympismu, které jsou středobodem olympijských her a Olympijských her mládeže.

Výjimečnost

Výjimečností se rozumí snažit se nejlépe, jak jsme schopni, a to jak na hřišti, tak v pracovním životě. Není důležité vyhrát, ale zúčastnit se, rozvíjet se a dosahovat zdravého propojení těla, vůle a mysli.



↑ Povzbuď se k úsilí – snaž se **vyniknout**

Respekt

Zahrnuje respekt k sobě a vlastnímu tělu, ostatním lidem a pravidlům, ke sportu a prostředí.



↑ Zachovej lidskou důstojnost – projevuj **respekt**

Přátelství

Přátelství je základem olympijského hnutí. Povzbuzuje nás k nahlížení na sport jako na prostředek ke společnému porozumění mezi jednotlivci a mezi lidmi na celém světě.



↑ Rozvíjej harmonii – oslavuj **přátelství**

Témata olympijské výchovy

Tento manuál zdůrazňuje pět témat olympijské výchovy, která jsou založena na základních principech olympismu. Tato témata v sobě zahrnují tři hlavní přístupy k výuce: kognitivní (intelektuální), afektivní (sociální / emoční) a kinestetický (fyzický) přístup.

Poznámka

Návrhy pro výuku a praktické aktivity pro každé z pěti témat jsou zařazeny do kapitoly 4: „Výuka témat olympijské výchovy“.

Platforma pro výuku a učení se

CO: Hodnoty VÝJIMEČNOSTI, RESPEKTU A PŘÁTELSTVÍ pokládá olympijské hnutí za zásadní hodnoty olympismu. Jsou vytouženým výsledkem účasti vrcholových sportovců v olympijských sportovních soutěžích. Tyto hodnoty jsou zdůrazňovány na všech olympijských hrách a na Olympijských hrách mládeže.

JAK: Učební metodologie programu OVEP se zaměřuje na výukové postupy spojené s vlastním prožitím hodnot, v rámci kterých je zdůrazněno pět výchovných témat: prožití radosti z úsilí ve sportu a tělesné aktivitě, žití ve smyslu fair play, projevování respektu, snaha vyniknout a učení se rovnováze těla, vůle a myslí. Tato výchovná témata mají svůj původ v Olympijské chartě a základních principech olympismu a začleňují cíle výchovných programů zaměřených na pozitivní vývoj dětí a mládeže.



Způsoby olympijské výchovy

Tato kapitola se zabývá možnými způsoby, jakými mohou vzdělavatelé využít informace a aktivity obsažené v tomto manuálu.

Olympijské vzdělávání znamená pro každého něco jiného. Následující část poskytuje příklady různých programů olympijského vzdělávání. Tyto programy mají různé cíle a posluchače, i když se z velké části překrývají. Tento manuál vychází z přístupu „vzdělávání prostřednictvím sportu“.



↑ Během slavnostního zahájení olympijských her v Pekingu 2008 vystupovali umělci ve velkolepé show na Národním stadionu v čínském hlavním městě.

Olympijské vzdělávání

- Akademický výzkum, kurzy a semináře na univerzitách a v olympijských vzdělávacích centrech.
- Programy národních a mezinárodních olympijských akademií a národních olympijských výborů.
- Učebnice a návody, videa, CD a televizní programy k olympijským hrám.
- Olympijské dny, olympijské festivaly a školní / komunitní soutěže.
- Náročný trénink a tělesná výchova založená na olympijských hodnotách.
- „Vzdělávání prostřednictvím sportu“: integrované výukové programy pro děti a mládež založené na hodnotách.
- Vzdělávací a mládežnické programy pořádané organizačními výbory olympijských her.
- Olympijské a sportovní tábory pro mládež.
- Síť olympijských muzeí, síně slávy, výstavy umění a kulturní akce.
- Marketingové a propagační kampaně realizované olympijskými sponzory a partnery.

Směry výuky olympijského vzdělávání

Materiály z tohoto manuálu lze použít několika různými směry.

První cesta: Výchova prostřednictvím sportu – integrovaný přístup napříč učebními osnovami

Někteří učitelé používají tématický nebo projektový přístup k výuce a propojují tak aktivity z různých předmětů. Svým obsahem může projekt zaměřený na olympismus zahrnovat různé předměty, jako jsou například dějepis, matematika, věda, jazyky, tělesná výchova a výuka zdravého životního stylu.

Druhá cesta: Umožnit mladým sportovcům vyniknout ve sportu a v tělesné výchově

Sportovní programy a hodiny tělesné výchovy lze zdokonalit pomocí aktivit, které studentům pomohou porozumět olympijským hodnotám a ukážou jim, jak je aplikovat v životě. Do oslav Olympijského dne je vhodné zařadit aktivity a myšlenky obsažené v tomto manuálu.

Třetí cesta: Olympijský týden nebo měsíc

Mnoho aktivit obsažených v tomto manuálu lze použít k vytvoření týdne nebo měsíce spojeného s olympijskou tematikou, v rámci kterého je možné začlenit řadu témat školních osnov. Olympijský týden nebo olympijský měsíc by mohl zahrnovat zahajovací a závěrečné ceremoniály, stejně jako řadu soutěžních tělesných aktivit, her a sportů.

Čtvrtá cesta: Výuka učitelů

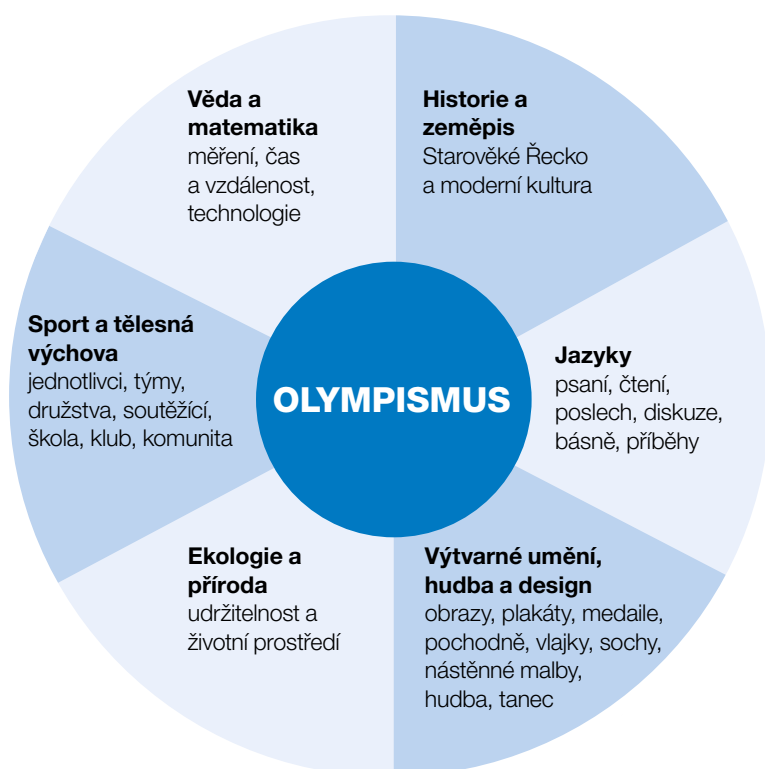
U programů, které se zaměřují zejména na výuku ze strany učitelů nebo které dodržují předepsaný plán podle učebnice / pracovního sešitu, mohou být aktivity čtení a psaní obsažené v tomto manuálu přepracovány a restrukturalizovány pro konkrétní věkové kategorie a velikosti tříd.

Pátá cesta: Postsekundární vzdělávání a workshopy pro vzdělavatele

Pro studenty vysokoškolského vzdělávání nebo pro účastníky workshopů pro vzdělavatele (např. učitele a trenéry) je možné tento manuál využít jako osnovu pro kurz „Olympijské vzdělávání: výuka založená na hodnotách“.

Kurz olympijského vzdělávání mohou nabízet například pedagogické fakulty nebo fakulty tělesné výchovy. Zatímco různé země mají své tradice a způsoby chování, díky globalizaci je mnoho hodnot přizpůsobeno a sdíleno napříč kulturami a regiony. Olympijské hnutí nabízí příležitosti pro propagaci těchto sdílených hodnot. Základní manuál je navržen tak, aby učitelům a trenérům dětí a mládeže umožnil přizpůsobit různé aktivity na míru jejich vlastním programům, aby vyhovovaly potřebám a očekávání jejich žáků či svěřenců.

Oblasti vzdělávání



Sport a tělesné aktivity s sebou přináší pozitivní efekty v následujících oblastech:

- vyšší efektivita studijních výkonů;
- podpora zdraví a prevence proti nemocem;
- podpora rovnoprávnosti žen a mužů;
- sociální inkluze a rozvoj sociálních schopností;
- podpora míru a prevence / řešení konfliktu;
- vyrovnání se s katastrofou / traumatem, normalizace života;
- ekonomický rozvoj;
- mezilidská komunikace a sociální mobilizace;
- rozvoj schopností pro život; budování sebevědomí a soběstačnosti.



↑ Baron Pierre de Coubertin se narodil v Paříži roku 1863. Poté, co se vzdal kariéry v armádě, zasvětil svůj život reformě vzdělávání ve Francii, založení olympijských her a vzdělávacím cílům olympijského hnutí. V roce 1890 přijal pozvání od Williama Penny Brookese na Wenlock olympijské hry v Anglii, které se poprvé konaly v roce 1850. Tito dva muži diskutovali jejich touhu po znovuoživení olympijských her jako mezinárodní události pořádané v Aténách.

Olympismus jako prostředek pro výchovu budoucích generací a lepší svět

Olympismus jako prostředek pro výchovu budoucích generací a lepší svět

Společným cílem je propagace hodnot a zásad, které inspirovaly Pierra de Coubertina k vytvoření moderního olympijského hnutí, jež tvoří základ Olympijské charty.

Vždy, když je olympijská vlajka vyvěšena při zahajovacím ceremonálu olympijských her, oslavuje svět myšlenky zakladatele moderního olympijského hnutí Pierra de Coubertina (1863–1937). Věřil, že mladí lidé potřebují trénovat svá těla stejně tak jako svou mysl. Ve své zemi podporoval sport a tělesné aktivity na školách. Domníval se, že se jeho nápadům dostane dobré pozornosti, pokud zorganizuje mezinárodní sportovní událost založenou na antických olympijských hrách Řecka.



V roce 1894 pozval Pierre de Coubertin své kolegy a přátele na kongres, kde představil svůj plán na obnovení olympijských her. Mezinárodní olympijský výbor byl založen a pověřen jako orgán pro plánování těchto her.

Pierre de Coubertin stojí za vypracováním originálu Olympijské charty.

Olympijská charta byla již mnohokrát upravena. Řídí práci Mezinárodního olympijského výboru a olympijského hnutí. Obsahuje základní principy olympismu a odvíjí se od Coubertinovy původní verze.

Cíle olympijského hnutí (1894)

- Podporovat rozvoj tělesných a morálních kvalit, které tvoří základ sportu.
- Vzdělávat mladé lidi prostřednictvím sportu v duchu lepšího vzájemného porozumění a přátelství, a tím pomáhat budovat lepší a mírumilovnější svět.
- Rozšířit olympijské principy po celém světě, a tím šířit dobro.
- Spojit sportovce z celého světa v rámci velkého sportovního festivalu v intervalu čtyř let, na olympijských hrách.

← Oficiální plakát olympijských her v Aténách 1896.



„...jaký abstraktní koncept olympijské ideologie nejnaterněji zasáhne lidské srdce a emoce? Odpovědí jsou ceremoniály...”

Professor John MacAloon

↓ Londýn 2012: Během zhasinání olympijského ohně při závěrečném ceremoniálu je nad konstrukcí pro oheň zavěšen fénix.



Kapitola 2

Oslava olympismu prostřednictvím symbolů, ceremoniálů a umění

K olympijským hrám neodmyslitelně patří jejich symboly a tradice. Tato kapitola přiblíží olympijské symboly a tradice a poukáže na jejich potenciál pro šíření hodnot olympismu.

Základní informace	22
Propojené kruhy: olympijský symbol	24
Vztyčení vlajky	26
Olympijské heslo: Citius, Altius, Fortius	28
Vzplanutí ducha: olympijský oheň	31
Zahajovací ceremoniál olympijských her	34
Závěrečný ceremoniál olympijských her	38
Olympijské sliby	42
Sport a umění na moderních olympijských hrách	44
Loga a maskoti: vytváření vlastní vizuální identity	46

Základní informace

Tato kapitola představí jednotlivé olympijské symboly a tradice, které jsou neodmyslitelnou součástí olympijských her.



↑ Nagano 1998: Kenzi Ogiwara (Japonsko) skládá olympijský slib.

Pierre de Coubertin (1863-1937), zakladatel moderních olympijských her, chápal, jak důležitou roli hrají emoce a představitelství ve výuce. V rámci her, které uspořádal, propojil de Coubertin umění a sport. Vytvořil symboliku a podporoval ceremoniály, hudební složku a pompu her. Právě toto spojení uměleckých a kulturních prvků odlišuje olympijské hry od jiných sportovních akcí a poskytuje základy pro hodnotové vzdělávání v řadě výchovných odvětvích stejně jako ve sportu a tělesné výchově.



↑ Původní olympijská vlajka podle předlohy barona Pierra de Coubertina vyvěšena poprvé na Celoegyptských hrách v Alexandrii v Egyptě v roce 1914. Všimněte si francouzského nápisu na vlajce „Alexandrie 5 Avril 1914“ (Alexandrie, 5. dubna 1914).

Olympijské kruhy a olympijská vlajka

I pěti olympijským kruhům se říká „olympijský symbol“. Barvy jsou modrá, černá, červená, žlutá a zelená. Jsou vzájemně propojeny na znamení jednoty olympismu.

Alespoň jednu z pěti barev (nebo bílou barvu pozadí) můžeme nalézt na každé vlajce soutěžících států. Říká se také, že kruhy symbolizují pět světadílů, které soutěží na olympijských hrách: Evropu, Asii, Oceánii, Afriku a Ameriku.

Olympijská vlajka byla poprvé vyvěšena nad olympijským stadionem roku 1920 během her v Antverpách v Belgii. Olympijská vlajka se na hrách vyvěšuje tradičně v rámci zahajovacího ceremoniálu na stožár. Zůstává plát nad stadionem během celých her.

Svěšení vlajky během závěrečného ceremoniálu signalizuje ukončení olympijských her. Starosta hostitelského města předá olympijskou vlajku starostovi nadcházejícího hostitelského města olympijských her. (Více na stránkách 24-27.)

Olympijské heslo

Olympijským heslem je **CITIUS, ALTIUS, FORTIUS**, což latinsky znamená **RYCHLEJI, VÝŠE, SILNĚJI**. Původ hesla je připisován Otci Henri Dodonovi, příteli Pierra de Coubertina, roku 1891. Heslo bylo přijato MOV v roce 1984. (Více na stránkách 28-30.)

Olympijský oheň a olympijská pochodeň

V kontextu moderních olympijských her symbolizuje olympijský oheň pozitivní hodnoty, které si lidé s ohněm spojovali od nepaměti. Olympijská štafeta plní dvojí funkci: ohlašuje konání olympijských her a zvěstuje poselství míru a přátelství. Moderní pojetí olympijského ohně vzniklo na hrách v Berlíně v roce 1936 a udrželo si svou tradici do současnosti. Oheň je zažehnut sluncem ve starověké Olympii v Řecku a poté je předáván mezi běžci ve štafetě, dokud nedoputuje do hostitelského města, kde je oheň zapálen na olympijském stadionu v rámci zahajovacího ceremoniálu. Oheň je udržován po celou dobu her a uhašen je až při závěrečném ceremoniálu. (Více na stránkách 31-33)



↑ Pchjongčchang 2018: Biatlonista Michal Krčmář (vpravo) získal hned v úvodním biatlonovém závodě stříbrnou medaili pro Česko. Na stupních vítězů slaví společně s bronzovým Dominikem Windischem (vlevo) a zlatým Arndem Peifferem (uprostřed).

Zahajovací ceremoniál

Zahajovací ceremoniál je první veřejnou událostí olympijských her, o jehož přípravu se stará především organizační výbor hostitelského města. Pořadí jednotlivých událostí zahajovacího ceremoniálu je ustanoveno Olympijskou chartou.

Závěrečný ceremoniál

Závěrečný ceremoniál signalizuje oficiální konec olympijských her a je obvykle kratší a jednodušší než slavnostní zahájení. Sled událostí byl formalizován v roce 1956.

Olympijská hymna

Hudbu pro olympijskou hymnu složil řecký skladatel Spyros Samaras a text napsal řecký básník Kostis Palamas roku 1896. MOV ji přijal roku 1958. Hymna je hrána na zahajovacích a závěrečných ceremoniálech všech olympijských her a během všech oficiálních ceremoniálů Mezinárodního olympijského výboru.

Olympijské sliby

„Jménem všech závodníků slibuji, že při účasti na těchto olympijských hrách budeme respektovat a dodržovat jejich pravidla, budeme se angažovat pro sport bez dopingu a drog, v duchu skutečného sportovního chování, pro slávu sportu a čest svých družstev.“

Během zahajovacího ceremoniálu jsou složeny tři sliby: jeden za sportovce, jeden za trenéry a jeden za rozhodčí. Olympijský slib se poprvé skládal na hrách v Antverpách v roce 1920. (Více na straně 42-43).

Medailový ceremoniál

Na starověkých olympijských hrách získali ocenění pouze vítězové, a to jednoduché věnce z olivových listů. Starověcí Řekové věřili, že věncem přenášejí na vítěze vitalitu posvátného stromu.

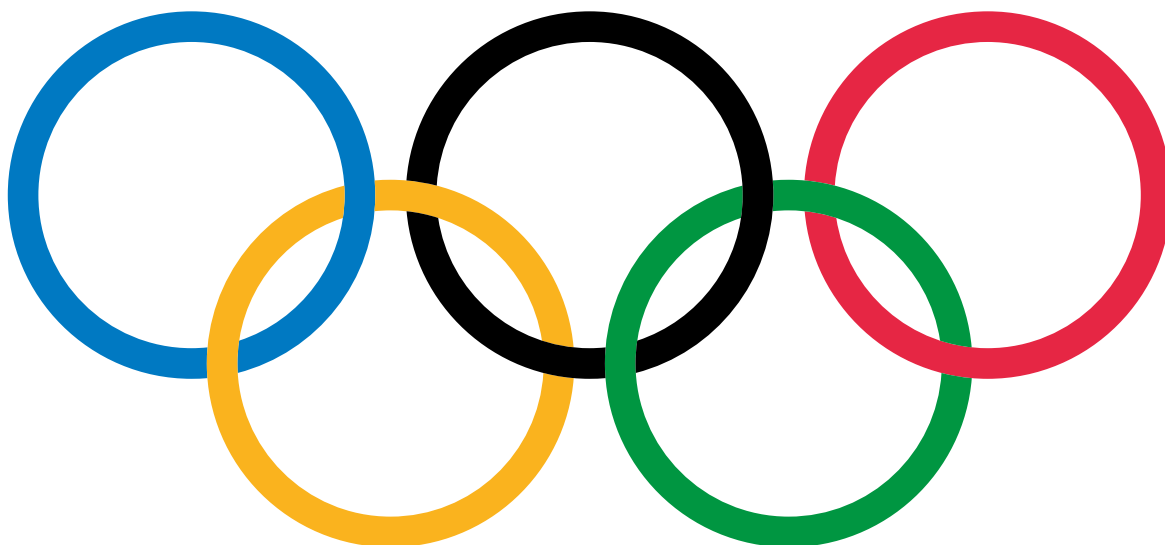
Na moderních olympijských hrách jsou udělovány medaile sportovcům, kteří se umístí na prvním, druhém a třetím místě. ZLATÁ medaile vítězi, STŘÍBRNÁ druhému a BRONZOVÁ třetímu. Za návrh podoby medailí zodpovídá hostitelské město v rámci zásad stanovených MOV. Během udílení ocenění hraje národní hymna vítězného státu a jsou vztyčeny národní vlajky všech tří vítězů.

Propojené kruhy: olympijský symbol

Tato část představuje proslulé olympijské kruhy, olympijský symbol, jehož pomocí můžeme uvést a poznávat hodnoty olympijského hnutí.

? Než se pustíte do čtení – několik otázek

Viděli jste už olympijské kruhy? Pokud ano, kde? Jak byste je popsali někomu, kdo je nikdy neviděl? Co myslíte, že znamenají?



Čtení

Prohlédněte si pět kruhů na obrázku. Jsou propojeny jako řetěz. Během olympijských her je uvidíte všude v televizi. Pět olympijských kruhů se oficiálně označuje za „olympijský symbol“ a jsou známy po celém světě. Barvy vrchních tří kruhů zleva doprava jsou modrá, černá a červená, spodní dvojice je tvořena žlutým a zeleným kruhem.

Mnozí věří, že pět kruhů reprezentuje přátelství mezi obyvateli pěti hlavních světadílů.

Co vy na to?

K diskuzi

- Pierre de Coubertin, zakladatel moderních olympijských her, navrhl tento symbol v roce 1913.
 - Myslíte, že je to dobrý symbol pro olympijské hry?
 - Proč ano, nebo proč ne?
- Symboly a barvy mají v různých kulturách rozdílné významy. Jak je tomu ve vaší kultuře? Víte, co určité barvy znamenají v jiných kulturách? Můžete uvést příklady?

AKTIVITA Č. 01

Olympijský symbol

Témata olympijské výchovy: Respekt, snaha vyniknout

Kontext k aktivitě

Přečtěte si odstavec „olympijské kruhy a olympijská vlajka“ na začátku této kapitoly. Zvažte, co slovo *symbolika* znamená. Jak toto slovo souvisí s olympijskými kruhy?

Učební výstup

Porozumění významu olympijských kruhů.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, burza nápadů, kreativita, spolupráce, vstupní a výstupní kartičky, individualizace, příležitost k zamyšlení.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Vybarvěte olympijské kruhy a povídejte si s ostatními dětmi o jejich významu.

Mírně pokročilí 9-11 let

Nakreslete velký obrázek olympijských kruhů a vyplňte kruhy slovy / obrázky / kresbami, které se podle vás představují olympijské hodnoty (snaha vyniknout, respekt a přátelství).

Středně pokročilí 12-14 let

Prostudujte si jiné mezinárodní symboly. Jak silně vyjadřují jiné symboly svá poselství? Myslíte, že olympijské kruhy dobře sdělují poselství olympismu? Vytvořte koláž symbolů na velký papír.

Pokročilí 15-18 let

Olympijské kruhy byly vytvořeny v roce 1914. Je tento symbol stále platný v současném, neustále se měnícím světě? Může olympijský symbol zůstat stejný i v příštích sto let, nebo je třeba jej aktualizovat? Navrhněte nový symbol pro MOV, který podle vás zosobňuje hodnoty olympismu a bude inspirovat budoucí generace.



→ Pchjongčchang 2018: Čeští hokejisté v zápase proti domácímu týmu Jižní Koreji.

Vztyčení vlajky

Státní vlajky symbolizují národní hrdost, zatímco olympijská vlajka je symbolem propojení národů prostřednictvím sportu a olympijských hodnot.

? Než se pustíte do čtení – několik otázek

Už jste někde viděli vlát olympijskou vlajku?

Kde?

Proč potřebuje olympijské hnutí vlajku?



↑ Salt Lake City 2002: Osm světově významných osobností nese olympijskou vlajku během zahajovacího ceremoniálu.

„Byli jsme velmi poctěni příležitostí nést vlajku na stadion a vidět ji viset po dobu konání olympijských her. Bylo mi velkou ctí být vybrán jako zástupce zájmů životního prostředí... Byl to pro mě velmi emocionální a pokorný zážitek.“

Jean-Michel Cousteau

Čtení

Když všichni sportovci nastoupí na stadion během zahajovacího ceremoniálu, vše utichne. Následně vstoupí na plochu osm osob oděných v bílém. Společně přináší olympijskou vlajku, každý se drží jejího lemu a opatrně ji nesou kolem závodní dráhy. Zastaví se u stožáru, vlajku připevní a začnou ji vytahovat nahoru. Početný sbor zpívá olympijskou hymnu. Je to velmi dojemný zážitek.

Během olympijských her je olympijská vlajka vždy vyvěšena společně s národními a místními vlajkami v hostitelském městě. Tyto vlajky jsou symbolem toho, že hostitelské město nyní žije olympijským duchem. Během závěrečného ceremoniálu je předána olympijská vlajka (samostatná vlajka pro letní a zimní hry) starostovi města, které bude hostit další edici olympijských her.

AKTIVITA Č. 02

Vztyčení vlajky

Témata olympijské výchovy: Respekt

Kontext k aktivitě

Přečtěte si předešlou stranu. Myslíte si, že olympijské hnutí potřebuje svou vlajku? Proč?

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Namalujte olympijskou vlajku na plakátový papír, připevněte ji na tyče a uspořádejte průvod.

Mírně pokročilí 9-11 let

Vyrobte jednoduchého draka a ozdobte ho olympijskými motivy.

Středně pokročilí 12-14 let

Porovnejte několik státních vlajek. Odrážejí podle vás ducha a kulturu jednotlivých zemí? Zkuste navrhnout novou vlajku České republiky.

Pokročilí 15-18 let

Navrhněte vlajku, která bude odrážet hodnoty různorodosti a témata olympismu.



↑ Vztyčení vlajky na slavnostním zahájení Olympijských her mládeže 2020.

★ Učební výstup

Pochopení významu vlajky pro vyjádření identity a hodnot.

✓ Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Diskuze, kreativita, spolupráce, úkolové karty.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby – papír, barvy, pastelky, dřevěné tyče (pro průvod), lepicí páska.

Olympijské heslo: Citius, Altius, Fortius

Hesla a poselství zdůrazňují důležité hodnoty.
Po vzoru olympijského hesla a poselství navrhnete další hesla nebo rčení, která zosobňují olympijské hodnoty.

**Latinský text Citius, Altius, Fortius znamená „rychleji, výše, silněji“.
Toto heslo vyjadřuje olympijské hodnoty snahy o výjimečnost a snahy o to být v rámci svých možností nejlepší.**

O vítězi některých olympijských sportů rozhodují rozhodčí v porotě. Děje se tak například v gymnastice, skocích do vody a krasobruslení. Porota posuzuje mezi jiným působivost pohybů, kontrolu těla, umělecký dojem a obtížnost zvolených figur nebo jejich kombinací.

K diskuzi

Mohou rozhodčí nebo funkcionáři podvádět? Pokud ano, jakým způsobem?

Proč by podváděli?

Mělo by se podvádění ve sportu trestat nebo postihovat?

Pokud ano, jak?



↑ Pchjongčchang 2018: Rychlobruslařka Karolína Erbanová získala olympijský bronz na pětistovce.



↑ Rio 2016: Lukáš Krpálek v euforii po historickém zlatém triumfu pro české judo v hmotnostní kategorii do 100 kg.

K diskuzi

„Na olympijských hrách není nejdůležitější vyhrát, ale zúčastnit se, stejně tak jako i v životě není hlavní triumf, ale úsilí. Nejdůležitější není zvítězit, ale bojovat čestně a ze všech sil.“

Baron Pierre de Coubertin

Toto poselství je vyobrazeno na všech výsledkových tabulích na olympijských hrách. Vysvětlete vlastními slovy, co znamená.

- Souhlasíte s tímto poselstvím? Proč ano, nebo proč ne?
- Ne všichni sportovci a jejich trenéři souhlasí s tímto poselstvím. Někdy se rozhodnou podvádět, aby si pomohli k vítězství. Jakými způsoby sportovci podvádějí? Proč se rozhodnou podvádět?
- Jak podvádění škodí ostatním sportovcům? Jak škodí tomu, kdo podvádí?



↑ Rio 2016: Atlet Jan Kudlíčka se raduje po úspěšném pokusu ve skoku o tyči.

AKTIVITA Č. 03

Olympijské heslo: Citius, Altius, Fortius

Témata olympijské výchovy: Snaha vyniknout, rovnováha těla, ducha a mysli, radost z úsilí

Kontext k aktivitě

Olympijské heslo „Citius, Altius, Fortius“ („rychleji, výše, silněji“) vytvořil blízký přítel barona Pierra de Coubertina kněz Henri Didon. MOV přijalo toto heslo za své v roce 1894. Jsou pro vás tato slova při sportování inspirací a motivací? Řekli byste, že je v tomto hesle sdělení i pro vaše okolí a vaši zemi?

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Vyberte si tři sporty nebo pohybové aktivity, které se poji k jednotlivým slovům olympijského hesla „rychleji, výše, silněji“. Vymyslete aktivitu, která má v sobě dva prvky nebo dokonce všechny tři? Například rychleji a výše nebo silněji a výše? Zkuste si tyto sporty nebo pohybové aktivity se svými spolužáky.

Mírně pokročilí 9-11 let

Napište báseň o třech slokách, každou určenou pro jedno ze tří slov olympijského hesla. Můžete tato slova spojit s vašimi zážitky ze sportu nebo popsat, jak tato slova ovlivňují životy druhých.

Myslíte, že olympijské heslo vystihuje pouze sport? Má nějaký význam pro další stránky života?

Středně pokročilí 12-14 let

Vymyslete a předvedte krátkou divadelní scénku, kde budou vystupovat tři postavy ze starověkých her – Citius, Altius a Fortius, které se právě poprvé potkaly. Možná všechny tři stojí před bohem Diem a každá se snaží jej přesvědčit, že právě ona by měla hrát hlavní roli na příštích olympijských hrách.

Pokročilí 15-18 let

Pečlivě si prohlédněte sochu „Citius, Altius, Fortius“, která je vystavena v Olympijském muzeu ve švýcarském Lausanne a která abstraktně zobrazuje olympijské heslo. Dostali jste za úkol navrhnout a vytvořit sochu nebo model, která bude součástí slavnostního zahájení příštích olympijských her. Jakou podobu a jaké materiály vyberete?



★ Učební výstup

- Uvědomění si inspirativní a motivační síly hesel v rámci usilování o olympismus.
- Pochopení smyslu olympijského hesla.

✓ Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, konstruktivismus, kreativita, dramatizace, řešení problémů, spolupráce.

Doporučené pomůcky

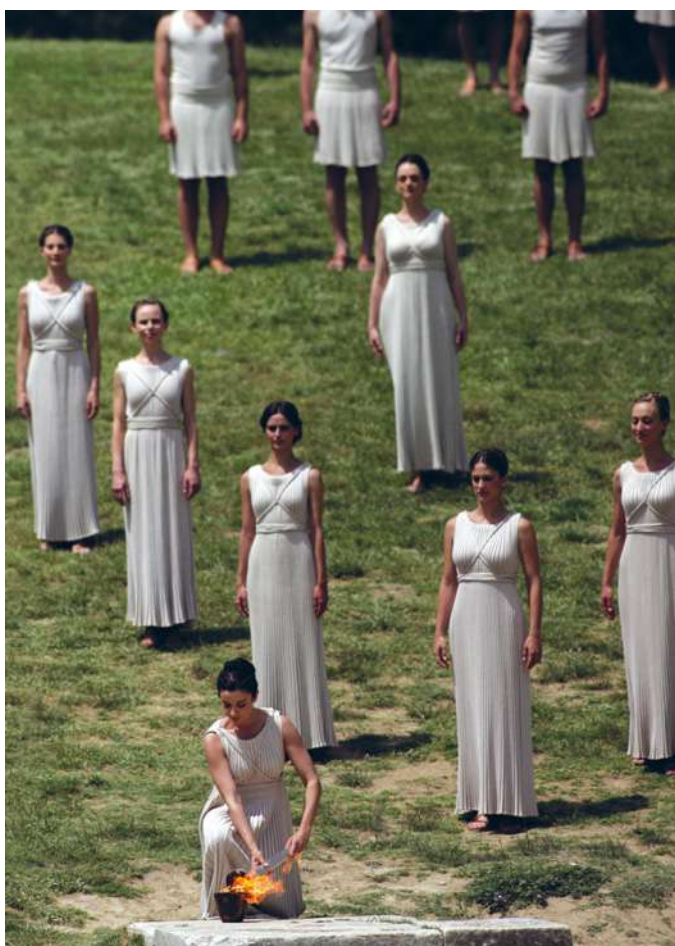
Výtvarné potřeby, kostýmy pro divadelní představení ze starověké Olympie.

„Olympijské hry v Aténách pro mě budou velmi důležité i přesto, že se nebudu moct zúčastnit jako sportovkyně, jelikož se mohu připojit ke štafetě s olympijskou pochodní kdekoliv na světě.“

Cathy Freemanová, zlatá medailistka v běhu na 400 metrů ze Sydney (2000)

Vzplanutí ducha: olympijský oheň

Oheň, plameny, pochodně a svíčky měly pro lidstvo od nepaměti hluboký význam a hrály významnou roli při obřadech a ceremoniálech. Stejně tak jsou neodmyslitelně spjaty se starověkými i moderními olympijskými hrami.



↑ Atény 2012: Hlavní kněžka Ino Menegakiová zapaluje olympijský plamen pro olympijské hry 2012 během slavnostního ceremoniálu zapálení olympijského ohně ve starověké Olympii v Řecku.

Čtení

Na všech olympijských hrách hoří jedinečný oheň, který urazil dlouhou cestu. Nazývá se olympijskou štafetou, která putuje z trosk stadionu starověkých olympijských her až do hostitelského města. Ceremoniál zapálení pochodně probíhá před pilíři chrámu bohyně Héry ve starověké Olympii. Oheň je nejdříve zažehnut pomocí zrcadla, které odráží sluneční paprsky do ceremoniálního kotle s olejem. Plamen je přenesen na pochodně, která následně putuje světem a vyzařuje olympijského ducha po celém světě.

K diskuzi

Prohlédněte si ženy na fotografii, které vystupují jako starověké řecké kněžky. Hlavní kněžka usměřuje sluneční paprsky pomocí zrcadla do ceremoniálního kotle s olejem.

- Proč je podle vás důležité pro organizátory moderních olympijských her používat symboly a tradice ze starověkých olympijských her?
- Používá se v našem prostředí plamen při státních nebo společenských oslavách? Kde se například používají svíčky nebo zapalují ohně?
- Proč je podle vás oheň a světlo důležité pro ceremoniály a oslavy?



↑ Olympijská štafeta doputovala do anglického Carlisle před konáním her v Londýně 2012.



← Soči 2014: Olympijský oheň doputoval na mezinárodní vesmírnou stanici.

AKTIVITA Č. 04

Vzplanutí ducha: olympijský oheň

Témata olympijské výchovy: Respekt

Kontext k aktivitě

Před tím, než začnete s jednotlivými aktivitami, přečtěte si text o olympijském ohni na straně 31. Pokuste se odpovědět na jednotlivé otázky zmíněné v odstavci „K diskuzi“.

Učební výstup

Pochopení významu olympijského ohně jako symbolu podněcujícího nadějí, který je kulturně významný na celém světě.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Diskuze, učení založené na dotazování, dramatizace, kulatý stůl, kreativita, spolupráce, vzájemné učení.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby, psací potřeby, kostýmy pro divadelní představení ze starověké Olympie.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Navrhněte a vyrobte vlastní olympijskou pochodeň (např. z papírových ubrousků, kartonových trubek, červeného papíru pro plamen apod.). Diskutujte s ostatními, jak byste zdobili držadlo – například symboly odrážejícími kulturní dědictví České republiky, případně vašich sportovců? Umožněte dětem se kreativně vyjádřit a prezentovat pochodeň spolužákům.

Hotovou pochodeň využijte pro štafetu s olympijskou pochodní otvírající školní, sportovní, kulturní či jinou událost.

Mírně pokročilí 9-11 let

Vymyslete krátký příběh o běžci olympijské štafety podle tohoto zadání: Když běžec s olympijskou pochodní běžel temnou cestou, přemýšlel o historii olympijských her. Z ničeho nic se začalo světlo

pochodně podivně mihotat a běžci se před očima objevily výjevy ze starodávných a moderních olympijských her. Co se stalo pak?

Navrhněte další způsoby, jak by bylo namísto pochodně možné přenášet olympijský oheň. Musíte to zvládnout pomocí nehořlavých materiálů tak, aby oheň během své cesty neuhasl. Podaří se vám to za pomoci přírodních a recyklovaných materiálů?

Středně pokročilí 12-14 let

Olympijská pochodeň je přenášena celou řadou způsoby, které často odrážejí jedinečnou kulturu země, kterou plamen putuje. Například v roce 2010, když kanadský Vancouver hostil zimní olympijské hry, byl plamen převážen část cesty za pomoci saní tažených psy, přeplaven přes jezero na kánoji, převážen

jezdci na koních atd. Vaším úkolem je vymyslet, jakým způsobem by bylo možné přenést plamen přes území České republiky. Jakou cestu zvolíte? Zakreslete trasu do mapy. Jaké zajímavé způsoby přepravy vás napadnou?

Kanadáné ucházející se v roce 2010 o poctu nést olympijský oheň se museli přihlásit prostřednictvím krátké eseje, ve které vysvětlili, proč právě oni by měli být vybráni. Kdybyste měli za úkol vybrat běžce olympijské štafety, podle jakých podmínek byste je vybírali?

Pokročilí 15-18 let

Nastudujte si ceremoniál zapalování olympijské pochodně před chrámem bohyně Héry v Olympii. Napište krátkou divadelní hru, která seznámí vaše spolužáky se symbolikou a historií tohoto ceremoniálu.

Zahajovací ceremoniál olympijských her

K olympijským hrám neodmyslitelně patří tradiční rituály a ceremoniály, díky kterým jsou olympijské hry jedinečné mezi ostatními sportovními událostmi. Hostitelské země olympijských her mají možnost představit světu své kulturní bohatství v rámci zahajovacího a závěrečného ceremoniálu prostřednictvím jedinečné směsi hudby, písní, tance a ohňostroje.

Zahajovací ceremoniál

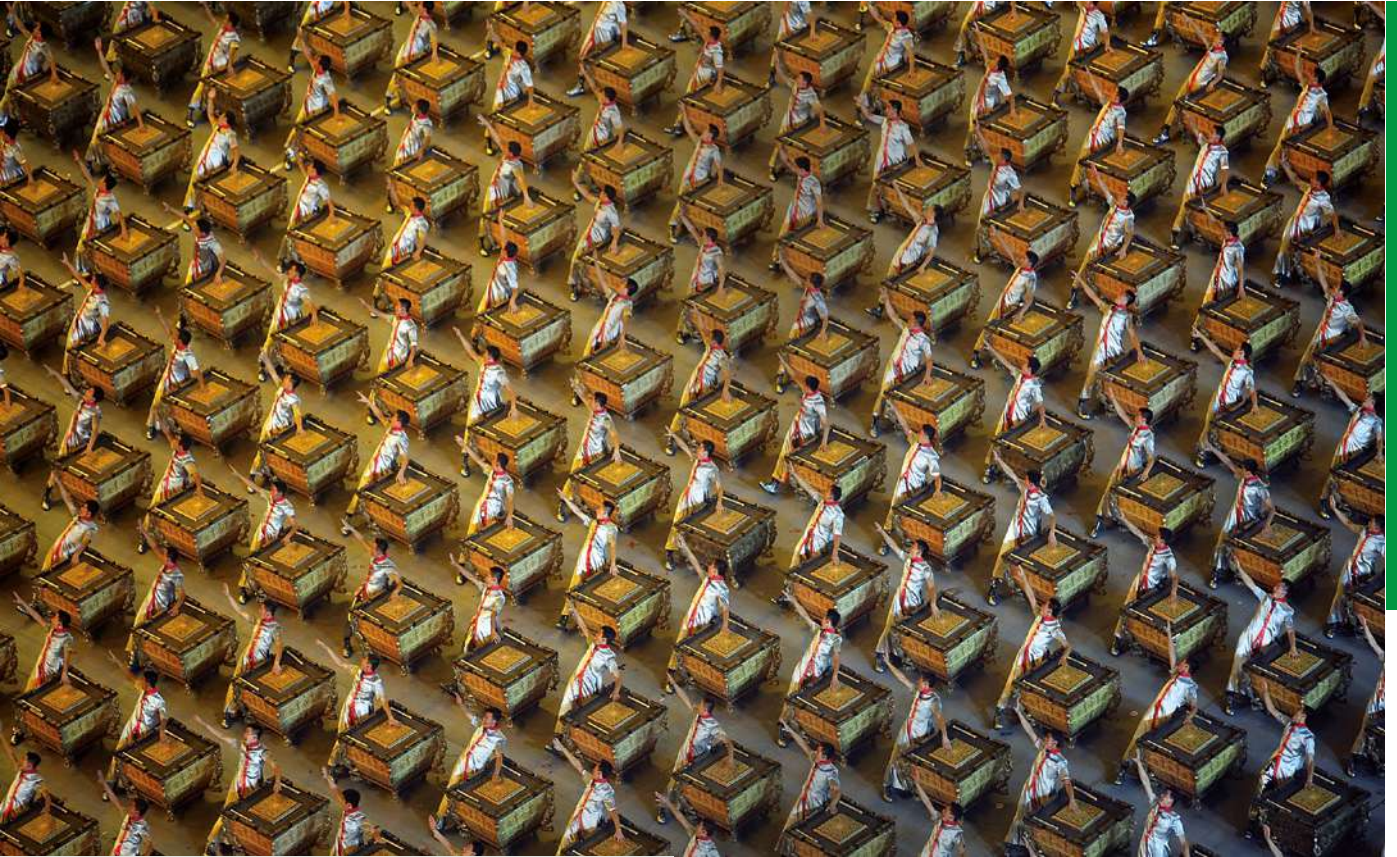
Zahajovací ceremoniál je první veřejnou událostí každých olympijských her, jehož podobu vytváří organizační výbor her hostitelského města. Pořádí jednotlivých událostí ceremoniálu pevně ustanovila Olympijská charta.

Sled událostí:

- Hlava hostitelského státu prohlásí hry za oficiálně zahájené.
- Nástup výprav – jako první výprava z Německa, výprava hostitelské země jako poslední, ostatní národní výpravy podle abecedy.
- Proslov předsedy organizačního výboru a předsedy Mezinárodního olympijského výboru.
- Olympijskou pochodní je zapálen olympijský oheň.
- Symbolické vypuštění holubic na znamení míru.
- Složení olympijské slibu zástupci sportovců, trenérů a rozhodčích.
- Umělecký program reprezentující kulturu a tradice hostitelského státu připravený organizačním výborem.



↑ Pchjongčchang 2018: Českou výpravu na plochu Olympijského stadionu přivedla obhájkyně zlata ze snowboardcrossu Eva Samková, kterou si za vlajkonošku zvolili sami sportovci.



↑ Peking 2008: Bubeníci během představení v rámci zahajovacího ceremoniálu na Národním stadionu v čínském hlavním městě.



↑ Zahajovací ceremoniál olympijských her v Riu de Janeiru 2016.

AKTIVITA Č. 05

Zahajovací ceremoniál olympijských her

Témata olympijské výchovy: Snaha vyniknout, rovnováha těla, ducha a mysli, respekt k druhým, fair play

Kontext k aktivitě

Vyhleďte a podívejte se na video záznamy z předešlých zahajovacích ceremoniálů olympijských her. Myslíte si, že se se během let nějakým způsobem změnilo? Vnímáte je jako oslavu, anebo byste řekli, že se jedná o „soutěž“ jednotlivých hostitelských zemí, které se snaží překonat své předchůdce?

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Představte si, že jste sportovci vstupující na olympijský stadion. Vytvořte si vlajky a uspořádejte nástup výprav.

Mírně pokročilí 9-11 let

Převlečte se za významné historické / kulturní osobnosti. Zinscenujte nástup výprav na olympijském zahajovacím ceremoniálu. Co by vámi vybrané osobnosti řekly, kdyby byly vybrány pro přednesení slavnostního proslovu?

Středně pokročilí 12-14 let

Prostudujte si klipy z olympijských her v Londýně 2012. Jakým způsobem zapojili organizátoři do ceremoniálu humor? Představte si, že se celý svět dívá na váš zahajovací ceremoniál, vymyslete a zahrajte krátkou scénku, která bude zábavná a zároveň něco sdělí o České republice a jejích obyvatelích.

Pokročilí 15-18 let

Dostali jste za úkol uspořádat příští olympijský zahajovací ceremoniál, který se bude konat v České republice. Vaším úkolem je představit naše národní kulturní, umělecké a historické dědictví. Co v ceremoniálu ukážete? Jaké události budou pro diváky veselé a zároveň smysluplné? Inspiroval by tento program celý národ, či jen vybrané skupiny obyvatel? Jaké poselství byste si přáli předat? Vyberte jedno nebo více témat a vytvořte představení nebo průvod odrážející vaše nápady.

Učební výstup

- Uvědomění si významu olympijské symboliky.
- Pochopení, jakým způsobem může být zahajovací ceremoniál her využit k představení kultury, historie a ducha hostitelského státu.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, kreativita, dramatizace, spolupráce, prezentace s otázkami a odpověďmi.

Doporučené pomůcky

Přístup k internetu, kostýmy, výtvarné potřeby.



↑ Česká výprava v čele s judistou Lukášem Krpálkem na zahajovacím ceremoniálu olympijských her v Riu de Janeiru 2016.

Závěrečný ceremoniál olympijských her

Závěrečný ceremoniál je slavnostním zakončením olympijských her. Oproti zahajovacímu ceremoniálu je většinou kratší a střídmější. Sled událostí závěrečného ceremoniálu byl formalizován v roce 1956.

Závěrečný ceremoniál

Sled událostí:

- Na rozdíl od zahajovacího ceremoniálu nejsou sportovci při příchodu na stadion na znamení jednoty a přátelství v rámci her rozdělení do národních delegací.
- Během ceremoniálu jsou vytaženy vlajky Řecka, hostitelské země a hostitelské země příštích her a hrají hymny těchto zemí.
- Olympijská vlajka je předána starostovi příštího hostitelského města.
- Předseda Mezinárodního olympijského výboru přednese závěrečný proslov se slovy: „Prohlašuji hry (současné) olympiády za ukončené a dle tradice zvu mládež světa na setkání za čtyři roky v (název dějiště příštích her), aby oslavila spolu s námi hry (příští) olympiády.“
- Olympijský oheň je uhašen.
- Olympijská vlajka je svěřena za zvuků olympijské hymny.
- Následují umělecká vystoupení uspořádaná organizačním výborem příštího hostitelského města.



← Pchjongčchang 2018: Dvojnásobná olympijská vítězka ze dvou různých sportů, senzační Ester Ledecká, se usmívá na zakončovacím ceremoniálu zimních olympijských her.



↑ Londýn 2012: Ohňostroj nad olympijským stadionem během závěrečného ceremoniálu olympijských her v Londýně 2012.

K diskuzi:

Zahajovací a závěrečný ceremoniál přináší hostitelskému městu a státu příležitost podělit se o své kulturní dědictví, tradice a národní identitu.

Diskutujte ve skupinách českou národní a regionální kulturu a tradice. Čím je naše země jedinečná? Co nejlépe vyjadřuje, jaké to je vyrůst v České republice?

Vytvořte choreografii pro jednoduchý tanec, který by odrážel několik základních aspektů naší kultury. Podle čeho se rozhodnete, co vybrat a co naopak vynechat?

AKTIVITA Č. 06

Závěrečný ceremoniál olympijských her

Témata olympijské výchovy: Snaha vyniknout, rovnováha těla, ducha a mysli, respekt k druhým, fair play

Kontext k aktivitě

Přečtěte si text pojednávající o závěrečném ceremoniálu na předešlých stránkách a podívejte se na video záznamy z minulých ceremoniálů. Jaké jednotlivé události dokážete identifikovat? Myslíte si, že jsou tyto události důležité?

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Představte si, že jste diváky na závěrečném ceremoniálu olympijských her. Sportovci přicházejí na stadion, olympijská vlajka je stahována dolů a olympijský oheň uhasíná. Nakreslete obrázek této scény.

Mírně pokročilí 9-11 let

Zamyslete se nad otázkou: Proč nejsou sportovci rozděleni do národních delegací při příchodu na stadion?

Představte si, že jste sportovci účastníci se poprvé v životě olympijských her. Představte si, že jste byli požádáni o napsání krátkého článku o tom, jaké to je být součástí zahajovacího / závěrečného ceremoniálu olympijských her.

Středně pokročilí 12-14 let

Na závěr olympijských her je svěšena olympijská vlajka a předána starostovi nadcházejícího hostitelského města. Koho byste vybrali, aby vlajku předal? Byl by to sportovec, nebo někdo jiný, například dítě?

Pokročilí 15-18 let

Závěrečný ceremoniál je ukončen krátkým představením uspořádaným pořadatelé příštích olympijských her. Jaké poselství byste se pokusili předat, kdyby bylo představení ve vaší režii?

Učební výstup

- Uvědomění si významu tradic a protokolu na olympijských hrách.
- Uvědomění si, jak se oslavuje olympismus a jaké hodnoty vyzdvihují ceremoniály.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Diskuze, řízené dotazování, spolupráce, komunikační dovednosti, skládačka, kolotoč, vzájemné učení.

Doporučené pomůcky

Internet pro přístup k videoklipům.



↑ Společný nástup sportovců na závěrečném ceremoniálu olympijských her v Londýně 2012.



↑ Olympijských her v Londýně 2012 se zúčastnilo 204 národních výprav.

Olympijské sliby

Sliby složené sportovci, trenéry a funkcionáři v rámci zahajovacího ceremoniálu jsou důležitou součástí olympijského protokolu. Význam olympijských slibů může být využit pro výchovné aktivity, jejichž cílem je prozkoumat témata podvádění při sportovních událostech jak ve starověku, tak v dnešní době.



↑ V dobách starověkých olympijských her byli sportovci, kteří byli přistiženi při podvádění, potrestáni povinností zaplatit náklady na malou sošku boha Dia, pod kterou bylo zvěčněno jejich jméno.

„Jménem všech závodníků slibuji, že při účasti na těchto olympijských hrách budeme respektovat a dodržovat jejich pravidla, budeme se angažovat pro sport bez dopingu a drog, v duchu skutečného sportovního chování, pro slávu sportu a čest našich družstev.“

Slib sportovců

Čtení

Podvádění a tresty ve starověké Olympii

Jak by dnešní společnost potrestala podvodníka při sportovní události?

Starověcí Řekové měli velmi neobvyklý způsob, jak podvádějící sportovce potrestat.

Olympijské hry ve starověkém Řecku se řídily mnoha pravidly a rituály, stejně jako ty soudobé. Hry se považovaly za posvátné a byly pořádány na počest řeckého boha Dia. Před začátkem her přísahali sportovci společně se svými otci, bratry a hodnostáři her, že budou dodržovat pravidla během slavnostního obřadu před chrámem zasvěceném Diovi.

Přesto se občas našli tací, kteří se uchýlili k podvádění. Jako trest musel sportovec a jeho domovské město zaplatit značnou pokutu. Z těchto pokut se pořizovaly malé sošky Dia, kterým se říkalo „Zanes“. Stovky dalších let kráčeli ostatní sportovci kolem těchto sošek při průvodu na stadion.

Sošky sloužily jako důrazná připomínka následků podvádění. Podstavce některých z nich je možné dodnes nalézt ve starověké Olympii, společně se jmény některých podvodníků zachovanými tři tisíciletí.

K diskuzi

- Jakými způsoby lze porušit pravidla soutěže olympijských sportů?
- Co potká ty, kteří pravidla poruší?
- Popište některý z obřadů, při kterých lidé pronášejí přísahy a sliby. Proč lidé slavnostně přísahají a slibují?
- Slibili jste někdy něco druhému člověku?
- Dodrželi jste svůj slib?
- Jak jste se cítili, když jste svůj slib nedodrželi?
- Proč jste se tak cítili?
- Kdybyste podváděli při sportu, chtěli byste, aby vaše jméno bylo vyobrazeno na soše před školou?
- Proč ano, nebo proč ne?
- Jak by se cítili vaši rodiče?
- Jaké jsou přiměřené tresty, když vaši spolužáci podvádějí?
- Myslíte si, že tresty jsou správným řešením pro podvádění?
- Jak trestáme podvodníky při sportu dnes?
- Odrazují dnešní tresty od podvádění?
- Proč ano, nebo proč ne?
- Jak myslíte, že by se mělo podvádění ve sportu zamezovat?

AKTIVITA Č. 07

Olympijské sliby

Témata olympijské výchovy: Fair play, respekt k druhým, radost z úsilí

Kontext k aktivitě

Přečtěte si odstavec o podvádění a trestech ve starověké Olympii na předešlé stránce. Pokuste se odpovědět na otázky zmíněné v odstavci „K diskuzi“.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Navrhněte plakát, který by motivoval sportovce dodržovat principy olympijského slibu: respektovat pravidla olympijských her, angažovat se v duchu sportovního chování bez dopingů a drog a soutěžit pro slávu sportu a čest svých družstev.

Mírně pokročilí 9-11 let

Nastudujte si sošky „Zanes“. Navrhněte takovou sošku pro novodobé olympijské hry. Myslíte, že by se měly opět vystavovat?

Středně pokročilí 12-14 let

Vymyslete krátký příběh o sportovci zvažujícím podvádění. Popište, jak ho taková představa trápí a jak se po přečtení olympijského slibu rozhodne nepodvádět.

Pokročilí 15-18 let

Prodiskutujte ve skupinách koncept nulové tolerance podvádění oproti ideálu odpouštění. K jakému přístupu se přikláníte? Proč? Jsou tyto přístupy ve své čisté podobě realistické pro současný sport?

Vymyslete soudní drama, ve kterém stojí před tribunálem sportovec přistihnutý při podvádění.

Učební výstup

- Pochopení významu olympijského slibu.
- Uvědomění si, že podvádění s sebou nese následky, a to nejen ve sportu, ale i v životě.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Sokratovské dotazování, konstruktivismus, dotazování, spolupráce, skládačka, kolotoč, deníky, deníky pro odpovědi, blogy.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby, kostýmy pro soudní drama.

Sport a umění na moderních olympijských hrách

Plakáty přinášejí poselství prostřednictvím slov, obrazů a symbolů. Na příkladu olympijských plakátů můžeme studentům demonstrovat různé způsoby sdílení místního kulturního dědictví stejně jako hodnot olympijského hnutí.

Četba k plakátu

Kontext: Organizátoři olympijských her v Římě v roce 1960 se rozhodli pomoci her prezentovat bohatou historii tohoto města. Na plakátu je zobrazena hlavička sloupu zdobená lidskými postavami. Na vrcholu vidíme vlčici kojící dvě nemluvnata. Vyobrazení doplňuje text, datum a olympijské kruhy.

Vlčice kojící Romula a Rema: Lvice s dvojčaty odkazuje na slavný mýtus založení Říma. Podle legendy byla dvojčata syny římského boha války Marta a synovci krále z Alby Longa.

Král se obával o trůn, a tak poslal dvojčata v košíku po proudu řeky Tibery. Košík po čase doplul na břeh, kde jej našla vlčice.

Vlčice chlapce odkojila a o něco později je našel pastýř, který je pojmenoval Romulus a Remus. Podle tradice již dospělí bratři Romulus a Remus založili Řím roku 753 př. n. l. na místě, kde je vlčice našla. Později propukl mezi bratry spor o vládu nad městem. Romulus Rema v rozepři usmrtil a stal se tak jediným vládcem Říma.

Vyobrazení vlčice s dvojčaty je inspirováno sochou Lupa Capitolina (Kapitolské vlčice) z 6. století př. n. l. Původní socha vlčice byla ve starověku poškozena a v období renesance zrestaurována a obohacena o sošky dvojčat. Kapitolská vlčice, tak jak ji můžeme dnes vidět, je symbolem Říma známým po celém světě.

Sloup – sportovci a diváci: Na výjevu je zobrazen sportovec, který se pravou rukou korunuje a v levé ruce drží palmový list, znamená vítězství. Zatímco on je nahý, ti, kteří jej obklopují, jsou oděni v tógách. Několik ostatních sportovců má také nasazeny koruny, které symbolizují jejich vítězství.

Text: Text plakátu je vyveden římskými číslovkami namísto současných arabských číslic (které užíváme v Evropě a na západě dnes). Římské číslice umocňují tradiční starověké dědictví zobrazené v rámci římských her roku 1960. Na plakátu stojí „Hry XVII Olympiády, Řím, 25. VIII – 11. IX;“ a na hlavici „Řím MCMLX“.

Sport a umění ve starověkém Řecku: Umění bylo pevnou součástí olympijských her i ve starověkém Řecku. Vázy, sochy a další umělecké kusy často vyobrazovaly tradiční sporty té doby.



K diskuzi

Jsou plakáty silným nosičem svého poselství?

AKTIVITA Č. 12

Sport a umění na moderních olympijských hrách

Témata olympijské výchovy: Respekt, rovnováha těla, ducha a mysli, snaha vyniknout

Kontext k aktivitě

Plakáty, trička, poštovní známky a mnoho jiných uměleckých forem přenášejí poselství prostřednictvím slov, obrázků a symbolů. Zkoumáním olympijských plakátů se žáci mohou seznámit s různými způsoby prezentování regionálního či národního dědictví stejně jako hodnot olympijského hnutí.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Hostitelské země často vydávají speciální poštovní známky oslavující jejich olympijské hry. Během her v Londýně v roce 2012 vydala britská pošta speciální známku pro každého vítěze zlaté medaile. Další státy také často oslavují olympiády prostřednictvím poštovních známek vyobrazujících své kulturní dědictví, olympijské symboly nebo stadiony, kde se hry odehrávají. Představte si, že vaše město pořádá příští olympijské hry. Vezměte si obálku a navrhnete poštovní známku, která bude zobrazovat aspekty olympijských her, které si přejete známkou oslavit. Nalepte známku na obálku, kterou dále ozdobte podle libosti. Dvorní obálky vložte dopis, ve kterém čtenáři vysvětlíte, co a proč jste na obálce a známce znázornili.

Mírně pokročilí 9-11 let

Uspořádejte festival sportovních triček. Poproste spolužáky, aby přinesli různá trička se sportovní tematikou, které jako prádlo vyvěsíte na šňůry v tělocvičně a vytvoříte „muzeum sportovních triček“ prezentující různé sportovní designy. Studenti dostanou nyní možnost vytvořit si vlastní design triček na trička vystřižená z papíru.

Středně pokročilí 12-14 let

Vymyslete interpretativní tanec, který v sobě zahrne starověká a novodobá olympijská témata.

Pokročilí 15-18 let

Nastudujte si výtvarnou historii olympijských plakátů od roku 1896 do současnosti. Spojte si design plakátů s vašimi znalostmi dějin hostitelských zemí v té době. Čeho si můžeme všimnout? Jaká poselství budou podle vás obsahovat olympijské plakáty v budoucnosti? Navrhnete plakát odrážející hodnoty olympismu a naději do budoucna.

Učební výstup

Rozvoj dovedností v oblasti výtvarného umění, které mohou pomoci předat základní poselství olympismu.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Kreativita, spolupráce, řešení problémů, skládačka, kolotoč.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby.

Loga a maskoti: vytváření vlastní vizuální identity

Na příkladech log, maskotů a podoby olympijské pochodně je možno předvést studentům, jakými způsoby mohou jednotlivá hostitelská města a státy prezentovat své jedinečné kulturní a umělecké bohatství a tradice a vést studenty k pochopení kulturních odlišností.



↑ **Soul 1988**
Maskot pro hry v Soulu v roce 1988 byl „Hodori“, přátelský tygr. Tygří figurují v mnoha korejských legendách.

Čtení 1 — Maskoti

Je běžné, že si hostitelské město olympijských her vybere za maskota tradiční národní zvíře. Moskva v roce 1980 měla medvěda Míšu. Sarajevo 1984 (bývalá Jugoslávie) měla vlka Vuchka a Calgary 1988 (Kanada) měla pár polárních medvědů Hidy a Howdy. Občas je maskot také animovaný nebo kreslený.

Čtení 2 — Loga, znaky a symboly

Logo je znak nebo symbol, který vyjadřuje identitu hostitelského města her a jeho organizačního výboru. Jedná se o vizuální identifikátor dané události. Zde uvádíme dvě loga vybraná pro uplynulé ročníky olympijských her: letní olympijské hry v Mexico City v roce 1968 (Mexiko) a zimní olympijské hry v Lillehammeru (Norsko) v roce 1994.



↑ **Turín 2006**
Maskoti vybraní pro hry v Turíně byli „Neve“ (nahore vlevo), přivítává a elegantní sněhová koule – a „Giz“ (nahore vpravo), rozpustilá, hravá ledová kostka. Oba maskoti byli navrženi tak, aby odraželi povahu a podstatu zimních sportů a mladou generaci plnou života a energie.



↑ **Mexico City 1968**
Znak v sobě kombinuje pět olympijských kruhů a rok konání her. Napodobuje tradiční hrdčerství a vzory tapiserií indiánů kmene Huichol.



↑ **Lillehammer 1994**
Inspirovaný přírodou, oblohou a sněhem, znak zimních olympijských her v roce 1994 v sobě zahrnoval polární záři, pět olympijských kruhů a sněhové vločky.

AKTIVITA Č. 13

Loga a maskoti

Témata olympijské výchovy: Rovnováha těla, ducha a mysli, respekt, radost z úsilí

Kontext k aktivitě

Loga a maskoti jsou již mnoho let používáni ke sdílení umění a tradic jednotlivých olympijských měst. Pořadatelé olympijských her v Londýně 2012 si přáli, aby maskoti „Wenlock a Mandeville“ byli mnohem více než jen zábavné figurky. Chtěli, aby maskoti symbolicky reprezentovali hostitelské město a měli příběh, který by vyprávěl jejich původ. Wenlock byl vytvořen z kapky tekuté oceli, která zůstala po výstavbě olympijského stadionu. Mimo to měl na hlavě tři vrcholy, které symbolizovaly olympijské stupně vítězů.

Logo olympijských her v Barceloně 1992 bylo třibarevné abstraktní dílo připomínající gymnastku nebo atleta skákajícího přes olympijské kruhy. Toto dílo kreativně propojilo logo s uměleckou pověstí Barcelony a s jejím úzkým spojením s ikonickými umělci jako jsou Picasso, Miro a Gaudi.



Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Představte si, že by se olympijské hry měly konat ve vašem městě. Navrhněte maskota, který by nejlépe odrážel „národního ducha“. Prohlédněte si maskoty na www.olympic.org a poté nakreslete vlastní maskota.

Mírně pokročilí 9-11 let

Napište krátký příběh o původu jednoho z olympijských maskotů. Pokuste se začlenit do příběhu principy olympismu nebo témata olympijské výchovy. Podívejte se na maskoty výše pro inspiraci nebo navštivte stránku www.olympic.org pro více informací.

Středně pokročilí 12-14 let

Vytvořte model vašeho vlastního maskota. Podaří se vám to jen za pomoci recyklovaných materiálů?

Pokročilí 15-18 let

Prohlédněte si výše vyobrazená olympijská loga a zauvažujte nad tím, jak se za posledních pár desetiletí vyvíjela. Vytvořte za pomoci technologií logo nebo sérii log, která budou reflektovat inspirativní poselství olympismu.

★ Učební výstup

Uvědomění si významu symbolů pro sdílení poselství.

✓ Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Konstruktivismus, kreativita, literární kruhy.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby.



„Cílem olympismu je zapojit sport do služby harmonického rozvoje člověka s cílem vytvořit mírovou společnost, která dbá o zachování lidské důstojnosti.“

Olympijská charta



↑ Rio 2016: České tenistky Barbora Strýcová a Lucie Šafářová přijímají gratulace od svých českých soupeřek Lucie Hradecké a Andrey Hlaváčkové po utkání o bronz.

Kapitola 3

Šíření olympismu prostřednictvím sportu a olympijských her

V této kapitole se blíže zaměříme na organizace a události, které propagují a přinášejí olympismus společnosti.

Olympijské hnutí	50
Olympijský sportovní program	54
Paralympijské hry: „Olympijský duch v pohybu“	58
Hostitelská města olympijských her	61
Udržitelný rozvoj prostřednictvím olympijských her	62

Olympijské hnutí

Olympijské hnutí je síť organizací, organizačních výborů olympijských her, korporací a jednotlivců, kteří se zavázali ke službě sportu, myšlenkám a hodnotám, které tvoří základy olympismu.

K diskuzi

Proč si myslíte, že jsou olympijské hry a olympijské hnutí přitažlivé pro takové množství různých zemí a kultur po celém světě?

Mezinárodní olympijský výbor (MOV)

Mezinárodní olympijský výbor dohlíží na organizaci všech olympijských her a koordinuje sportovní, kulturní a vzdělávací činnosti související s olympijskými hrami. Členové MOV jsou vlivní jednotlivci, kteří pracují ve prospěch sportu. Tito lidé jednájí jako zástupci MOV ve svých zemích.

Členové MOV nejsou zástupci národních vlád. Člen MOV někdy zastupuje MOV ve více než jedné zemi. Někteří členové MOV přicházejí z řad sportovců, jiní z mezinárodních sportovních federací. Součástí MOV je řada pracovních skupin, komisí a složek, které studují a zpracovávají konkrétní témata, radí předsedovi MOV a vydávají doporučení Výkonnému výboru MOV.

Národní olympijské výbory

Více než 200 zemí vysílá své sportovce na slavnostní zahájení olympijských her, na kterých tito sportovci nastupují v rámci slavnostního zahájení za svou vlajkou. Každá z těchto zemí má svůj Národní olympijský výbor, který odpovídá za svůj tým sportovců a za propagaci a šíření hodnot olympijského hnutí na svém území.

Organizační výbory olympijských her

Jakmile město získá pořadatelské olympijských her, vytvoří jako první organizační výbor. Organizační výbor tvoří postupně rostoucí tým odborníků a dobrovolníků, kteří stráví následujících sedm let plánováním všech aspektů her, budováním zařízení, pořádáním sportovních a kulturních událostí a přípravou města na přivítání tisíců sportovců, diváků a médií. Organizační výbor také zodpovídá za zajištění financování her. Dále organizuje paralympijské hry, které se konají 10 dní po olympijských hrách pod dohledem Mezinárodního paralympijského výboru.

Mezinárodní sportovní federace

Pravidla a protokoly olympijských sportovních soutěží musí být pro každého sportovce stejné, bez ohledu na to, ze které země pochází. Proto se každý sport řídí pravidly příslušné mezinárodní sportovní federace. Existuje 28 federací pro letní sporty a sedm federací pro zimní sporty. Sportovní federace dohlíží na technické aspekty a na organizaci svých sportů na olympijských hrách. Stanovují také kvalifikační kritéria pro účast na olympijských hrách v souladu s Olympijskou chartou. Federace spolupracují s MOV v boji proti dopingu ve sportu.

Olympijské hry mládeže (YOG)

Olympijské hry mládeže (YOG) jsou celosvětovou multisportovní akcí na nejvyšší úrovni pro sportovce ve věku 15 až 18 let. Mladí sportovci se účastní také vzdělávacího a kulturního programu, který je inspirován tím, aby žili ve smyslu olympijských hodnot a stali se skutečnými ambasadory olympismu. YOG se koná každé dva roky (střídavě letní a zimní). První hry se konaly v roce 2010 v Singapuru.

Olympijské muzeum a Olympijské studijní centrum

Od roku 1993 sídlí Olympijské muzeum a Olympijské studijní centrum v městské části Ouchy ve švýcarském Lausanne, na břehu Ženevského jezera.

Olympijské studijní centrum sdružuje textové, vizuální a zvukové informace o olympijském hnutí a olympijských hrách. Olympijské muzeum nabízí stálou expozici s velkým množstvím olympijských artefaktů a zajímavých interaktivních displejů a časově omezené speciální výstavy. Má také aktivní program pro návštěvy škol.

Partneři olympijského hnutí

Olympijské hnutí získává většinu svého financování z prodeje mediálních práv na vysílání olympijských her. Také je podporováno několika nadnárodními společnostmi prostřednictvím sponzorského programu TOP (The Olympic Partner). Získané finance jsou distribuovány zpět do sportu prostřednictvím národních olympijských výborů, organizačních výborů olympijských her a mezinárodních sportovních federací.

Český olympijský výbor (ČOV)

Český olympijský výbor (ČOV) byl založen 18. května 1899 v čele s Jiřím Guthem-Jarkovským. Ten stál rovněž u kolébky Mezinárodního olympijského výboru a byl jedním z prvních 12 členů MOV. Dle Olympijské charty má ČOV rozvíjet a šířit olympijské ideály a zastupovat a zabezpečovat účast České republiky na olympijských hrách. Na základě uznání Mezinárodním olympijským výborem je jediným subjektem oprávněným řídit olympijské hnutí v České republice. ČOV hájí zájmy českého sportu v mezinárodním olympijském hnutí. Vyvíjí veřejně prospěšnou činnost ve prospěch českého sportu a zejména svých členů. V této činnosti spolupracuje se všemi sportovními subjekty. Součástí ČOV jsou odborné komise a složky: Český klub olympioniků, Český klub fair play, Česká olympijská akademie, Český klub paralympiků, Český klub sportovních svazů, organizací a institucí a Česká trenérská akademie.

www.olympic.cz

Národní sportovní svazy

Národní sportovní svazy řídí na území ČR dění v jednotlivých sportech, rozvíjejí sport dětí a mládeže a podporují své sportovní talenty. Aktivně pomáhají v boji proti dopingu. Směrem k olympijským hrám jsou národní sportovní svazy zodpovědné za správné splnění nominačních kritérií určených pro kvalifikaci na OH. Spolu se sportovním úsekem ČOV koordinují složení a organizaci české výpravy na olympijské hry. V rámci projektů ČOV, jako jsou například Olympiáda dětí a mládeže a Olympijské festivaly, jsou národní svazy garanty kvality sportovních soutěží a aktivit. Národní sportovní svazy sdružují své krajské sportovní svazy a kluby.

Partneri Českého olympijského týmu

Český olympijský výbor děkuje svým partnerům a dodavatelům za dlouholetou podporu Českého olympijského týmu a aktivit určených k propagaci sportu a olympijských ideálů. Seznam partnerů Českého olympijského týmu je uveden na www.olympic.cz.



↑ Jiří Stanislav Guth-Jarkovský spolu s baronem Pierrem de Coubertinem (vlevo).



← Český dům na olympijských hrách v Pchjongčangu 2018 určený pro sportovce a fanoušky z celého světa.

Aktivity Českého olympijského výboru

Česká olympijská nadace

Sport nesmí být výsadou bohatých, proto k němu ČOV umožňuje cestu i dětem, kterým v tom brání nedostatek finančních prostředků. A přitom nezáleží na talentu, stačí chuť sportovat. Za podpory Sazky a České televize přispívá ČOV mladým sportovcům ze sociálně slabších rodin a dětských domovů na konkrétní potřeby spojené s jejich sportovními aktivitami – na vybavení, členské příspěvky nebo například na soustředění a kempy. Sportovní nadšenci se také mohou setkávat se sportovními hvězdami – patrony nadace jsou totiž medailisté z olympijských her od Vancouveru 2010.

www.olympic.cz/nadace

Sazka Olympijský víceboj

Sazka Olympijský víceboj je největší školní sportovní projekt v České republice. Má za cíl přivádět ke sportu co nejvíce dětí a mladých lidí. Sport se může stát zábavou pro každého a Sazka Olympijský víceboj se to snaží ukázat školám po celém Česku atraktivní formou při hodinách tělesné výchovy i na sportovních akcích. Děti na prvním stupni plní osm sportovních disciplín, které testují jejich základní fyzické schopnosti, a na konci školního roku dostanou Olympijské diplomy – unikátní analýzu pohybových schopností s doporučením vhodných sportů. Děti na druhém stupni plní deset sportovních disciplín, za které získávají Odznaky všestrannosti. Soutěžní nadstavbu projektu tvoří okresní a krajská kola Odznaku všestrannosti s vyvrcholením na republikovém finále. Pro děti s handicapem je určena Paralympijská výzva.

www.sazkaolympijskyviceboj.cz

Sport v okolí

Webový portál sportvokoli.cz nabízí ve svém kalendáři zájemcům o aktivní životní styl širokou nabídku sportovních akcí, kterých se mohou aktivně zúčastnit. Především rodiče ocení největší veřejnou databázi sportovních klubů a kroužků v České republice, díky které mohou s dětmi jednoduše vybrat ten správný sport, kterému se věnovat. S tím jim také pomohou články a sportovní tipy.

www.sportvokoli.cz



↑ Děti z České olympijské nadace si plní své sny. Mohou si např. zatreénovat s oblíbenými sportovci nebo navštívit sportovní soutěže.



↑ Žáci se s radostí účastní tréninku s olympionikem – dne plného sportu a zábavy, který slouží jako jedna z odměn školám za plnění sportovních disciplín Sazka Olympijského víceboje.

Olympiáda dětí a mládeže

Olympiáda dětí a mládeže (ODM) je největší sportovní akcí svého druhu v Česku, ve své letní edici má více než 4000 účastníků. Jedná se o republikovou soutěž, při které mladší a starší žáci a žákyně reprezentují své kraje. Pořadatelem ODM je spolu s ČOV vybraný kraj ČR a hry se konají každý rok, střídavě letní a zimní, již od roku 2003. ODM mladým sportovcům navozuje atmosféru opravdových olympijských her. Účastníci a tisícovky diváků zažijí zapálení olympijského ohně, slavnostní ceremoniály, soužití v olympijské vesnici nebo složení olympijské přísahy. Děni na ODM přenáší ve více než 20 hodinách přímých přenosů Česká televize.

www.olympic.cz/odm

Olympijské festivaly

Emoce, nadšení, vášně – to vše přináší olympijské hry. Pro sportovce znamenají vyvrcholení jejich čtyřletého úsilí, pro fanoušky výjimečný zážitek. A proč fandit českým olympionikům jen u televize? V rámci olympijských festivalů (OF) mohou děti a dospělí prožít atmosféru olympijských her na vlastní kůži ve svém regionu, společně fandit českým sportovcům a k tomu si vyzkoušet nejrůznější sporty na jednom místě. Součástí OF je také olympijská edukační zóna, kde se děti a dospělí mohou hravou formou dozvědět více o olympijských hrách, poznat příběhy českých olympioniků a odnést si inspiraci pro vlastní život dle olympijských ideálů.

www.olympijskyfestival.cz

T-Mobile Olympijský den

Jeden den, stejný čas, více než 80 odpoledních a 300 školních běhů po celé České republice a desetitisíce účastníků, které spojuje T-Mobile Olympijský běh. Největší běžecká akce v Česku je oslavou Olympijského dne, který připomíná založení Mezinárodního olympijského výboru v roce 1894 a v Česku má tradici od roku 1987. Na T-Mobile Olympijském běhu jde především o to se hýbat, a to hlavně pro radost. Mimo to mají závodníci možnost svým startovním podpořit Českou olympijskou nadaci a na startu se mohou setkat se sportovními hvězdami.

www.olympijskybeh.cz



↑ Martina Sáblíková zapaluje olympijský oheň na slavnostním zahájení Olympiády dětí a mládeže 2017 v Jihomoravském kraji.



↑ Eva Samková při návštěvě Olympijských festivalů Pchjongčchang 2018 v Brně a Ostravě.



← Mladí běžci na startu zlatého T-Mobile Olympijského běhu 2019 v Praze.

Olympijský sportovní program

Olympijský sportovní program se pravidelně rozšiřuje o nové sporty. Aby mohl být nový sport zahrnutý do programu olympijských her, musí být spravován odpovídající mezinárodní sportovní federací uznanou MOV.

SPORTOVNÍ PROGRAM: TOKYO 2020

Plavání
 Lukostřelba
 Atletika
 Badminton
 Baseball / Softball
 Basketbal
 Box
 Kanoistika
 Cyklistika
 Jezdectví
 Šerm
 Fotbal
 Golf
 Gymnastika
 Házená
 Pozemní hokej
 Judo
 Karate
 Moderní pětiboj
 Veslování
 Rugby
 Jachting
 Sportovní třelba
 Skateboarding
 Sportovní lezení
 Surfing
 Stolní tenis
 Taekwondo
 Tenis
 Triatlon
 Volejbal
 Vzpírání
 Zápas

K diskuzi

- Jaké sporty jsou populární u nás? Jsou stejné nebo podobné jako sporty na seznamu?
- Které u nás populární sporty nejsou součástí olympijského programu?
- Připravte si argumenty, proč by váš oblíbený sport měl být zařazen do programu olympijských her.
- Vytvořte časovou osu olympijských sportů od historie olympijských her po současnost.

→ Rio 2016: Desetibojař Adam Sebastian Helcelet v rámci svého vystoupení na atletickém stadionu.



↑ Rio 2016: Vodní slalomář Jiří Prskavec získal na letních olympijských hrách bronzovou medaili. Od zlata ho dělily pouhé tři setiny.



← Pchjongčchang 2018: Český čtyřbob ve složení Jan Vrba, Jan Stokláška, Dominik Suchý a David Egydy sjíždí ledovým korytem.

Čtení

Zimní sporty jako např. lyžování a bruslení jsou populární v zemích, kde v zimě sněží a mrzne. V zemích se studenými zimami si děti užívají lyžování, klouzání na ledě, bruslení a sáňkování. Podle Olympijské charty: „Pouze ty sporty, které jsou populární alespoň v 25 státech a současně na třech kontinentech, mohou být začleněny do programu olympijských her.“

SPORTOVNÍ PROGRAM: PCHJONGČCHANG 2018

Biatlon
Boby
Curling
Lední hokej
Saně
Bruslení
Lyžování



→ Pchjongčchang 2018: Ester Ledecká udržela roli favoritky paralelního obřího slalomu na snowboardu a míří pro svou druhou zlatou olympijskou medaili.

AKTIVITA Č. 14

Olympijský sportovní program

Témata olympijské výchovy: Rovnováha těla, ducha a mysli, snaha vyniknout, fair play, respekt k druhým, radost z úsilí

Kontext k aktivitě

Sportovní program olympijských her se z 9 sportů v roce 1896 rozrostl na 26 sportů v roce 2012. V roce 1896 se her zúčastnili sportovci z 14 zemí, zatímco hry roku 2012 zahrnovaly sportovce ze 204 zemí a 4 jednotlivé olympijské sportovce. Vzhledem k tomu, že hry dnes mají rozsáhlou celosvětovou účast, vzrostl zájem o přidání dalších sportů, aby se zajistilo, že olympijský program zůstane lákavý pro mladé lidi. Inovace a přizpůsobení se moderním trendům jde ruku v ruce s udržením respektu k historii a tradici sportů. V roce 1988 představila Korejská republika taekwondo, dámské judo a baseball a o několik let později byly tyto sporty zapracovány do programu olympijských her. Zamyslete se nad sporty, které se běžně hrají, ale nejsou součástí olympijských her. Proč myslíte, že nejsou na olympijském programu?

Učební výstup

- Poznání, že v různých částech světa jsou populární odlišné sporty.
- Poznání, že program olympijských sportů se vyvíjel během let tak, aby zahrnul různorodost sportů.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Konstruktivismus, dotazování, dramatizace, otázky a odpovědi, kulatý stůl, vstupní a výstupní kartičky

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby, kostýmy

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Které olympijské sporty dokážete vyjmenovat? Vyberte si nějaký a prozkoumejte jeho pravidla a náčiní. Vytvořte výstavku nebo předneste spolužákům prezentaci vámi vybraného sportu.

Mírně pokročilí 9-11 let

Vytvořte dva plakáty: jeden se současnými olympijskými sporty a druhý jen se sporty, které byly na programu v roce 1896. Plakáty by měly jasně ukázat, jak se olympijský program podstatně rozšířil.

Středně pokročilí 12-14 let

Představte si, že jste baron Pierre de Coubertin. Právě jste ustanovil Mezinárodní olympijský výbor, který posuzuje, jaké sporty zahrnout do programu olympijských her. Napište krátký proslov, který de Coubertin přednese MOV, aby ho přesvědčil o zařazení navrženého sportu. Převlékněte se za Coubertina a předneste váš proslov.

Pokročilí 15-18 let

Navrhněte propagační kampaň, která bude sloužit jako lobby pro zařazení nového sportu do programu olympijských her. Zvažte, jaké výhody má zařazení právě tohoto sportu. Může mít zařazení sportu společenské dopady? Co byste do kampaně zařadili – vizuální média, tisk a sociální média? Jak byste mohli získat podporu veřejnosti?



↑ Matěj Švancer ovládl na Olympijských hrách mládeže 2020 v Lausanne soutěž v kategorii Big Air.



↑ Atletka Barbora Malíková (vlevo) a plavkyně Barbora Seemanová (vpravo) se radují ze svých medailí, které si přivezly z Olympijských her mládeže 2018 v Buenos Aires.

Paralympijské hry: „olympijský duch v pohybu“

Mezinárodní paralympijský výbor organizuje a koordinuje paralympijské hry, které umožňují sportovcům s tělesnými postiženími dosáhnout vrcholných sportovních výsledků a inspirovat a nadchnout celý svět.

Paralympijské hry jsou elitní sportovní událostí pro sportovce s tělesnými postiženími. Důraz je kladen na sportovní výkony účastníků a ne na jejich postižení. Počínaje Londýnem 2012 je požadováno, aby hostitelské město uspořádalo paralympijské hry do jednoho měsíce od závěrečného ceremoniálu olympijských her.

K diskuzi

- Heslo Mezinárodního paralympijského výboru je „duch v pohybu“. Myslíte, že je to dobré heslo? Proč?
- Proč jsou paralympijští sportovci inspirací pro nás všechny?
- Navrhněte plakát, který vystihne heslo „duch v pohybu“.
- Vysvětlíte význam následujících citátů vlastními slovy.

„Můžete se dívat na život dvěma způsoby. Sedět mezi čtyřmi stěnami s hlavou v písku a doufat, že to všechno přejde, nebo si nasadit boxovací rukavice, natáhnout šortky a poprat se se životem, jak nejlépe to dovedete.“

Ljiljana Ljubisicová (Kanada), čtyřnásobná paralympijská medailistka ve vrhu koulí a hodů diskem.

„Je to celé o poznání. Moje poznání je, že plavání mi otevřelo dveře ke všemu: Nejprve mi dalo svobodu a pak místo ve společnosti.“

Béatrice Hessová (Francie), 25násobná paralympijská medailistka v plaveckých disciplínách.



↑ Londýn 2012: Cyklista Jiří Ježek se raduje ze zlaté medaile, kterou vybojoval na letních paralympijských hrách v silniční časovce.



→ Rio 2016: Plavec Arnošt Petráček s úsměvem a zlatou medailí z paralympijského závodu na 50 metrů znak.



↑ Soči 2014: Radost kapitána českých para hokejistů Zdeňka Šafránka.

AKTIVITA Č. 15

Paralympijské hry: „duch v pohybu“

Témata olympijské výchovy: Rovnováha těla, ducha a mysli, snaha vyniknout, fair play, respekt k druhým, radost z úsilí

Kontext k aktivitě

Mezinárodní paralympijský výbor (IPC) organizuje a koordinuje paralympijské hry, které umožňují sportovcům s tělesným postižením dosáhnout vrcholných sportovních výsledků a inspirovat a nadchnout celý svět.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Sportovci se zrakovým postižením (částečně nebo plně nevidomí) se mohou účastnit běžeckých závodů s pomocí průvodce. Jejich prožitky je možné připodobnit žákům takto: na velkém sportovním hřišti nechte jednoho žáka nosit pásku přes oči. K němu je následně přiřazen druhý žák, který mu bude vizuálním průvodcem. Spojte jim ruce k sobě a nechte je nacvičit tandemové běhání. Průvodce verbálně komunikuje s „nevidomým“ sportovcem a pomáhá mu předvídat možné překážky na trase. Požádejte žáky, aby se podělili s ostatními o své zážitky s „běháním naslepo“.

Mírně pokročilí 9-11 let

Sportovat po amputaci vyžaduje daleko více energie, než potřebuje tělesně zdravý sportovec. Zkuste si zahrát basketbal s jednou rukou zavázanou za zády. Nechte žáky přemýšlet o různých překážkách, se kterými se sportovec s amputovanou končetinou může setkat. Pozvěte paralympionika do třídy k diskusi s žáky.

Středně pokročilí 12-14 let

Nechte žáky zahrát si „basketbal na vozíku“. Není možné předpokládat, že učebny budou vybaveny kolečkovými křesly, zkuste tedy následující úpravu. Nechte žáky driblovat s míčem běžným způsobem, ale v momentě, kdy se dostanou pod koš, nechte je sednout si na židli. Nechte žáky vyzkoušet si různé pozice a mluvte s nimi o obtížích, které hod na koš v sedě přináší. Pokud to je možné, zapojte sportovce – vozíčkáře, aby se podělili se studenty o své zkušenosti a prozradili, jak trénují.

Pokročilí 15-18 let

Dostali jste za úkol zorganizovat sportovní aktivity pro žáky s duševními postiženími. Někteří jsou citliví na zvuk, jiní mají problémy s koordinací. Vymyslete několik zábavných her pro tyto žáky. Při vytváření aktivit bude pravděpodobně nutné zjistit více informací o postiženích, upravit cvičební pomůcky, případně formu aktivit. Diskutujte nad tím, co jste se během příprav dozvěděli. Jak se změnilo vaše chápání sportů z různorodé škály schopností?

Učební výstup

Pochopení, jak sportovci s tělesnými postiženími trénují a soutěží.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Sokratovské dotazování, učení prožitkem.

Doporučené pomůcky

Pásky přes oči, pásky pro zavázání rukou, židle, basketbalové míče, sportovní pomůcky (kužely apod.)

Hostitelská města olympijských her

Po důkladném zhodnocení jednotlivých kandidátských měst pověří zasedání MOV jedno město organizací a pořádáním jedné edice letních nebo zimních her.

Existují dva druhy olympijských her: letní hry a zimní hry, pořádané jednou za čtyři roky. Zimní hry obsahují ty sporty, které vyžadují sníh nebo led.

? Než se pustíte do čtení – něco k zamyšlení

Co musí město mít, aby mohlo hostit letní olympijské hry? A co zimní olympijské hry? Mohlo by nějaké město blízko vás hry hostit?

Čtení

Původně nebyly zimní sporty součástí olympijského programu. Ovšem zimní sporty byly vždy velmi populární v severských státech, které měly zájem je vidět na olympijských hrách. V roce 1924 byl uspořádán týden zimních sportů ve francouzském Chamonix. Mezinárodní olympijský výbor podpořil tuto sportovní událost, která se ukázala být tak úspěšná, že se jí MOV rozhodl uznat za první ročník zimních olympijských her. Ty se od té doby konají každé čtyři roky. Původně se zimní a letní hry odehrávaly ve stejném roce. V dnešní době je mezi nimi dvouletá pauza.

HOSTITELSKÁ MĚSTA OLYMPIJSKÝCH HER

Ročník	Město
1896	Atény, Řecko
1900	Paříž, Francie
1904	St. Louis, USA
1908	Londýn, Velká Británie
1912	Stockholm, Švédsko
1916	Nepořádané kvůli válce
1920	Antverpy, Belgie
1924	Paříž, Francie
1928	Amsterdam, Holandsko
1932	Los Angeles, USA
1936	Berlín, Německo
1940	Nepořádané kvůli válce
1944	Nepořádané kvůli válce
1948	Londýn, Velká Británie
1952	Helsinky, Finsko
1956	Melbourne, Austrálie a Stockholm, Švédsko (jezdecké závody)
1960	Řím, Itálie
1964	Tokio, Japonsko
1968	Mexico City, Mexiko
1972	Mnichov, Západní Německo
1976	Montreal, Kanada
1980	Moskva, SSSR
1984	Los Angeles, USA
1988	Soul, Korejská republika
1992	Barcelona, Španělsko
1996	Atlanta, USA
2000	Sydney, Austrálie
2004	Atény, Řecko
2008	Peking, Čína
2012	Londýn, Velká Británie
2016	Rio de Janeiro, Brazílie
2020	Tokio, Japonsko
2024	Paříž, Francie

HOSTITELSKÁ MĚSTA ZIMNÍCH OLYMPIJSKÝCH HER

Ročník	Město
1924	Chamonix, Francie
1928	Sv. Mořic, Švýcarsko
1932	Lake Placid, USA
1936	Garmisch-Partenkirchen, Německo
1940	Nepořádané kvůli válce
1944	Nepořádané kvůli válce
1948	Sv. Mořic, Švýcarsko
1952	Oslo, Norsko
1956	Cortina d'Ampezzo, Itálie
1960	Squaw Valley, USA
1964	Innsbruck, Rakousko
1968	Grenoble, Francie
1972	Sapporo, Japonsko
1976	Innsbruck, Rakousko
1980	Lake Placid, USA
1984	Sarajevo, Jugoslávie
1988	Calgary, Austrálie
1992	Albertville, Francie
1994	Lillehammer, Norsko
1998	Nagano, Japonsko
2002	Salt Lake City, USA
2006	Turín, Itálie
2010	Vancouver, Kanada
2014	Soči, Rusko
2018	Pchjongčchang, Korejská republika
2022	Peking, Čínská lidová republika

Udržitelný rozvoj prostřednictvím olympijských her

Jako součást závazku usilovat o udržitelný rozvoj identifikoval MOV environmentální problémy, společenskou spravedlnost a hospodářskou efektivitu za tři základní priority. MOV aktivně podporuje organizační výbory olympijských her, aby identifikovaly způsoby, kterými mohou na olympijských hrách podpořit světovou agendu udržitelného rozvoje.

„Zajištění potřeb současné generace, aniž by byly ohroženy šance budoucích generací zajistit své potřeby.“

Naše společná budoucnost, Závěrečná zpráva Brundtlandovy komise (1987)

Hostitelská města jako vzory

Hostitelská města olympijských her se v posledních letech intenzivně zapojují do snah o ochranu životního prostředí a propagace udržitelného rozvoje. Nižší jsou uvedeny některé příklady, které mohou sloužit jako předlohy pro diskuzi na téma ochrany životního prostředí a propagace udržitelného rozvoje ve vaší komunitě.



↑ Vancouver 2010: Tradiční kamenný hraniční kámen kmene Inukšuk.

Lillehammer 1994

První „zelené hry“

Šetřit proudem, vzdělávat veřejnost: Nadbytečné teplo z ledových ploch a výměníků tepla v Hamar Olympic Hall bylo přeměřováno k vytápění jiných prostor dějiště her. Organizační výbor také potiskl vstupenky na olympijské soutěže informacemi o ochraně životního prostředí.

Nagano 1998

Ochrana ohrožených druhů

Motýl Gifu: V lese zvaném Happon'one byl umístěn cíl závodu mužů ve sjezdu na lyžích. Les je ale také lůhništěm vzácného druhu motýla Gifu. Na 300 olympijských dobrovolníků a místních středoškoláků se zapojilo do snahy přesadit trávu zvanou miyama'aoi, kterou se motýli živí. Studenti přesadili trávu do prostoru, kde probíhaly soutěže ve skocích na lyžích ve snaze podpořit motýly v kladení vajček.

Sydney 2000

Podpora městského prostředí

Millenium Parklands: Sydney vyklidilo bývalý průmyslový komplex a vytvořilo „Millenium Parklands“ – rozlehlý městský park a místo pro Olympijský stadion a další olympijská zařízení. Park slouží také jako rezervace pro chráněné australské zlaté žáby.

Turin 2006

Povědomí o klimatu

Program HECTOR: zimní olympijské hry jsou přímo ovlivněny stabilitou klimatických podmínek pro studené počasí a sníh, který je „surovým materiálem“ sportovních soutěží. Z toho důvodu považovali pořadatelé her v Turíně ochranu klimatu za hlavní výzvu environmentální politiky. Program HECTOR (Heritage Climate Torino – klimatické dědictví Turín) měl za cíl podpořit povědomí o klimatických změnách a vyvážit zvýšené emise skleníkových plynů vyprodukované během konání her.

Peking 2008

Přeměna za hranice olympijského města

Zlepšení, ochrana a zvyšování povědomí byly hlavními zájmy environmentálního programu organizačního výboru. Pro stavbu olympijských sportovišť a dalších zařízení byly použity materiály šetrné a úsporné k životnímu prostředí. V samotném Pekingu a okolních oblastech bylo vynaloženo značné úsilí k zalesňování, zlepšení kvality vzduchu, vylepšení veřejné kanalizace a systémů na zpracování odpadů.

Vancouver 2010

Integrované plánování a komunitní dědictví

Pořadatelé zimních olympijských her ve Vancouveru v roce 2010 integrovali závazek k ochraně přírody do plánování a přípravy her. Olympijská vesnice a okolní oblasti byly oceněny LEED platinovým hodnocením a vyzdvíženy jako vzorový model pro udržitelné městské plánování. Budovy byly vytápěny teplem generovaným kanalizací. Střeška olympijského ledového oválu v Richmondu byla postavena ze dřeva borovic napadených brouky. Ke splachování toalet byla použita dešťová voda ze střechy zimního stadionu. Po ukončení her bylo dějiště olympiády přetvořeno v komunitní víceúčelové sportovní centrum. Organizátoři her také založili nevládní organizaci za účelem dlouhodobé podpory projektů spojených s udržitelným rozvojem, sportem a volnočasovými aktivitami.



↑ Stavební práce na Olympijském parku ve Stratfordu – hlavního střediska her v Londýně v roce 2012.

Londýn 2012

„K olympijským hrám jedné planety“

Udržitelnost byla klíčovým bodem přihlášky Londýna k pořádání her. Organizátoři vytvořili za podpory organizace BioRegional a Světového fondu na ochranu přírody (WWF) koncept nazvaný „K olympijským hrám jedné planety“ („Towards a One Planet Olympics“). Principy tohoto konceptu byly zahrnuty do „Londýnského plánu udržitelného rozvoje 2012“ se zaměřením na pět základních témat: klimatické změny, odpad / plýtvání, biodiverzita, inkluze a zdravý životní styl. Témata definovala povahu celých londýnských her jako skutečně udržitelných a byla začleněna do přípravy, průběhu a odkazu her.

Londýnu se podařilo dodržet plán, který byl vytvořen před konáním i po skončení her. Součástí plánu byla snaha o oživení zanedbaných městských částí, propagace zdravějšího a aktivnějšího životního stylu uvnitř a vně Velké Británie, změna pohledu veřejnosti na postižení a povzbuzení celé generace v zájmu o sport. Vytvořením infrastruktury pro hry v roce 2012 ukázali partneři organizačního výboru, tj. stavební firmy, catering, pohostinské služby, eventové agentury a další význam zapojení postupů udržitelného rozvoje.

Soči 2014

Využití podnětů pro udržitelný rozvoj

Cílem Her v Soči bylo propojit úsilí a odborné znalosti dodavatelů do sjednoceného plánu pro hry, které zapojí principy udržitelného rozvoje do všech součástí příprav a realizace her. Jako jednotný tým usilovali organizátoři a jejich partneři o dosažení cílů udržitelného rozvoje na základě následujících principů:

- zdravý životní styl;
- bezbariérový přístup;
- kultura a národní hodnoty;
- soulad s přírodou;
- hospodářská prosperita; a
- moderní technologie.

Organizační výbor pro Soči 2014 spolupracoval na dosažení vytyčených cílů také s Programem OSN pro životní prostředí (UNEP), Rozvojovým programem OSN (UNDP) a řadou nevládních environmentálních organizací jako WWF a Greenpeace. Zapojení mezinárodní expertízy pomohlo k ochraně a obnově komplexních ekosystémů a přírodního dědictví, které pokračuje dále po ukončení her. Dalšími klíčovými oblastmi spolupráce byla kultura, vzdělání a zapojení občanské iniciativy.

Rok 2013 byl vyhlášen „rokem muzeí“. Příprava olympijských her přilákala řadu dobrovolníků na celém ruském území a příprava her v Soči roku 2014 byla spojena s vytvořením Ruské mezinárodní olympijské univerzity.

? Než se pustíte do čtení – něco k zamyšlení

- Co znamená pojem „životní prostředí“?
- Proč je třeba životní prostředí chránit?

Čtení

Boby: Výzva pro životní prostředí

V závodech na bobech sjíždějí dvoučlenné nebo čtyřčlenné týmy míli dlouhou dráhu pokrytou ledem v aerodynamických bobech rychlostí dosahující až 145 km/h. Tým s nejrychlejší průměrnou rychlostí po dvou jízdách získá zlato. Bobová dráha se běžně staví na svazích hor, je dlouhá 1500 metrů a místy velmi strmá. Dráha je pokryta umělým ledem a sport vyžaduje velmi citlivé měřicí zařízení. Trať je velmi nákladná na vybudování a její stavba vyžaduje po stavitelích, aby učinili mnoho složitých environmentálních rozhodnutí.

AKTIVITA Č. 16

Udržitelný rozvoj prostřednictvím olympijských her

Témata olympijské výchovy: Rovnováha těla, ducha a mysli, respekt k druhým

Kontext k aktivitě

Jako součást závazku usilovat o udržitelný rozvoj vymezil MOV tři základní priority: společenskou spravedlnost, hospodářskou efektivitu a enviromentální témata. Na předešlých stránkách si přečtete, jakými způsoby se s těmito tématy vypořádala bývalá olympijská města. Následující aktivity pomohou studentům lépe porozumět, proč je udržitelnost důležitá.

Učební výstup

Pochopení nutnosti respektu k životnímu prostředí.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, konstruktivismus, projektové učení, deníky, deníky s odpověďmi, blogy, kreativní myšlení, řešení problémů.

Doporučené pomůcky

Vybavení pro ochranu prostředí (kyblíky na vodu, koše na kompost apod.)

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Vytvořte „zelený tým“. Žáci vytvoří a povedou projekt na recyklaci nebo kompostování. Připraví si plakáty a proslov, ve kterém popíší svůj projekt. Představí se jako vedoucí osobnosti a vzory pro ostatní.

Připravte projekt na zadržování dešťové vody. Využijte tuto vodu na zalévání rostlin a zeleniny na školní zahradě.

Mírně pokročilí 9-11 let

Během příprav olympijských her v Sydney (2000) a Londýně (2012) uklidili pořadatelé průmyslové zóny těchto měst. Následkem toho se zeleň začala vracet do těchto předtím nehostinných míst: ptáci začali hnízdit, vrátily se ryby a rostlinám se začalo dařit. Vyberte oblast ve vašem okolí, kterou můžete rehabilitovat. Připravte s žáky a odborníky projekt na rehabilitaci této oblasti.

Středně pokročilí 12-14 let

Jste pověřeni návrhem „olympijských her jedné planety“ („One Planet Olympics“). Olympijské hry v Londýně roku 2012

se věnovaly pěti tématům: biodiverzitě, klimatickým změnám, odpadu / plýtvání, inkluzi a zdravému životnímu stylu. Zaměřte se na tato témata a ve skupinách diskutujte, jak byste tato témata zařadili do příprav vašich olympijských her. Zaměřili byste se na některá další témata?

Vyberte si jedno téma a podělte se s ostatními, co jste se naučili během diskuzí. Můžete použít různá média pro představení vašich myšlenek – digitální média, umění, tanec, zpěv a proslov.

Pokročilí 15-18 let

Vytvořte plán na ochranu ohrožených druhů. Identifikujte faktory, které mohou být nebezpečné pro tento druh a jeho vyhynutí. Vytvořte a aplikujte kampaň na zvýšení povědomí za použití různých technologií. Zhodnotte, jaké dopady pro tyto druhy (a ostatní) bude mít vaše kampaň v případě jejího úspěchu. Jaké vás mohou potkat překážky během její aplikace? Jak je překonáte? Jak budete prezentovat váš úspěch? Jak zajistíte, že bude vaše iniciativa propojena s olympijskými hrami?



↑ Londýn 2012: olympijský park z leteckého pohledu.



↑ Cyklista Roman Kreuziger dělá dětem z České olympijské nadace radost společnou fotkou.

Kapitola 4

Výuka témat olympijské výchovy

Pět témat olympijské výchovy	68
A. Prožívání radosti z pohybu při sportu a tělesné aktivitě	69
B. Naučit se hrát fér	72
Co je fair play	73
Žít podle zásad fair play	75
C. Projevovat respekt k sobě, druhým a životnímu prostředí	77
Život dle principů respektu	78
Obtížná rozhodnutí	80
D. Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout	83
Život ve znamení snahy vyniknout	88
Dlouhá cesta k vítězství: příběh sportovce	91
Usilování o osobní maximum	94
E. Život v harmonické rovnováze těla, vůle a mysli	97
Aktivní styl života	98

Pět témat olympijské výchovy

Olympijské hnutí přijalo pět klíčových témat olympijské výchovy, jejichž cílem je pomoci mladým lidem pochopit a osvojit si zásady olympismu.

Na základě tří základních olympijských hodnot vypracoval Mezinárodní olympijský výbor pět témat olympijské výchovy, kterými chce zpřístupnit olympijské hodnoty mladým lidem a pozitivně ovlivňovat jejich chování.

A. Radost z úsilí

Děti a mládež rozvíjejí a procvičují své fyzické, sociální a intelektuální schopnosti tím, že se snaží překonat sami sebe a ostatní v tělesných aktivitách, pohybu, hrách a sportu.

B. Fair play

Sport je nejlepším způsobem, jak děti a mládež naučit respektovat pravidla a ukázat jim, že hrát fér je normální (po celý život a v jakémkoli oboru).

C. Respekt k druhým

Děti a mládež, které se v rámci multikulturního prostředí naučí přijmout a respektovat ostatní a rozvíjejí mírumilovné osobní chování, podporují mír a mezinárodní pochopení.

D. Snaha vyniknout

Soustředění se na znamenitost může mladým lidem pomoci k pozitivnímu a zdravému rozhodování a k usilování o to být dle jejich možností nejlepší v tom, co se rozhodnou dělat.

E. Rovnováha mezi tělem, vůlí a myslí

Učení probíhá v celém těle a ne pouze v mysli. Tělesná gramotnost a učení se prostřednictvím pohybu přispívají k mravnímu a intelektuálnímu rozvoji.

→ Běžci vyráží do závodu zlatého T-Mobile Olympijského běhu na 5 a 10 kilometrů v pražské Stromovce.



A. Prožívání radosti z pohybu při sportu a tělesné aktivitě

Děti a mládež rozvíjejí a procvičují své fyzické, sociální a intelektuální schopnosti tím, že se snaží překonat sami sebe a ostatní v tělesných aktivitách, pohybu, hrách a sportu.

Děti a tělesná aktivita

- Mladší děti jsou přirozeně aktivní. Když vyrostou, jejich aktivita se sníží. K nejdramatičtějšímu úbytku tělesné aktivity dochází u „náctiletých“, a to především u dívek. Mladé lidi je proto potřeba motivovat k pohybu řadou inspirativních metod, aktivit a jasným zaznamenáváním jejich pokroku.
- Děti rostou a dospívají různou rychlostí a často zažívají období spojená s rozpačitostí a neobratností během svého skokového růstu. Sportovní aktivity dětí tohoto věku musí být upraveny tak, aby odpovídaly jejich věku, schopnostem a úrovni tělesných dovedností.
- Přestože není nikdy příliš pozdě začít, probíhá osvojení většiny, ne-li všech, motorických dovedností využívaných v dospělosti během raného věku. Tělesná výchova a sportovní programy by tak měly být prioritní ve školních osnovách a nabídkách trávení volného času.
- Ve sportu je pestrost kořením života! Pokud děti dostanou možnost vyzkoušet si pestrou škálu tělesných aktivit a sportů, zvýší se šance, že naleznou aktivitu, kterou si oblíbí a která se stane jejich zdrojem vášně a inspirace.
- K dosažení nejlepších výsledků je vhodné propojit školní tělesnou výchovu s činností sportovních klubů či jiných volnočasových sportovních zařízení.

„Pokud děti nemají možnost ke spontánnosti a nemají chuť k pohybu, jinými slovy, pokud jsou ke sportu nuceny, jistě to u mnohých povede k vytvoření nepříjemných vzpomínek a nechuti právě k těm sportům, jejichž oblibu se v nich snažíme probudit.“

Pierre de Coubertin



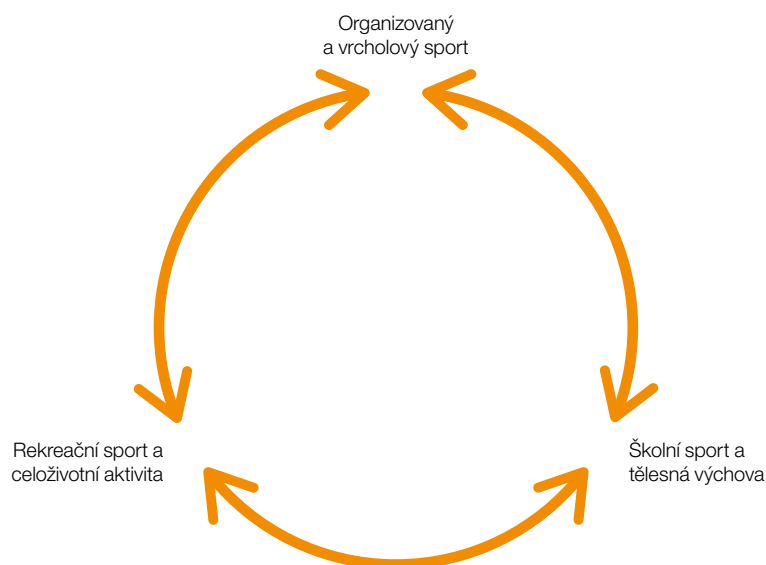
↑ Účastník Sazka Olympijského víceboje překonává své hranice na republikovém finále Odznaku všestrannosti na atletickém stadionu v Brně.



„Olympijské vzdělávání... je založeno na sportu nebo tělesné výchově a spojeno s hodnotovým rozvojem. Oba prvky pomáhají vytvářet charakter a rozvíjet společnost.“

Gessman R

Cyklus aktivního života



„Sport hraje důležitou roli také v umožnění udržitelného rozvoje. Uznáváme stále rostoucí přínos sportu pro rozvojové a mírové cíle prostřednictvím důrazu na toleranci a respekt; podporu žen a mládeže, jednotlivců a celých skupin; stejně tak pro dosahování cílů v oblasti veřejného zdraví, vzdělání a sociální inkluze.“

Transformace našeho světa: Agenda 2030 pro udržitelný rozvoj (Transforming our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development), Organizace spojených národů (2015)

AKTIVITA Č. 17

Prožívání radosti z pohybu při sportu a tělesné aktivitě

Témata olympijské výchovy: Radost z úsilí, snaha vyniknout, fair play, rovnováha těla, vůle a mysl, respekt k druhým

Kontext k aktivitě

Aktivní sportovní účast vede k radosti z úsilí. Ale co to znamená pro různé věkové skupiny? Bylo uskutečněno značné množství výzkumů zaměřených na motivaci a důvody účasti ve sportu mládeže. Jedním tématem, které je opakovaně uváděno, je potřeba sportovců bavit se. Prožívání radosti z pohybu je často uvedeno jako důležitější než vyhrávání. Formát následujících aktivit je odlišný než v předešlých kapitolách. Namísto návrhu konkrétních činností jsou zde podrobně popsány důležité principy, které pomohou vychovateli vytvořit prostředí, které přispívá k radosti z pohybu a k ocenění tělesné aktivity.

Učební výstup

Poznání, jak je tělesná aktivita důležitá pro každého člověka.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Diskuze, reflexe, spolupráce.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

„Model dlouhodobého vývoje sportovce“ (Long Term Athlete Development, LTAD – Balyi a Hamilton, 2004) je modelem, podle kterého každý zdravý sportovec prochází ve svém vývoji sérií dovednostních úrovní, které odpovídají jeho schopnostem. Na začátku sportovního programu je vhodné, aby se učitelé a trenéři zaměřili na „základy“ sportu s důrazem na zábavu. Měli by vybírat takové sportovní aktivity, které umožní dětem všech dovednostních úrovní zažít zábavu, dosáhnout úspěchu a osobního zadostiučinění. Učitelé a trenéři by také měli vést a povzbuzovat děti ke zdravému životnímu stylu. Cílem pro toto vývojové období má být zábava, která vede k dlouhodobému zájmu o daný sport. Důraz na soutěžení by měl být minimální.

Mírně pokročilí 9-11 let

V mnoha sportech se upřednostňuje urychlení pokroku mladých sportovců a klade se důraz na budování specifických sportovních dovedností a soutěživosti. Je ale dokázáno, že tento přístup vede k přesně opačným výsledkům a odrazuje mnoho dětí od sportu. Podle modelu LTAD a dalších by měly sportovní programy v tomto věku klást důraz na zábavu, budování přátelství mezi účastníky, a oceňovat snažení všech. V tomto věku jsou mladí sportovci poprvé seznámeni se zásadami tréninku a soutěže by měly být strukturovány tak, aby testovaly osobní zlepšení a umožnily dětem pozitivní zážitky.

Středně pokročilí 12-14 let

V tomto věku je typické, že mnoho mladých lidí s aktivním sportem končí. Možným vysvětlením je, že se klade přílišný důraz na soutěživost, pokud jsou mladí sportovci nuceni soutěžit dříve, než jsou připraveni. Model LTAD navrhuje, aby byl v tomto věku kladen důraz spíše na správné technické provedení jednotlivých sportů. Trenéři by měli mladým sportovcům vysvětlit také princip sportovního tréninku a jak jej správně aplikovat. Toto vývojové období sportovce se nazývá „příprava pro soutěžení“.

Pokročilí 15-18 let

Sportovci této věkové kategorie vstupují do vývojové fáze „tréninku pro vítězství“. Důraz je kladen na optimální výkon podle schopností jednotlivých sportovců.

Je důležité, aby učitelé a trenéři respektovali vývojová stadia dětí a mládeže. Sportovní aktivity, které mladým sportovcům přinesou pozitivní a zábavné zážitky, musí být v souladu s vývojovými stádii žáků a svěřenců.

B. Naučit se hrát fěr

Sport je nejlepším způsobem, jak děti a mládež naučit respektovat pravidla a ukázat jim, že hrát fěr je normální (po celý život a v jakémkoli oboru).

„Fair play je lidskoprávním tématem. Právě prostřednictvím vzdělávání může každý a úplně každý z nás... získat širší povědomí o všeobecných lidských právech.“

Koichiro Matsura, Generální tajemník UNESCO. *Lidská práce a vše, co o nich potřebujete vědět (Human Rights and the Need to Know). UNESCO, Leden 2001*

Termín fair play byl původně sportovním označením pro hru podle pravidel. Rozhodčí a hodnostáři vykládali a vymáhali pravidla prostřednictvím penalt a trestů. Dnes význam fair play přesahuje rámec sportu a pouhého výkladu pravidel. „Ducha fair play“ je obtížné definovat, ale lze jej snadno rozpoznat v jednotlivých druzích chování (např. potřesení rukou na konci hry). Koncept fair play se stal natolik populární, že si pro něj prakticky všechny státy

světa našly ekvivalent ve svém vlastním jazyce. Přestože koncept fair play původně odrážel hodnoty euro-amerického kulturního prostředí, dostal se do světového povědomí v takové míře, že se dnes považuje za základní lidské právo.

K fair play nedochází automaticky vždy, když děti a mládež soutěží v týmech nebo se účastní skupinových aktivit. Ve skutečnosti výzkum z mnoha zemí naznačuje, že některé sportovní aktivity vedou ke zvýšené míře k nepoctivým sportovním praktikám jako je podvádění, doping a agrese. K fair play – ve sportu jako ve všech dalších oblastech – musí být dítě vedeno. Myšlenku fair play zpravidla děti pochopí velmi rychle a je tedy užitečnou v řadě výchovných kontextů.

Děti mají vrozený cit pro spravedlnost. Tím pádem je vhodné učit děti fair play již v rámci základního vzdělávání stejně tak jako ve vyšších ročnících. Aktivity uvedené níže reflektují širokou škálu možných aplikací.



↑ Společná fotografie oceněných Českým klubem fair play za rok 2018.

Co je fair play?

Zkuste s dětmi tuto aktivitu, která jim pomůže prozkoumat význam fair play a identifikovat příklady férového a neférového chování.

„Fair play znamená, že respektuji své spoluhráče a soupeře. Někdy je těžší hrát fěr.“

14letý žák

„Snažím se hrát fěr, to znamená, že dodržuji pravidla. Ale ve hře, kterou opravdu chceme vyhrát, se někdy dopustíme taktického faulu“.

14letý fotbalista

„Fair play neznámá pouze dodržování písemných pravidel: spíše popisuje správné postoje sportovců a správného ducha, podle kterého jednají...“

Mezinárodní charta Fair Play

K diskuzi

Souhlasíte se všemi výroky?

Proč ano, nebo proč ne?

Co myslíte, že znamená fair play?

Diskutujte o situacích, ve kterých je obtížné následovat ducha fair play.



↑ Účastníci Olympiády dětí a mládeže v soutěži v karate.

AKTIVITA Č. 18

Žít podle zásad fair play

Témata olympijské výchovy: Fair play, respekt, rovnováha těla, vůle a myslí

Kontext k aktivitě

Tyto aktivity pomohou studentům hlouběji porozumět významu fair play a dopadu neférového jednání.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Fair play a letadla z papíru! Přemýšlejte o sportech, které děláte. Co je na vašich sportech zábavné? Napište na papír vše, co vám pomáhá být férovými sportovci. Vytvořte pět papírových letadel a na každé letadlo napište slova, která nejlépe vystihují, jak hrajete fěr ve sportu. Z pěti obručí vytvořte olympijské kruhy a vhodte papírová letadla do těchto kruhů.

Mírně pokročilí 9-11 let

Věta „fěr nemusí znamenat pro všechny totéž“ (“fair does not mean equal”) se někdy používá v kontextu sportu. Diskutujte, co pro vás tato věta znamená. Sdílejte své myšlenky se spolužáky.

Středně pokročilí 12-14 let

Vytvořte dva týmy a debatujte o následující otázce: Potřebují sporty množství pravidel k fair play? Nechte jeden tým argumentovat pro a druhý proti. Po společné debatě rozdělte žáky do dvojic a nechte je diskutovat o argumentech obou týmů. Nakonec udělejte hlasování – kolik žáků hlasuje pro a kolik proti?

Pokročilí 15-18 let

Požádejte žáky, aby si přečetli následující příběh fair play. Po přečtení příběhu poproste žáky, aby sepsali úvahu, v rámci které budou diskutovat argumenty pro a proti záchranné akci Martiny Součkové. Následně diskutujte společně s žáky jejich argumenty.

V roce 2018 zachránila Martina Součková (bývalá veslařka, juniorská mistryně světa na dvojskifu, nyní trenérka Slavie Praha) dvě tonoucí osoby – hledače “geokešek”, kteří se nerozvážně spustili do pražské kanalizace. Během chvíle se strhla velmi prudká bouře, podzemí se zaplnilo vodou a šokovaní hledači se zranění ocitli ve Vltavě. První zasahoval kapitán výletního parníku, ale síly mu nestačily. Martina vše viděla z loděnice Slavie, ihned nastartovala katamaran a vydala se na pomoc. Kromě dvou nešťastníků nakonec pomáhala i kapitánovi parníku. Celá situace byla velmi dramatická a řada přihlížejících si do rozbourěné vody netroufla. Martina může za úspěšnou záchranu děkovat nejen své rozhodnosti, ale i fyzické zdatnosti, kterou získala během své veslařské kariéry.

Učební výstup

Poznání, že hrát fěr je důležité nejenom ve sportu, ale i v životě.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Konstruktivismus, kreativita, řešení problémů, spolupráce, hraní rolí, reflexe, diskuze.

Doporučené pomůcky

Oblečení pro hraní rolí, židle a stoly pro debaty, pět obručí, papíry pro letadla z papíru.

Žít podle zásad fair play

Příběhy, jejichž hrdinové se řídí zásadami fair play, jsou inspirativní pro všechny z nás. Poté, co se žáci seznámí s příběhy níže, mohou vyprávět nebo napsat své vlastní.

? Než se pustíte do čtení – něco k zamyšlení

Vzpomeňte si na situaci, kdy pro vás někdo udělal něco, co nemusel. Jak jste se cítili? Proč se takovému jednání říká fair play?

🗨️ K diskuzi

- Co se zdálo být pro Jiřího Berana důležitější?
- Jiří Beran skončil na olympijských hrách bez medaile. Je správné přiznat podobnou situaci, i když to může znamenat horší umístění a ztrátu olympijské medaile?

📖 Čtení

Normální je přece nepodvádět

Šerm je považován za sport gentlemanů. Vyžaduje přesnost, koordinaci, taktiku, je náročný na fyziku i psychiku.

Na olympijských hrách v Riu de Janeiru v roce 2016 prohrával šermíř Jiří Beran na konci zápasu těsně 3:5 – každý zásah mohl být v tu chvíli pro souboj zlomový. Po jednom z útoků soupeře připsali rozhodčí Jiřímu bod... „Kdybych byl šermíř, co nehraje fěr, řekl bych, že jsem ten zásah dal, ale já jsem věděl, že jsem sám sebe trefil do stehna“, přiznal záhy. Mohl to být klíčový moment, který mohl zápas zvrátit, kdyby Jiří situaci, kterou rozhodčí neviděli, zatutlal. Neudělal to. Protože, jak sám prohlásil: „Je to sport a náš život, měli bychom se všichni chovat fěr, automaticky za všech okolností.“ Jiří Beran neměl pocit, že by udělal něco výjimečného, vždyť normální je přece nepodvádět!



← Rio 2016: Šermíř Jiří Beran gratuluje svému soupeři, Brazilci Athosi Schwantesovi, po těsném zápase, ve kterém se přiznal k vlastnímu zásahu do stehna a přišel tak o cenný a možná rozhodující bod. Jiří Beran získal v roce 2017 hlavní cenu Českého klubu fair play.



↑ Londýn 1948: Emil Zátopek se triumfem na trati 10 000 metrů zasloužil o první československé zlato z atletiky. Později se proslavil svými pevnými morálními postoji proti komunistickému režimu, projevům respektu ke svým soupeřům a úspěchy na olympijských hrách v Helsinkách 1952.

Čtení

Ohrožená účast Emila Zátopka v Helsinkách 1952

Emil Zátopek – čtyřnásobný olympijský vítěz, běžec, držitel mnoha světových rekordů. Jedna z největších osobností světové atletiky. Na olympijských hrách v Londýně 1948 získal zlato na 10 000 m a na poloviční trati byl druhý. Na vrcholu sportovní kariéry se však ocitnul až na dalších olympijských hrách v Helsinkách 1952. Jeho účast ve Finsku měla však nečekanou přehledu.

Zátopek patřil k favoritům na získání medailí, avšak odmítl s výpravou odletět. Nemohl se totiž smířit s křivdou, která potkala jeho kamaráda – miláře Stanislava Jungwirtha. Ten byl kvůli politickým potížím svého otce vyřazen z olympijské nominace. Emil se rozhodl, že pokud Stanislav nepoletí, on se helsinkých her také nezúčastní. Tímto svým ultimativním postojem riskoval svou kariéru, jelikož v době politických procesů v tehdy totalitním Československu byli do vězení zavíráni i ti nejslavnější sportovci, pokud se jakkoli režimu postavili.

Vidina medailí a úspěchu pro socialistickou zemi nakonec u komunistických vůdců zvítězila a Zátopkovu vzdoru ustoupili. Emil Zátopek v Helsinkách vyhrál postupně běh na 5000 m, 10 000 m, a když se poprvé v životě rozhodl běžet i maraton, nebyl nikdo, kdo by jeho neuvěřitelnou formu zastavil. Stal se trojnásobným olympijským vítězem na jedné olympijských hrách.

K diskuzi

- Co myslíte, že Emil Zátopek svým postojem riskoval?
- Zachovali byste se v podobné situaci stejně?
- Fair play neplatí jen pro sport. V jakých oblastech života je důležité se chovat fěr?

Čtení

Fair play na přespolním běhu

Jiří Beran (lyžař), shodné jméno čistě náhodou. Ocenění Českého klubu fair play získal již v roce 1983, ale jeho gesto se mezi lyžaři pamatuje. Na přespolním běhu v Úpici běžel na druhé pozici, když si všiml, že vedoucí závodník přehlédl značku a neodbočil na správnou trasu. Jirka Beran na něj zavolal, počkal, až se vrátí zpět, a nadále vyčkával, aby mu nechal stejný náskok, jako měl před svým pochybením. Jirka Beran byl oceněn Hlavní cenou ČKFP i mezinárodní cenou.

K diskuzi

- Proč myslíte, že lyžař Jiří Beran chtěl pomoci soupeři najít správnou trasu?
- Proč myslíte, že dal soupeři časový náskok a až potom se sám vrátil do závodu?

K diskuzi

- Vidíte nějaké podobnosti v uvedených příbězích?
- Souhlasíte s činy těchto sportovců?
- Proč ano, nebo proč ne?
- Jak byste se zachovali v podobných situacích vy?
- Zažili jste sami podobnou nebo obrácenou situaci?

C. Projevovat respekt k sobě, druhým a životnímu prostředí

Děti a mládež, které se v rámci multikulturního prostředí naučí přijmout a respektovat ostatní a rozvíjejí mírumilovné osobní chování, podporují mír a mezinárodní pochopení.

Jak může stát zajistit mírové soužití ve společnostech, které jsou poznamenány nesnášenlivostí, hospodářskou nerovností a rozdílnými základními hodnotami? Jedná se o velkou výzvu pro sportovní vedoucí a pedagogy. Historicky bylo úlohou vzdělávání zachovávat a dále předávat tradice daného státu. Odlišnou úlohu mají pedagogové v multikulturním prostředí. Záměrem je podporovat skupiny žáků a mladých sportovců, kteří akceptují a respektují jedince z odlišných kulturních prostředí.

Například po ukončení Apartheidu usilovali společně obyvatelé Jihoafrické republiky o vybudování nové společnosti, která by přijímala a respektovala lidi všech rasových skupin. Vzdělavatelé v oblasti sportu hráli v tomto snažení velmi důležitou roli.

Ale co je to vlastně respekt k druhým? A jak je ho možné vyučovat? Jak se odlišuje od ostatních třída, kde se žáci naučili respektu a přijetí kulturních odlišností? Jaké aktivity pomohou mladým lidem naučit se vzájemnému soužití? To jsou hlavní témata této kapitoly.

Multikulturní výchova začíná v myslích a srdcích jednotlivých vzdělavatelů. Pedagogové multikulturní výchovy se řídí následujícími principy:

- Všichni lidé a všechny kultury jsou hodnotné, tím pádem všichni lidé – ženy, děti, osoby s postižením, etnické menšiny apod. – mají lidská práva a společenské povinnosti.
- Násilí není nejlepším způsobem řešení konfliktu.
- Děti musí být vedeny k přijímání a respektování kulturních rozdílů. To musí být součástí všech školních programů a výuky. Rasismus a nenávisť jsou často důsledky neznalosti a obav. Pochopení a přijetí odlišností se prohlubuje, když lidé sdílejí životní a pracovní prostor a účastní se společných volnočasových aktivit.
- Snaha o vedení mladých lidí k respektu a přijetí druhých je posilována podporou ze strany rodiny a okolí jedince. Požádejte rodiny a známé o spolupráci při vašem úsilí.

Poznatky o respektu k sobě a druhým

- Tradice hrají významnou roli při budování společnosti založené na respektu k sobě a k druhým.
- Respektování různorodosti je důležité pro rozvíjení respektu k druhým.
- Kritické přezkoumávání předsudků pomáhá posilovat toleranci a respekt k druhým.

„Cílem olympijského hnutí je přispívat k vytváření mírovějšího a lepšího světa výchovou mládeže prostřednictvím sportu provozovaného v souladu s olympismem a jeho hodnotami.“

Olympijská charta

„Nové osnovy budou ve své podstatě... upevňovat výchovu, která v sobě zahrne důraz na lidská práva, mnohojazyčnost a multikulturalismus a citlivost k hodnotám národního usmíření a budování státu.“

Professor S. Bengu, Předmluva ke školním osnovám pro Jižní Afriku, 2005.



↑ Rio 2016: Americká tenistka Madison Keysová gratuluje Češce Petře Kvitové k bronzové medaili.

Život dle principů respektu

Sportovci, kteří soutěží s respektem a důstojností, jsou vzorem pro mladé lidi.

Čtení

Boj proti nespravedlnosti, hlouposti a zlu: Oskar Hekš

Po běžecké legendě Emilu Zátopkovi je našim historicky druhým nejlepším maratoncem Oskar Hekš. Vytrvalec židovského původu zaběhl na olympijských hrách v Los Angeles v roce 1932 v maratonu výborně osmé místo. A mohl být naší medailovou nadějí i pro následující hry v Berlíně v roce 1936. Od poloviny 30. let se Hekš výrazně angažoval v boji proti pořádání XI. olympijských her v nacistickém Německu. Jako člen Výboru pro přeložení olympijských her usiloval, aby se Hry konaly mimo území Třetí říše. Přesvědčoval sportovní svazy, tisk, úřady a v neposlední řadě i Československý olympijský výbor, aby ho v tomto úsilí podpořili. Nestalo se tak.

Sám Oskar Hekš se na protest proti hitlerovskému režimu rozhodl v Berlíně nstartovat i přesto, že mohl dosáhnout na nejlepší úspěch své kariéry. Všechno zanedlouho nabralo tragický konec. Po okupaci Československa Německem byl v listopadu 1941 pro svůj původ deportován do koncentračního tábora v Terezíně. V roce 1943 byl převezen do Osvětimi, kde později v roce 1944 v pouhých 35 letech zahynul v tamní plynové komoře. Smutný konec hrdiny, který nebojoval pouze na atletické dráze, ale také proti nespravedlnosti, hlouposti a zlu.

→ Maratonec Oskar Hekš židovského původu se odvážně postavil proti konání her v nacistickém Německu. Zemřel v roce 1944 v koncentračním táboře v Osvětimi.

K diskuzi

- Myslíte si, že by olympijské hry měly být pro všechny sportovce?
- Jak myslíte, že by měly olympijské hry reagovat na politickou situaci?
- Je správné, že Oskar Hekš bojoval za nekonání her v Německu?
- Co myslíte, že Oskar Hekš riskoval?
- Jaké další podobné příběhy z historie znáte?



AKTIVITA Č. 19

Projevování respektu k sobě a druhým

Témata olympijské výchovy: Respekt

Kontext k aktivitě

Děti a mládež, které se v rámci multikulturního prostředí naučí přijmout a respektovat ostatní a rozvíjet mírumilovné a osobní chování, podporují mír a mezinárodní pochopení. Následující aktivity podněcují žáky, aby se zamysleli, jak chápou pojem respekt a jakou roli v jejich životě tento pojem hraje.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Školu (nebo místní sportovní klub) navštěvují děti, které se přistěhovaly z jiných států. Během hodin děti pracují společně, ale během přestávek si děti z ciziny hrají zvlášť. Prodiskutujte ve skupinkách, jakým způsobem by bylo možné tyto žáky zapojit do společných her. Vyměňte si názory s dalšími skupinami.

Mírně pokročilí 9-11 let

Vytvořte mozaiku respektu. Vybědněte žáky, aby do hodin přinesli časopisy a noviny a hledali v nich články, které podporují vzájemný respekt mezi lidmi. Vystříhejte vhodné obrázky a nalepte je na velký arch papíru. Nechte každého člena skupiny vysvětlit, jaký obrázek vybral a co ho k tomu vedlo.

Středně pokročilí 12-14 let

Rozdělte žáky na dva debatní týmy, které se budou zamýšlet nad otázkou: Je možné respektovat soupeře během sportovní soutěže – nebo je to projev slabosti? Po debatě nechte žáky napsat krátké zamyšlení nad rolí respektu ve sportu. Co znamená a jak ovlivňuje jejich životy?

Pokročilí 15-18 let

Kdybyste měli možnost přepsat Chartu Spojených národů, tak, aby lépe odrážela výzvy, kterým v současné době čelíme, co byste zahrnuli? Navrhněte vlastní chartu a porovnejte ji s ostatními skupinami. Uvedli jste nějaké principy, které by bylo možné ihned vnést do vašeho života?

Učební výstup

Uvědomění si, že projevem respektu můžeme ovlivnit vlastní životy i životy druhých.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, schopnost debatovat, kreativita, řešení problémů, spolupráce, literární kruhy.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby, prostor k debatě.

Obtížná rozhodnutí

Ve sportu a v životě čelíme různým rozhodnutím. Při konfrontaci s komplikovanými situacemi se rozhodujeme tak, jak se domníváme, že je v dané situaci nejlepší. S přibývajícím věkem můžeme čerpat z vlastních zkušeností, které jsme jako dospělí již získali tak, abychom se dokázali dobře rozhodnout v morálně obtížných situacích, jako například při setkání s podváděním ve sportu či při zneužití sportu pro prosazování určitých zájmů. Stali jsme se zkušenými v

rozpoznávání situací, které jsou zjevně správné, či nesprávné. Tyto zkušenosti můžeme využít také k vedení našich mladých sportovců. Bohužel existují příklady sportovců, kteří nedodržovali pravidla, kterými se řídí naše sporty, a to může být pro mladé lidi matoucí. Proto je důležitou součástí rozvoje mladých sportovců, aby se naučili dovednostem, které jim dávají morální jasnost ve složitých otázkách, které se ve sportu objevují.



AKTIVITA Č. 20

Obtížná rozhodnutí

Témata olympijské výchovy: Respekt, rovnováha těla, vůle a mysl, fair play

Kontext k aktivitě

Ve sportu, i v životě obecně, často čelíme dilematům a komplikovaným situacím. Děláme rozhodnutí, o kterých si myslíme, že danou situaci vyřeší nejlépe. Zkušenosti a dovednosti, které získáváme s věkem, nám pomáhají tyto situace zvládnout, ale pro mladé lidi mohou být dilemata nesmírně obtížná. Následující aktivity představí žákům složité situace, kterým by mohli čelit, a navedou je k zamyšlení se nad možnými reakcemi.

Učební výstup

Rozvoj dovedností ve smyslu olympijských hodnot, které mohou pomoci při složitých rozhodnutích – při konfrontaci s výzvou.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Komentovaná diskuze, sokratovské dotazování, řešení problémů, spolupráce, příležitost k zamyšlení, komunikační dovednosti, kreativita.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

První zápas nové sezóny se blíží. Do vašeho klubu přišlo několik nových dětí a chtějí hrát ve vašem týmu. Jednomu z vašich spoluhráčů jsou nové děti nesympatické a říká ostatním spoluhráčům, aby nové děti nevzali mezi sebe v naději, že se nové děti nebudou v týmu cítit dobře a budou chtít brzy odejít. Ty se ale takto k novým dětem nechceš chovat – co můžeš udělat?

Diskutujte se svou skupinou o svých možnostech a poté vzájemně sdílejte své myšlenky.

Doporučené pomůcky

Prostor pro diskuzi.

AKTIVITA Č. 20

Obtížná rozhodnutí



← Členové rychlobruslařského oddílu na Olympijském festivalu Pchjongčchang 2018.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Mírně pokročilí 9-11 let

Jsi členem sportovnímu týmu a váš tým již zaznamenal první úspěchy v soutěžích. Po soutěži, ve které váš tým prohrál, tě jeden z ostatních hráčů viní z prohry. Toto obviňování pokračuje i po ostatních soutěžích. Tento hráč si navíc začne z tebe dělat legraci a vyhrožuje ti, když ho poprosíš, aby s tímto chováním přestal. Bojíš se, že když budeš informovat svého trenéra nebo učitele, že se šikana ještě zhorší. Co můžeš udělat?

Vytvořte pět skupin a požádejte děti, aby diskutovaly o tomto tématu z různých perspektiv:

- Perspektiva šikanujícího. Proč se tento hráč chová tímto způsobem? Mohlo se stát něco, co by vysvětlilo jeho chování? Co tento hráč komunikuje?
- Perspektiva šikanovaného. Co tento hráč zažívá? Proč si vybral první hráč k šikaně zrovna tohoto hráče?
- Perspektiva spoluhráčů. Čeho si všimlí? Jak se v této situaci cítí oni?
- Perspektiva trenéra / učitele. Co by měl trenér / učitel udělat, když si všimne tohoto chování?
- Perspektiva rodičů. Co by měli rodiče udělat, když toto chování vyjde na povrch?

Poproste skupiny, aby sdílely s ostatními své myšlenky a navrhly řešení pro podobné situace.

Středně pokročilí 12-14 let

Nedávno jsi se připojil ke sportovnímu týmu a opravdu si užíváš sportování se svými novými spoluhráči. Jeden z nejoblíbenějších hráčů týmu tě navíc mile přivítal. Rychle se dozvíš, že mnoho hráčů v týmu a kluků ve škole si myslí, že je tento kluk „cool“. Jednoho dne, když jdeš po zápase domů, tě tento „cool“ spoluhráč zavolá a před zbytkem týmu vytáhne balíček cigaret. Cigareta je již zapálená a jsi vyzván, abys ji vykouřil. Co uděláš v takovéto situaci?

Diskutujte v malých skupinách o vašich možnostech.

Pokročilí 15-18 let

Teenager, který miluje běh, se rozhodne, že se chce tímto sportem živit. Trénuje velmi tvrdě, ale je těsně pod úrovní, která je nezbytná pro profesionální soutěže. Trenér uznává jeho talent, ale navrhuje, že bude muset brát doping, pokud se má zlepšit a stát se špičkovým sportovcem. Co by měl sportovec udělat? Ví, že podvádí a že doping přináší značné riziko pro jeho osobní zdraví. Na druhé straně pochází tento chlapec z chudé rodiny a ví, že přinesené finance by proměnily život jeho rodiny.

Vytvořte malé skupiny a diskutujte témata spojená s tímto dilematem.

„Jsme tím, co opakovaně děláme. Výjimečnost není čin, ale zvyk.“

Aristoteles, filozof
(384-322 př.n.l.)

„Pokud něco dokážete, nebo věříte, že to dokážete, pusťte se do toho. Odvaha má v sobě sílu, kouzlo a genialitu!“

Johann Wolfgang von Goethe,
německý básník (1749-1832)

D. Vytvořit maximální úsilí ve snaze vyniknout

Soustředění se na znamenitost může mladým lidem pomoci k pozitivnímu a zdravému rozhodování a k usilování o to být dle jejich možností nejlepší v tom, co se rozhodnou dělat.

D. Vytvořit maximální úsilí ve snaze vyniknout

Mladí lidé potřebují bezpečné životní a sociální prostředí, aby mohli činit dobré životní volby a mohli se stát nejlepšími, jakými můžou být. Hlavním cílem každé zdravé společnosti by mělo být blaho mládeže. Zdravá společnost je především:

- nezkažená a bezpečná;
- dbá o potřeby všech dětí a mládeže – chlapců a dívek, dětí s poruchou učení, dětí s poruchou zraku, sluchu a jinými tělesnými omezeními;
- umožňuje dětem a mládeži každodenní příležitost k tělesné aktivitě;
- poskytuje prostředí bez diskriminace, obtěžování a zastrahování v jakékoli formě;
- je prostředím, které respektuje a oceňuje individuální odlišnosti a odlišné kulturní tradice; a
- je si vědoma toho, jak důležitou roli pro zdravý vývoj mládeže hrají rodiče a společnost obecně.



↑ Soči 2014: Úspěšní biatlonisté (zleva) Veronika Vítková, Jaroslav Soukup, Gabriela Soukalová, Ondřej Moravec ukazují po návratu do Česka své medaile.

AKTIVITA Č. 21

Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout

Témata olympijské výchovy: Snaha vyniknout, rovnováha těla, vůle a mysli

Kontext k aktivitě

Snaha vyniknout je často úzce spojena s vyhráváním, a přestože právě výhra je často cíl soutěžení, tato interpretace je poměrně omezená. Každý z nás má jiné možnosti, ve sportu i v životě, a snaha být nejlepší, jak jen my samotní můžeme být, je dostatečně ušlechtilý cíl. Vyvíjení maximálního úsilí ve snaze vyniknout utváří náš charakter a dává smysl naším výkonům, a to nejenom ve sportu. Snaha vyniknout může ovlivňovat všechny oblasti našeho života ale i lidi kolem nás.

Učební výstup

- Uvědomění si, že usilování o výjimečnost vyžaduje otestovat si své osobní hranice a odhalit vlastní potenciál ve snaze o sebezlepšování.
- Pochopení, že se tento princip odráží ve všech aspektech života.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Dotazování, spolupráce, kreativita, deníky, deníky s odpověďmi, blogy, vlogy, kolotoč, skládačka, burza nápadů.

Doporučené pomůcky

Výtvarné potřeby, prostor k setkání, plakátový papír, psací pomůcky.

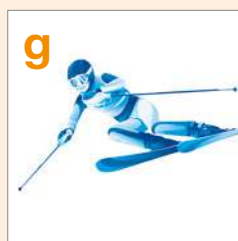
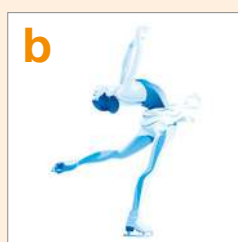
AKTIVITA Č. 21

Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Přiradte zimní sporty k obrázkům:

 Saně Běh na lyžích Snowboarding Skeleton Alpské lyžování Boby Akrobatické lyžování Lední hokej Skoky na lyžích Short track Biatlon Curling Krasobruslení Severská kombinace Rychlobruslení

AKTIVITA Č. 21

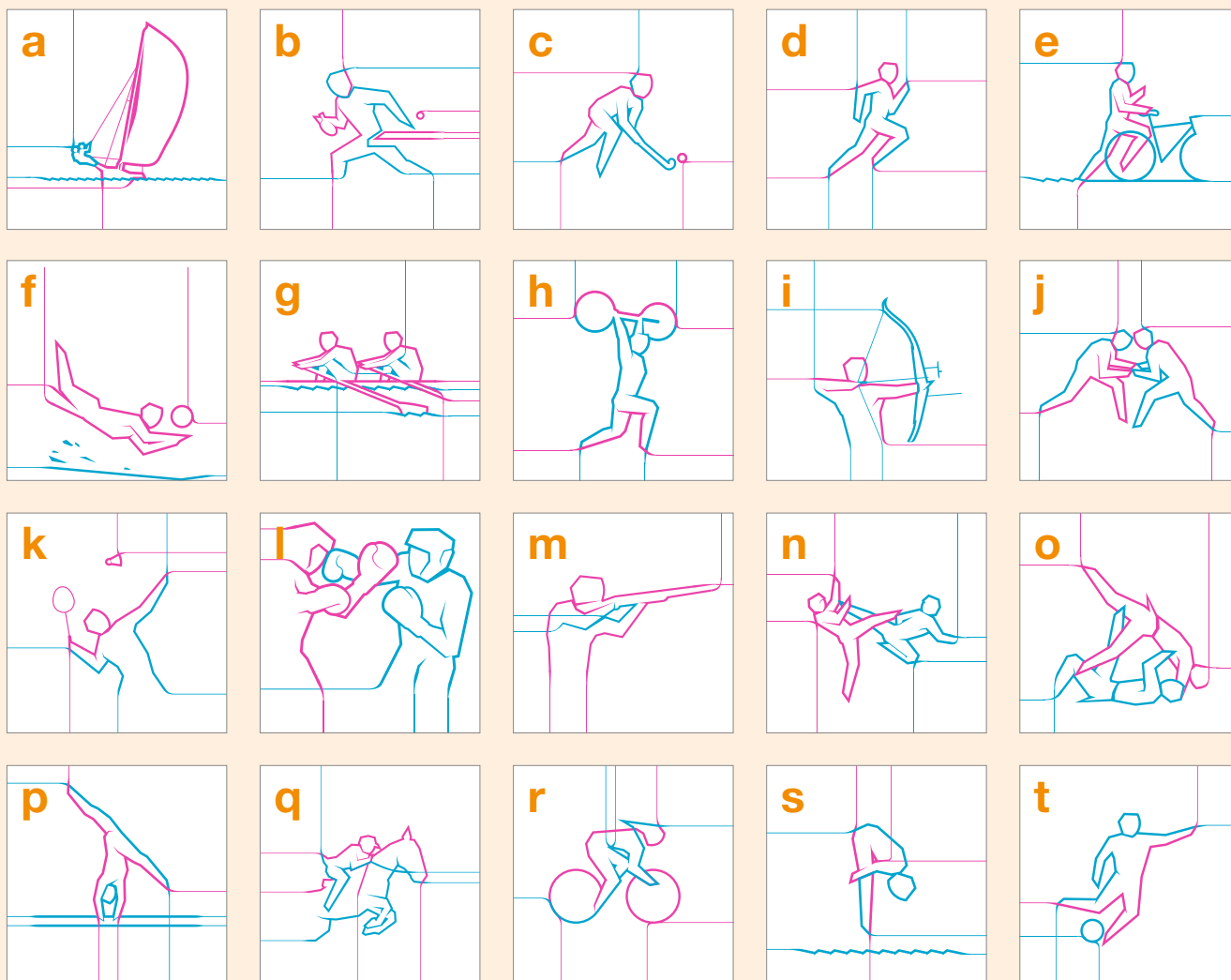
Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout

D. Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Přřadte letní sporty k obrázkům.



- | | | | | |
|--|-------------------------------------|---|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Plážový volejbal | <input type="checkbox"/> Jachting | <input type="checkbox"/> Judo | <input type="checkbox"/> Box | <input type="checkbox"/> Taekwondo |
| <input type="checkbox"/> Parkurové skákání | <input type="checkbox"/> Gymnastika | <input type="checkbox"/> Triatlon | <input type="checkbox"/> Skoky do vody | <input type="checkbox"/> Stolní tenis |
| <input type="checkbox"/> Fotbal | <input type="checkbox"/> Atletika | <input type="checkbox"/> Dráhová cyklistika | <input type="checkbox"/> Veslování | <input type="checkbox"/> Lukostřelba |
| <input type="checkbox"/> Vzpírání | <input type="checkbox"/> Zápas | <input type="checkbox"/> Střelba | <input type="checkbox"/> Hokej | <input type="checkbox"/> Badminton |

Obrázky vytvořeny pro účely letních olympijských her v Londýně 2012

AKTIVITA Č. 21

Vyvíjet maximální úsilí ve snaze vyniknout

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Mírně pokročilí 9-11 let

Život československého gymnasty Aloise Hudce je především příběhem nezdolné vůle. Narodil se v početné rodině chudého tkalce, v níž všichni synové propadli sokolskému tělocviku, cvičili doma na zahradě na vlastnoručně vyrobené hrazdě a bradlech. Stali se sokolskými závodníky známými v širokém okolí, cvičiteli a činovníky a nejstarší Antonín se jako československý legionář v Rusku stal dokonce přeborníkem sibiřské armády a byl tím, kdo v Aloisovi po návratu z legií objevil mimořádný talent. Alois se však musel vypořádat s fyzickým handicapem – ve svých sedmi letech prodělal záškrt a krátce nato lékaři diagnostikovali obrnu levé tváře a levé kyčle. Přestože za sebou do slova „tahal“ levou nohu, chtěl se vyrovnat všem klukům ze sousedství. Jeho oblíbenou zábavou bylo chytání pstruhů a raků v potoce. A právě neustálé brouzdání v ledové vodě mu pomohlo natolik, že už po půldruhém roce normálně chodil.

Hry XI. Olympiády v 1936 v Berlíně se staly vrcholem jeho sportovní kariéry. Když se pověsil na kruhy a začal svou sestavu, dějištěm olympijských gymnastických soutěží v aréně Dietricha Eckarta se rozlilo ticho jako v kostele. Zaplněné hlediště fascinovaně sledovalo fantastický výkon Hudce, který po zkoušenostech z bradel, kdy ho rozhodčí záměrně poškodili, všechny stoje a rozpory držel jednou tak dlouho, než bylo běžné, aby „soudci neměli sebemenší příčinu ke srážce bodů“. Zvítězil!

Diskutujte ve skupinách příběh Aloise Hudce. Jak vás tento příběh inspiroval?

Středně pokročilí 12-14 let

Na chodbě ve vaší škole visí inspirativní plakát, na kterém je velkými barevnými písmeny nad fotografií dívky běžící po závodní dráze napsáno: „Naplánujte si cestu k vlastní výjimečnosti!“ Fotografie obklopují následující citáty:

- Vysoké, ale dosažitelné cíle vás budou motivovat k jejich splnění.
- Každý máme jiné schopnosti. Vytyčit si cíle odpovídající vašemu osobnímu potenciálu vám pomůže dosáhnout vašich snů.
- Zpětná vazba od vrstevníků a trenérů vám pomůže ve zlepšení vašich výkonů.
- Vneste do svého života rovnováhu mezi sportem a osobním životem. Oslavujte úspěchy a zůstaňte optimističtí při neúspěších.

Zastavte se a dívejte se na plakát. Souhlasíte s jeho obsahem?

Na čtyři velké kusy papíru napište výše uvedené citáty a nalepte je na stěnu. Žáci dostanou následně příležitost napsat pod každý z nich své poznámky, aniž by bylo domluveno mluvit a vystřídají se u jednotlivých plakátů. Na konci jsou žáci vyzváni, aby shrnuli své poznámky na jeden list papíru.

Pokročilí 15-18 let

Snaha vyniknout se neuplatňuje pouze ve sportu, ale je platná pro mnoho dalších oblastí života. Nastudujte si životní příběh sportovce, který vás inspiroval a následně napište novinový článek, ve kterém uvedte, kde vámi vybraný sportovec čerpal inspiraci, jakými hodnotami se řídil a co dělal pro to, aby ve svém sportu vyniknul.



↑ Berlín 1936: Sestava Aloise Hudce na kruzích nadchla publikum. Kdo by to do malého Aloise, který v dětství bojoval s obrnou a „tahal“ za sebou levou nohu, řekl.

Život ve znamení snahy vyniknout

Snaha vyniknout je životní postoj.

? Než se pustíte do čtení – něco k zamyšlení:

Jakými způsoby dosahují sportovci výjimečnosti ve svých sportech?

Čtení

Ledová královna: *Martina Sáblíková*

Vyrůstala ve Žďáru nad Sázavou, jako školačka hrála basketbal a k rychlobruslení se dostala v jedenácti letech náhodou. Bylo to v roce 1998, kdy trenér Petr Novák s rodiči místních dětí založil Bruslařský klub Žďár. Z dvaceti závodnic a závodníků byla Martina nejšikovnější. Juniorka odrostlá na hrbolatých českých rybnících byla stále lepší a lepší a začala porážet hvězdy. Už v Turíně 2006 patřila k českým medailovým nadějím. Tenkrát však sbírala ještě zkušenosti, ale dvě umístění na dosah stupně vítězů dávala velkou naději do budoucna. Už s pověstí favoritky, zejména na dlouhých tratích, přijela do Vancouveru 2010 a dvě zlaté a jedna stříbrná z ní rázem udělaly nejúspěšnější českou sportovkyni v historii zimních olympijských her.

O čtyři roky později v Soči přijela opět v roli favorita. V závodě na 3000 m zajela druhý čas, rychlejší byla jen Ireen Wüstová z Nizozemska. V obavách z obnoveného zranění třísel vynechala patnáctistovku a veškerou energii vkládala do závodu na pět kilometrů. V předposlední jízdě jela s Wüstovou, která se v úvodu ujala vedení o dvě sekundy. Martina se však držela svého tempa, na čtvrtém kilometru soupeřku předstihla a drtivým finišem ji nakonec téměř o tři vteřiny porazila. V Soči tak získala tehdy šestadvacetiletá Martina již třetí olympijské zlato, čímž se zařadila k Věře Čáslavské, Emilu Zátopkovi, Janu Železnému a dalším významným osobnostem české sportovní historie.

Velkou ukázkou její bojovnosti a nezdolné vůle byla její účast v Pchjongčchangu 2018. Po dlouhodobých zdravotních potížích se zády se dokázala připravit tak, že vybojovala na své nejlepší trati na 5000 m stříbrnou medaili. Vypočítávat množství vítězství ve Světovém poháru a počet titulů mistryně světa je skoro sisyfovská práce, neboť Martina posouvá hranice svých a lidských možností stále dál. Je to bojovnice, která svému milovanému sportu dává vše.



↑ Vancouver 2010: Rychlobruslařka Martina Sáblíková se na kanadských olympijských hrách radovala ze zlata hned ze dvou tratí na 3000 a 5000 metrů. Po hrách v Pchjongčchangu má na kontě celkem šest olympijských medailí. Úspěchy sbírá i v cyklistice jako svém doplňkovém letním sportu.

„Kvalita života člověka je v přímém poměru k jeho závazku k výjimečnosti, bez ohledu na to, v jakém oboru se snaží.“

Vincent Lombardi, trenér atletiky (1913–1970)

K diskuzi

- Myslíte si, že je pro Martinu Sáblíkovou lehké, či těžké trénovat rychlobruslení, které má v České republice jen minimální zázemí?
- Co myslíte, že Martinu motivuje k dalšímu tréninku a závodění?
- Jaké překážky musela Martina na posledních dvou olympijských hrách překonat?

„Během své kariéry jsem netrefil více než 9000 košů. Prohrál jsem téměř 300 zápasů. Šestadvacetkrát jsem věřil, že se mi podaří střílit vítězný koš a vyhrát. Znovu a znovu jsem prohrál. A proto jsem uspěl.“

Michael Jordan (USA), basketbalista

Čtení

Senzace olympijských her v Pchjongčchangu 2018: Ester Ledecká

Snowboarding byl zařazen na program zimních olympijských her v roce 1998 a od té doby prošel obrovským rozmachem. Přibývaly disciplíny a šířil se do celého světa. První mezinárodní úspěchy začala slavit brzy i Češka Ester Ledecká, vnučka olympijského medailisty, hokejisty Jana Klapáče. Ledecká však vysoké ambice vykazovala nejen na snowboardu, ale rovněž v rychlostních disciplínách sjezdového lyžování.

Její hvězdná chvíle přišla na zimních olympijských hrách 2018 v jihokorejském Pchjongčchangu. Nejprve závodila v alpském lyžování. Po obřím slalomu, kde obsadila 23. místo, se o dva dny později pustila ze svahu v superobřím slalomu. S poměrně vysokým startovním číslem 26 překvapila nejen všechny soupeřky, ale i diváky, televizní společnosti a zdálo se, že i sama sebe. V cíli byla o jedinou setinu sekundy dříve než obhájkyně olympijského prvenství ze Soči 2014 Anna Veithová z Rakouska, které mezitím už k vítězství gratuloval předseda MOV Thomas Bach! Zrodila se prvotřídní senzace!

Ledeckou však čekal ještě její „hlavní“ závod v paralelním obřím slalomu ve snowboardingu. Ester se soustředila se pouze na

svůj závěrečný olympijský závod. Na trati si Ledecká vedla v celém vyřazovacím závodě naprosto suverénně. Druhá zlatá medaile. Ester se stala teprve druhou olympioničkou, která získala zlaté medaile ve dvou různých sportech, a vůbec první ženou, které se to podařilo na jedné zimních olympijských hrách. Talent, který se nerodí často a který je navíc umocněn neuvěřitelnou láskou k lyžování.

K diskuzi

- Jaké kvality musela Ester Ledecká prokázat pro dosažení takového triumfu?
- Jak myslíte, že je těžké usilovat o výjimečnost ve dvou sportech najednou?
- Představte si, že jste reportér. Poproste vašeho kamaráda, aby zahrál Ester Ledeckou. Vedte s vaším kamarádem (Ester) rozhovor.



↑ Pchjongčchang 2018: Ester Ledecká usiluje o nejlepší výkony hned ve dvou sportech. Medailový sen se jí splnil na olympijských hrách v Jižní Koreji, kde šokovala sportovní svět a senzačně zvítězila v paralelním obřím slalomu na snowboardu a v lyžařském super-G.

Čtení

Hod do výjimečnosti: Jan Železný

Jan Železný je nejúspěšnějším oštěpařem všech dob. Je držitelem světového rekordu. Trojnásobný olympijský vítěz, přičemž jednou skončil těsně druhý, třikrát vyhrál mistrovství světa. Několikrát se dokázal po zdravotních peripetiích vrátit na vrchol a po ukončení kariéry dokáže jako málokdo předávat své zkušenosti dál. Dvojnásobná olympijská vítězka Barbora Špotáková bývala jeho svěřenkyní a prakticky každý, kdo zaznamenal po Janu Železném nějaký úspěch v oštěpu, prošel Janovými rukama. Byl členem Mezinárodního olympijského výboru a dnes je prezidentem České olympijské nadace, jež pomáhá sportovat dětem, kterým v tom brání nedostatek peněz. Výjimečnost je hodnota, která zaujímá v olympijské filozofii důležitou úlohu. Jan je jejím zosobněním.

K diskuzi

- Jakou kvalitu prokázal Jan Železný ve všech svých životních aktivitách?
- Proč myslíte, že se mu ve všem tak daří?



↑ Sydney 2000: Svým třetím zlatem završil Jan Železný unikátní oštěpařský hat-trick. Po ukončení vlastní sportovní kariéry se Jan Železný stal úspěšným trenérem, členem Mezinárodního olympijského výboru a prezidentem České olympijské nadace.

Dlouhá cesta k vítězství: příběh sportovce

Téměř 100 000 olympioniků šíří po celém světě ducha a ideály olympismu. Pro mnohé z nich byla cesta na olympijské hry dlouhá a trnitá s mnoha překážkami, které museli překonat, než dosáhli vytouženého úspěchu.

? Než se pustíte do čtení – něco k zamyšlení

Jaké vlastnosti je potřeba mít, aby člověk dosáhl svých cílů? Co se stane, když přesto neuspěje?

Čtení

Dlouhá cesta k olympijskému zlatu: Kateřina Neumannová

První velké okamžiky kariéry Kateřiny Neumannové přišly při jejím čtvrtém olympijském startu na zimních olympijských hrách 1998 v Naganu. Tamní tratě byly označovány za velmi obtížné, „stále nahoru a prudce dolů“, stvořené pro fyzicky zdatné lyžaře. Její pozornost byla totiž zaměřena hlavně na klasickou „pětku“. Ráno před startem ji však překvapilo počasí. Věřila, že bude závodit na zmrzlém, tvrdém a rychlém sněhu, ale uvítala ji šedivá obloha a z ní padající mokřý sníh s deštěm: „Říkala jsem si, čtyři roky práce a tvrdé tréninkové dřiny a teď tohle. Bylo to k vzteku!“ Nicméně Neumannová jela jako snad ještě nikdy. Vedla ještě na začátku cílové rovinky, ale v posledních stovkách metrů ji porazila Ruska Larisa Lazutinová o pouhé 4,8 sekundy. Stříbrná medaile však byla první pro samostatnou Českou republiku ze zimních olympijských her! O dva dny později se jel stíhací závod na 10 km volnou technikou. Bronzová medaile byla i tentokrát velkým úspěchem.

Zimní olympijské hry v roce 2002 v Salt Lake City poznamenaly vedle teroristického útoku z 11. září 2001 též velké dopingové aféry, které postihly hlavně běžecké lyžování. Kateřina se díky diskvalifikaci svých soupeřek dvakrát posunula na konečnou stříbrnou pozici.

V italském Turíně v roce 2006 zahájila Neumannová ve skiatlonu stříbrem. Následující nejkratší distanční trať 10 km měla být jejím triumfem. Olympijskému závodu však nepřálo počasí. Pršelo a těžký sníh ubíral rychle síly. Na lepší než pátou pozici to nestačilo. Oponou za lyžařským programem žen byl závod na 30 km volnou technikou s hromadným startem. Na většině předchozích velkých akcí Kateřina zpravidla tuto disciplínu vynechávala. Byl to však poslední olympijský závod její bohaté sportovní kariéry, a tak se i přes drobné zdravotní problémy na start postavila. Rozhodující útok přišel v prudkém stoupání dva kilometry před cílem. Fyzicky zdatná Polka Justyna Kowalczyková zvýšila frekvenci svého běhu, kontakt s ní udržely pouze Čepalovová, dále Kristin Steiraová z Norska a po menším zaváhání se k nim dotáhla i Neumannová. V následujícím sjezdu odpadla nejprve lehoučká Norka, ztráčet ale začala i Kateřina. Při nájezdu do cílové rovinky se však znovu dostala do kontaktu

s oběma vedoucími závodnicemi. A pak – v těsném závěsu – začaly všechny tři lyžařky rozjíždět svůj finiš. A bylo to Kateřinino nezměrné úsilí, vůle a touha po vítězství v jejím posledním olympijském závodě, co nakonec slavilo úspěch. Romantický konec dovršila dcera Lucie, která jí pár metrů za cílovou čarou vklouzla do náručí a byla první gratulantkou olympijské vítězce.

K diskuzi

- Proč myslíte, že Kateřina Neumannová vytrvala tak dlouho na své cestě za olympijským zlatem?
- Jaké měla na cestě překážky a jak je dokázala překonat?
- Mohly ji například demotivovat dopingové praktiky soupeřek?
- Jaké olympijské hodnoty naleznete v příběhu?



↑ Turín 2006: Kateřina Neumannová zvítězila v závodu na 30 kilometrů volně s hromadným startem a raduje se z vytouženého olympijského zlata. To získala v posledním závodě olympijských her v Turíně.

AKTIVITA Č. 22

Vytrvalost a olympijské hry

Témata olympijské výchovy: Snaha vyniknout, radost z úsilí, respekt

Kontext k aktivitě

Vytrvalost je často uváděna jako hodnota nebo životní dovednost, která nám pomáhá vypořádat se s výzvami, před které nás život může postavit. Pokračovat, nevzdávat se, bojovat – všechny tyto výrazy nás inspirují k překonání obtíží. Olympijské hry pro sportovce představují závěrečný test jejich vytrvalosti. Mnozí se zpočátku do národního týmu nedostanou, ale díky své houževnaté vytrvalosti na olympijské scéně nakonec soutěží. Tyto aktivity a příběhy jsou napsány takovým způsobem, aby inspirovaly žáky a pomohly jim pochopit, co vše je zapotřebí k soutěžení na olympijské úrovni.

Učební výstup

Uvědomění si, že vytrvalost nám může pomoci dosáhnout úspěchu a naplnit náš potenciál.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Spolupráce, diskuze, dotazování, burza nápadů.

Doporučené pomůcky

Místo pro setkání.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Vytrvalost znamená nepřestávat se snažit, a to i přes obtíže a překážky, kterým musíte čelit. Vzpomeňte si na situaci, kdy jste museli ukázat při sportu, že jste vytrvalí. Například, když váš sportovní tým prohrál několik zápasů za sebou. Jak jste se s takovým zklamáním vypořádali? Jakým způsobem jste se povzbudili k tomu nevzdávat to? Rozdělte se na malé skupiny a sdílejte své zážitky se spolužáky.

Mírně pokročilí 9-11 let

Důkladně si přečtěte příběh Kateřiny Neumannové. Znáte nějaké sportovce, nebo vaše přátele, kteří mají podobný příběh – mnoho let úsilí a překážek, které ovšem končí zasluženým vítězstvím? Podělte se o své příběhy se spolužáky.

Středně pokročilí 12-14 let

Toto cvičení se zaměřuje na vytrvalost v případě „neznámého sportovce“. Knihy o historii olympijských her jsou plné příběhů slavných sportovců. Mnozí z nich dosáhli absolutního vrcholu ve svých disciplínách a na důkaz toho byli oceněni olympijským zlatem. Příběhy většiny sportovců ovšem zlatem nekončí, neznámá to však, že by vydali o to menší úsilí. Pro mnohé sportovce je osobním vrcholem již samotná kvalifikace na olympijské hry. Mnozí z nich se snaží opakovaně a opakovaně neuspějí, až nakonec se i jim podaří zúčastnit se olympijských her.

Aktivita: Najděte českého sportovce, který se kvalifikoval na olympijské hry. Zeptejte se na jeho zážitek z kvalifikace. Vytvořte z rozhovoru článek a prezentujte jej spolužákům.

AKTIVITA Č. 22

Vytrvalost a olympijské hry

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Pokročilí 15-18 let

Lukáš Krpálek začínal s judem v šesti letech v Jihlavě spolu se svým starším bratrem. Údajně byl příliš hubený a pohybově nenadaný. Trenér Jaroslav Švec v něm však spatřil talent a přetáhl do Brna. A úspěchy v dorostenecké kategorii přišly záhy. V roce 2009 poprvé zvítězil v soutěži Světového poháru mezi seniory. Při zápasech vynikal chladnou hlavou a technikou při boji na tatami. Svým soupeřům uměl vnutit svou taktiku a své tempo. Na mistrovstvích světa pronikl na stupně vítězů v roce 2011, kdy skončil na třetím místě. V témže roce přidal i titul mistra Evropy do 23 let. Mnohem více se mu dařilo v turnajích Světového poháru, a to i v následujícím, olympijském roce 2012, přestože právě tehdy ho postihlo komplikované zranění zad. Na letních olympijských hrách 2012 v Londýně obsadil sedmé místo.

Nový olympijský cyklus zahájil Krpálek v roce 2013 famózně – vyhrál Judo Grand Slam Paris a stal se světovou jedničkou v polotěžké váze. Další roky se však potýkal se zraněními, která ovlivnila jeho výkon. Pak ale přišly olympijské hry 2016 v Riu de Janeiru. Lukáš Krpálek byl zvolen vlajkonošem české výpravy a nakonec se stal i jejím nejúspěšnějším – a jediným zlatým – účastníkem. Cesta ke zlaté medaili však nebyla jednoduchá.

Paradoxně úplně první kolo bylo pro Lukáše nejtěžší, v něm ho trápil podsaditý Jorge Fonseca z Portugalska, kterého zdolal strhem až v samém závěru. Následovala velice vyrovnaná utkání s Maximem Rakovem z Kazachstánu a mistrem světa Rjúnosukem Hagou z Japonska a v semifinále s nepřijemným Francouzem Cyrilem Maretem, kterého opět těsně před koncem zápasu porazil po držení na ippon. Ve finále stáli proti sobě dva od juniorské kategorie stálí a zdatní soupeři – Lukáš Krpálek a Elmar Gasimov z Ázerbajdžánu. Pohledný, otevřený souboj s řadou nástupů obou borců rozhodl opět v poslední minutě pro sebe Lukáš Krpálek. Jeho radost byla veliká a patřila nejen trenérovi Lacinovi a všem českým fanouškům sportu, ale také jeho tragicky zesnulému kamarádovi Alexandru Jurečkovi, který zahynul při potápění nedávno před olympijskými hrami. Právě jemu nyní nejlepší český judista věnoval olympijské zlato. „Medaili jsem mu slíbil,“ řekl jen pár minut po vítězném finále. Jurečkovu fotografii měl celý den u sebe a došel si s ní i pro zlatou medaili.

Po olympijských hrách oznámil Lukáš přechod do nejvyšší váhové kategorie nad 100 kilogramů. Už i v ní je mistrem světa!

Přemýšlejte o příběhu Lukáše Krpálka. Co myslíte, že by poradil začínajícím judistům? Jak myslíte, že je správné vyrovnat se s nezdary? Které další olympijské hodnoty Lukáš Krpálek reprezentuje?



↑ Rio 2016: Lukáš Krpálek v Riu vybojoval v kategorii do 100 kilogramů jediné zlato pro českou výpravu a historicky první olympijský triumf pro české judo. Při vyhlášení vítězů vzpomněl na svého zesnulého kamaráda a partáka Alexandra Jurečku.

Usilování o osobní maximum

V rámci následující aktivity zapojí žáci svou představivost. Pomozte jim představit si budoucnost, kde budou dosahovat nejlepších možných výsledků. Tato metoda je známa jako pozitivní vizualizace.

„Vize bez akce je pouhým snem. Akce bez vize je bezcílná. Jen akce s vizí dosáhne cíle.“

Autor neznámý



↑ Londýn 2012: Veslařka Mirka Knapková kvůli bolestem mezižebřího svalu málem do svého olympijského finále nenastoupila. Bolest překonala a získala na dvoukilometrové trati zlatou medaili, kterou oslavila v Českém domě s fanoušky.

AKTIVITA Č. 23

Odvaha na olympijských hrách

Témata olympijské výchovy: Respekt, radost z úsilí, snaha vyniknout.

Kontext k aktivitě

Aktivita č. 23 se věnuje odvaze. Je známo mnoho obdivuhodných příběhů odvážných sportovců, kteří vybojovali olympijské medaile, ale už méně jsme si vědomi sportovců, pro které už jen účast na hrách byl vrchol úspěchu. Hlavní poselství, které stojí za těmito příběhy, nám říká, že odvaha je hodnota dřímající v každém z nás a může nás posilovat, když čelíme výzvám na sportovním poli ale i v životě.

Učební výstup

Pochopení, jak významnou roli hraje pro olympioniky odvaha.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Spolupráce, diskuze, dotazování, burza nápadů.

Aktivita pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Zamyslete se nad otázkou: Co pro vás znamená pojem „odvaha“? Vzpomeňte si na nějakou náročnou situaci, kdy jste se chtěli vzdát, ale překonali jste sami sebe a pokračovali. Co vám dodalo sílu vydržet? Jak náročné to je vrátit se do tréninku po zranění nebo vážném úraze, který způsobil určité zdravotní či mentální postižení?

Mírně pokročilí 9-11 let

Jak myslíte, že je těžké prosadit se na olympijských hrách, když má sportovec ve vlastní zemi pouze velmi omezené tréninkové možnosti? Například žije v zemi, kde není sníh pro trénink lyžařských disciplín nebo třeba nemá k dispozici velký bazén na plavání jako například africký plavec Moussambani Malonga přezdívaný Eric „the Eel“, který se účastnil olympijských her v Sydney roku 2000.

Eric začal plavat pouhých osm měsíců před konáním olympijských her. Protože neměl k dispozici bazén, trénoval v jezeře, kde mu hrozilo střetnutí s krokodýlem! Eric na olympijských hrách soutěžil na 100 m volným způsobem a skončil v nejpomalejším čase v historii olympijských her.

Rozdělte se do malých skupin po 3 – 4 žácích. Diskutuje Ericův příběh a zvažte následující otázky: Byl Eric odvážný, či nezodpovědný, když trénoval v jezeře s krokodýly? Co myslíte, že motivovalo Erica pro sport, ve kterém bylo dopředu jasné, že skončí poslední? Podělte se o vaše názory se svými spolužáky.

Doporučené pomůcky

Prostor k setkání.

AKTIVITA Č. 23

Odvaha na olympijských hrách

→ Mexico 1968: Gymnastka Věra Čáslavská získala v Tokiu tři zlaté, v Mexiku čtyři, k tomu byla na olympijských hrách čtyřikrát stříbrná. Proslavila se také svými pevnými a odvážnými postoji proti komunistickému režimu. Po revoluci v roce 1989 se Věra Čáslavská stala předsedkyní Českého olympijského výboru a členkou Mezinárodního olympijského výboru.



Aktivita pro jednotlivé věkové skupiny

Středně pokročilí 12-14 let

Po jednoznačném průběhu finálového závodu vyskočila veslařka Mirka Knapková na stupínek pro vítěze a zamávala zaplněným tribunám. Vychutnávala si své nejhezčí chvíle sportovní kariéry na olympijských hrách v Londýně roku 2012.

Úřadující světová šampionka se s dvoukilometrovou jízdou v areálu Eton Dorney vypořádala opravdu mistrovsky. Přestože ji omezovalo nepříjemné zranění mezižeberního svalu, kvůli němuž dokonce uvažovala, že do finále nenastoupí, na výkonu se neprojevovalo.

„O tom nechci mluvit,“ odrážela otázky na zdravotní potíže a přes velkou bolest si i v medailové jízdě počínala stejně jako v předešlých kolech.

Jak se Mirce Knapkové podařilo překonat bolest a suverénně vyhrát olympijské zlato? Diskutujte ve skupinách a podělte se o své domněnky. Představte si, že máte možnost rozhovoru s Mirkou Knapkovou. Na jaké otázky byste se jí zeptali? Je pro vás příběh Mirky Knapkové návodem pro nějakou oblast ve vašem životě?

Pokročilí 15-18 let

Věra Čáslavská, to nejsou „jenom“ medaile a sportovní úspěchy. Úctyhodných sedm zlatých a čtyři stříbrné medaile, které postupně získala na olympijských hrách 1960, 1964 a 1968 ji řadí mezi nejúspěšnější olympioniky na světě. Jak bojovala při gymnastických soutěžích, stejně tak urputně se angažovala ve veřejném životě. Po vojenské intervenci Sovětů do Československa během slavnostního ceremoniálu na OH v Mexiku 1968 při předání medailí gestem protestovala, když stála společně na stupínku se sovětskou závodnicí.

Během slavnostního hraní sovětské hymny otočila hlavu od soupeřky směrem do země, aby dala mlčky, ale zřetelně najevo, že země její soupeřky „nehraje“ fér. Věra Čáslavská se v roce 1968 také se zapojila do politického života a podepsala petici Dva tisíce slov, která kritizovala komunistický režim v Československu. Později jí byla i kvůli tomu zakázána jakákoli činnost v oblasti sportu. Po sametové revoluci se stala poradkyní prezidenta Václava Havla pro sociální otázky a pro sport a byla první předsedkyní Československého, resp. Českého olympijského výboru po pádu totalitního systému.

Uvedený příběh Věry Čáslavské je pouze stručným shrnutím jejího bohatého života. Zjistěte si více informací o životě této legendární gymnastky a zamyslete se nad odvahou, kterou Věra Čáslavská projevovala v dalších oblastech svého života. Podělte se o svá zjištění se svými spolužáky. Napadají vás další inspirativní příběhy odvahy ve sportu nebo i mimo něj?

E. Život v harmonické rovnováze těla, vůle a mysli

Přijetím olympijských hodnot mohou děti a mládež dosáhnout vyváženého přístupu k životu.

Pierre de Coubertin věděl, že obnovení olympijských her bude mládež více motivovat ke sportovním a tělesným aktivitám. To platí v dnešní době stejně jako před 100 lety.



↑ Pchjongčchang 2018: Krasobruslař Michal Březina při své jízdě na třetích olympijských hrách.

Zaměření moderního olympijského hnutí se neomezuje pouze na sport. Důležitou součástí je také výchova v oblasti kultury, umění a ochrany životního prostředí. Všechny tyto aspekty formují děti a mládež k vyrovnanému přístupu k životu.

„Tělesně-kinestetická inteligence je základem lidského poznání, neboť právě prostřednictvím našeho smyslového a pohybového ústrojí poznáváme okolní svět.“

Teaching and Learning Through Multiple Intelligences,
L. Campbell, B. Campbell a D. Dickinson

„Ať už se uvnitř cítíte jakkoli, vždy se snažte navenek tvářit jako vítěz. I když jste pozadu, pokud budete vypadat, že máte věci pod kontrolou a jste plni sebevědomí, může to znamenat mentální povzbuzení, které povede k vítězství.“

Arthur Ashe, tenista a pedagog (1943-1993)

„Moderní vzdělávání... se postupem času stalo obětí extrémní kompartmentalizace... jednotlivé přednosti fungují v izolaci, bez jakékoli návaznosti na ostatní. Když jsou tématem studia svaly, jediné, o co je zájem, je fyzické fungování. K mozku se přistupuje jako by snad byl tvořen soustavou vzájemně izolovaných, hermeticky uzavřených oddělení.“

Pierre de Coubertin, zakladatel moderních olympijských her a olympijského hnutí (1863-1937)

Aktivní styl života



↑ Evropské hry Minsk 2019: Gymnastka Aneta Holasová během svého vystoupení na kladině. Studentka gymnázia si zajistila účast na olympijských hrách. V rámci tréninku se věnuje také mentálnímu koučinku pro odstranění nervozity na méně oblíbených bradlech a získání plné soustředěnosti.



↑ Děti a dospělí zkouší curling na zimní edici Olympijských festivalů, které Český olympijský výbor pořádá v několika lokalitách ČR během konání olympijských her od roku 2014.

AKTIVITA Č. 24

Aktivní a zdravý život v rovnováze

Témata olympijské výchovy: Radost z úsilí, snaha vyniknout, fair play, rovnováha těla, vůle a mysli, respekt k druhým.

Kontext k aktivitě

Tyto aktivity se hodí k začlenění daných dovedností do běžného života. Mohou být použity pro všechny věkové skupiny s obsahem upraveným tak, aby vyhovoval dosavadním dovednostem studentů.

Aktivity pro jednotlivé věkové skupiny

Základní 5-8 let

Představte žákům základy zdravé a vyvážené stravy. Žáci by se měli naučit, jak je důležité jíst správně a vyhýbat se škodlivým potravinám, jako jsou cukry a trans-mastné tuky. Doporučte žákům, aby se hýbali nejméně jednu hodinu denně a omezili dobu strávenou před obrazovkami. Žáci by se měli naučit, že každodenní tělesná aktivita s sebou přináší výrazné zdravotní benefity.

Mírně pokročilí 9-11 let

V této věkové kategorii by měly být žákům osvětleny fyzické změny, kterými jejich těla procházejí. V rámci tělesné aktivity by měl být upřednostněn pohyb na čerstvém vzduchu a sport pro radost.

Středně pokročilí 12-14 let

Žáci v této věkové kategorii mohou být informováni o strategiích pro pozitivní životní volby a způsobech minimalizace riskantního chování. Jako aktivitu si žáci mohou zvolit libovolný sport nebo sestavit osobní fitness plán.

Pokročilí 15-18 let

V závěrečných letech středoškolského vzdělání je mnoho žáků konfrontováno se škodlivým životním stylem – jako je užívání tabáku, drog či alkoholu. Účast ve sportovních aktivitách je považována za protivažň tohoto životního stylu. Žáci by měli být podporováni pro vstup do sportovních oddílů. Jedince, kteří netíhnou k závodním sportům, je vhodné vést k „wellness“ aktivitám, jako je např. jóga a kondiční cvičení.

Učební výstup

- Uvědomění si, jaké chování vede ke zdravému a jaké k nezdravému životnímu stylu.
- Volba sportů a aktivit, které odpovídají individuálním zájmům a podporují kladné životní volby.

Doporučené výukové metody a učební dovednosti

Kreativita, spolupráce, řešení problémů.

Doporučené pomůcky

Prostor k diskusi, sportoviště.



↑ Oslavit Olympijský den pohybem mají možnost děti a dospělí na červnovém T-Mobile olympijském běhu. V roce 2019 se konal na 81 místech po České republice.

Příloha:

Glosář výukových metod

Níže uvedené pojmy mohou obohatit portfolio vašich výukových metod, které používáte ve výuce, na tréninku či např. na letním táboře. Ne všechny metody uvedené níže jsou využity v aktivitách tohoto manuálu. Tento glosář je určen k vašemu obecnému využití.

Blogy	Žáci s přístupem k internetu mohou své zkušenosti s aktivitami OVEP vyjádřit prostřednictvím internetových blogů. V rámci blogu mají žáci možnost se volně vyjádřit dle svých schopností a preferencí. Žáci si mohou vybrat, zda budou blogy publikovat veřejně, nebo je využijí jako osobní deníky.
Kolotoč	Aktivita pro „brainstorming“, při které vyučující položí otázku a studenti odpovídají na listech papíru, u kterých se střídají a dopisují své odpovědi, připomínky či nové nápady. Listy jsou následně zpracovány pro nalezení společných prvků a dalších otázek. Pomocí této metody žáci zapojují své předchozí znalosti daných témat a rozvíjejí své myšlení novými směry. Tato metoda také umožňuje méně aktivním členům kolektivu zapojit se do práce celku.
Případová studie	Žáci se mohou rozhodnout vypracovat obsáhlejší studii konkrétního tématu OVEP. Způsob prezentování výsledků by měl být ponechán na výběr žákům.
Online chat	V rámci online chatu mají studenti příležitost spolupracovat a sdílet myšlenky s žáky z jiných částí světa. Užívání chatu jako učební metody má velký potenciál, vyžaduje ovšem od vyučujících opatrnost a profesionální úsudek, jelikož tato metoda obsahuje nebezpečí sdílení nevhodného nebo škodlivého obsahu.
Burza nápadů	Žáci sedí v kruhu a je jim přiděleno téma k rozboru. Každému účastníku je umožněno formulovat myšlenky vztahující se k danému tématu. Příspěvky jednotlivých účastníků jsou následně sepsány a na základě jejich shrnutí a prezentace jsou účastníci vedeni k další diskuzi.
Občanská gramotnost	Pochopení, jakým způsobem se nejlépe zapojit do společenského života (lokálně, globálně) za účelem posílení společnosti.
Spolupráce	Jedná se o jednu ze soudobých výukových dovedností. Spolupráce je základní složkou mnoha aktivit OVEP. Žáci jsou vedeni k tomu, aby vyhledávali a cenili si názoru druhých v rámci vytváření společných řešení.
Komunikační dovednosti	Mnoho aktivit OVEP podporuje rozvoj komunikačních dovedností. V rámci psaných aktivit mají žáci možnost kreativně vyjádřit své myšlenky pomocí vyprávění příběhů, psaní článků nebo rozhovorů. Mohou také rozvíjet své vyjadřovací dovednosti prostřednictvím pohybu, divadla či mluveného slova (monology a dialogy). Aktivity OVEP si cení příspěvků všech účastníků bez ohledu na jejich individuální schopnosti. Aktivity jsou vytvořeny tak, aby podporovaly rovné a spravedlivé zapojení všech žáků.
Myšlenkové mapy	Tato metoda vede žáky k určení vztahů mezi myšlenkami a tématy a jejich následnému vizuálnímu vyjádření. Příklad: Olympismus je spojen s výchovnými tématy olympismu, která jsou spojena s radostí z úsilí, jež je jednou ze složek sportu. Uvažování tímto způsobem umožňuje studentům utřídit si velké množství informací do příslušných kategorií, které mohou být následně analyzovány (nebo užity dle zadání jednotlivých projektů nebo úkolů).
Konstruktivismus	Podle této vzdělávací filosofie se žáci nejlépe učí „prováděním“ nebo prožíváním určité činnosti, v kontrastu s pasivním přijímáním informací. Mnoho aktivit OVEP vede žáky k výuce podle zásad konstruktivismu, oproti klasické výukové metodě sedavého učení v učebně formou přednášek.
Kreativita	Je chápána jako jedna z klíčových soudobých výukových dovedností. Žáci jsou vedeni k tomu, aby přicházeli s vlastními nápady, řešeními problémů a projevy.
Kritické myšlení	Kritické myšlení je složeno z několika myšlenkových procesů: analýza informací, syntéza do osobního významu, a zformování zhodnocení nové informace. Jde o klíčovou dovednost pro OVEP, jelikož kritické myšlení umožňuje žákům vytvořit si vlastní pochopení konceptů namísto toho, aby jim byly koncepty předloženy vzdělavateli.

Schopnost debatovat	Debaty podporuje rozvoj celé řady dovedností, například: ústní komunikace, efektivní poslech, kritické uvažování a sebevědomí.
Vstupní kartičky	Žáci sepíší své otázky nebo myšlenky na kartičky na začátku lekce nebo aktivity. Konkrétně sepíší, co o tématu ví a co by se chtěli dozvědět. V rámci jednotlivých cvičení se mohou žáci a učitelé odkazovat na kartičky tak, aby individualizovali práci s ohledem na předchozí znalosti a dotazy žáků.
Výstupní kartičky	Jsou žáky vytvořeny na konci lekce nebo aktivity. Žáci sepíší, co se dozvěděli, a v jakých oblastech by se chtěli případně dále vzdělávat. Žáci na kartičkách také zhodnotí náročnost lekce a položí případné doplňující otázky pro další studium.
Učení prožitkem	V rámci této metody jsou studentům předkládány aktivity, jejichž smyslem je předat výuku pomocí prožitku. Pro aktivitu č. 19 (paralympijské hry) jsou obsažena cvičení nejlépe vstřebána prostřednictvím jejich provedení namísto pouhého přemýšlení.
Dramatizace	Jedním z velkých přínosů starého Řecka bylo, vedle olympijských her, divadlo. Divadlo bylo považováno za účinný nástroj rozvoje myšlení, sdílení myšlenek, a podnět nových idejí a přístupů. Některé aktivity OVEP využívají divadla k oživení témat olympismu metodou, která zábavnou formou žákům přibližuje učební materiál.
Komentované čtení / diskuze / myšlení / psaní	Vzdělavatelé mohou využít doplňkových materiálů k OVEP (knih, článků, webových stránek) k podpoře výuky žáků a k pochopení a osvětlení případných nejasností. Učitelé mohou výběrem vhodných doplňkových materiálů a aktivit vést žáky pomocí návodných otázek („Co si myslíte, že se stane, když...“), podporovat je pomocí rad, pomoci jim odhalit souvislosti a rozpoznat rozdíly.
Dotazování	Dotazování může být individuálním nebo společným postupem, při kterém jsou studenti vedeni k individuálnímu průzkumu svých vědomostí. Jednotlivé metody dotazování jsou: <ul style="list-style-type: none"> • Řízené dotazování – Učitelé poskytne otázky, žáci si následně zvolí způsob hledání a prezentování odpovědí. • Strukturované dotazování – Učitelé poskytne otázky a předpokládá specifické odpovědi. Klíčový aspekt tohoto postupu je umožnit žákům zapojit analytické a hodnotící uvažování. • Dotazování s otevřeným koncem – Žáci si sami určí, jaké otázky zodpoví, stejně tak jakou metodou dojdou k výsledkům, a jak budou odpovědi prezentovat.
Skládačka	V rámci této metody jsou žáci rozděleni do skupin a studují rozdílné aspekty problému. Poté si navzájem vymění myšlenky a vytvoří společné řešení problému. Tato metoda podporuje spolupráci mezi žáky. Pro skládačku je důležité, aby všechny díly zapadly, stejně tak ve cvičení musí mít všechny skupiny adekvátní přínos.
Deníky	Žáci si vedou deníky, ve kterých zaznamenávají své myšlenky, zkušenosti a zážitky z aktivit OVEP. Deníky mohou žákům sloužit k utřebením myšlenek nebo jako zdroj inspirace pro skupinovou debatu. Deníky mají potenciál být důležitým záznamem o rozvoji žáků.
Literární kruhy	Jsou skvělou metodou k shromáždění myšlenek a názorů žáků k jednotlivým tématům OVEP. Žáci jsou rozděleni (případně si sami určí rozdělení) do malých skupin. Jsou jim přiřazeny učební texty, které mají následně prodiskutovat. Jednotlivé skupiny mohou své myšlenky prezentovat většímu celku. Literární kruhy mohou sloužit ke studování knih nebo kratších textů.
Metakognice	V rámci této techniky jsou žáci vedeni k rozboru vlastního myšlenkového procesu – co se mohou o sobě dozvědět? Objeví u sebe předsudky nebo hloubku? Je třeba hlubšího zamýšlení, aby se koncepty objasnily? Tato metoda je vhodná pro pokročilé introspektivní žáky.
Monitorování a hodnocení	Monitorování programu je dlouhodobá aktivita, která zahrnuje pravidelné kontroly účastníků, jejich rodin a instruktorů za účelem shromáždění informací užitych pro zpětnou vazbu a pokračující zlepšení programu. Hodnocení je komplexní přístup k datům (kvantitativní a kvalitativní) pro posouzení, zda program dosáhl vytyčených cílů a poskytnutí zpětné vazby účastníkům.

Panelové diskuze	Moderátor (vyučující nebo žák) je vybrán, aby prezentoval otázky skupině účastníků (žáci nebo případně experti). Panelistům mohou být položeny individuální otázky nebo společná otázka k diskusi všem. Poté, co účastník otázku zodpoví (bez přerušení), se mohou ostatní panelisté připojit k diskusi.
Vzájemné učení	Výzkum opakovaně ukázal, že pokud je žákům umožněno učit se od sebe navzájem, dosahuje výuka lepších výsledků jak pro žáky, tak pro vyučující. Tato metoda je obzvláště účinná u žáků, kteří mají s učební látkou obtíže. Výuka od spolužáků umožňuje rozvíjejícím se žákům lépe se seznámit s látkou a navázat pevnější vztahy.
Individualizace	Tato metoda vychází ze soudobých výukových dovedností (kreativita, spolupráce, komunikační dovednosti, řešení problémů) a umožňuje studentům tvořit vlastní osnovy založené na individuálních vlohách a preferovaných výukových metodách. Učební plány jsou tak tvořeny žákům na míru.
Portfolia	Portfolio je úložištěm výuky žáka. Může se jednat například o šanon či desky nebo o digitální úložiště obsahující různé druhy médií. Žáci shromažďují své práce dokládající výuku a její postup.
Prezentace v PowerPointu	Digitální nástroje mohou být použity k prezentování idejí podkreslujících aktivity OVEP.
Řešení problémů	Schopnost určit řešení různých situací. Některá řešení jsou vhodnější než jiná a žáci by měli být vedeni ke kritickému uvažování a spolupráci při výběru optimálních řešení.
Projektové učení	Žáci jsou vedeni k výběru otázek, které povedou jejich učební proces po dobu trvání daného cvičení nebo projektu. Program OVEP je vhodný pro projektové učení, jelikož studenti mají možnost výběru jednoho nebo několika výchovných témat a prozkoumat je pomocí jejich individuálních zájmů. Projektové učení také umožňuje studentům výběr způsobu prezentace učební látky.
Otázky a odpovědi	Tato metoda je založena na schopnostech vzdělavatele položit otázky, které prozkoumají porozumění studentů a vést je prostřednictvím navazujících otázek.
Reflexe	Znamená zpětné posouzení minulé zkušenosti za účelem vylepšení instrukcí nebo výsledků dané aktivity nebo lekce.
Deníky pro odpovědi	Jsou časosběrnou metodou zápisu myšlenek žáků s ohledem na položené otázky. Například: Vzdělavatel položí otázku „Mohou OVEP změnit charakter studenta?“ Během účasti v aktivitách OVEP mohou studenti zapisovat do deníků své měnící se odpovědi na tuto otázku.
Kulatý stůl	V rámci této strategie napíše vzdělavatel otázku (případně celou řadu otázek) na kus papíru. Žáci napíší své odpovědi na papír, který předají spolusedícímu. Touto metodou může vzdělavatel jednoduše porozumět, na jaké úrovni pochopení jsou studenti jako skupina v daném okamžiku.
Sokratovské dotazování	Starověká strategie inspirovaná metodami řeckého filozofa Sokrata, při které vzdělavatel vede žáky k tomu, aby se zamýšleli nad svým porozuměním tématu a bránili své názory.
Vyprávění	Pedagogická strategie užívaná jako účinný nástroj komunikace témat a konceptů žákům.
Úkolové karty	Vzdělavatelé vytvoří úkoly, které popisují nebo podporují aktivity OVEP. S kartičkami mohou žáci následně pracovat v rámci skupin jako s podkladem pro cvičení nebo jako vysvětlujícím učebním materiálem.
Příležitost k zamyšlení	Celá řada aktivit OVEP vede žáky k průzkumu jejich vlastních myšlenek o daných tématech. Schopnosti analytického myšlení, reflexe, syntézy a teoretizování jsou klíčové pro tyto aktivity.
Virtuální učení	Žáci s přístupem k informačním a komunikačním technologiím je mohou zapojit kreativními způsoby do mnoha aktivit OVEP. Mohou sdílet své myšlenky prostřednictvím videokonferencí, podcastů, chatu nebo sociálních médií.
Vlogy	Žáci mohou využít vlastních technických dovedností tak, aby představili vyučujícím, co se naučili. Vlogy jsou video ekvivalentem blogů. Žáci mohou natáčet vzájemné rozhovory nebo monology, které následně umístí na web. Tato metoda umožňuje studentům projevit vlastní kreativitu.
Práce pozpátku	Je jedinečná výuková strategie, při které žáci začnou práci od konečného bodu. Žáci poté musí určit, jaké kroky výsledku předcházely.

MEZINÁRODNÍ OLYMPIJSKÝ VÝBOR

OLYMPIJSKÁ NADACE PRO KULTURU A KULTURNÍ DĚDICTVÍ
QUAI D'OUCHY 1, 1001 LAUSANNE, ŠVÝCARSKO

www.olympic.org/ovep

