

KARTA „PRO A PROTI“ INSTRUKTORA NA PŘÍMĚSTSKÝCH TÁBORECH



Tyto „karty pro a proti“ přináší příklady dobré i špatné praxe. Vpravo jsou sloupečky, kterým se musíš za každých okolností vyvarovat. Vlevo jsou ty, podle nichž by ses měl chovat. Jedná se o nepodkročitelné minimum znalostí pro instruktora na příměstských táborech inlineškoly.

OBSAH:

- | | |
|--|-----------------------------|
| 1. Jak se chová instruktor, kdo to je? | 6. Zpětná vazba |
| 2. Cíle táborů | 7. Hry |
| 3. Obsah táborů | 8. Stravování a pitný režim |
| 4. Polední klid | 9. První pomoc a zranění |
| 5. Plánování | 10. Bezpečnost |

KONTAKT V PŘÍPADĚ NOUZE ČI OTÁZKY:
Vojta Škop – 724929269

Připomínky k příručce: obraťte se na: Kačka Škopová
REVIZE: 10.1. 2021

PRAVIDLA PRO DĚTI

oslovení instruktora – tykat
odchody na záchod (ideálně s doprovodem instruktora, nebo dalších dětí)
nikdy odchod neznámo kam
žádosti o pomoc,
odškrtavání při příchodu a odchodu,
nebát se oslovit instruktora při jakémkoliv problému,
žádost o pití a jeho doplnění

1. JAK SE CHOVÁ INSTRUKTOR, KDO TO JE?

+	-
spokojené děti	nespokojené děti
děti přiměřeně chválí	dětem se posmívá
neustálý kontakt s dětmi (hraní her před začátkem programu a o poledňáku, povídání)	nevěnování pozornosti (baví se pouze s dalšími instruktory, je na mobilu)
rovnocenný vztah dítě - instruktor	zneužívání autority („já jsem tady vedoucí...“)
upozornění na nevhodné chování	tělesné tresty
instruktor jde příkladem (co musí děti, on dělá také)	instruktor se nad děti nadřazuje (např: on může beztrestně mluvit sprostě)
zajímá se o dětské potřeby	co chtějí děti, je mu jedno
dovede dětem vysvětlit smysl činnosti	dětem nezdůvodňuje důvod a smysl činnosti
hovoří v klidu a s respektem, křičí jen v případě nouze	na děti spíš křičí
všem měří stejným metrem	nadřazuje oblíbeným dětem
děti se na něj beze strachu obrací s problémy	děti se jej bojí zeptat a o něco poprosit
individuální přístup (respektuje zdatnost a výkonnost všech dětí)	všichni musí dělat stejně náročná cvičení
snaží se chválit, dítě musí zažít úspěch	chválí jen ty nejzdatnější
mluví slušně, tak jak by měly mluvit děti	mluví sprostě

+	-
spokojený rodič	nespokojený rodič
pozdravy při příchodu a odchodu	příchod a odchod bez povšimnutí
informovanost o zraněních dítěte	nemá žádné informace o zraněních
upřímnost ohledně dovedností a chování dítěte	přehnané vychvalování či kritika dítěte
okamžité vyslyšení jeho potřeb	žádné změny v případě jeho žádostí

2. CÍLE TÁBORŮ

co je cíl tábora	co není cíl tábora
vytvořit pozitivní vztah k danému sportovnímu odvětví a pohybu celkově	udělat z dětí profesionální sportovce, výrazně zvýšit fyzickou kondici dětí
spokojené dítě i rodiče	nespokojené děti ani rodiče
osvojení základů daného sportu, jejich další rozvoj a znalost bezpečnostních pravidel	naučit dítě slušnému vychování
přátelský kolektiv včetně instruktorů	co nejnapjatější program, vyždímat z dětí všechno, sportování pod tlakem
děti se k sobě musí chovat hezky a podle pravidel fair play	přesvědčit rodiče o nutnosti změny jejich výchovy
pohodový průběh tábora s přihlédnutím k aktuálním silám dětí	

3. OBSAH TÁBORŮ

co je obsahem táborů	co není obsahem táborů
sportovní činnost (dle zaměření tábora)	tělesné (kolektivní) tresty
sportovní hry	sportovní aktivity na slunci bez pokrývek hlavy
polední klid (deskové či karetní hry, omalovánky)	celé volné odpoledne či dopoledne, kdy si děti mohou dělat co chtějí
aktivní odpočinek (procházka, drobné hry)	spánek či „pokeckolo“ instruktorů
netradiční sportovní aktivity (pinpong, slackline, skok do dálky, cvičení na hudbu – just dance)	

4. POLEDNÍ KLID

jak by polední klid měl vypadat	jak by polední klid vypadat neměl
klid ve stínu	hraní fotbalu na přímém slunci
drobné hry (městečko palermo, karty, člověče)	žádný pitný režim
hraní na dětském hřišti, dodržování pitného režimu	sportovní činnosti vedené instruktorem
dohled a zapojení instruktorů	instruktoři se baví ve svém kolečku, hrají na mobilu či spí, nedohlíží na děti
1 – 1,5 hodiny po obědě	10 minut a jde se sportovat

5. PLÁNOVÁNÍ

Plán utváří hlavní instruktor po domluvě s dalšími instruktory. Přihlíží aktuální náladě a silám dětí.

vhodný plán	nevhodný plán
po obědě polední klid	po obědě, čtvrt hodina pauzy a pak hurá na kola
„děti jsou už docela unavené, můžeme hrát nějaké drobné hry ve stínu, nebo jim dát vybrat a hlasovat?“	„děti jsou sice již unavené, ale budou přicházet rodiče, tak je do těch bruslí ještě navlečeme“
střídání různých činností a aktivit	„... dáme zase florbal, ten je minule docela bavil“
„ve středu sice nemá pršet, ale děti mohou být unavené, uděláme odpočinkový program“	„ve středu nemá pršet, tak bychom dali ten náročný celodenní výlet“
je horko, je třeba trávit čas ve stínu, na koupališti a dětem polévat hlavy	„blíží se konec týdne, měli bychom dát dětem ještě do těla“

6. ZPĚTNÁ VAZBA (aneb. co dětem říkat a neříkat)

jaké věty jsou vhodné	jaké věty jsou nevhodné
„jak se vám ta hra líbila? jak byste ji upravili, aby se vám hrála lépe?“	„jestli se vám hra nelíbila, není to můj problém“
„při tom cvičení zkus udělat trochu lépe...“	„to cvičení jsi udělal úplně blbě“
„děti neustále zlobíš, jsi na ně ošklivý, takhle není možné se k sobě chovat“	„seš nejvíc hroznej! chováš se jak buran!“
„není možné mluvit sprostě, uvádíš tím špatný příklad mladším“	„nemluv sprostě, dej si deset dřepů! hned!“
„aha, takže tobě nejdou nazout brusle, pojd' podíváme se na to“	„že ti nejdou nandat brusle mě nezajímá, předtím ti to šlo“
„jak se máte? jak jste na tom se silami?“	pokud jsi unavený, už sem nechoď a zůstaň doma

7. HRY

+	-
instruktor vysvětluje pravidla srozumitelně, myslí na všechny případy možného porušení	instruktor v průběhu hry pravidla upravuje
instruktor hraje hry s dětmi, jako rovnocenný soupeř	instruktor hraje hry s dětmi, ale díky své síle vyhrává většinu soutěží
děti hrají fair play, instruktoři dbají na dodržování těchto pravidel	nad podvody některých dětí instruktoři „zavírají oči“
děti jsou rozdělovány do skupin náhodně či instruktorem (podle jejich zdatnosti)	instruktoři s dětmi hry nehrají, spíš posedávají bokem
instruktor přidává ke hrám legendu či symbolický rámec	děti do týmu vybírají po jménech kapitáni z řad dětí

8. STRAVOVÁNÍ A PITNÝ REŽIM

+	-
hlídejte vyváženost obědů v rámci zdravého stravování	k obědu často smažené
instruktor dbá diet, nechá si poradit rodiči	děti si před jídlem nemyjí ruce
pokud si dítě stěžuje na hlad je možné mu dát něco drobnějšího k snědku	ke svačinám jen sladké, převážně sušenky a dětem nepřidáváme
před svačinou si všichni myjí ruce a jí v sedě a v klidu	jídlo děti jedí ve stoje, či při něm pochodují
svačiny jsou různorodé (ovoce, zelenina, pečivo, sušenka, piškoty, jogurty atd.)	k dopolední svačině hruška, k odpolední svačině taky hruška
mezi jídly je rozestup max. 3 hodiny	odpolední svačina až v 16:00
kontrola pitného režimu u každého dítěte	děti si na výlet vzalo téměř prázdnou lahev
nabídka sirupu do vody	

9. PRVNÍ POMOC A ZRANĚNÍ

+	-
lékárnička je vždy k dispozici	instruktor s sebou nemá na výjezd žádnou lékárničku
lékárnička je vždy kompletně vybavená (chybějící vybavení se průběžně dokupuje)	v lékárničce chybí obvazy a desinfekce
každé zranění nebo změna zdravotního stavu dítěte musí být sdělena rodiči	o zraněních není třeba informovat rodiče
pokud dítě spadne na hlavu, následně zvrací, je ospalé a motá se mu hlava voláme 155 a rodiče	po úderu do břicha a pádu na hlavu není třeba volat ani informovat rodiče, nic to není
pokud je to možné, instruktor jede do nemocnice s dítětem, s sebou má jeho dokumentaci a nabitý telefon (okamžitě informuje rodiče)	se záchrankou dítě odjíždí samo, snad ho rodič v některé nemocnici najde
instruktor nikdy nepodává léky dítěti bez telefonické konzultace s rodiči	dítě trochu bolí bříško, na to je ibalgin nejlepší
zvracející dítě s úpalem uložíme do stínu a podáváme tekutiny	dítě, které zvrací, motá se mu hlava a bylo celý den na slunci bez přísunu tekutin necháme sedět vedle hřiště, abychom nad ním měli dohled

10. BEZPEČNOST A BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ PRO DĚTI

+	-
co mi pomůže vytvořit bezpečné prostředí	co mi v tvorbě bezpečného prostředí nepomůže
počítání dětí při přesunech, začátcích a koncích aktivit, při přebírání skupiny	zapomínání počtu dětí, který mi byl přidělen
znalost počtu dětí každý den	práce s počtem dětí, který byl první den po celý zbytek tábora
pokud má dítě nějaké specifikum (... syndromy, diety atp. konzultuji to s rodiči)	děti zásadně „srovnávám“ křikem
kontrola správného nasazení chráničů a helmy, volba správné velikosti vesty a jejího nasazení	děti jezdí na bruslích bez chráničů, na vodě bez vesty
dětem je jasně řečeno, kde se mohou (např. v rámci hřiště) pohybovat a kde ne	děti nemají ohraničený prostor, kde se v jakých situacích mohou pohybovat
děti přesně vědí na koho se mohou s problémem obrátit a ví, kde se nachází	dítě neví na koho se s problémem obrátit a kde ho najde
dbejte na pitný režim a pokrývku hlavy	děti jsou na přímém slunci bez pokrývek hlavy a bez pití
při výletech jezdí instruktor první a pomocník poslední, často na sebe čekají	při výletech na kole jezdíme po hlavních silnicích
hlavní instruktor ví, co dělají další skupiny a kam míří	hlavní instruktor nemá přehled o tom, kam míří další skupiny
na děti i na hřišti hlídají instruktoři, kteří upozorňují na nebezpečné chování (houpání na brankách), případně jsou schopni poskytnout první pomoc	děti jsou bez dozoru na prolejškách, věší se hlavou dolu a houpají se na brankách
děti jsou perfektně seznámeny s pravidly bezpečnosti	dětem nebyla předána žádná pravidla
při výjezdech s sebou má každý instruktor nabitý mobil (ideálně s mapami a aplikací záchranka)	instruktorovi se vybil mobil a s jedním dítětem se odtrhl od skupiny a ztratili se
dítě se při odchodu odškrtně z docházky a rozloučí se s instruktory, instruktor potvrzuje převzetí s rodiči	děti se při odchodu ani nerozloučí, když vidí z dálky rodiče, mohou odběhnout domů