

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta pedagogická
Katedra tělesné a sportovní výchovy

**PŘÍPRAVA A REALIZACE VÍKENDOVÉ LYŽAŘSKO-
SNOWBOARDOVÉ ŠKOLY PRO DĚTI
V KARLOVARSKÉM REGIONU**

Bakalářská práce

Plzeň 2011

Veronika Pánková

Zadání

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni 13. 3. 2011

.....

Poděkování

Velmi ráda bych poděkovala všem, kteří mi pomáhali při vzniku této práce. Především Mgr. Pavlovi Krásnému, vedoucímu mé bakalářské práce, za námět k bakalářské práci, za trpělivé vedení, odborné konzultace a cenné rady.

Děkuji svým rodičům za umožnění studia na vysoké škole, za trpělivost, kterou se mnou po celou dobu studia měli a za pomoc a podporu v nesnázích.

Obsah

1	Úvod	7
2	Cíle a úkoly práce	7
3	Teoretická východiska	8
3.1	Obecná charakteristika víkendových lyžařských a snowboardových škol a principy jejich fungování	8
3.2	Modely výuky lyžování a snowboardingu	9
3.3	Přehled současných konkurenčních víkendových lyžařských a snowboardových škol v karlovarském regionu a odlišnosti v jejich fungování	11
3.4	Zásady a zvláštnosti výuky lyžování a snowboardingu dětí	12
3.3.1	Výzbroj a výstroj pro děti	14
3.3.2	Bezpečnost	15
3.3.3	Vnější vlivy prostředí	15
4	Lyžařská a snowboardová škola CK Sportclub	16
4.1	Charakteristika	16
4.2	Propagace	16
4.3	Internet	17
4.4	Zaměstnanci	17
5	Příprava a realizace víkendových lyžařských a snowboardových kurzů pro děti	18
5.1	Příprava	18
5.1.1	Časová rozvaha	18
5.1.2	Partneři pro zajištění služeb	19
5.1.2.1	Doprava	19
5.1.2.2	Lyžařský areál a permanentky na vleky	20
5.1.3	Ekonomická rozvaha	20
5.1.4	Příprava propagačních letáků a přihlášek	24
5.1.5	Internetový server www.cksportclub.cz	25
5.1.5.1	Informace o víkendových kurzech 2011	25
5.1.5.2	On-line přihláška	25
5.1.6	Propagace	26
5.1.7	Nábor frekventantů	26
5.1.8	Příjem plateb	27

5.1.9	Nábor instruktorů lyžování a snowboardingu	27
5.2	Realizace	28
5.2.1	Organizace družstev	28
5.2.2	Techniky lyžování.....	29
5.2.2.1	Současné trendy lyžování vyučované v naší lyžařské škole.....	29
5.2.2.2	Techniky lyžování pro družstvo č. 1 a družstvo č. 2.....	30
5.2.3	Techniky snowboardingu pro družstvo č. 1 a družstvo č. 2.....	32
5.2.4	Denní program kurzů	34
5.2.5	Soutěžní den	35
5.2.6	Celkové vyúčtování a ekonomické zhodnocení	36
6	Diskuze	41
7	Závěr	43
8	Shrnutí.....	45
9	Použitá literatura.....	46
10	Seznam příloh.....	47

1 Úvod

Pohyb je nedílnou a přirozenou součástí života člověka, pomáhá k harmonickému rozvoji osobnosti ve všech směrech. Stejně jako jiné součásti života člověka i pohyb a sport podléhají módním vlivům. V létě jsou to aerobik, in-line bruslení, horská kola, windsurfing nebo kiteboarding, v zimě jsou to v každém případě snowboarding a sjezdové lyžování. Bok po boku s novými módními trendy vznikají v zimních areálech různé druhy škol lyžování a snowboardingu. Je to přirozené, protože ne každý je schopen naučit se těmto dovednostem vlastními silami, nemluvě o úrovni znalostí a dostatku trpělivosti pro výuku svých potomků. Na základě zájmu veřejnosti vznikla i lyžařská a snowboardová škola, jejíž organizaci a činnost mám na starost již několik let. Příprava a realizace této akce se stala námětem mé bakalářské práce. Uskutečnění akce pro mě není pouze povinností či zaměstnáním, ale i koníčkem a možností, jak si v praxi ověřit teoreticky nabyté vědomosti. Práce se může stát návodem k přípravě podobné akce pro děti v budoucnu jiným studentem či studentkou.

2 Cíle a úkoly práce

Cílem mé bakalářské práce je příprava a realizace víkendové lyžařsko-snowboardové školy pro děti v karlovarském regionu.

Dílčí úkoly tvoří činnosti nezbytné pro úspěšné provedení akce:

- Přípravná fáze:
 - úkol č. 1: zajištění smluvních partnerů;
 - úkol č. 2: časová a ekonomická rozvaha;
 - úkol č. 3: propagace;
 - úkol č. 4: nábor frekventantů a instruktorů lyžování a snowboardingu.
- Realizační fáze:
 - úkol č. 5: lyžařský a snowboardový výcvik;
 - úkol č. 6: organizace (doprava, rozdělení družstev na svahu).
- Závěrečná fáze:
 - úkol č. 7: provést analýzu všech činností, poznatků a postřehů z průběhu kurzů.

3 Teoretická východiska

3.1 Obecná charakteristika víkendových lyžařských a snowboardových škol a principy jejich fungování

V současné době se víkendové lyžařské a především snowboardové školy stávají čím dál populárnější. Jejich vznik reaguje na zájem veřejnosti o pobyt v zimní přírodě, který má blahodárný vliv nejen na fyzický a psychický vývoj dětí, ale i na jejich zdraví. Ještě v nedávné minulosti se rodiče zajímali pouze o výuku lyžování, ale s rozvojem snowboardingu se setkáváme s obrovským zájmem i o výuku tohoto sportu. V dnešní uspěchané době obvykle rodiče nemají dostatek času na to, aby se dítěti mohli věnovat celý den na svahu.

Realizace víkendových škol by se dala přirovnat k jednodenním dětským táborům v zimním horském prostředí, které se konají v předem stanovených sobotních nebo nedělních termínech a kde je zajištěna veškerá péče o děti. U těchto akcí se většinou jedná o 8 – 10 po sobě jdoucích víkendů od ledna do března. V den kurzu předají rodiče své dítě ve stanovenou dobu a na stanoveném místě s patřičnou lyžařskou či snowboardovou výzbrojí a výstrojí instruktorům. Ti se o svěřené děti starají v průběhu celého dne, tedy během dopravy tam i zpět, a zajišťují pro ně v lyžařském areálu celodenní program.

Někteří rodiče sami nelyžují nebo nejezdí na snowboardu, proto by neměli dítě učit dovednostem, které sami dostatečně neovládají. Měli by se tedy obrátit na kvalifikované instruktory. Další výhodou víkendové školy je finanční stránka, která je výrazně výhodnější ve srovnání s lyžařskými a snowboardovými školami přímo u sjezdovek, kde rodič zaplatí téměř stejnou částku za jednu až dvě hodiny výuky.

Předpokladem správného fungování víkendových kurzů je důvěra rodičů a zodpovědný přístup lyžařských a snowboardových instruktorů ke svěřeným dětem.

3.2 Modely výuky lyžování a snowboardingu

Kvalita lyžařské a snowboardové výuky souvisí především s kvalitou instruktorů, s úrovní zázemí a organizace lyžařské a snowboardové školy. Předpokladem pro dobrého instruktora, je vedle jeho schopností a dovedností, především profesionální vzdělání v daném oboru.

V následujících odstavcích se zabývám charakteristikou výuky lyžování a snowboardingu v naší zemi.

Lyžařské a snowboardové školy při zimních areálech nabízejí individuální i skupinovou výuku. Jedná se o výuku na jednu hodinu či několik hodin denně. Velkou výhodou je, zvláště u dětí, které nejsou schopny udržet delší pozornost, individuální přístup. Jejich nevýhodou je finanční náročnost pro průměrnou příjmovou skupinu lidí. Jedna hodina výuky lyžování či snowboardingu stojí v různých školách v karlovarském regionu od 300,-Kč do 450,-Kč. Pokud má být výuka efektivní, měla by probíhat několik hodin denně.

Víkendové lyžařské a snowboardové školy nabízejí výuku na jeden den, obvykle sobota nebo neděle. Samotnému výcviku je věnováno 4 – 6 hodin. Na rozdíl od předchozích škol v zimních areálech je v ceně zahrnuta i doprava na místo a zpět, celodenní program, případně strava. Cena jednoho dne ve víkendové škole se pohybuje v rozmezí 450,-Kč – 600,-Kč. Udržet pozornost dětí v tak dlouhém časovém úseku vyžaduje zkušenost v práci s dětmi, variabilitu výuky, schopnost empatie a zařazování různých druhů aktivit na odreagování, a především vysokou variabilitu instruktorů. Zvláště děti musí výuka především bavit a měly by se těšit na další sobotu či neděli. Neměly by na hory jezdit z donucení. Výuka lyžování a snowboardingu v těchto víkendových školách je efektivnější, ovšem především pro začátečníky je vhodné zúčastnit se několika víkendových dní za sebou. Většina začátečníků není schopna zvládnout během jedné lekce požadovanou kvalitu dovedností potřebných ke zvládnutí jízdy na lyžích či snowboardu.

Vícedenní kurzy jsou z hlediska efektivity výuky nejvýhodnější. Tyto kurzy se organizují především v období prázdnin ať vánočních, jarních nebo velikonočních. Organizace těchto kurzů může být s každodenním dojížděním nebo s přenocováním.

Pokud se jedná o kurzy s přenocováním, organizace je mnohem náročnější, především pokud se jedná o dětské frekventanty. Nároky na kvalitu a schopnosti instruktorů se ještě zvyšují, je totiž nutno zajistit nejen celodenní, ale i večerní program pro účastníky kurzu. Způsob výuky je standardní, jako při dojíždění na jeden den. Výhodou je každodenní návaznost výuky a možnost trvalého působení na účastníky s postupným zvyšováním náročnosti. Nespornou výhodou této formy kurzů je možnost využití audiovizuální techniky jako pomocníka při výuce. Je možno promítat filmy s odbornou tematikou, různé metodické materiály apod. Velice vhodné je natáčení jednotlivých účastníků a večerní promítání s komentářem instruktora, ten zdůrazní chyby a navrhne způsob jejich odstranění. Tímto způsobem se může zdokonalit i urychlit výuka frekventantů kurzu.

Ovšem ani tento způsob výuky není bez úskalí. Jelikož v dnešní společnosti o úspěšnosti jednotlivých komerčních aktivit rozhoduje nejenom kvalita, ale hlavně cena akce, není jednoduché oslovit dostatek účastníků, aby se celá akce mohla efektivně uskutečnit. Cena této akce se odvíjí od ceny ubytování, stravy, permanentek, dopravy i počtu instruktorů, proto není možno ji zde přesně určit. Přibližně se pohybuje v rozmezí mezi 4000,- Kč – 6000,-Kč na osobu při týdenním pobytu.

3.3 Přehled současných konkurenčních víkendových lyžařských a snowboardových škol v karlovarském regionu a odlišnosti v jejich fungování

Z geografického hlediska má město Karlovy Vary ideální polohu. Nenachází se v horách, ale časová dostupnost lyžařských středisek je velice přijatelná. Kromě kurzů lyžařské a snowboardové školy CK Sportclub, na jejíž přípravě a realizaci se podílím, probíhají v karlovarském regionu kurzy jedné konkurenční víkendové lyžařské a snowboardové školy.

Jedná se o školu TJ Jáchymov, která funguje v tomto regionu 41 let. Odlišností ve fungování je hned několik. TJ Jáchymov pořádá své kurzy na Božím Daru. Školička CK Sportclub kurzy uskutečňuje v Perninku. Středisko Boží Dar je v porovnání s Perninkem atraktivnějším střediskem, i když spíše pro pokročilejší lyžaře a snowboardisty. S tím je spojená nutná doprava předem objednaným busem. Kurzy TJ Jáchymov se konají v předem stanovených termínech po dobu šesti za sebou jdoucích sobot nebo nedělí. Nenabízejí možnost zakoupení jednotlivých sobot či nedělí.

Školička CK Sportclub	Školička TJ Jáchymov
Pernink	Boží Dar
<u>Cena 5 sobot:</u> Lyže i snowboard - 2100,- Kč (1 sobota – 420,- Kč)	<u>Cena 6 sobot:</u> Lyže – 2900,- Kč (1 sobota – 480,-) Snowboard – 3400,- Kč (1 sobota 570,-)
Možno projezdit během celé sezóny.	Nevratné, školička se koná šestkrát.
Doprava: vlak	Doprava: bus

Tab. 1: Odlišnosti ve fungování konkurenčních škol

3.4 Zásady a zvláštnosti výuky lyžování a snowboardingu dětí

Děti touží po zasněžených horách stejně jako dospělí. Je otázkou vhodného načasování, motivace a přístupu, jak rychle se jim podaří zvládnout začátky. Po prvních krůčcích je sjíždění zasněžených plání většinou samo o sobě dostatečnou motivací a děti už nemusíme nutit. Výraznou motivací pro děti je pohyb v dětském kolektivu a soutěživost. Další otázkou je, kdy s lyžováním a snowboardem u dětí začít.

U malých dětí jsme omezeni jejich pohybovým a duševním vývojem, který je velmi individuální. Většina dětí začíná chodit kolem jednoho roku života, o bezpečné chůzi ovšem můžeme mluvit až kolem třetího roku života. Vývoj hrubé motoriky, zajišťující držení těla a pohyb, by měl být dokončen ve čtyřech letech. Obecně tedy můžeme začít s lyžováním kolem třetího roku věku dítěte (Reichert, 2007). V tomto období se jedná spíše o seznamování se zimním prostředím. Je vhodná výuka individuálně přizpůsobená potřebám a schopnostem dítěte. Od pěti let je možné děti zařadit do malé skupinky vrstevníků. S výukou jízdy na snowboardu se doporučuje začít později než s lyžováním, a to nejdříve od šesti let. Stejně jako u lyžování je nutno brát ohled na tělesný, motorický a psychický vývoj dítěte.

Výuka dětí se stejně jako jakýkoliv jiný vyučovací proces opírá o obecné zákonitosti vyjádřené didaktickými zásadami. Dítě by se nemělo řídit pouze příkazy učitele a pasivně plnit zadané úkoly. Tato zásada uvědomělosti a aktivity vychází z pochopení smyslu a podstaty činnosti. Dítě by mělo vědět, proč různá cvičení provádět. Ke zvýšení aktivity a spolupráce používáme metody, které odpovídají danému věkovému stupni s užitím individuálního přístupu. Velmi důležitá je zásada názornosti, jež je základem bezprostředního vnímání reálných předmětů a jevů. Názorné ukázky jsou mnohem efektivnější, děti následují příkladu, který musí být předveden v přehnaně zvýrazněném rozsahu. Přiměřenost je ve výuce dětí samozřejmostí. Každý učitel by měl dbát na to, aby obsah i rozsah výuky, její obtížnost i způsob předávání odpovídal psychickému a fyzickému vývoji dětí. Důležité je logické uspořádání vyučovacího procesu v celém dlouhodobém působení. Výcvik je veden dostatečně do hloubky s přiměřeným počtem opakování. Upevnění dovedností je základním předpokladem zvládnutí pohybových úkolů.

Při nácvičku pohybových dovedností a činností využíváme vyučovacích postupů. U malých dětí užíváme komplexní postup výuky. Dáváme dítěti k napodobení ucelený pohybový prvek, nikoliv pohyb rozfázovaný. K dosažení plánovaných konkrétních cílů výuky dětí využíváme vyučovacích metod (Vilimová, 2009).

Patří sem metody motivační v podobě soutěžení a odměn, metody expoziční, fixační a diagnostické. Z verbálních metod se uplatňuje především výklad, který musí být jasný a stručný. Je vhodné ho rozdělit tak, že instruktor nejprve podá stručné základní informace, a po prvních pokusech, kdy žáci získali hrubou představu, připojí další slovní informace. Významnou částí lyžařského a snowboardového výcviku je ukázka, ta musí být spojena s výkladem a s korekcí chyb. Zpětnovazebná informace o provedení pohybu je důležitou součástí motorického učení. Dítě získá představu o učené pohybové dovednosti a instruktor má zpětnou vazbu ve výuce (Benešová, 2004).

Malé děti by se měly nejdříve seznámit s prostředím, ve kterém bude výuka probíhat. Přestože se často rychle adaptují, je dobré jim dát chvíli na přivyknutí si prostředí bez lyží, či snowboardu. K tomu je téměř ideální hravé rozcvičení. Hra je pro děti nejpřirozenější metodou poznávání a učení, proto je vhodné ji zařazovat i do výuky na sněhu.

Hry bez lyží, holí a snowboardu:

- probíhání slalomů;
- honičky ve vymezeném prostoru;
- hra na „Mrazíka“ – honička. Chycený se rozkročí a čeká na zachránce, který ho vysvobodí prolezením mezi nohama (modifikace: chycený sedí ve dřepu a čeká, až ho zachránce přeleze);
- „Bomba“ – na povel si musí všichni lehnout;
- koulovaná.

Hry s využitím lyží nebo snowboardu:

- „stavba jehlanů“ – družstva soutěží, které z nich dříve postaví jehlan ze svých lyží nebo snowboardů;
- „přehmatávání“ – hra, kdy se děti postaví do kroužku a mají uvnitř každý před sebou jednu lyži (snowboard), drží ji pravou rukou a levou mají za tělem, lyže (snowboard) je postavená svisle, aby stála téměř sama. Na povel děti pustí lyži (snowboard) a chytí lyži (snowboard) napravo vedle sebe, zároveň se posune vpravo, protože následuje další povel.

Hry s jednou lyží nebo snowboardem se zapnutou jednou nohou:

- obouvání lyže (snowboardu) o závod – hodnotí se rychlost, ale i správnost obutí;
- „koloběžka“ – formou honičky.

Hry s oběma lyžemi:

- šoupání na místě, kdo rychleji;
- chůze různým způsobem – dupat jako dinosaurus, malé kroky jako trpaslík, velké kroky jako obr, rychlé jako myška, plíživé jako šelma, skoky jako vrabec atd.

3.3.1 Výzbroj a výstroj pro děti

Lyžařská a snowboardová výzbroj dětí může být vlastní nebo z půjčovny. Obecně se nedoporučují velké investice do začátku. Dítě může velmi rychle vyrůst, nebo se rodič může zmýlit v načasování výuky, kterou dítě odmítne apod.

Změny v konstrukci lyží se projevují i u dětské kategorie. Jedná se o trend zkracování, většího vykrojení a měkkosti lyží. Při výběru hraje důležitou roli věk a výška postavy. Radius, který udává míru vykrojení, obvykle bývá od pěti do deseti metrů (Reichert, 2007). Lyže by měly být měkké s hranami a s bezpečnostním vázáním. Plastové lyže bez hran a s řemínkovým vázáním nejsou vhodné. Lyžařské boty jsou často podceňovanou částí výbavy. Děti tráví v botách více času, hrají si v nich v době odpočinku, při hrách a soutěžích. Hole při získávání prvních zkušeností na lyžích děti

nepotřebují. V začátcích jsou jim spíše na obtíž a mohou být i nebezpečné. Proto je zapojujeme až v pozdějších fázích výcviku.

Pro začínající snowboardisty se doporučují freestylová prkna s měkkým vázáním a botami. Délka prkna by měla být mezi bradu a nos. Při koupi použitého snowboardu je třeba věnovat pozornost velikosti průhybu. Pokud jej položíme na zem, měl by být zachován plynulý průhyb po celé délce snowboardu.

Nutnou součástí vybavení pro děti je přilba. Pozornost by měla být věnována výběru oblečení dětí. Lepší je větší počet vrstev, ideální je využití funkčního termoprádla. Důležitá je ochrana rukou, děti by v žádném případě neměly jezdit bez rukavic.

3.3.2 Bezpečnost

Bezpečnost při zimních sportech je jedním ze základních předpokladů pro to, aby se naše nádherné zážitky se sportováním na horách nezměnily v noční můru. Znalost pravidel chování na sjezdovce se v současnosti stává naprostou nutností. Hlavními pravidly, kterými jsou bezpečná jízda a ohleduplnost k ostatním lyžařům a snowboardistům, bychom se měli řídit při každém pobytu na horách.

3.3.3 Vnější vlivy prostředí

K výše jmenovaným pravidlům patří i další faktory, které nám na horách způsobují problémy. Hovoříme o vnějších vlivech prostředí, mezi ně patří terén, kvalita sněhu, sklon svahu, nadmořská výška a počasí. Terén a sklon svahu vybírá instruktor, díky tomu má začátečník záruku, že se učí na přiměřeném svahu. Velmi důležitou roli hraje počasí, jeho změna je v horách dílem okamžiku. Zhoršenou viditelnost způsobuje především mlha a husté sněžení. Svou roli sehrává i silný vítr, velký mráz nebo kombinace všech faktorů.

4 Lyžařská a snowboardová škola CK Sportclub

4.1 Charakteristika

Cestovní kancelář vznikla v roce 1992 na základě rozhodnutí Živnostenského úřadu v Karlových Varech o vydání živnostenského oprávnění v kategorii „provozování cestovní kanceláře“. Jedná se o koncesovanou živnost jedné fyzické osoby s povinností vést tzv. daňovou evidenci a každoročně podávat daňové přiznání. Zabývá se turistickými zájezdy pro veřejnost a od roku 2003 zároveň pořádá zimní akce pro děti. Jednou z činností cestovní kanceláře je provozování víkendové lyžařské a snowboardové školy pro děti.

Účelem podnikání je jednak finanční zisk, ale také vytvoření a udržení klientely. Víkendové kurzy lyžování a snowboardingu byly v počátcích málo obsazené, nejspíš díky malé a nedostatečné propagaci. Postupem času se klientela rozrůstá a v současné době jsou kurzy naplněny téměř 40 dětmi. Je nutno vzít v úvahu, že tato lyžařská a snowboardová škola je relativně novým subjektem bez jakékoliv tradice a hlavně bez prostředků na masovou propagaci.

Hlavním předmětem podnikání cestovní kanceláře je pořádání letních pobytů v zahraničí a víkendová lyžařská a snowboardová škola tvoří doplňkovou činnost a zároveň je koníčkem osob, podílejících se na chodu cestovní kanceláře.

4.2 Propagace

Propagaci můžeme rozdělit na dva způsoby. Prvním je propagace dlouhodobá, která má za úkol rozšířit povědomí o firmě a jejích aktivitách. Ta probíhá formou obrazového inzerátu v provinčních i celostátních denících a vydáváním katalogů.

Druhým způsobem je propagace konkrétní akce. Nejosvědčenější metodou a hlavně nejvýhodnější z hlediska nákladů a účinku se ukázala metoda rozvěšení vizuálně atraktivních informačních letáků na místa se zvýšeným výskytem potenciačních klientů, resp. jejich rodičů. To se samozřejmě vždy musí dít se souhlasem majitele či provozovatele objektu. Letáky byly umístěny do škol, veřejných bazénů, sportovních obchodů, skibazarů.

V minulosti několikrát proběhl pokus o propagaci ve vozech MHD, karlovarském rozhlasu a regionální televizi, ale ohlas nebyl téměř žádný a tento způsob reklamy byl neúčinný.

4.3 Internet

Samozřejmostí je v dnešní době prezentace firmy a jejích nabízených služeb na internetu. Internetové stránky mají nejen funkci informační, ale díky zařazení do populárních internetových vyhledávačů i funkci propagační.

Nejprve byly firemní stránky umístěny v bezplatném www prostoru v seznamu cestovních kanceláří, ale ukázalo se, že obrovskou nevýhodou je složité vyhledávání a návštěvnost stránek byla nízká. Ta se však prudce zvýšila tvorbou nových, placených www stránek s jednoduchou adresou www.cksportclub.cz.

Součástí stránek je samostatná stránka lyžařské a snowboardové školy, kde jsou všechny potřebné informace o škole na sněhu, i internetová přihláška, která mnohým rodičům usnadňuje cestu do zimní sportovní školy.

Dobrou propagací se stalo i založení stránek na sociální síti facebook.com. Tato síť je blízká mladým lidem a využívá ji i velký počet frekventantů našich kurzů. Na stránky jsou pravidelně ukládány fotografie ze všech lekcí víkendových kurzů a doplňovány informace pro rodiče, včetně sněhového zpravodajství. Jedná se o nenásilnou a velice účinnou formu propagace zaměřenou na cílovou skupinu.

4.4 Zaměstnanci

Cestovní kancelář CK Sportclub je rodinnou firmou, v níž je majitelkou osoba samostatně výdělečně činná. Na jednotlivé druhy činnosti CK si najímá zodpovědné zaměstnance. Zodpovědným vedoucím za lyžařskou a snowboardovou školu je Veronika Pánková. Jejím úkolem je veškerá organizace související s činností lyžařské a snowboardové školy, tj. i nábor instruktorů lyžování a snowboardingu. S těmito vybranými zaměstnanci byla uzavřena dohoda o provedení práce (viz Příloha I).

5 Příprava a realizace víkendových lyžařských a snowboardových kurzů pro děti

5.1 Příprava

Důležitou součástí realizace celé akce je její příprava. Promyšlení celé strategie marketingu i vlastní realizace začíná již v září se začátkem školního roku. Je nezbytné stanovit cílovou skupinu a způsoby, jakými bude probíhat propagace. Samozřejmostí je projednání celé záležitosti s garantem, tj. CK Sportclub, a dohodnutí pracovně právních náležitostí a finančních podmínek.

5.1.1 Časová rozvaha

Září 2010:

- organizační zajištění projektu (lyžařský areál, půjčovna lyží a snowboardů, doprava – jízdni řády ČD);
- ekonomická rozvaha;
- příprava propagačních letáků a přihlášek;
- tvorba internetových stránek www.cksportclub.cz/skola-lyzovani-snowboardu.html;
- propagace a rozeslání přihlášek loňským účastníkům.

Říjen 2010:

- propagace (třídní schůzky 1. stupně základních škol v K. Varech);
- nábor účastníků;
- průběžný příjem a evidence plateb.

Listopad 2010:

- propagace (třídní schůzky 1. stupně základních škol v K. Varech);

- nábor účastníků;
- průběžný příjem a evidence plateb;
- nábor instruktorů lyžování a snowboardingu.

Prosinec 2010:

- kontakt se smluvními partnery;
- objednávka permanentek na vleky.

Leden, únor 2011:

- realizace kurzů.

Březen 2011:

- analýza všech činností, poznatků a postřehů z průběhu kurzů.

5.1.2 Partneři pro zajištění služeb

Pod pojmem partneři pro zajištění služeb se rozumí další podnikatelské subjekty, které poskytují služby potřebné k realizaci víkendové lyžařské a snowboardové školy. V našem případě je nutné zajistit dopravu z Karlových Varů do lyžařského areálu a zpět, permanentky na vleky a zajištění možnosti půjčení lyží a snowboardů v areálu. Jelikož se však jedná o několikátý ročník této akce, byl výběr partnerů velice usnadněn.

5.1.2.1 Doprava

Z ekonomických důvodů byla zvolena doprava vlakem. Vzhledem k tomu, že se lyžařská a snowboardová škola koná po celou sezónu, není nutné, aby dítě navštívilo všechny soboty za sebou. Předplatné kurzu je možno projezdit za celou zimu. Z tohoto důvodu není možné zvolit dopravu předem objednaným busem a platit paušální částku

bez ohledu na počet dětí. Tento rok nabízí společnost Českých drah zvýhodněné skupinové regionální jízdenky, které jsou výrazně levnější.

5.1.2.2 Lyžařský areál a permanentky na vleky

Region Karlových Varů má skoro ideální geografickou polohu, je vzdálen do 25 km od lyžařských středisek Krušných hor, kde je lyžařská a snowboardová škola uskutečňována. Vhodným místem pro pořádání školy pro děti je hned několik lokalit. Z ekonomických důvodů byla zvolena doprava vlakem, což ovlivňuje výběr lyžařského střediska pro výuku. Dalším kritériem pro výběr lokality je úroveň dovedností účastníků. Předpokládáme účast spíše začátečníků, jak na lyžích, tak na snowboardu. Vzhledem k předpokládanému nízkému věku účastníků byl vybrán lyžařský areál v Perninku. Tento areál se nachází necelých 100 metrů od vlakové zastávky. Nachází se zde 4 lyžařské vleky, včetně jednoho vlečného lana pro úplné začátečníky. Náročnost sjezdovek je dostatečně variabilní a dostačující i pro družstva pokročilých. Areál má i vhodné zázemí: místnost, kde je možné se schovat v případě nepříznivého počasí, WC, půjčovnu lyží a snowboardů.

Posledním, neméně důležitým kritériem pro výběr vhodné lokality je cena permanentek, která byla s majitelem domluvena a upravena speciálně pro náš kurz. Výcvik totiž končí ve 14:00 hod, tedy o dvě hodiny dříve nežli končí celodenní jízdné. Z hlediska cen permanentek na vleky je tento areál v dané lokalitě pravděpodobně bezkonkurenční, neboť poskytuje výhodné slevy pro kurzy a jejich instruktory.

5.1.3 Ekonomická rozvaha

Cílem finanční neboli ekonomické rozvahy je vyčíslit předpokládané výdaje a předpokládané příjmy a jejich porovnáním zjistit rentabilitu pořádané akce. Při rozboru těchto výsledků jsme vycházeli z předpokládaného minimálního počtu účastníků, při kterém je ještě akce zisková. Pro přesnější představu jsme si stanovili ziskovost při počtu 15, 20 a 30 účastníků (viz Tab. 2, 3, 4). Zjišťovali jsme fixní i variabilní náklady při těchto počtech v přepočtu na jednoho účastníka. Mezi fixní náklady patří např. cena dopravy, cena za dopravu na nádraží pro instruktory, cena

permanentek, náklady na propagaci: tisk propagačních letáků, přihlášek, výroba CD s digitálními fotografiemi z průběhu kurzů. Variabilními náklady jsou např. ceny permanentek pro instruktory, plat instruktorů, tisk diplomů a absolventských kartiček, odměny pro děti. Z rozboru těchto podkladů jsme zjistili, že návratnost a rentabilita celé akce je při počtu minimálně 15 osob. Při předběžném výpočtu jsme počítali s cenou 420,-Kč za jednu sobotu na osobu a předpokládali jsme stabilní účast frekventantů v osmi po sobě jdoucích sobotách.

Ekonomická rozvaha při počtu 15 účastníků:

Příjmy (1 sobota)	Výdaje (1 sobota)	Ostatní výdaje
15 x 420,-Kč	Doprava: 15 x 45,-Kč Vleky: 15 x 130,-Kč Instruktoři: doprava: 3 x 45,-Kč vleky: 2 x zdarma, 1 x 130,-Kč Plat instruktorů: 3 x 500,-Kč (+ 15% srážková daň = 88,-Kč) = 1764,-Kč	Tiskoviny: 500,-Kč CD: 200,-Kč Telefony: 500,-Kč Doprava inst. na nádraží: 500,-Kč Opotřebení materiálu: 600,-Kč Odměny 500,-Kč
Příjmy celkem: 6300,-Kč	Výdaje celkem: 4654,-Kč (1 sobota)	
Příjmy za 8 sobot: 50400,-Kč	Výdaje za 8 sobot: 37232,-Kč	Ostatní výdaje celkem: 2800,-Kč (za 8 sobot)

Tab.2: Ekonomická rozvaha 1

Celkový zisk: PŘÍJMY – VÝDAJE – OSTATNÍ VÝDAJE

Celkový zisk: 50400 – 37232 – 2800 = 10368,-Kč

Čistý celkový zisk: 10368 – 15% daň z příjmu (=1555,-Kč) = 8813,-Kč

Na základě dohody o provedení práce činí odměna vedoucímu akce 50 % ze zisku,

po zdanění: 4406,- Kč.

Ekonomická rozvaha při počtu 20 účastníků:

Příjmy (1 sobota)	Výdaje (1 sobota)	Ostatní výdaje
20 x 420,-Kč	Doprava: 20 x 45,-Kč Vleky: 20 x 130,-Kč Instruktoři: doprava: 3 x 45,-Kč vleky: 3 x zdarma Plat instruktorů: 3 x 500,-Kč (+ 15% srážková daň = 88,-Kč) = 1764,-Kč	Tiskoviny: 500,-Kč CD: 200,-Kč Telefony: 500,-Kč Doprava inst. na nádraží: 500,-Kč Opotřebení materiálu: 600,-Kč Odměny 500,-Kč
Příjmy celkem: 8400,-Kč	Výdaje celkem: 5399,-Kč (1 sobota)	
Příjmy za 8 sobot: 67200,-Kč	Výdaje za 8 sobot: 43192,-Kč	Ostatní výdaje celkem: 2800,-Kč (za 8 sobot)

Tab.3: Ekonomická rozvaha 2

Celkový zisk: PŘÍJMY – VÝDAJE – OSTATNÍ VÝDAJE

Celkový zisk: $67200 - 43192 - 2800 = 21208,-Kč$

Čistý celkový zisk: $21208 - 15\% \text{ daň z příjmu } (= 3181,-Kč) = 18027,-Kč$

Na základě dohody o provedení práce činí odměna vedoucímu akce 50 % ze zisku,

po zdanění: 9013,- Kč.

Ekonomická rozvaha při počtu 30 účastníků:

Příjmy (1 sobota)	Výdaje (1 sobota)	Ostatní výdaje
30 x 420,-Kč	Doprava: 30 x 45,-Kč Vleky: 30 x 130,-Kč Instruktoři: doprava: 4 x 45,-Kč vleky: 3 x zdarma, 1 x 130,-Kč Plat instruktorů: 4 x 500,-Kč (+ 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč	Tiskoviny: 500,-Kč CD: 200,-Kč Telefony: 1000,-Kč Doprava inst. na nádraží: 700,-Kč Opotřebení materiálu: 800,-Kč Odměny 800,-Kč
Příjmy celkem: 12600,-Kč	Výdaje celkem: 7912,-Kč (1 sobota)	
Příjmy za 8 sobot: 100800,-Kč	Výdaje za 8 sobot: 63296,-Kč	Ostatní výdaje celkem: 4000,-Kč (za 8 sobot)

Tab.4: Ekonomická rozvaha 3

Celkový zisk: PŘÍJMY – VÝDAJE – OSTATNÍ VÝDAJE

Celkový zisk: 100800 – 63296 – 4000 = 33504,-Kč

Čistý celkový zisk: 33504 – 15% daň z příjmu (= 5025,-Kč) = 28479,-Kč

Na základě dohody o provedení práce činí odměna vedoucímu akce 50 % ze zisku,
po zdanění: 14239,- Kč.

Z výše uvedených tabulek je jasně viditelná rentabilita pořádané akce.

5.1.4 Příprava propagačních letáků a přihlášek

Dobře navržený reklamní leták může být nenákladnou cestou, jak zajistit firmě publicitu a přilákat nové klienty. Dnes je více než dříve potřeba zaujmout a upoutat pozornost.

Propagační letáky jsou hlavním a víceméně jediným reklamním materiálem lyžařské a snowboardové školy, proto je důležité věnovat mu dostatek času. Podobu letáku proto vytváříme tak, aby právě ten náš vybočil z řady ostatních tiskovin, upoutal pozornost svou kreativitou včetně kvalitního grafického zpracování. Lidé by si měli leták zapamatovat, k čemuž pomáhají dobře volená slova a hlavně stručný a výstižný titulek, tedy „Víkendové lyžařské a snowboardové kurzy“. K tomu je nutné doplnit, pro jakou cílovou skupinu jsou kurzy určeny.

Výhodou je použití barevné a výrazné grafiky. Výrazná ilustrace nebo fotografie upoutá pozornost, vytváří náladu a podporuje příběh. Je důležité soustředit se na výhody nabízených služeb. Potencionální zákazníci se ptají, co jim můžeme nabídnout. Proto je nutné formulovat svou nabídku z jejich pohledu. Stránku je vhodné rozdělit na políčka, okraje a oblasti kontrastních barev, nechat určitá bílá místa, aby mohly důležité prvky vyniknout a leták se dobře čte. V letáku nesmějí chybět informace o termínu, místě konání, dopravě, výuce, ceně a všem, co cena zahrnuje, a informace o webových stránkách lyžařské a snowboardové školy. Od tohoto textu by měl být oddělen prostor s informacemi, kdo akci pořádá a kontaktní e-mailová adresa a telefon, na který se lidé mohou obrátit v případě jakéhokoliv dotazu. Přehlednosti docílíme změnou velikosti písma, střídáním malých a velkých písmen, zvýrazněním nadpisů, např. tučně či kurzívou. Je třeba vyvarovat se přílišné složitosti a nepoužívat různé druhy písma. Vzhledem k tomu, že jsme byli omezeni nízkým finančním rozpočtem, dvě třetiny letáků byly tisknuty na barevný papír s použitím černého inkoustu. Tento způsob byl finančně méně nákladný než profesionální barevný tisk.

Dobrym reklamním tahákem je nabídnutí určité slevy či nějakého bonusu. V našem případě sleva spočívá v zakoupení 5 výukových lekcí se zvýhodněnou cenou oproti jednotlivým sobotám. Dalším bonusem jsou CD s digitálními fotografiemi ze všech lyžařských a snowboardových lekcí pro každého účastníka zdarma.

Podobně jako tyto velké letáky, určené na nástěnky škol a jiných budov, byly vytvořeny letáky menšího formátu spolu s přihláškou do víkendových kurzů (viz Příloha II a III).

5.1.5 Internetový server www.cksportclub.cz

Jak již bylo zmíněno, lyžařská a snowboardová škola má své internetové stránky na adrese www.cksportclub.cz. V průběhu září byly na stránkách doplněny a inovovány některé informace a nově jsem zavedla možnost přihlášení do kurzů pomocí on-line formuláře přímo na stránkách. Tento způsob přihlášení výrazně zkrátil cestu přímo do lyžařské a snowboardové školy.

5.1.5.1 Informace o víkendových kurzech 2011

Internetové stránky v sekci „Škola na sněhu“ poskytují podrobné informace o víkendových kurzech, včetně platebních podmínek a odkazu na on-line přihlášku. Na hlavní stránce jsou navíc veškeré aktuální informace i o průběhu kurzů.

Na stránky www.facebook.com/lyzarskaasnowboardovaskolaCKSportclub jsou pravidelně ukládány nové digitální fotografie ze všech lekcí. Stránky poskytují aktuální informace o lyžařském středisku a sněhové zpravodajství.

5.1.5.2 On-line přihláška

Letošní novinkou v přípravě víkendových kurzů lyžování a snowboardingu bylo vytvoření on-line přihlášky do kurzů. Vyplněním jednoduchého formuláře a kliknutím na ikonu „Přihlásit se“ může rodič nejjednodušším způsobem přihlásit své dítě do našich kurzů.

Přes poskytovatele služby jsou data z formuláře odeslána přímo na e-mailovou adresu vedoucího lyžařské a snowboardové školy. Okamžitě po odeslání přihlášky obdrží rodič automatický e-mail s potvrzením o přijetí přihlášky. Po zpracování přihlášky je rodiči zaslán e-mail s podrobnými informacemi o kurzech.

Zpočátku si na tento nový způsob rodiče těžko zvykali, ale nakonec naprostá většina přihlášek přišla přes on-line formulář (viz Příloha IV). Především kvůli

jednoduchosti vyplnění, rychlému odeslání a hlavně kvůli okamžitému potvrzení odeslané přihlášky. Rodič má jistotu, že jeho přihláška byla zaregistrována.

5.1.6 Propagace

Hlavní formou propagace jsou informační letáky. Tyto letáky byly umístěny na nástěnkách v základních školách, družinách a školních jídelnách, dále ve veřejných bazénech, dětských sportovních oddílech, sportovních obchodech a servisech. Jako účinná forma propagace se ukázala osobní účast na třídních schůzkách prvního stupně karlovarských základních škol. Před jejich začátkem byl v hale školy otevřen malý stánek a rodičům, kteří měli o informace ke kurzu zájem, byly rozdávány letáky s přihláškami. Vyplněnou přihlášku rodiče mohli zaslat na adresu lyžařské a snowboardové školy. Tento způsob ovšem nevyužil téměř nikdo. Rodiče si v letáku přečetli možnost získání informací z webových stránek a využili přihlášení pomocí on-line přihlášky. Letáky byly odeslány také loňským účastníkům.

Nejúčinnější formou propagace jsou reference, nic neovlivní potenciálního zákazníka tak jako svědectví jeho spokojených předchůdců.

5.1.7 Nábor frekventantů

Nábor frekventantů, tedy příjem, evidence a zpracování došlých přihlášek, je činnost průběžná a dlouhodobá. První přihlášky byly evidovány už v průběhu října. Největší nárůst jejich počtu nastal během prosince. Nejspíš díky vynikajícím sněhovým podmínkám. Každá přihláška, která přišla klasickou poštou, byla potvrzena telefonicky. Přihlášky došlé elektronickou poštou, tedy vyplněním on-line formuláře, byly potvrzeny e-mailem a zasláním podrobných informací o kurzech. E-mailem a telefonicky zároveň lyžařská a snowboardová škola informovala rodiče o případných změnách či aktualitách týkajících se kurzů.

Evidence přihlášených byla průběžně vedena i elektronicky v aplikaci Microsoft Excel. To zajistilo snadnou přehlednost o stavu naplnění kurzů i pozdější tisk seznamu dětí.

5.1.8 Příjem plateb

Rodiče měli několik možností platby. První je platba převodem z účtu na účet, nebo vložení hotovosti na účet lyžařské a snowboardové školy. Kontrola plateb probíhala pomocí internetového bankovníctví v elektronickém výpisu z účtu. Po připsání platby na účet byl plátcí zaslán doklad o zaplacení e-mailem. Další možností, kterou využil největší počet rodičů, byla platba v hotovosti v den první soboty přímo na nádraží. V tomto případě byl doklad o zaplacení vystaven přímo na místě.

5.1.9 Nábor instruktorů lyžování a snowboardingu

Nábor instruktorů lyžování a snowboardingu probíhal ve dvou fázích. Nejdříve byli počátkem listopadu osloveni ti instruktoři, kteří se s dobrými výsledky a s pozitivními ohlasy u rodičů a dětí podíleli již na loňském ročníku víkendových kurzů. Tuto nabídku přijali tři instruktoři. Poslední chybějící instruktor byl vybrán z řad studentů tělesné výchovy Pedagogické fakulty v Plzni. Jedná se o studenta třetího ročníku, který úspěšně absolvoval oba kurzy lyžování a je držitelem licence Instruktor školního lyžování.

5.2 Realizace

Realizace víkendových lyžařských a snowboardových kurzů nezahrnuje jen samotnou formu organizace výuky lyžování a snowboardu, ale i ostatní související činnosti – dopravu na místo a zpět, rozdělení dětí do družstev a přesuny s tím související, výběr terénu podle úrovně družstva.

5.2.1 Organizace družstev

Podle údajů uvedených na přihláškách od rodičů jsme děti rozdělili do 4 družstev, dvě družstva snowboardistů a dvě družstva lyžařů. Snowboardisty a lyžaře jsme dále dělili na pokročilé a začínající. Ne vždy je směrodatný údaj o úrovni lyžařských či snowboardových dovedností uvedených rodiči v přihlášce, proto první den kurzu proběhlo na mírném svahu rozřazování do družstev dle aktuálních dovedností dětí. Výsledkem tohoto rozřazování bylo vytvoření 4 družstev, ovšem s jinými počty, než bylo původně plánováno. Zde se projevila jedna z organizačních nevýhod, a to je benevolence vůči rodičům co se týče možnosti projezdit předplatné kurzu během celé sezóny. Stalo se totiž, že na první sobotu přišlo pouze 16 dětí, ačkoliv jich bylo přihlášeno 40. Proto nám každou sobotu v lednu nastávala situace, kdy každou lekci přicházeli stále noví začátečníci. Toto jsme museli operativně řešit. Obvykle má družstvo pokročilých svého instruktora na obtížnějším svahu a družstvo začínajících svého na jednodušším svahu. Jakmile výkonnost začínajících dosáhne odpovídající úrovně, přesouvá se družstvo i s instruktorem na obtížnější svah. V letošním roce ovšem museli být v průběhu lekcí mírně pokročilí lyžaři a snowboardisté zařazeni do družstva pokročilých a jejich instruktor se musel věnovat novým začátečníkům. Tím vznikla složitější situace pro instruktory družstev pokročilých, kteří se museli vypořádat s tím, že měli v družstvu děti rozdílné úrovně dovedností. Začátkem února se situace stabilizovala, všichni účastníci dosáhli úrovně lyžařských a snowboardových dovedností nezbytné pro jízdu na obtížnějším svahu a opět vznikla 4 družstva, dvě družstva mírně pokročilých lyžařů a snowboardistů a dvě družstva pokročilých lyžařů a snowboardistů.

5.2.2 Techniky lyžování

5.2.2.1 Současné trendy lyžování vyučované v naší lyžařské škole

Ještě donedávna odborníci tvrdili, že čím užší lyže jsou, tím lepší. Nyní se čím dál více začíná experimentovat se šířkou lyže. To jsou nejnovější trendy na bílých svazích ovlivněné carvingovou revolucí. Carving se v současném lyžování stává nejpoužívanějším pojmem. Místo lyžování carvujeme, dokonce nemáme lyže, nýbrž carvy. Základem je slovo carve, které znamená krájet, neboli řezat. Carvingový oblouk je tedy oblouk vyjetý po hranách s minimálním podílem smyku. Snaha o používání hran sahá hluboko do historie lyžování.

Největších změn začalo lyžování doznávat v 60. a 70. letech minulého století především v závodním lyžování. Výborní lyžaři a neustálý vývoj nových materiálů hnali techniku závodního lyžování dopředu. Závodní lyžaře chtěli napodobovat i rekreační lyžaři, těm ovšem chyběla jak fyzická kondice, síla a rychlost, tak i nedostatečné materiální vybavení. Jízda po hranách tudíž zůstávala pro rekreační lyžaře nedostupná. V této době se objevuje velký konkurent lyžování, a tím je snowboard.

Při jízdě na snowboardu už při menších rychlostech dosahujeme velkých náklonů. Přinesl nové možnosti jízdy, novou módu, image a životní styl. Výsledkem toho byly prudké poklesy prodeje lyží, což vedlo k příchodu změn.

Nové materiály, rozšíření, zkrácení a vykrojení lyží, upoutávky typu „lyže zatáčející samy“ lákaly zákazníky zpět do obchodů. Nové lyže ještě ovšem automaticky neznamenají novou techniku lyžování. Lidé začali jezdit na carvingových lyžích to, co už uměli, tedy smýkaný oblouk. Naštěstí tomu carvingové lyže nebrání, dokonce to na nich jde snadněji (Reichert, 2007).

V této době zaspali lyžařští instruktoři, neboť se nějakou dobu neobjevovaly návody, jak na carvingových lyžích jezdit. S výukou carvingu obvykle začínají lyžaři, kteří už do určité míry ovládají své lyže.

5.2.2.2 Techniky lyžování pro družstvo č. 1 a družstvo č. 2

Než začneme s technikami lyžování u družstva začátečníků, je důležité naučit je dovednostem, které jsou pro mládež a dospělé samozřejmostí. Patří mezi ně především: orientace v terénu, nošení lyží, jejich obouvání a zouvání. Děti nemají dostatek síly k nošení lyží stejným způsobem jako dospělí, tedy na ramenou špičkami dolů. V úvodních lekcích nemáme jinou možnost než dětem lyže nosit, ale postupně je nenásilně motivujeme k této činnosti. Menší děti drží lyže za patky a táhnou je po sněhu, starší děti už je nosí spojené na pokrčených pažích před tělem.

Obouvání bot i lyží je u dětí předškolního věku záležitostí instruktora. U starších dětí se snažíme o samostatné zvládnutí této dovednosti, kontrolujeme však správnost obutí.

Metodiku výuky začínáme nácvikem základního postoje na rovině a pokračujeme nácvikem jízdy přímo po spádnicí. Výcvik probíhá na velmi mírném kopci s dojezdem do roviny. Postupně přidáváme různá průpravná cvičení: podřepy, dotyky kolen, dotyky špiček bot, dotyky pat bot, zvedání patek lyže, zvedání celé lyže, střídavé předsouvání lyží, projíždění nízkých branek, projíždění tunelu, projíždění branek, jejichž výška se snižuje, přemísťování předmětů z jedné strany na druhou, mezi brankami chytit/hodit míček či sněhovou kouli, jízda s mírnými poskoky. Výuka probíhá na dětské louce, kde se nachází dětský vlek, vlečné lano.

Jakmile je dítě schopné udržet rovnováhu, můžeme ho učit jízdu na vlek. Na to je nutné ho připravit, např. taháním za hůlku po rovině.

Při získání jistoty v jízdě přímo po spádnicí s dojezdem do roviny je nezbytným krokem naučit děti bezpečně zastavit. K tomu slouží pluh. Jedná se o oboustranný přívrat, špičky jsou těsně u sebe, patky lyží jsou naopak široko od sebe. Nejprve na rovině natrénujeme přechod ze základního postoje do pluhového, poté vše cvičíme na mírném kopci. Cílem je naučit děti korigovat rychlost tlakem do vnitřních hran lyží. Malé děti staví lyže na hrany vzpříčením na napnutých nohách a maximálním roznožením, ten doprovází předklon trupu a vysazení pánve. V předškolním věku to vůbec nevádí, protože pluhový postoj, vyvolaný pouze pohybem kolen, jsou schopny

zvládnout až děti starší (Tremml, 2004). Důležitým průpravným cvičením je zastavení v pluhu na určeném místě nebo na povel. Tím si ověříme, že dítě umí bezpečně zastavit.

Dalším článkem metodické řady je zatačení v pluhu. Nácvik začínáme jízdou po spádnicí v pluhovém postavení a postupně přenášíme váhu více na budoucí vnější lyži. Využívání různých cvičení, například jízda jako letadlo, která zvýrazní tlak na vnější lyži, nebo tlak oběma pažemi na koleno vnější nohy. Využíváme jednoduchých dětských slalomů.

Pluh a zatačení v pluhu se stává hodně diskutovaným článkem metodické řady. Někdo na něj nedá dopustit, jiní by ho nejradši z metodické řady úplně odbourali. Z mé zkušenosti vím, že naprostá většina začínajících dětí nedokáže zastavit jinak než pluhem. Pouze výjimečně se mezi frekventanty najde např. nadprůměrně nadaný hokejista, který bez jakýchkoliv lyžařských dovedností dokáže zastavit stejně jako na bruslích, tedy brakáží¹ (Reichert, 2007).

Pokud děti zvládnou jízdu přímo po spádnicí, pluh a zatačení v něm, není důvod setrvávat na mírném kopci a můžeme přejít na obtížnější svah. Při tomto přechodu bývá trochu problém s jízdou na jiném vleku (poma, kotva), ale je to otázka jedné či dvou jízd a děti si zvyknou i na tento vlek. Výuka pokračuje jízdou šikmo svahem. Poloha těla při traverzu je velmi podobná jízdě s paralelním postavením lyží. Dochází ke klouzání po souhlasných hranách, na rozdíl od pluhu, kde se využívá vnitřních hran. Při jízdě šikmo svahem se projevují změny konstrukce lyží, rozšířilo se postavení lyží, váha je rozložena na obě lyže.

Spojením traverzu a oblouku v pluhu už postupně přecházíme k paralelním obloukům. Přejíždovým obloukem je oblouk z pluhu, zahajujeme ho jízdou šikmo svahem, postupně vysuneme patky lyží do pluhu, překonáme spádnicí a necháme lyže sjet do paralelního postavení. Tento prvek metodické řady je posledním článkem výuky u začínajících dětí z druhého družstva. Předškolní děti často zůstávají u oblouku v pluhu delší dobu. Lyžování je sportem, kde hloubka prožitku nezávisí na úrovni dovedností, děti mají radost z lyžování a rychlé jízdy v pluhu po spádnicí. Necítí proto potřebu přecházet z jízdy v pluhu na paralelní oblouky.

¹ Rychlé postavení lyží kolmo na směr jízdy.

Družstvo pokročilých tvoří děti, jejichž lyžařské dovednosti byly od začátku na poměrně vysoké úrovni. Jedná se o děti, které lyžují již několik let. Přestože jsou to jedinci lyžařsky velice zdatní, není od věci připomenout si vše od začátku. Zábavnou formou zopakovat prvky všeobecné lyžařské průpravy, projít přes napojované oblouky k obloukům paralelním a k některým prvkům carvingového lyžování. Vše je doplňováno množstvím průpravných cvičení k rozvoji lyžařské všestrannosti.

Pro kvalitní lyžování je důležitá rovnováha, proto zařazujeme cviky na rozvoj koordinačních schopností: jízda po jedné lyži přímo, jízda po jedné lyži šikmo, zatačení pouze na vnější lyži (druhá lyže ve vzduchu), zatačení pouze na vnitřní lyži – smýkaný oblouk, zatačení pouze na vnitřní lyži – řezaný oblouk, zatačení na vnitřní lyži ve dvojici.

5.2.3 Techniky snowboardingu pro družstvo č. 1 a družstvo č. 2

Jedním ze základních předpokladů zvládnutí jízdy na snowboardu, je znát jeho jednotlivé části. Proto je dobré se před samotnou výukou techniky jízdy seznámit s pojmy využívanými během výuky na snowboardu. Vzhledem k vyššímu průměrnému věku začínajících snowboardistů si můžeme dovolit zařadit i trochu teorie.

Stejně jako u začínajících lyžařů ještě před technikami jízdy na snowboardu věnujeme pozornost základním dovednostem: nošení prkna, obouvání a zouvání snowboardového vázání. Tyto dovednosti se u začínajících snowboardistů stávají velmi brzy automatickými.

Po obutí prkna je základním stavebním kamenem nácvik správného postoje. Vše cvičíme na rovině s názornou až přehnanou ukázkou. Zafixování správného postoje je důležitým prvkem pro nácvik dalších technik jízdy na snowboardu. Pro bezpečnou jízdu na svahu je nezbytné seznámit se s technikami pádu. Ani vstávání na svahu není jednoduchou záležitostí, proto mu věnujeme patřičnou pozornost. Samozřejmostí při výuce pádů a vstávání je nácvik obrátů. V základním postoji zařazujeme rovnovážná cvičení: chytání za špičku a za patku prkna nejprve souhlasnou rukou, poté opačnou rukou a poskoky na místě.

S tím souvisí otáčení na svahu nejdříve menšími poskoky, poté otočením o 180°. Podstatným a nezastupitelným prvkem metodické řady pro začátečníky je nácvik tzv. koloběžky. Má svůj význam především pro nácvik rovnováhy a slouží jako průprava pro jízdu na vleku. Koloběžku procvičujeme s odrazem na frontsidové i backsidové straně a dbáme i o střídání přední zapnuté nohy. Několika odrazy se snažíme o krátké svezení postavením zadní nohy mezi vázání prkna. Zvládnutím této dovednosti postupujeme k jízdě po spádnici s jednou nohou ve vázání s dojezdem do protisvahu. Cvičení opakujeme s vystřídáním přední nohy.

Jakmile jsou děti schopny udržet rovnováhu, můžeme přejít k jízdě na vleku. Na to je musíme alespoň částečně připravit. Proto zařazujeme cvičení ve dvojicích, např. tažení snowboardisty za přední ruku nebo s použitím lyžařské hůlky. Při tomto nácviku apelujeme na udržení váhy na zadní noze.

Na prudším kopci přecházíme k nácviku sesouvání na backsidovou i frontsidovou stranu. Pro další výuku je velmi důležitým cvičením tzv. padající list. Děti se stále ještě seznamují s vlastnostmi snowboardu a procvičují rovnováhu. Ve chvíli, kdy se naučí techniku padajícího listu, jsou schopni tímto stylem zdolat mírnou sjezdovku bez zbytečných pádů. Přes girlandy plynule přecházíme k nácviku smýkaného oblouku. Klademe důraz na střídání přední nohy a snažíme se tak odbourat dominantnost jedné přední nohy. Smýkaný oblouk je posledním prvkem metodické řady těchto začínajících snowboardistů v jedné sezóně.

Družstvo pokročilých tvořily děti, jejichž snowboardové dovednosti byly od začátku na poměrně vysoké úrovni. Jednalo se o děti, které jezdí nejméně druhý rok. S těmito dětmi jsme začínali nácvikem a zdokonalováním smýkaného oblouku. K procvičování rovnováhy zařazujeme přejíždění terénních nerovností a menší skoky. U těchto dětí je paradoxně velkým problémem jízda na switch, které věnujeme zvýšenou pozornost. Mají zafixovanou jízdu s dominantní přední nohou, jízda na switch je pro ně proto těžší než pro začátečníka, který od začátku nácviku pravidelně střídá obě nohy. Nejtěžším prvkem metodické řady jízdy na snowboardu je nácvik řezaného oblouku. S dětmi nacvičujeme řezaný oblouk jednoduchý s dojezdem do protisvahu.

5.2.4 Denní program kurzů

Všechny sobotní lekce měly víceméně shodný program, výjimkou byla soutěžní a závěrečná sobota. Poslední sobotní lekci byl naší lyžařskou a snowboardovou školou pořádán maškarní den na lyžích a snowboardech na zakončení zimní sezóny.

7:25	sraz účastníků na Dolním nádraží, nástup do vlaku
7:45	odjezd vlaku směr Pernink
8:48	příjezd do Perninku
8:50 – 9:15	přesun do lyžařského areálu a příprava na svah
9:15 – 14:00	výuka prokládaná přestávkami dle potřeby
14:00 – 14:30	závěrečné hry bez lyží a snowboardů
14:30 – 14:45	sbalení věcí a přesun na nádraží
15:00	odjezd vlaku do Karlových Varů
16:00	příjezd do Karlových Varů a předání dětí rodičům

5.2.5 Soutěžní den

Šestou sobotu víkendových kurzů lyžování a snowboardingu byl naplánovaný soutěžní den, jenž obnášel dopolední závody ve slalomu, štafetový závod dvojic a odpolední exhibici dětí ve skocích na malém můstku. Pro zvýšení atraktivnosti závodu jsme zařadili paralelní slalom. Tím se závod urychlil a mohl probíhat dvoukolově. Abychom dali šanci začátečníkům, vytvořili jsme dvě skupiny lyžařů a dvě skupiny snowboardistů podle úrovně jejich dovedností. Paralelní závod jsme zvolili z důvodu motivace závodníků, nespĺňoval ale standardní pravidla klasického paralelního slalomu. Každému závodníkovi byl měřen čas z prvního i druhého kola. Po sečtení jsme stanovili konečné pořadí v každé kategorii.

Další soutěží byl štafetový závod dvojic. Dvojici tvoří vždy jeden začátečník a jeden pokročilý jak na lyžích, tak na snowboardu. První závodník ze štafetové sestavy vyběhne stanovený 15metrový úsek do kopce, tam předá štafetu druhému závodníkovi a ten jede slalom až do cíle. Tento závod probíhá paralelně vyřazovacím způsobem. Vítězové postupují do dalšího kola, v němž si role vymění.

Posledním odměňovaným závodem jsou skoky na malém můstku. Toto soutěžení bylo plně v kompetenci instruktorů jednotlivých družstev. Každý instruktor našel vhodný můstek úměrně velký a náročný nejslabšímu členu svého družstva. Hlavními hodnotícími kritérii byla především originalita a provedení skoku.

Odpoledne před odjezdem do Karlových Varů byly vyhlášeny výsledky všech disciplín a soutěžních kategorií, rozdány medaile, diplomy a ceny pro vítěze (viz Příloha V). Zároveň byla každému účastníkovi předána absolventská kartička (viz Příloha VI).

Závěrečnou sobotu víkendových lyžařských a snowboardových kurzů se konal maškarní den na lyžích a snowboardech pro účastníky kurzu i jejich rodiče. Rodičům byla domluvena společná permanentka na vleky za zvýhodněnou cenu pro náš kurz. Během dne probíhaly soutěže pro děti i rodiče. Na konci dne byla vyhlášena nejhezčí a neoriginálnější maska mezi dětmi i mezi dospělými.

5.2.6 Celkové vyúčtování a ekonomické zhodnocení

Rodičům byla nabídnuta alternativa projet předplatné v průběhu celé sezóny. Zároveň jsme nabízeli dokoupení i jednotlivých sobot. Počet účastníků kurzu se každou sobotu lišil. Proto jsem prováděla vyúčtování za každou sobotu zvlášť a následně vyčíslila celkový zisk z příjmů a výdajů za každou sobotu s odečtením ostatních výdajů, do kterých se započítávají tiskoviny, výroba CD, účty za telefony, doprava instruktorů na nádraží, opotřebení materiálu instruktorů a odměny pro děti. Příjmy tvořilo jednotlivé jízdné za 450,-Kč, jednotlivé jízdné bez dopravy za 400,-Kč a cena z předplatného činila 420,-Kč. Účastníci, jež měli projeto 5 předplacených sobot, platili za každou další lekci 420,-Kč (v seznamu účastníků značeno symbolem „/“).

Vyúčtování 15. ledna 2011

Příjmy	Výdaje
11 x 420,-Kč	Doprava: 800,-Kč (společné jízdné)
5 x 450,-Kč	Vleky: 10 x 150,-Kč (děti)
	6 x 120,-Kč (dětský vlek)
	Instruktoři vleky: 1 x zdarma, 2 x 150,-Kč
	Plat instruktorů:
	3 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 1764,-Kč
Příjmy celkem: 6870,-Kč	Výdaje celkem: 5084,-Kč

Tab. 5: Vyúčtování 15. ledna 2011

Vyúčtování 22. ledna 2011

Příjmy	Výdaje
10 x 420,-Kč	Doprava: 1000,-Kč (společné jízdné)
14 x 450,-Kč	Vleky: 16 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	9 x 120,-Kč (dětský vlek)
	Instruktoři vleky: 4 x zdarma
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 10900,-Kč	Výdaje celkem: 6512,-Kč

*Tab. 6: Vyúčtování 22. ledna 2011***Vyúčtování 29. ledna 2011**

Příjmy	Výdaje
13 x 420,-Kč	Doprava: 1347,-Kč (společné jízdné)
18 x 450,-Kč	Vleky: 26 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	6 x 120,-Kč (dětský vlek)
	Instruktoři vleky: 4 x zdarma
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 13960,-Kč	Výdaje celkem: 7799,-Kč

Tab. 7: Vyúčtování 29. ledna 2011

Vyúčtování 5. února 2011

Příjmy	Výdaje
10 x 420,-Kč	Doprava: 852,-Kč (společné jízdné)
8 x 450,-Kč	Vleky: 19 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	Instruktoři vleky: 3 x zdarma, 1 x 130,-Kč
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 8200,-Kč	Výdaje celkem: 5804,-Kč

*Tab. 8: Vyúčtování 5. února 2011***Vyúčtování 12. února 2011**

Příjmy	Výdaje
9 x 420,-Kč	Doprava: 800,-Kč (společné jízdné)
9 x 450,-Kč	Vleky: 19 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	Instruktoři vleky: 3 x zdarma
	Plat instruktorů: 3 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 1764,-Kč
Příjmy celkem: 8230,-Kč	Výdaje celkem: 5034,-Kč

Tab. 9: Vyúčtování 12. února 2011

Vyúčtování 19. února 2011

Příjmy	Výdaje
13 x 420,-Kč	Doprava: 1347,-Kč (společné jízdné)
18 x 450,-Kč	Vleky: 32 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	Instruktoři vleky: 4 x zdarma
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 13960,-Kč	Výdaje celkem: 7859,-Kč

*Tab. 10: Vyúčtování 19. února 2011***Vyúčtování 26. února 2011**

Příjmy	Výdaje
13 x 420,-Kč	Doprava: 1200,-Kč (společné jízdné)
13 x 450,-Kč	Vleky: 27 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	Instruktoři vleky: 4 x zdarma
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 11710,-Kč	Výdaje celkem: 7062,-Kč

Tab. 11: Vyúčtování 26. února 2011

Vyúčtování 5. března 2011

Příjmy	Výdaje
13 x 420,-Kč	Doprava: 1487,-Kč (společné jízdné)
20 x 450,-Kč	Vleky: 34 x 130,-Kč (děti)
1 x 400,-Kč	Instruktoři vleky: 4 x zdarma
	Plat instruktorů: 4 x 588,-Kč (- 15% srážková daň = 88,-Kč) = 2352,-Kč
Příjmy celkem: 14860,-Kč	Výdaje celkem: 8259,-Kč

Tab. 12: Vyúčtování 5. března 2011

Celkové vyúčtování

Příjmy	Výdaje	Ostatní výdaje
15.1.2011 6870,-Kč	5084,-Kč	Tiskoviny: 500,-Kč
22.1.2011 10900,-Kč	6512,-Kč	CD: 200,-Kč
29.1.2011 13960,-Kč	7799,-Kč	Telefony: 1000,-Kč
5.2.2011 8200,-Kč	5804,-Kč	Doprava inst. na nádraží:
12.2.2011 8230,-Kč	5034,-Kč	700,-Kč
19.2.2011 13960,-Kč	7859,-Kč	Opotřebení materiálu: 800,-Kč
26.2.2011 11710,-Kč	7062,-Kč	Odměny: 800,-Kč
5.3.2011 14860,-Kč	8259,-Kč	
Příjmy celkem: 88690,-Kč	Výdaje celkem: 53413,-Kč	Ostatní výdaje celkem: 4000,-Kč

Tab. 13: Celkové vyúčtování

Celkový zisk: PŘÍJMY – VÝDAJE – OSTATNÍ VÝDAJE

Celkový zisk: 88690 – 53413 – 4000 = 31277,-Kč

Čistý celkový zisk: 31277 – 15% daň z příjmu (= 4691,-Kč) = 26586,- Kč

Na základě dohody o provedení práce činí odměna vedoucímu akce 50% ze zisku, po zdanění: 13293,- Kč.

6 Diskuze

Při organizování jakékoliv akce se můžeme setkat s množstvím překvapení, které nám poněkud zkomplikují její průběh. I nám se toto stalo, nicméně jsme se s nimi dokázali vypořádat. Víkendové kurzy jsou pořádány ve dvou lyžařských areálech. Každý z těchto areálů má jiného majitele. Sjezdovky Pod nádražím jsou ideální pro začínající lyžaře a snowboardisty. Je zde mírný svah s dojezdem do roviny a dětským vlekem. Jedná se o prostor oddělený od okolních sjezdovek, tedy ostatních lyžařů a snowboardistů. Nedochozí tudíž k ohrožení začínajících lyžařů a snowboardistů rychlejšími lidmi pohybujícími se na svahu. Nevýhodou byla ovšem cena permanentek jak pro děti, tak pro instruktory. Majitel areálu neposkytuje slevu pro instruktory ani při velkém počtu dětí. Kromě dětského vleku se zde nachází ještě rovná tatrapoma, která není vhodná pro snowboardisty. Výhodou je ovšem široká a upravená sjezdovka.

Areál Nad nádražím má také svá pro a proti. Sjezdovka není tak široká a uprostřed ní stojí betonové sloupy, proto je nutné dbát na větší opatrnost při výuce dětí. Na druhou stranu se jedná o obtížnější a delší svah vhodný pro mírně pokročilé a pokročilé lyžaře a snowboardisty. V areálu je vlek kotva, který je především pro výjezd snowboardistů vhodnější než rovná poma. Majitel nabízí mnohem výhodnější ceny permanentek pro děti i volné jízdenky pro instruktory.

Letos nás více než v předchozích letech trápila nepřízeň počasí. První sobota musela být kvůli vydatnému dešti úplně zrušena. O zrušení byli rodiče informováni telefonicky a jeden z instruktorů pro jistotu čekal na nádraží při odjezdu vlaku.

Podle mého názoru byl menší komplikací brzký odjezd vlaku. Bohužel České dráhy každý rok posouvají odjezd vlaku o pár minut dříve. Pro některé děti i rodiče může být problémem přijít na nádraží v 7:25 hod.

V dnešní době se čím dál tím častěji setkáváme s nezodpovědnými rodiči, kteří čekají s přihlášením až do poslední chvíle a věří, že v kurzu bude ještě volné místo. I když jsme rádi za každého účastníka, je nepříjemné z hlediska organizace, že do poslední chvíle nevíme, kolik budeme mít přihlášených účastníků. S tím totiž souvisí nábor instruktorů lyžování a snowboardingu.

Dalším problémem bylo nevhodné oblečení některých dětí. To bylo příčinou prochladnutí jejich organismu. Situaci jsme řešili posazením dítěte do vyhřívané místnosti. Přestože jsme do podrobných informací ke kurzu pro rodiče uváděli, že je potřebné zabalit dítěti náhradní rukavice, našli se některé, které je neměly. Vše jsme se snažili vyřešit domluvou s rodiči při předání dítěte na nádraží.

U snowboardistů bylo častou komplikací nevhodně nastavené vázání, které jim instruktoři museli na místě upravovat. Komplikací byly také nástupy dětí do vlaku v jiných stanicích, aniž by rodiče předtím zavolali, kde dítě nastoupí. Jízdenky jsme museli dokoupit ve vlaku přímo u průvodčího.

Možnost zakoupení jednotlivých sobot byla sice pro rodiče velkou výhodou, ale vedoucímu kurzu přinesla zkomplikování organizace. Proto jsem se rozhodla pro změnu cen v příští sezóně. Předplatné 5 sobot zůstane stejné, cena za jednu sobotu bude v tomto případě velice zvýhodněná. Stále bude trvat nabídka projetí předplatného během celé sezóny. Rodičům bude nabídnuto i zakoupení jednotlivých sobot, ale za výrazně vyšší cenu. Tím snad přilákáme více rodičů, kteří si zakoupí předplatné na 5 sobot, a instruktoři budou mít jistotu, že se dítě zúčastní kurzu alespoň pětkrát za sezónu. Předjedeme tak situacím, že se kurzů bude zúčastňovat průměrně 25 dětí, přestože jich je přihlášeno 40.

7 Závěr

V závěru práce bych chtěla zhodnotit, jak se mi podařilo splnit stanovené úkoly práce.

Po konzultaci s dopravcem, kterým jsou České dráhy a.s., jsme našli nejvýhodnější variantu jízdneho. Po předchozí telefonické domluvě byla naší skupině při větším počtu než 30 dětí rezervována část vagonu i s úložným prostorem pro lyže a snowboardy. Podobně úspěšná byla i spolupráce s majiteli lyžařských areálů, ve kterých probíhala výuka lyžování a snowboardingu. Přestože jsme museli zpočátku řešit drobné problémy s cenou permanentek v areálu Pod nádražím, vše nakonec dopadlo ke spokojenosti všech zúčastněných.

Pokud bych hodnotila časové rozvržení, musím se nejdřív zaměřit na rozvržení vlastní bakalářské práce. S plánováním projektu jsem začala v září 2010, což mi vzhledem k mým zkušenostem z pořádání této akce v minulých letech připadá dostačující. Časové rozvržení vlastní realizační fáze mělo také svá úskalí. Původně jsem plánovala dobu konání kurzů na deset po sobě jdoucích sobot, ale vzhledem k nepříznivému počasí a špatným sněhovým podmínkám, byla zrušena první a poslední sobota víkendových kurzů. Kurzy tedy proběhly osmkrát. Při stanovení časového rozvržení dne, tedy jedné soboty, jsem byla limitována odjezdem vlaku. Uvědomuji si, že pro rodiče i děti by byl přijatelnější odjezd pozdější, ale nezbývá mi než se přizpůsobit jízdnímu řádu Českých drah, neboť pozdější spoj přijíždí do Perninku až v 11:00 hod. V počáteční ekonomické rozvaze jsem kalkulovala s počty 15, 20 a 30 dětí. Nakonec se do víkendových kurzů přihlásilo 40 dětí, s čímž jsem byla velice spokojena. Ovšem při vlastní realizaci přišlo dětí mnohem méně, některé nepřišly vůbec. Výsledný čistý zisk z celé akce je 26586,-Kč, z toho moje odměna činí 13293,-Kč. Vzhledem k tomu, že výuka dětí na lyžích a snowboardu je mým koníčkem, jsem s výší odměny velmi spokojena. Tato odměna mi umožní obnovu výstroje a výzbroje pro příští sezónu.

V letošním roce jsem zvolila nový způsob propagace. Spočívala v rozdávání materiálů o lyžařské a snowboardové škole na třídních schůzkách základních škol v Karlových Varech. Jak se ukázalo z počtu přihlášených, tento způsob propagace byl

velmi účinný. Nově jsem zavedla možnost přihlášení pomocí on-line formuláře, který většina rodičů ráda akceptovala. Zároveň jsem tím získala přehled zúčastněných dětí a možnost rychlého kontaktu rodičů. Velice se mi osvědčilo vytvoření stránek lyžařské a snowboardové školy na sociální síti facebook.com, kde jsem zveřejnila digitální fotografie a videa z průběhu víkendových kurzů. Ze statistiky navštěvovanosti stránek jsem zároveň získala zpětnou vazbu.

Předpokladem úspěšného fungování lyžařské a snowboardové školy byl nábor kvalitních instruktorů. Z kontaktovaných šesti instruktorů jsem nakonec vybrala čtyři, kteří tvořili stabilní a spolehlivý tým.

K vlastní realizaci bych ráda podotkla, že celý kurz proběhl bez jediného zranění. Všechny děti, které začínaly, zvládly základy pohybu na lyžích i snowboardech. Ty, které již měly základy zvládnuté, se dostaly na vyšší úroveň. Z reakcí a chování dětí usuzuji, že se kurzů zúčastňovaly rády a to nejen kvůli lyžování a snowboardingu, ale i díky různým hrám, které jsme v průběhu kurzů pravidelně zařazovali. Také od rodičů máme pozitivní ohlasy s příslibem účasti v příští sezóně.

Celou akci hodnotím velice pozitivně a v každém případě bych v ní ráda pokračovala i v příštím roce. Sjezdové lyžování a snowboarding patří v současné době mezi nejrozšířenější a nejoblíbenější zimní sporty. Závodní úspěchy českých lyžařů a snowboardistů jsou v dlouhé historii spíše ojedinělé, ovšem svahy našich hor se zaplňují především množstvím rekreačních lyžařů a snowboardistů, které je vzhledem k počtu obyvatel v naší zemi obdivuhodné. Je zásluhou rodičů, učitelů, lyžařských a snowboardových instruktorů a trenérů, že jsou české hory plné dětí a mládeže na lyžích a snowboardech. I my patříme mezi ty, kteří se snaží přivést děti k lyžování a snowboardingu.

8 Shrnutí

Cílem této bakalářské práce je příprava a realizace víkendové lyžařsko-snowboardové školy pro děti v karlovarském regionu. Práce jsem rozdělila do tří hlavních částí. V první přípravné fázi bylo nutné zajistit smluvní partnery akce – dopravu a lyžařský areál. Dalšími úkoly bylo vytvoření časové a ekonomické rozvahy, zajištění propagace akce a nábor frekventantů a instruktorů lyžování a snowboardingu. Realizační fáze zahrnovala lyžařský a snowboardový výcvik a organizaci družstev na svahu. A v poslední závěrečné fázi byla provedena analýza všech činností, poznatků a postřehů z průběhu kurzů.

Resumé

The aim of this bachelor work are preparations and realization of the weekend skiing-snowboarding school for children in Karlovy Vary's region. Work is divided into three parts. The first preparatory part deals with contract partners – transport and ski resort, also with time and economical balance, providing promotion and recruitment of trainees and skiing/snowboarding instructors. The realization part includes ski and snowboard training and team organization on ski slope. The last final part of bachelor work is an analysis, where the whole project is evaluated and economical results are summarized.

9 Použitá literatura

- Benešová, D., Štumbauer, J. *Školní lyžování I*. Sušice: Radovan Rebstök, 2004.
- Binter, Lukáš. *Snowboarding : alpská jízda, freestyle, freeriding*. 1. vyd. Praha : Grada, 1999.
- Brtník, J., Neuman, J. *Zimní hry na sněhu i bez něj*. Praha : Portál, 1999.
- Holý, L. *Příprava a realizace projektu víkendové lyžařsko-snowboardové školy pro veřejnost* – Bakalářská práce ZČU FPE Plzeň, 2005.
- Reichert, J; Musil, D. *Lyžování od začátků k dokonalosti*. Praha : Grada, 2007.
- Treml, T. *Lyžování dětí*. Praha : Grada, 2004.
- Vilímová, V. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno : MU, 2009.
- Vobr, R. *Snowboarding*. České Budějovice : Kopp, 2007.

10 Seznam příloh

Příloha I – dohoda o provedení práce

Příloha II – propagační leták

Příloha III – přihláška

Příloha IV – online přihláška

Příloha V – diplomy

Příloha VI – absolventské kartičky pro všechny účastníky kurzu

Příloha VII – fotodokumentace z průběhu kurzů

Příloha VIII – seznam účastníků kurzu s docházkou

Příloha I: Uzavřená dohoda o provedení práce.

Dohoda o provedení práce

Smluvní strany:

1. Zaměstnavatel: **CK Sportclub – Plzeňská 25, Karlovy Vary**

IČO 77439061

(dále jen „zaměstnavatel“)

2. Zaměstnanec: **Mgr. Veronika Pánková, Slovanská 112, Karlovy Vary**

datum narození, číslo OP

(dále jen „zaměstnanec“)

Vymezení práce:

Celková organizace víkendových kurzů lyžování a snowboardingu, která zahrnuje: přípravu, propagaci, nábor frekventantů, nábor instruktorů, realizaci, rozpočet a celkové vyúčtování akce. Instruktor lyžování a snowboardingu, dozor nad svěřenými dětmi.

Místo výkonu práce: Pernink v Krušných horách

Práce bude konána do 150 hodin ročně, vždy v sobotu počínaje dnem 8. 1. 2011, na dobu určitou do 5. 3. 2011.

Rozsah práce (hodin/dnů): 150 hodin

Zaměstnanec obdrží odměnu:

500,- Kč čistého za každou odučenou sobotu, dále 50% celkového čistého zisku lyžařské a snowboardové školy

Tato odměna bude splatná do: 5. 3. 2011

Práce musí být provedena ve sjednané době, jinak může zaměstnavatel od dohody odstoupit.

O dalších povinnostech obou smluvních stran platí ustanovení Zákoníku práce v platném znění.

Datum a místo podpisu: 1. 10. 2010, Karlovy Vary

Podpis zaměstnance:

Podpis zaměstnavatele:

CK SPORTCLUB pořádá

VÍKENDOVÉ KURZY SKI & SNB

lyžování & snowboardingu pro děti od 5 let



termín: soboty

od 8. ledna 2011 do 5. března 2011

místo: Krušné hory - Pernink
sjezdovky lyž. areálů **Pod nádražím a Nad nádražím**

4 lyžařské vleky (1x kotva, 1x poma, 2x dětský vlek)
mobilní sněhová děla => lyžování po celou sezónu



doprava: vlakem z Karlových Varů - dolního nádraží
(odjezd cca 8.00 hod a návrat v 16.00 hod)

výuka: probíhá pod vedením kvalifikovaných instruktorů,
děti jsou rozděleny do družstev podle úrovně lyžařských
a snowboardových dovedností,
v průběhu kurzů proběhne závod ve slalomu a maškarní

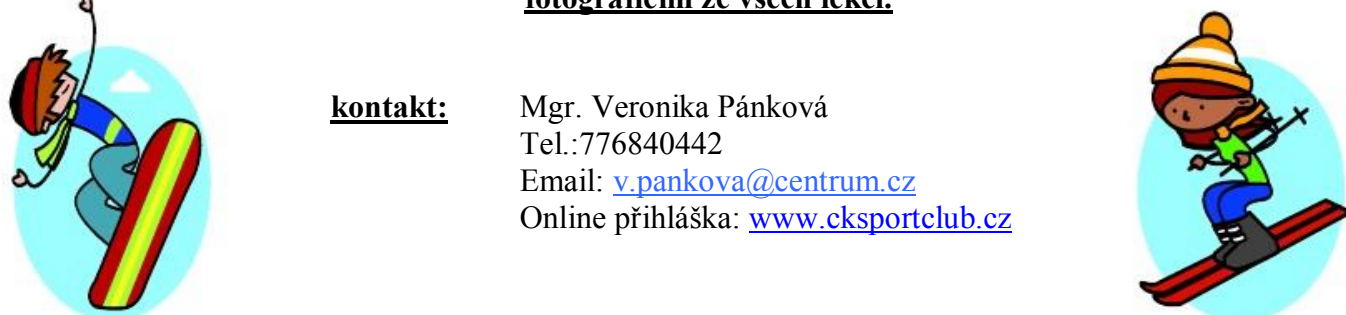
cena: 2100,- Kč / 5 lekcí (lze projezdit během celé sezóny)
450,- Kč / 1 lekce

zahrnuje: permanentku na vleky, dopravu,
kvalifikované instruktory, odměny pro děti

**Každý účastník po skončení kurzů obdrží zdarma FOTO CD, s digitálními
fotografiemi ze všech lekcí.**



kontakt: Mgr. Veronika Pánková
Tel.: 776840442
Email: v.pankova@centrum.cz
Online přihláška: www.cksportclub.cz



Přihláška do lyžařské školy 2011

Jméno

Příjmení

Datum narození

Škola

Jméno zák. zástupce

Kontaktní telefon

Email

Podpis můj

Podpis zák. zástupce



Hlásím se na :

- lyže
- snowboard

Úroveň:

- začínám
- už sježu kopec
- jezdím jako drak

Poznámky:



Příloha IV: Online přihláška

PŘIHLÁŠKA NA VÍKENDOVÉ KURZY SKI & SNB

Na základě tohoto formuláře Vám zašleme podrobné informace na Vaši e-mailovou adresu a budeme Vás telefonicky kontaktovat.

* povinné položky

Účastník kursu

* Příjmení	<input type="text"/>
* Jméno	<input type="text"/>
* Datum narození	den . měsíc . rok <input type="text"/> . <input type="text"/> . <input type="text"/>
* Zákonný zástupce	<input type="text"/>

Adresa

Ulice	<input type="text"/>
Město	<input type="text"/>
PSC	<input type="text"/>
Telefon	<input type="text"/>
* Mobil	<input type="text"/>
* E-mail	<input type="text"/>

Lyže nebo snowboard?

Lyže vs. SNB	<input type="text" value="lyže"/>
Úroveň	<input type="text" value="začátečník"/>

Přípomínky a přání

Přihlásit se

Zpět

Příloha VII: Fotodokumentace z průběhu kurzů













Příloha VIII: Seznam účastníků kurzu s docházkou

		2100,-Kč	15.1.	22.1.	29.1.	5.2.	12.2.	19.2.	26.2.	5.3.
1	Bachr Martin				/450	/450		/450	/450	/450
2	Bartek Vojtěch			/450		/450	/450	/450	/450	/450
3	Beer Vojtěch		/450							
4	Blažková Kateřina		/450	/450	/450					/450
5	Bočková Nikola	*	/					/	/	/
6	Bubeník Matěj	*	/	/	/	/	/	/	/	/
7	Černá Natálie	*	/	/	/	/	/	/	/	/
8	Gašperik Miroslav	*	/	/	/		/	/	/	/
9	Hecht Matyas				/450		/450	/450	/450	/450
10	Heimerle Ondra	*	/	/	/			/	/	/
11	Heimerle Tomáš	*	/		/			/	/	/
12	Heiserová Hana			/450	/450		/450	/450	/450	/450
13	Cheničková Eliška	*	/	/	/	/	/			
14	Karchňáková Klára			/450	/450	/450		/450	/450	/450
15	Kvardová Adéla			/450	/450			/450	/450	/450
16	Kvasnička Dominik	*	/	/	/	/	/	/	/	/
17	Lesserová Lucka	*		/		/	/	/	/	/
18	Maráková Barbora				/450			/450		/450
19	Mikuláš Filip			/450	/450			/450		/450
20	Mundilová Monika			/450	/450	/450	/450	/450	/450	/450
21	Pazderka Štěpán									
23	Pitrová Izabela			/450	/450	/450		/450	/450	/450
24	Prokop Ondřej				/400	/400	/400	/400	/400	/400
25	Radostová Diana		/450	/450	/450			/450		/450
26	Růžičková Radka	*		/	/	/	/	/	/	/
27	Sekyra Jan			/450	/450		/450	/450	/450	/450
28	Sekyrová Tereza			/450	/450		/450	/450	/450	/450
29	Sikorová Nikola	*		/	/			/	/	/
30	Sokolová Natalie		/450	/450	/450	/450				/450
31	Staňková Denisa	*			/	/		/	/	/
32	Špička Jan	*	/	/	/	/	/			
33	Šuba Jan				/450			/450	/450	/450
34	Tenčev Dan				/450	/450		/450	/450	/450
35	Tomková Tereza					/450	/450	/450		/450
36	Trnka Jan	*	/		/	/	/	/	/	/
37	Trnková Jana	*	/		/	/		/	/	/
38	Uxa Martin		/450	/450	/450		/450	/450	/450	/450
39	Vančura Jan			/400						
40	Witney Kateřina			/450	/450		/450	/450		/450