

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI  
FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
KATEDRA TĚLESNÉ A SPORTOVNÍ VÝCHOVY

**Postavení vodní turistiky v osnovách na základní  
škole**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Bc. Alena Šimková**  
*Učitelství pro 2. stupeň ZŠ*

Vedoucí práce: Mgr. Radek Zeman  
**Plzeň, 2016**

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

Plzeň, 10. dubna 2016

.....  
vlastnoruční podpis

## **Poděkování**

Poděkování patří vedoucímu práce Mgr. Radku Zemanovi za odborné vedení a rady při psaní této diplomové práce. Dále vedení Základní školy a mateřské školy v Hazlově, které mi pomáhalo s podklady k diplomové práci.

V neposlední řadě bych také ráda poděkovala všem pedagogickým pracovníkům Západočeské univerzity, kteří mě během studia vedli a předávali mi své znalosti a zkušenosti.

# Abstrakt

Má diplomová práce je zaměřena na provozování vodní turistiky na základní škole. Práci jsem rozdělila na dvě části. Obsahem první, teoretické části, je stručné shrnutí historie vodní turistiky jak ve světě, tak i v České republice. Také řeší základní pojmy běžně užívané v tomto sportu, nezbytné vybavení vodáka, vodácké desatero a otázku bezpečnosti při sjíždění řeky.

Ve druhé, prakticky zaměřené části diplomové práce, se zabývám přípravou a průběhem dvoudenního vodáckého kurzu pro žáky 9. třídy tak, jak ho realizujeme ve škole, kde působím. Do této části práce jsem zahrnula kromě informací získaných studiem literatury a elektronických zdrojů souvisejících s vodní turistikou i své vlastní dlouholeté zkušenosti. Ty by mohly být návodem a radou všem pedagogům, kteří se rozhodují, zda i tento krásný sport zahrnou do svých školních vzdělávacích programů a krátkodobý kurz se svými žáky také zrealizují.

# Abstract

My diploma thesis is focused on the pursuit of of water tourism at the elementary school.

I have divided the work into two parts. The content of the first, theoretical part is a brief summary of the history of water tourism in the world as well as in the Czech Republic. It also solves the basic concepts commonly used in this sport, the necessary waterman's equipment, the waterman ten commandments and the question of safety in rafting.

The second, practically oriented part of the thesis deals with the preparation and conduct of the two-day boating course for the 9th grade students as it is realized at school where I work. In this part of the work I have included in addition to the information gained by studying the literature and electronic resources related to water tourism also my own years of experience. These could offer guidance and advice to all educators who decide to incorporate this beautiful sport into their school curricula and to carry out this short-term course with their students.

# OBSAH

<b>1 Úvod</b> .....	3
<b>2 Cíl a úkoly práce</b> .....	5
<b>3 Metodika sběru dat (získávání informací, rozhovor s kolegou)</b> .....	6
<b>Teoretická část:</b>	
<b>4 Vodní turistika</b> .....	8
4.1 Historie vodní turistiky .....	9
4.2 Začátky vodáctví .....	11
4.2.1 Základní pojmy ve vodní turistice .....	13
4.2.2 Vodácké desatero .....	14
4.2.3 Murphyho zákony vodácké .....	14
4.3 Složky a formy vodní turistiky .....	15
4.4 Vodácké vybavení a vhodný typ lodí pro vodní turistiku .....	16
4.5 Stupně obtížnosti při jízdě na vodě .....	21
4.6 Bezpečnost při vodní turistice (záchrana a sebezáchrana, plavání s materiálem a lodí) .....	24
<b>5 Osobnost pedagoga/instruktora pro vodní turistiku</b> .....	35
<b>6 Výchovně vzdělávací cíle kurzů vodní turistiky a mezipředmětové vztahy</b> .....	36
6.1 Výchovně vzdělávací cíle kurzů .....	36
6.2 Mezipředmětové vztahy kurzů s předměty výuky .....	37
<b>7 Organizační a právní zajištění</b> .....	40
<b>8 Zákony a vyhlášky upravující splouvání řek</b> .....	42
8.1 Statistiky .....	44
8.2 Povodňová aktivita .....	45
<b>Praktická část:</b>	
<b>9 Problematika postavení vodní turistiky v učebních osnovách ZŠ</b> .....	48
<b>10 Vodácký výcvik na řece Ohři</b> .....	49
10.1 Kilometráž řeky Ohře .....	51
10.2 Program kurzu vodní turistiky .....	54
10.3 Finanční náročnost kurzů vodní turistiky .....	55
10.4 Příprava a průběh kurzu .....	56
10.4.1 Příprava kurzu .....	56
10.4.2 Průběh kurzu .....	61

10.5 Hry na zlepšení stability na lodi .....	72
<b>11 Diskuze</b> .....	74
<b>12 Závěr</b> .....	76
<b>13 Resumé</b> .....	77
Použité prameny .....	78
Seznamy obrázků a tabulek .....	82
Přílohy .....	I

# 1 Úvod

Diplomovou práci s tématem vodní turistiky jsem zvolila na základě vlastní dlouholeté zkušenosti. Díky propojení osobní zkušenosti a teoretického studia na vysoké škole v oboru tělesná výchova vyplynulo jako vhodné zaměření diplomové práce právě toto téma. Dosud není zcela jasně vymezené, zda zařadit vodácké kurzy do školního vzdělávacího programu či nikoli. Je třeba specifikovat osobnost pedagoga či instruktora pro vodní turistiky. Teoretickým východiskem se stala syntéza stávající platné legislativy, která stanovuje základní pravidla a vymezuje rámec pro organizování kurzů vodní turistiky včetně školních kurzů, které jsou metodicky specifikovány Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy. Mezi témata byla zařazena pochopitelně i bezpečnost ve vodní turistice a objektivní i subjektivní příčiny různých nebezpečí. Vedlejším tématem bezpečnosti je v této práci také záchrana a sebezáchrana a její možnosti právě při školních kurzech. Hlavním cílem práce je seznámit, informovat a povzbudit ostatní pedagogy k pořádání školních kurzů vodní turistiky, i proto jsem v některých případech uvedla konkrétní průběh našeho vodáckého kurzu.

V publikované literatuře se vybrané téma vyskytuje jako samostatně zpracované převážně z pohledu sportovní a výkonnostní činnosti. V přípravné fázi a následném zpracování dostupné literatury se ukázalo, že téma vodní turistiky je bohužel zpracováno pouze z hlediska sportu a metodik, nikoliv však v kontextu obecně pedagogickém. Jako účelné se proto jevílo využít literaturu zabývající se vodní turistikou z hlediska sportu s oborovou didaktikou tělesné výchovy. Z literatury shromážděné ke třem primárním tematickým celkům vynikají následně uvedené práce. Doležal, Kodeš a Vambora jako jediní pojednali o tématu vodní turistiky jako námětu pro pořádání školních kurzů spojených s výukou kanoistiky. Z tohoto pohledu je citovaná práce výjimečná a nikdo další podobným způsobem vybrané téma nezpracoval. Za zmínku stojí také kolektivní práce v čele s Novákovou S. na téma vodní turistiky jako metodického pokynu pro školní potřebu. Bílý M. a jeho kolegové Kračmar B. a Novotný P. se ve svém díle komplexně zabývají kanoistikou jako sportovní činností. Kladem práce je rovněž převažující odborný styl, nikoliv popularizační, jako je tomu v převažující většině literatury o vodní turistice. Aktuální témata didaktiky řeší ve své práci Fialová L., která se zaměřuje na školní tělesnou výchovu. Překvapivým zjištěním byla skutečnost, že neexistuje speciální internetový portál, který by shromažďoval všechny potřebné informace pro pořádání

kurzů vodní turistiky pro žáky základních a středních škol. Nalezla jsem pouze webové prezentace poskytující základní informační servis o vodních sportech. Z toho vyplývá, že v této oblasti nacházíme dosud nevyužitý prostor, kde by v budoucnu mohly a měly být shromážděny všechny potřebné informace pro usnadnění základní orientace v této problematice a organizaci vodáckých kurzů pro školní mládež.



## 2 Cíl a úkoly práce

Cíle práce:

- Charakterizovat postavení vodní turistiky v osnovách na základní škole

Úkoly práce:

- Popis přípravy a průběhu školního vodáckého kurzu na řece Ohři.
- Vymezení problematiky právní a problematiky zařazení vodní turistiky do ŠVP ZV.
- Navržení nejvhodnější podoby školního vodáckého kurzu na základě dostupné literatury, získaných dat a zkušeností.
- Popis pravidel kurzů, typů plavidel a dalších součástí podílejících se na konečné podobě vodáckého kurzu.
- Zmapování bezpečnostních součástí vodáckých kurzů jako jsou plavecké dovednosti účastníků, používané záchranné a bezpečnostní pomůcky a znalost záchrany a první pomoci účastníků kurzu.
- Vymezení pojmů vodní turistiky, pojmů spojených s kurzy vodní turistiky jako jsou kulturně - poznávací činnost, odborně technické znalosti, typy plavidel a druhy bezpečnostních a záchranných pomůcek.
- Shrnutí dosavadní publikované literatury, která byla při tvorbě této diplomové práce použita.

### 3 Metodika sběru dat

Ve své diplomové práci jsem nejvíce využívala metodu zúčastněného pozorování. Jde o takovou formu pozorování, kdy pozorovatel je jedním z aktérů procesů a jevů, které sleduje. Toto dlouhodobé a systematické sledování probíhajících aktivit přímo ve zkoumaném terénu vede k zachycení toho, co se děje a jak vypadá daná situace.

Lze vypořádat, jak žáci reagují v různých situacích jako je sjíždění jezů, projíždění peřejí – co jim konkrétně dělá potíže a kde dělají nejčastější chyby. Z chyb se lze příště poučit. Při pozorování lze zachytit i různé situace, které si žáci třeba ani neuvědomují. Díky tomuto pozorování jsem mohla v diplomové práci popsat řadu konkrétních situací a upozornit i na některé detaily důležité pro vodácký kurz. Pedagogové se tak nemusejí spoléhat jen na koncepty, které popisují daný jev v teoretické literatuře.

Další metodou, kterou jsem využila, byl rozhovor - ohnisková skupina. Je to typ rozhovoru ve skupině. Moderátor vede diskusi nebo klade otázky malé skupině jedinců. Nazývá se ohnisková skupina, protože je dané nějaké téma, na které se diskuse soustředí. Rozhovor dokáže zachytit to, co účastníci říkají, co si myslí, a dospět k pochopení jejich zkušenosti. Tato metoda je velice důležitá při vysvětlování a diskutování se žáky o různých situacích v terénu. Například při prohlížení jezu probíhá diskuse a pedagog klade otázky, jak by v konkrétní situaci reagovali sami žáci. Večer, když dochází ke shrnutí daného dne, sdělují žáci své pocity, co si myslí, jaké jsou jejich zkušenosti. Pedagog může klást různé otázky, které ho zajímají a díky kterým se může více přiblížit ke svým svěřencům.

Pro sběr dat jsem použila i rozhovor na základě návodu. Téma vycházelo z názvu diplomové práce, tzn. vodácký výcvik na základní škole. Připravila jsem si otázky pro svého kolegu, který má v tomto směru bohaté zkušenosti. Ve školství působí déle a vodácké kurzy pro žáky realizuje již po řadu let. Pořadí otázek i formu jsem volila až v okamžiku našeho společného povídání. Jeho postřehy byly někdy humorné, ale hlavně poučné, proto jsem mu položila otázku, jak došlo k nápadu uspořádat školní vodácký výcvik na Základní škole v Hazlově?: „*Nápad, jak zrealizovat vodácký výcvik, se zrodil náhodou. Při rozhovoru s bývalou kolegyní jsem zjistil, že v mládí provozovala závodně slalom na divoké vodě. Shodli jsme se, že pěší turistiku mohou žáci provozovat s rodiči*

*kdykoli, ale co vodní turistika. Zjišťovali jsme, zda již někdo z žáků na vodě byl. Z celé školy to byli pouze dva a shodou okolností z jedné rodiny. Chtěli jsme tedy dát našim svěřencům šanci zkusit si pohybovou aktivitu, kterou pravděpodobně velká většina z nich již nikdy nezkusí.*

Během rozhovoru jsem se kolegy zeptala, zda ho v začátcích vodáckého výcviku něco překvapilo: „*Většina žáků je schopna velice rychle pochopit a osvojit si způsob ovládní lodě na mírně tekoucí vodě – úsek z Tršnice do Kynšperka nad Ohří se jeví jako ideální. Překvapením pro mě byla i výborná spolupráce žáků zvláště v některých situacích jako je převrácení lodě, či přenášení lodí. Pro osmý ročník organizujeme jednodenní kurz, v devátém navazuje dvoudenní vodácké putování. Překvapilo mě, že žáci během roku osvojenou pohybovou aktivitu nezapomněli a u většiny tříd během sjíždění nedojde ani k jednomu převrácení lodě. Vznikají i humorné situace, kdy při převrácení lodě jedni žáci loď vylíží, ale další posádka odveze pádla, v dobré víře, aby neuplavala, o několik desítek metrů po proudu. Návrat je mnohdy komplikovaný. Žákům je také potřeba sdělit, že když do lodě usedne první háček, nevydá se sám na řeku. Zadák pak velice těžko loď, i když za velikého povzbuzování spolužáků, dobíhá.*

*Při prvním stanování jsme zjistili, že většina žáků nikdy stan nestavěla, a někdy chyběly i některé jeho důležité části. Proto v současné době raději předem se všemi účastníky cvičně stavíme stany na školním hřišti.*

*I když se snažíme žáky před vodáckým výcvikem teoreticky na dění na vodě připravit, stejně většinou dojde k nepředvídatelným situacím.“*

Tato diplomová práce obsahuje teoretickou a praktickou část.

Teoretická část je zpracována na základě dostupných zdrojů, jako je literatura, internetové zdroje, ale i rozhovory se zkušenějšími vodáky. Praktická část vychází z mých vlastních dlouholetých zkušeností, znalostí a postřehů.

## 4 Vodní turistika

Vodní turistika je jedna z forem turistiky, která využívá různé druhy plavidel jako prostředek k přesunu z jednoho místa na jiné. Pádlování je u vodní turistiky spojeno s kulturní a poznávací činností regionů, krajiny, přírodních zvláštností, historie, staveb, lidí atd. Dalšími hlavními složkami vodáctví jsou vlastní pohyb na vodě a odborně-technické dovednosti pro nejnnutnější opravy, zajištění lodi, táboření, vaření. Nezbytnou součástí vodáckého sportu je pobyt v přírodě, který přispívá k lepšímu poznávání přírody a v tvrdých podmínkách často i poznání členů kolektivu a sebe sama. Díky moderní technice a dostupných informací a aktualit na Internetu je plánování trasy výletu mnohem jednodušší. Na druhou stranu bývá čas a spěch ve vodní turistice nepřítelem poznání a navíc spěch bývá v rozporu i s bezpečností plavby a s regenerací (Soukup, 1962, Svoboda, 2007)

*Vodní turistiku lze rozdělit na tři základní složky:*

- vlastní pohyb na vodě
- kulturně poznávací činnost
- odborně technické dovednosti a znalosti

### Vlastní pohyb na vodě

Z hlediska pohybového výkonu se jedná o aktivitu, jejímž obsahem jsou návyky s dovednostmi, které získáváme při vodáckém výcviku. V závislosti na charakteru zdolávaného terénu se také odvíjí intenzita pohybového výkonu. Mezi jednotlivé prvky činností na vodě patří technika pádlování a technika jízdy (Bílý, Kračmar, & Novotný, 2001).

### Kulturně poznávací činnost

Mimořádné možnosti nabízí vodní turistika v oblasti kulturně poznávací činnosti. Dává smysl turistickým akcím a je jedním z hlavních motivačních činitelů. Jedná se o specifickou složku, vymezující vodní turistiku vůči všem ostatním aktivitám ve vodním prostředí. Předmětem kulturně poznávací činnosti je cílené, komplexní poznávání oblasti, ve které se pohybujeme. Získáváme přehled zeměpisný, přírodovědný, kulturní a hospodářský, ke kterým přistupuje poznávání ekologie dané oblasti. Kulturně

poznávací činnost je specifickou složkou, která vodní turistiku odděluje od všech ostatních aktivit, spojených s vodním prostředím.

### Odborně technické dovednosti a znalosti

Dávají hlavní předpoklady pro bezpečný a účelný pohyb v přírodě. Umožňují vodákovi zvládat problémy s materiálem, opravou lodi, stavěním stanu, vařením v přírodě, orientováním se v terénu, v případě potřeby poskytnutím první pomoci, přípravami turistických akcí apod. (Bílý, Kračmar, & Novotný, 2001; Ondráček & Hřebíčková, 2007) Vodní turistika je na rozdíl od např. turistiky pěší značně náročná na materiální vybavení.

### **4.1 Historie vodní turistiky**

Primitivní plavidla najdeme vyobrazena na různých místech naší země. K nejstarším z nich patří přes 6 tisíc let starý stříbrný člun z hrobu sumerského krále. Dalším vyobrazením je kresba kanoistů pocházející z Egypta z 2. tisíciletí před naším letopočtem, která představuje osm jezdců v lodi s pádly. První plavidla byla zhotovena z několika svázaných větví a lidé se takto dopravovali po proudu toku. Následovalo vylepšení v podobně plavidel ze svázaných stromů, prvních vorů a pak se již lidé naučili vyrábět podlouhlé či oválné lodě. První z nich byly vydlabávány z kmenů stromů či svazovány z přírodního materiálu. Severoameričtí Indiáni využívali plavidla poháněná pádlem pro dopravu, lov, ale i pro válečné účely. Tato plavidla měla rozhodující vliv na pozdější sportovní a turistické pádlování.

Lidstvo se na vodě pohybovalo již odpradávná. Používala se nejrůznější plavidla pro překonání řek a vodních toků. Řeky byly vždy spojnicemi civilizací. I v dnešní době ještě existují místa v Jižní Americe, Asii či v západní Africe, která nespojuje žádná pozemní komunikace, ale jen říční tok, jenž se tak stává jediným přístupovým místem.

Každý organizátor či vedoucí (instruktor) vodní turistiky by měl mít znalost alespoň základního penza dat, které se k vývoji sportu vztahují.

- Severoameričtí Indiáni užívali plavidla, z nichž se postupem času vyvinuly dnešní kánoe.
  - Indiánská kánoe - charakteristická stavba se zvednutými konci

- Eskymáci používali k lovení tuleňů plavidla - tzv. eskymácký kajak – charakteristické rysy: úzký, obratný a prohnutý.
- r. 1860 – vzniká Anglický veslařský klub v Praze
- r. 1870 – se objevuje první kánoe u nás - angličtí obchodníci
- r. 1893 – vznik Českého Yacht klubu
- r. 1905 - první kánoe (Stutzig a Heurich) - skládací kajak
- r. 1912 - J. Rössler Ořovský - největší zásluhy o rozvoj vodní turistiky u nás
- r. 1912 – založen první oddíl vodních skautů
- r. 1913 – vzniká Svaz kanoistů Království českého a první závody na kanoích 1km, 500 m a v překážkové jízdě
- r. 1919 - vzniká Český svaz kanoistů a vodních turistů.
- r. 1920-30 - rozmach kanoistiky - trampské hnutí (vory, pramice, kánoe, skládací kajaky)
- r. 1922 – uspořádán 1. ročník distančních závodů Č. Budějovice – Praha, Praha – Měchenice
- r. 1924 - vzniká mezinárodní kanoistická federace - Internacional Representantschaft für Kanusport
- r. 1927 – publikována první kilometráž českých řek od p. Gossla, (v r. 1937 V. Teklý)
- r. 1933 – uspořádáno první ME v rychlostní kanoistice - skládací kajaky F1 a F2 - první slalomové závody na Saaře ve Švýcarsku
- r. 1936 – kanoistika na programu OH v Berlíně
- r. 1937 – uspořádány první slalomové závody v Brně - František Smutný
- r. 1946 - Mezinárodní kanoistická federace změnila jméno na ICF (Internacional Canoe federacion)
- r. 1948 – účast reprezentantů na OH v Londýně - 4 medaile - Brzák, Kudrna, Holeček, Čapka, Havel, Pecka
- r. 1949 – se koná první MS ve slalomu na divoké vodě v Ženevě
- r. 1949 – vzniká časopis Lodní Sporty, později Vodní sporty - zakladatel Jan Šulc
- r. 1959 – pořádány první MS ve sjezdu na divoké vodě v Ženevě
- r. 1967 - vzniká Československý svaz kanoistiky

- r. 1972 - vodní slalom poprvé na OH v Mnichově, další až na OH v Barceloně 1992
- MS ve vodním slalomu a sjezdu v Praze v roce 2006

### 4.2 Začátky vodáctví

Začátky vodáctví se datují zhruba do druhé poloviny 19. století. V roce 1866 byl v Evropě založen první kanoistický klub. Na české vody první kanoe vplula roku 1875, kdy jí lékárník z Roudnice Ferdinand Zinke koupil od anglických handlířů společně se závodními koňmi. Toto byla na dlouhou dobu jediná kanoe v Čechách. Další nechal přivézt z Kanady roku 1910 velký propagátor sportu Josef Rössler - Ořovský, jehož jméno známe hlavně z lyžování (první pár lyží v Čechách). 29. 11. 1913 založil Josef Rössler - Ořovský v kavárně u Karla IV. Svaz kanoistů Království Českého.

Po vzniku Československa se kanoistický sport začal rozvíjet rychlým tempem. Rozvíjela se vodní turistika, byly založeny tábořiště dnes již památných jmen, byly pořádány první závody spíše maratónského charakteru. Jezdilo se Záhoří - Chuchle, České Budějovice - Praha a mnoho dalších. Trasy těchto závodů jsou dnes na mnoha místech pod hlubokými vodami nenáviděných údolních přehrad. Již v roce 1925 se stal Český svaz kanoistů pátým členem mezinárodní kanoistické federace. První kanoistické mistrovství Evropy se konalo v Praze roku 1933. Do Prahy se sjelo 58 závodníků z deseti zemí. Součástí programu byla i dálková plavba České Budějovice - Praha. Úspěch tohoto mistrovství dopomohl i k zařazení kanoistiky na program olympijských her již v roce 1936.

Velkou zásluhu na propagaci turistického vodáctví má KČT (klub českých turistů). V roce 1924 bylo v KČT registrováno již 253 vodáků. Roku 1926 byla v Bráníku vystavěna loděnice se sto loďmi. Odtud se též vypravilo první vodácké auto s vlekem. Roku 1929 byl uspořádán první vodácký závod Kamýk-Štěchovice. Toho roku měli vodáci naježděno cca 70 000 km na řekách. Hodně se o propagaci vodáctví v Čechách zasloužilo také skautské hnutí a turistické oddíly. Jejich členové si upravili pro splouvání řek rybářskou pramici, zvýšili boky, příd' pokryli vlnolamem a místo vesel začali k ovládání plavidla používat pádla. Vzniklo tak celosvětově ojedinělé originální plavidlo, které bylo levné a zároveň pevné a bezpečné. Mnoho dětských oddílů je

používá dodnes, samozřejmě již v modifikované podobě a ze sklolaminátu. Dokonce jsou i verze jednoduše upravitelné pro plachtění.

Boom vodáctví šel také ruku v ruce s trampingem. Trampové, poloorganizované hnutí dobrodruhů, měli k přírodě vždy nejbližší. Mnoho osad navíc leželo přímo na řekách. Jednou z nich byla i Ztracenka u Štěchovic na Svatojánských proudech, která je dnes pod vodami Slapské přehrad. Trampové na kánoích procestovali celou tehdejší republiku.

Velkým krokem v turistice byl rozvoj skládacích kajaků. Vodáci byli najednou osvobozeni od vozidel s vlekem, a tím se jim zpřístupnily nové, technicky náročnější a hůře přístupné toky. Pořádají se závody, slalomy, dálkové jízdy, vydává se první kilometráž českých řek (1936). Nejedna dědeček a babička má dodnes na půdě skládací kajak potažený dnes již ztrouchnivělým plátnem. V té době se narodilo na českých loděnicích mnoho slavných slalomářských jmen.

Kanoistika nejen turistická, ale i závodní se dál utěšeně vyvíjela. Velkou ranou pro turistiku bylo postavení Vltavské kaskády údolních přehrad. Další přehrad vyrostly po celé republice. Protože se nejlépe staví v zúžených místech údolí, zanikly tak mnohdy nejvíce peřejnaté a nejzajímavější úseky řek.

Za dob normalizace nastoupila "nová vlna trampingu" a s ní opět ruku v ruce téměř masová vodácká turistika. Útěky do přírody byly jediným řešením, jak se schovat před všudypřítomnou totalitou. Navíc nebylo jednoduché cestovat mimo rámeček východního bloku. Proto se zakládaly a znovu obrozovaly nejenom vodácké oddíly a kluby. Začaly se jezdit tzv. ČPV - český pohár vodáků, na kterých se setkávali lidé z celého tehdejšího ČSSR. Vodáci se chtěli vždy hlavně bavit a to nejenom sportem, ale i společensky, a to vše v přírodním prostředí. V tom jim nemohla zabránit ani silná ruka vládní moci. Na tehdy laminátových kajacích, kánoích i pramicích zaplavili vodáci celou republiku. Dokázali na křehkých laminátových lodích splout cokoli. Na co nestačila laminátka, tam se vzal tehdejší "raft" - upravený vojenský nafukovací člun zvaný "Matylda".

Dnes je vše jednodušší. Materiály jsou mnohem dál. I dnes se najdou vodáci, kteří stále jezdí na vodu v laminátce. Ale polyester, PE, tedy plast, udělal materiálovou revoluci ve výrobě lodí. Dnes si na potok WW 3 může troufnout kajakář, který by na něj před 20 lety nemohl, protože by loď do cíle donesl dřevem na ramenou. Dnes můžete



trefit každou skalku a loď to přežije, nepřežijete spíš vy. Stejně tak kanoe. Z toho důvodu se u řek vytvořila široká síť půjčoven. Lodě se dnes nemusí složitě opravovat a lepit. Prostě vydrží téměř vše.

### 4.2.1 Základní pojmy ve vodní turistice

Vodáci mají svůj vlastní slang, kdy některá slova jsou známá i lidem nepohybujícím se v tomto odvětví, některá se však mohou zdát záhadnější, obzvláště když se poprvé vyjede na vodu a zkušený vodák se zeptá na banální věc (pro něj).

Vodáci se zdraví zásadně pozdravem AHOJ a tykají si.

*Vodák* = člověk provozující plavbu na turistických plavidlech poháněných lidskou silou, obvykle pádlováním, veslováním nebo bidlováním. Účelem plavby bývá zábava, zážitky, sport, turistika, rekreace apod.

*Vodáctví* = činnosti vykonávané vodáky. Vše co souvisí s plavbou na turistických plavidlech poháněných lidskou silou.

*Vodácká (vodní) turistika* = jeden z typů turistiky, kdy jako cestovní prostředek je používána turistická loď. Plavba bývá spojena s fyzickou aktivitou člověka, s pobytem v přírodě a s týmovou činností. (Poznámka - „vodní“ je totožné s „vodácká“).

*Základní vodácké znalosti* = obvyklé znalosti považované vodáky za potřebné pro vodní turistiku.

*Háček* = ten, kdo pádluje na přídi (vpředu).

*Zadák* = ten, kdo pádluje a kormidluje loď (vzadu).

*Porcelán* = nepádlující člen posádky sedící uprostřed v lodi.

*Vracák* = zpětný proud, vzniká vedle hlavního proudu a žene loď zpátky pod jez, do mělčiny a mezi klacky.

*Volej* = stojatá voda, obvykle nad jezy, kde se proud vody téměř zastaví a musí se intenzivně pádlovat.

*Udělat se, cvaknout se* = převrátit se, otočit kanoi dnem vzhůru.

### 4.2.2 Vodácké desatero

- Nejezdi na řece sám. Řeka tvé prosby o pomoc nevyslyší.
- Nepřeceňuj své schopnosti a možnosti. Hřbitovy jsou plné hrdinů.
- Nepodceňuj chladnou vodu, počasí ani vodní stav.
- Plovací vesta pomáhá plavat, chrání i hřeje.
- Nejezdi bez helmy. Kameny i větve jsou většinou tvrdší než tvoje hlava.
- Na nohy jsou dobré kecky. V řece je spousta skla a mezi kameny se dobře lámou kotníky.
- Každý jez si nejdříve prohlédni. Není ostuda jej přenést.
- Záchrané lano, karabina a další vybavení pro záchranu nejsou přepych.
- Zavazadla v lodi si dobře přivaž.
- Alkohol nepatří ani za kormidlo.
- Řeka není popelnice.
- Chovej se slušně a měj ohled na ostatní.

### 4.2.3 Murphyho zákony vodácké

- Ať hledáš, co hledáš, je to vždy na dně lodního pytle (barelu).
- Stav vody v řece je nepřímo úměrný technickému stavu lodí.
- Nálepky označující obsah konzerv se samovolně sloupnou.
- Zapomeneš-li si pláštěnku, celou plavbu bude pršet.
- Zapomeneš-li si opalovací krém, celou plavbu bude svítit slunce.
- Nezapomeneš-li si nic, utopíš lodní pytel.
- Nenakoupíš-li do zásoby chleba, nebude k mání v obchodech ani ve vodáckých hospodách.
- Nakoupíš-li chleba do zásoby, rozmočíš jej.
- Když pečlivě nepřivážeš bagáž, uděláš se.
- Když bagáž pečlivě přivážeš, příští jez budeš přenášet.
- Mokrý oblečení, pokud jsi jej nenamočil schválně, sluncem neuschne. Pomůžeš-li si ohněm, oblečení shoří.

- Fotoaparát na lodi je k ničemu – buď máš plné ruce práce, nebo dojdou baterie, zasekne se film... nebo platí bod 1.

### 4.3 Složky a formy vodní turistiky

Vodní turistiku tvoří tři složky:

- Vlastní pohyb na vodě – technika jízdy, ovládání lodě.
- Kulturně poznávací činnost spojená s poznáním bezprostředního okolí řeky.
- Odborně–technické dovednosti pro nejnnutnější opravy, zajištění lodě, táboření, vaření.

*Vodní turistika je tradičně rozdělována na formy krátkodobé a dlouhodobé:*

*Krátkodobou formou* rozumíme vodáckou akci nepřesahující rámec víkendu, resp. dvou dnů. Obsahem bývá sjíždění takových vybraných úseků vodních toků, které mají optimální vodní stav a svou technickou náročností jsou přiměřené pro účastníky akce. Na území ČR jsou využívána období jarního tání sněhu, přívalových vod při průtržích či vysokého vodního stavu v potocích a říčkách při podzimním vypouštění rybníků. Je důležité mít připravenou náhradní variantu pro případ změny vodního stavu. Při krátkodobé formě mohou být sjety úseky s vyšším stupněm obtížnosti. Je nutné zajistit zdárný průběh akce a její bezpečnost. Na toky s vyšší obtížností je nevhodné vjíždět osamoceně. Při převrnutí lodě nastává stav deprese a chybí loď, která by mohla poskytnout v případě potřeby pomoc.

*Dlouhodobými formami* vodní turistiky jsou vodácké akce převážně v době dovolených a prázdnin, velmi často se jedná o rodinnou dovolenou. Jsou náročnější než formy krátkodobé při plánování a přípravě i při vlastní realizaci akce. Vyspělost účastníků v kanoistice bývá menší, jedná se o rekreanty či účastníky dětských putovních táborů. Tábořiště a kempy bývají v letních měsících přeplněny, vznikají potíže v dopravě a v zásobování, někdy i při vlastní plavbě, zajištění ubytování, dopravy, stravy apod. V době soustředěného rekreačního provozu vyžaduje dlouhodobější plánování, zahrnuje organizační zajištění tábora či dovolené a bezpodmínečně vyžaduje – vhodný výběr řeky, rámcový program vybudovaný na základě zkušeností, u putovního tábora výběr účastníků (plavci) a vedoucích (odborná licence), materiální zajištění.

### 4.4 Vodácké vybavení a vhodný typ lodí pro vodní turistiku

Vodácké vybavení dělíme na vodáckou výzbroj a vodáckou výstroj. Výzbrojí se rozumí loď a její příslušenství, pádlo, špicdeka či krycí deka, lano, pomůcky pro opravu či vázání lodí a další vybavení potřebné k provozování vodní turistiky a ostatních vodáckých aktivit (Kutová, 1966; Štemprok, 1983).

Do výstroje potom zařazujeme oblečení odvíjející se podle druhu a náročnosti činnosti na vodě. Od základního vodáckého oblečení až po speciální neoprenové oblečení, neoprenové boty, vestu, přilbu apod. (Štemprok, 1983).

Výběr výzbroje a výstroje je ovlivňován řadou faktorů, především ročním obdobím, ve kterém se chystáme na vodu, aktuálním stavem vody a s ním související obtížností vodního toku, časem stráveným na vodě a druhem použité dopravy lodí a účastníků (Štemprok, 1983).

Typy lodí vhodných pro vodní turistiku:

Rodinná třímístná kanoe s vysokým výtlačkem a velkým prostorem pro zavazadla. Kanoe je vhodná pro dlouhé výlety po našich řekách.



Obrázek 1 – Rodinná třímístná kanoe

Zdroj: <http://www.luznice-pujcovna-lodi.cz/cenik.htm>

Kajak je velice oblíbený pro svou univerzálnost a rychlost. K pohánění kajaku se používá oboustranné kajakářské pádlo – tzv. dvojřídlo na rozdíl od jednostranného pádla u kanoe. V kajaku se sedí. Uzavřený kajak se používá i k sjíždění obtížně splavných toků a v některých sportovních disciplínách.



Obrázek 2 – Kajak

Zdroj: <http://www.kamvblansku.cz/vodni-sporty/rezervace-kajak-bert-basic>

Dvoumístný kajak, stabilní a prostorný s komfortními sedačkami a jednou vodotěsnou komorou v zadní části kajaku. Rodinná turistická loď s optimálními parametry, které ho řadí do nejpobulárnější kategorie turistických kajaků pro všechny.



Obrázek 3 – Dvoumístný kajak

Zdroj: <http://www.kajaki.swornegacie.biz/nasze-kajaki>

Baraka je nafukovací kánoe vhodná jak na divokou vodu, tak na turistické putování po našich řekách.



Obrázek 4 – Baraka

Zdroj: <http://www.nafukovacicluny.cz/kanoe-baraka.htm>

Raft je ploché široké gumové nafukovací plavidlo používané především pro expediční a komerční vodáctví resp. rafting. Obvykle je 4 – 6 místné. Pro pohon se používají pádla. Používá se při sjíždění divokých řek, pro což je předurčeno především pro svoji stabilitu, která je dána příčným profilem lodi.

Sportovní odvětví, které se zabývá sjížděním divokých vod na raftu, se nazývá rafting, v tomto vodáckém odvětví se běžně pořádají i mistrovství Evropy a světa.



Obrázek 5 – Raft

Zdroj: <http://www.nafukovacicluny.cz/raft-pulsar.htm>

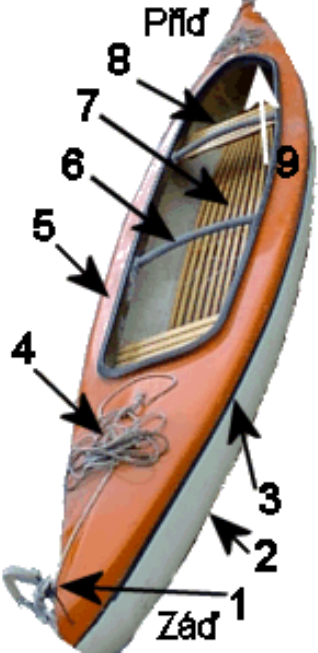
Na vodáckém kurzu využíváme hlavně otevřené kánoe. V moderní době se používají kánoe ze skelného laminátu a nověji i z odolnějších materiálů – plastu.



Obrázek 6 – Otevřené kánoe  
Zdroj: <http://pujcovna-lodi.potapka.cz>

Obecně se dělí *kánoe na otevřené a zavřené*. Zavřené mají shora palubu s otvory pro posádku, které se uzavírají krycí zástěrou nutnou zejména na divoké vodě. Otevřené kánoe bývají vyztuženy příčnými tyčemi, případně i střední podélnou, která, je-li vně trupu, bývá nazývána kýlem, i když slouží jen k udržení přímého směru plavby – zejména u kanoí jezerních. Pokud mají kánoe podélnou výztuhu uvnitř lodě, mívají dno ploché a jsou kratší, aby byly jako lodě říční obratnější. Standardní kánoe bývají vybaveny dvěma lavičkami (sedačkami), buď připevněnými, nebo volně vyjímatelnými prkénky zavěšenými zevnitř k bokům kánoe. Obvyklým vybavením otevřených kanoí jsou vzduchové komory proti potopení umístěné v přídi a na zádi. Pokud má kánoe sedačku jen jednu a je i jinak svou konstrukcí stavěna jen pro jednu osobu, nazývá se singlkanoí, zkráceně singlem. Obvyklým vybavením kánoe jsou pádla a u turistické lodi vodotěsný barel nebo vak, též zvaný lodní pytel nebo loďák pro přepravované věci. Praktickým doplňkem jsou šňůry na špičkách lodě a houbička pro vysušování vnitřku. Jiné dělení je na *kánoe pevné a nafukovací*. Pevné mají konstrukci popsanou výše, nafukovací mohou být bez odtoku horem nateklé vody, nebo s odtokem – rukávovitý otvor v zádi anebo mezera mezi dnem a nosnými bočními válci (stejně jako u velkých nafukovacích člunů – raftů). V současné době se vyrábějí nafukovací kánoe z vysoce kvalitních pogumovaných textilií, které dovolí vnitřní tlak vzduchu tak velký, že se loď i na divoké vodě chová jako pevná – tj. bez podélných průhybů a příčného kroucení.

Před plastovými kanoemi byla nejznámější lodí *Vertexka*.

Tabulka 1 – Hlavní části laminátové dvojmístné kanoe Zdroj: <a href="http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-III.aspx?ID_clanku=82">http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-III.aspx?ID_clanku=82</a>	
Hlavní části laminátové debl (dvojmístné) kanoe zvané Vertexka: přední část se nazývá příď, zadní zád' a ostatní již názorně dle obrázku.	
1. smyčka z drátu nebo provazu na obou koncích lodě opatřená bužirkou - slouží k uchopení a přenášení lodě	
2. kýl - je na dně lodí, slouží jako výztuha dna a zpevnění	
3. bort neboli bok - pravý a levý lodě	
4. koňadra - provaz uvázaný na obou koncích, který slouží např. pro přivazování lodě u břehu nebo ke koníčkování	
5. límeč - na obr. černý výstupek okolo otvoru, přes který je možné přehrnout špricku	
6. šprajc - vymezovací příčka, která zpevňuje borty a za kterou je možné přivázat třeba bagáž	
7. podlážka na dně lodí	
8. sedačka	

Základní typy lodí (shrnutí)

Tabulka 2 – Základní typy lodí  
 Zdroj: <http://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodniturestika/vybaveni.php>

Charakteristika/lod'	KAJAK	KANOE	RAFT	PRAMICE
<b>Dělení dle tvaru konstrukce</b>	otevřený	otevřená	symetrický	otevřené
	uzavřený	uzavřená	asymetrický	
<b>Dle počtu osob v lodí</b>	jednomístné	jednomístné	vícemístné	vícemístné
	dvoumístné	dvoumístné		
	čtyřmístné	čtyřmístné		
<b>Označení</b>	K1, K2, K4	C1, C2, C4	R4, R6	



## 4.5 Stupně obtížnosti při jízdě na vodě

### *Proudící voda*

Označuje se zkratkou ZW (z německého *Zahmwasser*, tj. „mírná voda“). V novější literatuře se tato kategorie často již nijak nedělí s odůvodněním, že obtížnost všech stupňů proudící vody je v podstatě stejná. Značná část autorů se ovšem drží starého systému a proudící vodu dělí do tří stupňů, neboť toto nese podstatnou informaci například pro odvození rychlosti plavby.

Tabulka 3 – Stupně proudící vody

Zdroj: <http://vodaci-brno.webnode.cz/vodacke-minimum/klasifikace-toku/>

Označení	Charakteristika	Vhodná plavidla	Příklad
<b>ZW A</b>	stojatá nebo slabě proudící voda, max. rychlost 4 km/h	plachetnice, veslice	přehrady apod.
<b>ZW B</b>	mírně proudící voda, rychlost chůze (okolo 5 km/h)	veslice, otevřené kanoe	Lužnice z Dobronic
<b>ZW C</b>	tekoucí voda, rychlost přesahuje 6 km/h, proud je souvislý, netvoří vlny, ale za překážkami se mohou tvořit zpětné proudy	otevřené kanoe, sportovní pramice	Berounka

ZW nevyžaduje větší vodácké dovednosti, nežli v případě potřeby být schopen včas přistát před překážkou, popř. uhnout z plavební dráhy. Znalost plavání není nutná, ale neplavci by měli být vybaveni plovací vestou. Ta je v některých případech vhodná i pro dobré plavce, např. při velké vzdálenosti ke břehu na širých vodních plochách.

### *Divoká voda*

Označuje se zkratkou WW (z německého *Wildwasser*, tj. „divoká voda“) a římskými číslicemi se rozlišují stupně:

## TEORETICKÁ ČÁST – VODNÍ TURISTIKA

Tabulka 4 – Stupně divoké vody

Zdroj: <http://vodaci-brno.webnode.cz/vodacke-minimum/klasifikace-toku/>

Označení	Charakteristika	Vhodné pro	Vhodná plavidla	Doporučené minimální vybavení	Příklad
<b>WW I</b>	lehké přeje nebo meandry	mírně pokročilé	otevřená kanoe, sportovní pramice	plovací vesta	Vltava kolem Dívčího kamene
<b>WW II</b>	mírně těžké přeje, praktická hranice sjízdnosti pro otevřenou loď	zkušené	kajak, (polo)uzavřená kanoe, malé nafukovací lodě	plovací vesta, helma	Svratka v úseku Doubravník — Borač
<b>WW III</b>	těžké přeje s vysokými nepravidelnými vlnami, obtížná rozhraní, malé válce, nelze vždy snadno určit optimální trasu	sehraná posádka	zavřené lodě, samovylévací nafukovací kajaky nebo kanoe, malé rafty	plovací vesta, helma, házecí pytlík	Otava z Čeňkovy pily
<b>WW IV</b>	velmi těžké přeje, vlny s hřebeny, válce, víry a velké karfioly, obtížná sebezáchrana, trať by měla být známa předem	fyzicky zdatné zkušené posádky v navzájem se jistící skupině	zavřené lodě, nafukovací kanoe pro těžký terén, rafty	plovací vesta pro těžký terén, helma, házecí pytlík, zdravotnické vybavení	některé úseky peřejí na Vltavě mezi Lipnem I a II
<b>WW V</b>	extrémně těžké přeje, těžké válce, spodní proudy, skoky, omezené možnosti sebezáchrany, nutná prohlídka a detailní znalost průjezdu tratí	výjimečně zdatné a sehrané skupiny, jištění ze břehu	zavřené lodě, velké rafty	plovací vesta pro těžký terén, helma, házecí pytlík, zdravotnické vybavení	Labe — kaskáda ve Vrchlabí
<b>WW VI</b>	hranice sjízdnosti, nejtěžší podoba všech možných překážek	týmy speciálně sestavené a trénující za účelem splutí daného úseku	lodě speciálních konstrukcí dle podmínek daného úseku	nejlepší dostupné vybavení dle podmínek daného úseku	vodopády na Mumlavě

*(Doporučení v této tabulce jsou pouze orientační, podmínky v rámci jednoho stupně se mohou velmi lišit, například podle velikosti toku.)*

Při hodnocení obtížnosti toku vycházíme z těchto nejdůležitějších faktorů:

- spád řeky (udává se v ‰)
- průtok vody (množství vody za jednotku času v m<sup>3</sup>/sec)
- charakter koryta řeky

Na toky s označením obtížnosti ZW A – ZW C se mohou vydat úplní začátečníci. Úseky označené WW I – II jsou dobře zvládnutelné vodáky se základními dovednostmi v ovládnutí lodě. Mohou se sjíždět na otevřených lodích. Úseky zařazené do skupiny WW III již nelze doporučit ke sjíždění na otevřených lodích. Nezbytnou součástí vybavení by měla být přilba a plovací vesta. Úseky zařazené do obtížnostní třídy WW IV – VI jsou pouze pro zdatné vodáky s dokonalou výstrojí a výzbrojí.

Především je třeba mít na paměti, že účelem, kterému mají stupnice sloužit, je co nejobjektivnější porovnání technické náročnosti řek pro vodáky. Jejich účelem naopak není srovnávání schopností jednotlivých vodáků, či posilování ega ambiciózních jednotlivců (k tomu jsou mnohem vhodnější nejrůznější závody a soutěže). Hodnocení obtížností v průvodcích ve zkratce vypovídá o charakteru toku a informuje poučeného vodáka o tom, na co se má s největší pravděpodobností připravit po technické, fyzické i psychické stránce. Vždy se proto spolehněte raději na důvěryhodné a ověřitelné zdroje než na zaručená hodnocení „zkušenějších“ kamarádů. Ten, kdo začne jezdit divokou vodu a porovnávat svůj výkon s údaji spolehlivých vodáckých průvodců, si brzy vytvoří představu o jednotlivých stupních obtížnosti. Snadno se pak stává, že si podle sjetých úseků vytvoří své vlastní hodnocení a v některých případech nemusí s průvodci tak docela souhlasit.

Obtížnost je ale také závislá na konkrétních podmínkách toku a může se velmi snadno stát, že řeka ohodnocená např. jako WW I má při povodni obtížnost o několik stupňů vyšší, naopak zase podprůměrný stav neumožňuje řeku vůbec sjíždět. A nemusí to být vždy jen povodeň. Na velkých přehradách stačí silný vítr, aby udělal z jinak klidného a často až nudného pádlování velmi namáhavý a vysilující boj o každý metr. A když se vytvoří i vlny, které začnou zalévat vaši loď, může obtížnost ze ZW opět stoupnout až na WW II.

## 4.6 Bezpečnost při vodní turistice

*Zdroje nebezpečí:*

Z důvodů jejich pojmenování a diferencování rozlišujeme dva zdroje nebezpečí na vodních tocích, a to vnější a vnitřní. Obě skupiny se navzájem ovlivňují.

*Vnější zdroje nebezpečí:*

A) Vodní překážky: a) přírodní (kmeny stromů, zátarasy, kameny, peřeje – vodopády)  
b) umělé (jezy, mosty a jejich pilíře, ocelové konstrukce..armatura)

B) Náhlá změna počasí, stavu vody, ochlazení

Bezpečnostní rizika spojená s přírodními podmínkami, které nemůže člověk eliminovat, jsou objektivní příčinou nebezpečí. Při vodní turistice mezi taková rizika nutně patří stav vodního terénu (aktuální průtok vody, hrozící stupně povodňové aktivity, stav břehů, množství překážek v korytě, aktuální stav jezů – eventuální opravy vodních staveb), situace v místě ubytování (stav ubytovacích prostorů, dostupnost pitné vody, dostatečná veřejná infrastruktura a dosažitelnost nemocničních zařízení) a počasí (souvislý déšť, vichřice a bouřky).

C) Nevhodné materiální vybavení : použití pevných otevřených lodí nad WW2  
: chybí některé z ochranných pomůcek a záchranných prostředků

*Vnitřní zdroje nebezpečí:*

- přecenění vlastních sil (nedostatečná úroveň dovedností a schopností)
- zhoršený zdravotní stav (diabetes, astma, epilepsie, alergie, srdeční – dechová oslabení.....nutné hlásit a konzultovat před akcí)
- nezdravé hecování
- podcenění podmínek sjízdnosti (vysoký stav vody, přechod olej x jez – válec...)

Subjektivní příčinou nebezpečí se běžně rozumí podcenění přípravy či dané situace člověkem. Jde o taková rizika, která lze významně snížit, například volbou terénu úměrně ke svým schopnostem a dovednostem. V případě kurzu organizovaného školou by měl organizátor určovat obtížnost toku podle věku účastníků a vybírat takovým způsobem, aby i fyzicky nejméně zdatný účastník akci zvládl. Přecenění schopností

značně ohrožuje průběh akce a přílišné sebevědomí pak v krajním případě ohrožuje i zdraví a život účastníků.

*Pozor na podcenění podmínek sjízdnosti!*

Jeden z nejnebezpečnějších jezů v Kynšperku nad Ohří, který byl nahrazen ne zrovna vydařenou propustí. Z vlastní zkušenosti vím, že řada lodí se v propusti převrátila a spousta vodáků se zde potloukla. Takže se žáky jez dále přenášíme.



Obrázek 7 – Jez Kynšperk nad Ohří

zdroj: [http://www.raft.cz/cechy/ohre.aspx?ID\\_reky=12&kilo=jezy](http://www.raft.cz/cechy/ohre.aspx?ID_reky=12&kilo=jezy)



Obrázek 8 – Propust Kynšperk nad Ohří

Zdroj: <http://www.dronte.cz/cs/rivers/72-ohre/one-day>

O nejrizikovější místa na řekách se postaral člověk. Stavby na řekách, které slouží k zadržení vody – jezy, se používají k zajištění splavnosti, případně vodní energie.

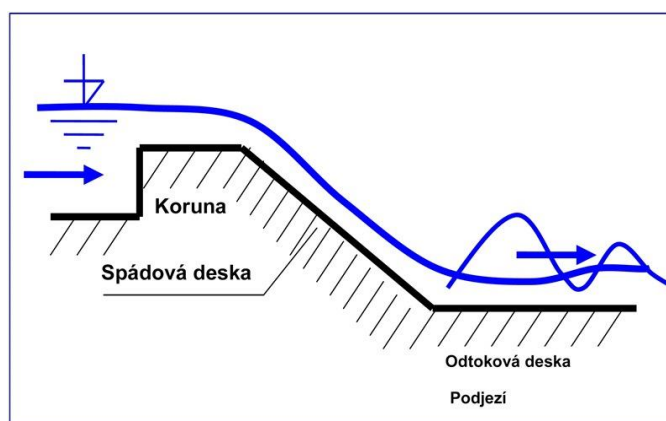
Konstrukce jezů se liší podélným profilem stavby a „typem“ jezu. Jezy s kolmou spádovou deskou a navíc ještě se záhozem lomovým kamenivem v podjezí ke splouvání obvykle vhodné nejsou. Rovněž vakové a segmentové jezy obvykle představují pro splouvání neúměrné riziko. Jezy se obvykle splouvají propustí.

Na rozdíl od jezového tělesa se vyskytují propusti s retardérovými stupni. Jedná se o stupně ve dně propusti většinou ve tvaru „W“. Účelem těchto stupňů je „zmaření“ kinetické energie proudící vody vířením a snížení rychlosti proudění. V tomto typu propustí se setkáváme se 2 podélnými válci, mezi nimiž vodák musí loď udržovat. Splouvání propustí tohoto typu není příliš náročné, ale představuje riziko v případě zvrhnutí. Pokud vodák „plave“ „retardérkou“, je důležité dodržet pravidla plavání v divoké vodě. Zejména udržet nohy na hladině a po proudu. Zaklínění končetin za retardérové stupně představuje značné riziko úrazu.

Výška horní hladiny se reguluje zahrazením propustí většinou dřevěnými trámy. Zahrazené propusti je možné splouvat, pokud je na spádové desce a na hraně hrazení dostatek vody a stupeň není příliš vysoký. Vysoké stupně se překonávají „bokem“, to lze ale doporučit pouze u velmi zkušených vodáků.

Jezy, pod nimiž voda odtéká v „bouřících“ hlubokých vlnách, nepředstavují obvykle vážné riziko (obr. 9). V závislosti na síle proudu a hloubce pod jezem je potřeba připravit zajištění a záchranu.

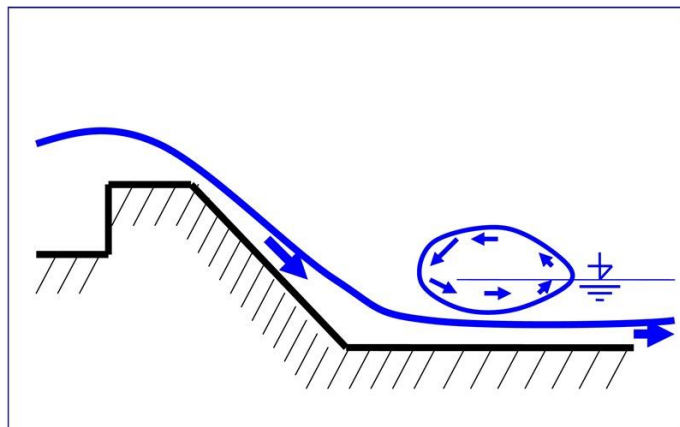
Klasický jez včetně jeho částí



Obrázek 9 – Klasický jez včetně jeho částí

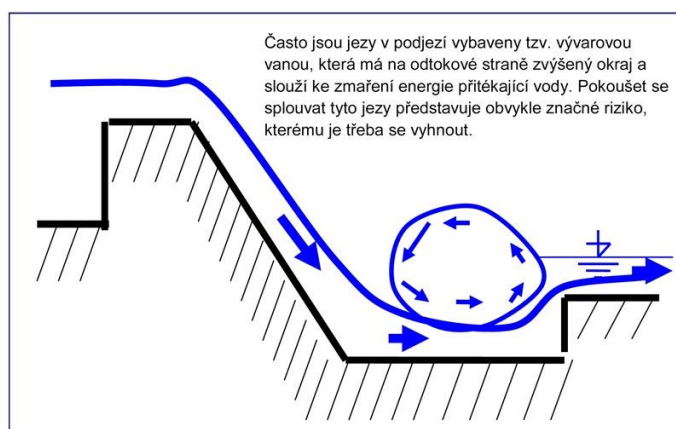
Jezy a propusti, pod nimiž se vytváří výrazný válec, jsou obvykle poznat na první pohled (obr. 10). Pokud ve válci nezůstávají plovoucí předměty (obvykle PET lahve, „klacky“ apod.), lze se zkušenými vodáky a při dostatečném zajištění o splutí pokusit. Je třeba počítat se zalitím lodi. Pokud však válec „drží“ plovoucí předměty, rozhodně nelze splouvání doporučit.

### Jez s válcem



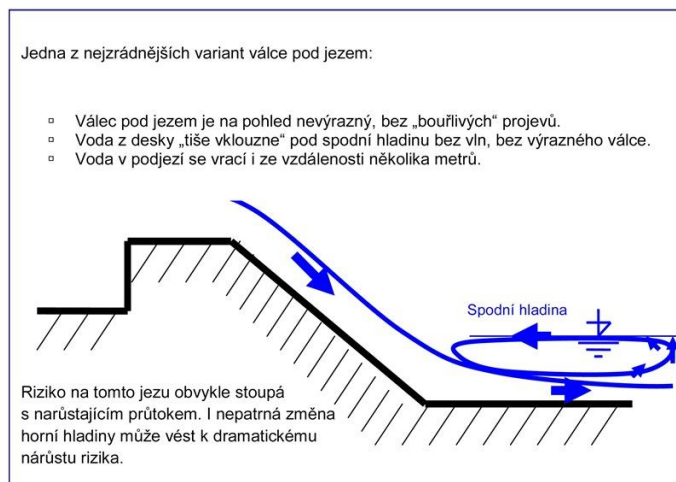
Obrázek 10 – Jez s válcem

### Jez s vývarovou vanou



Obrázek 11 – Jez s vývarovou vanou

## Jez s nebezpečným typem válce



Obrázek 12 – Jez s nebezpečným typem válce

Zdroj k obrázkům 9 – 12:

<http://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/tereny.php>

### Vodák je dále povinen znát a dodržovat následující zásady:

- na vodu nevyjíždět nikdy sám, vždy minimálně ve třech (tj. min. dvě plavidla),
- musí znát základní signalizaci mezi vodáky a základní značení vyskytující se na tocích,
- otevřené laminátové lodě mohou být používány do obtížnosti vody WW II,
- vodák musí znát účinky snášecího efektu,
- musí znát skutečnost, že loď je ovladatelná, když má vyšší rychlost než proud,
- musí vědět, že obtížnost toku stoupá se stoupajícím stavem vody,
- vodák nesmí jezdit, kam nevidí, je povinen tyto úseky prohlédnout dopředu ze břehu a popřípadě zajistit signalizaci, záchranu, organizaci a způsob překonání problémového místa,
- v problémových situacích raději volí náraz do překážky špičkou, když se k překážce dostane bokem, volí náklon k překážce,
- nechytá se větví, kmenů a kamenů,
- při záchranné akci nesmí vodák ohrozit sám sebe.



### *Co je důležité a proč?*

Splouvání vodních toků poskytuje vodákům možnosti bohatého sportovního i turistického vyžití, ale zároveň s sebou nese různá nebezpečí vyplývající ze spádu a terénu říčního koryta, porostu kolem řeky, konstrukce jezů i záludnosti vodního živlu jako takového. Začínající vodáci, kteří se poprvé vydávají na řeku, by se měli alespoň částečně seznámit se základními znalostmi techniky jízdy a nikdy by neměli vyplout bez zkušeného a zodpovědného dozoru. Další základní podmínkou bezpečné jízdy i na krotké a mírné řece je používání ochranných pomůcek. Plovací vestu jako základní ochrannou pomůcku by zásadně měli používat neplavci a děti. Pro menší děti by na vestě neměl chybět límec, který dokáže udržet hlavu nad hladinou. Plovací vesta chrání nejen před utonutím, ale i před nárazy, šokem z ledové vody a před prochlazením. Použití plovací vesty má rovněž psychologický účinek. Na přibalení vesty do zavazadel by neměli zapomínat ani dobří plavci, vydávají-li se sjíždět vodu na jaře či na podzim. Při jízdě v náročných a kamenitých vodáckých terénech je nezbytná i přilba chránící hlavu před nárazy, které by mohly mít ve vodě tragické následky. Neméně důležitým vybavením je i ochranný oděv (neopren, popřípadě pogumované obleky), který chrání před prochlazením. Z obuvi jsou nejvhodnější neoprenové boty, popřípadě tenisky. Naprosto nevhodné jsou tak často používané sandály nebo různé nazouváky, které při převrnutí lehce sjedou z chodidla. Větší nebezpečí může nastat hlavně za vyšších vodních stavů při projíždění některými zákrutami, kdy proud často táhne ke břehu do hustého porostu, kde by snadno mohlo dojít ke zranění o přečnívající větve a ke zvrhnutí nebo uvíznutí lodi pod padlým stromem. V těchto případech raději volíme jízdu po vnitřní straně oblouku meandru mimo proudnici, pokud nám to mělčina za nízkých vodních stavů dovolí. Zvýšenou pozornost bychom také měli věnovat stavenišťům vodních děl, v jejichž prostoru obvykle vyčnívají ze dna ostré předměty a kde jsou nad hladinou natažené dráty, kabely a nízké lávky. Na takových místech bývá voda často převedena do koryta vhodného pro plavbu.

### *Některé další zásady:*




- Při výjezdu z tišiny, při přistávání, při zatáčení, a při vjezdu do protiproudu dodržujeme přiměřený náklon lodi dnem proti proudu.
- Při přistávání u břehu a přejíždění k protějšímu břehu směřujeme stále před lodi proti proudu.

- Při přejíždění řeky v blízkosti jezu dodržujeme bezpečnou vzdálenost od přepradu jezu a od ústí náhonu se silným proudem.
- Při nastupování a vystupování zajišťujeme stabilitu lodi opřením pádla kolmo o dno při boku lodi na stranu řeky.
- Při zvrhnutí lodi držíme loď výše proti proudu, natočenou po proudu (při vylévání vody loď obracíme ve vodě).
- Při plavbě ve skupinách nikde neopouštíme nezkušenou posádku.
- Při zvrhnutí lodi ve zvláště nebezpečných místech (válce, vývařiště, víry a jiné) se soustředíme hlavně na svoji záchranu i záchranu ostatních bez ohledu na ztráty materiálu.

### Ochranné vybavení

Tabulka 5 – Ochranné vybavení

Zdroj: <http://www.fsp.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/vybaveni.php>

<p>Vesta</p> 	<p>Vesta představuje nejen pro začátečníka nejdůležitější ochrannou pomůcku. Bezpečná vesta má dostatečný výtlačk vzhledem k hmotnosti uživatele, dobře sedí a má jištění (pásky, popruhy...) proti vyvléknutí.</p>
<p>Přilba</p> 	<p>Optimálně volíme vodáckou, přilba musí odpovídat tvaru a velikosti hlavy.</p>
<p>Ochranný oděv</p> 	<p>Za ideální je považován neoprenový oděv, který vodáka chrání nejen proti tepelným ztrátám, ale také proti poraněním v důsledku nárazu části těla na pevný předmět (kámen, větev...)</p>
<p>Vhodná obuv</p>	<p>Nejvhodnější variantou je neoprenová obuv, která tepelně izoluje a přitom je voděodolná. Jako adekvátní náhradu však můžeme použít pevnou, nízkou a uzavřenou obuv (tenisky). V žádném případě se nedoporučuje jízda na tocích v sandálech a žabkách.</p>


Špricdeka	Špricdeka je součástí vybavení zejména zavřených lodí, můžeme se s ní ale také setkat například u některých typů nafukovacích lodí. Jedná se o ochrannou pomůcku zabraňující vniknutí vody do lodi.
-----------	---

Zdroj obrázků: : [http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-IV.aspx?ID\\_clanku=85](http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-IV.aspx?ID_clanku=85)

V nezbytné výbavě organizátorů školních vodáckých akcí by neměly chybět uvedené *záchranné prostředky*.

Tabulka 6 – Záchranné prostředky

Zdroj: <http://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/vybaveni.php>

Nůž	Měl by být otvírací, slouží k vyproštění tonoucího z provazů, k propíchnutí nafukovacích plavidel, pod nimiž se v proudu někdo zaklínil.
Házecí pytlík	 <p>Slouží k záchraně osob při vědomí plovoucích ve vodě, například po překlolení lodi pod jezem. Správné použití házecího pytlíku je třeba vyzkoušet ještě před samotným konáním akce. Nikdy by se nemělo dávat oko provazu na zápěstí.</p>
Karabiny, lano	Slouží k ukotvení záchranné lodi ke břehu nebo k ukotvení zachraňovaných předmětů ke břehu.
Píšťalka	Slouží k organizaci skupiny na řece nebo k upozornění zachraňovaného na konkrétní osobu, která podává záchranu.
Mobilní telefon	Umožňuje kontaktovat rychlou pomoc při záchraně a usnadňuje komunikaci mezi první a poslední lodí družstva nebo s doprovodem.
Lékárnička	

### **Záchrana**

#### *Záchrana házecím pytlíkem (házečkou)*

Záchrana házečkou je způsob, který se používá při zachraňování tonoucího při vědomí. Je to nejjednodušší, nejrychlejší a nejbezpečnější způsob záchrany. Velmi často se používá i k pouhé dopomoci plavci, což zkracuje dobu setrvání v divoké vodě a snižuje riziko úrazu. V každé skupině by měly být alespoň 2 házečky, podle velikosti skupiny a obtížnosti toku i více. Podle šíře toku se volí házečky od 10 do 20 metrů. Házečku připevňujeme karabinou k lodi, aby byla stále po ruce.

Způsob záchrany:

- Vybereme vhodné místo pro hod. Nejlépe takové, kde je níže po proudu vracák, nebo klidná voda, do které se zachraňovaný na laně kyvadlovitě dostane.
- Zajistíme hlavně sebe, zapřeme se o vhodný balvan, nebo přijmeme pomoc další osoby. Po hodů si také může zachránce okamžitě sednout, nebo lehnout na záda. Je možné se přichytit hopšňůrou ke kmenu stromu nebo k zábradlí u jezu, popřípadě uvázat konec samotné házečky, ale ne k sobě! Lano na ruku nikdy nenamotávat.
- Důležité je získat kontakt s tonoucím, volat, mávat nebo použít píšťalku.
- Maximálně povolíme uzávěr házečky, asi 2 m házečky vymotáme. Nezapomeneme přesunout karabinu z házeného pytlíku na konec šňůry nebo někam jinam. Dostat karabinou do hlavy není příjemné.
- Před samotným hodem se podíváme, zda nejsou překážky ve směru hodů, větve, dráty na slalomové branky apod. Neházíme, pokud právě hází někdo jiný, komunikujeme s ostatními a házíme postupně. Hod provádíme spodem, aby šlo lano přes tělo zachraňovaného a pytlík dopadl za něj. Snažíme se zabránit prudkému šubnutí při napnutí lana vlastním pohybem, nebo si necháme v jedné ruce malou rezervu lana na popuštění.

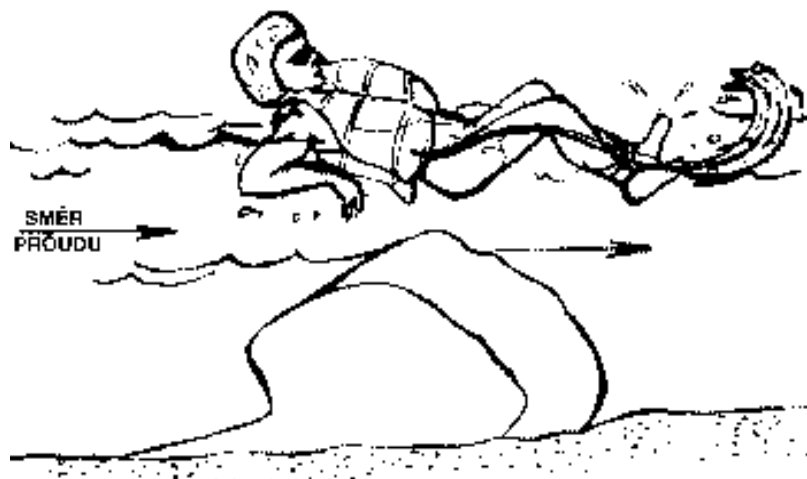
### **Sebezáchrana**

#### *Samostatné plavání v proudu.*

Po převržení plavidla při nutnosti plavat v řece zaujmeme polohu na zádech nohama napřed. Špičky nohou udržujeme lehkým kopáním nad vodou. Nepouštíme pádlo. Sledujeme, zda se nám někdo nepokouší pomoci. Sledujeme situaci před sebou.

Pokud jsou před námi balvany, odrážíme se od nich nohama tak, abychom zůstali ve volné, bezpečné proudnici. Pánev udržujeme u hladiny a chráníme si kostrč, rukama korigujeme směr. Pro posun v proudu, doprava nebo doleva používáme plavání vzad na zádech, s tělem natočeným tak, aby hlava směřovala ke břehu tam, kam chceme plavat. Pokud jsou podél břehu skály, balvany, naplaveniny apod., raději zůstaneme delší dobu v hlavním proudu, který může být za daných okolností bezpečnější. Pro opuštění proudu si vybereme vhodné místo, nebo si vybereme stranu řeky, kde je proud slabší. Agresivní plavání (kraul) používáme jen při potřebě rychlého překonávání rozhraní dvou proudů, v místech s velkou hloubkou nebo pro odvrácení kontaktu s nebezpečnou překážkou. V řece se zásadně nestavíme na nohy, a to ani v místech, kde lze na dno dosáhnout. Maximálně využijeme komfort vesty a ke břehu doplavme na zádech. Při snaze postavit se v proudu může dojít k zaklínění nohy s nebezpečím trvalého zanoření hlavy nebo k nechtěnému převrácení se hlavou napřed, kde hrozí zanoření obličeje, nebezpečí úrazu loktů a kolen. Nepříjemné je i pouhé podražení nohou, proto se snažíme postavit až v klidné vodě u břehu.

Samostatné plavání v proudu



Obrázek 13 – Samostatné plavání v proudu

Zdroj: [www.raft.cz](http://www.raft.cz)

### Plavání s materiálem a lodí

- Při převrácení lodi musíme zaujmout správnou polohu nohama napřed a nepouštět pádlo. Držíme loď a zkontrolujeme stav svého kolegy. Pokud jej nevidíme, nezmatkujeme, zkontrolujeme i místo pod převrácenou lodí, kde vzniká vzduchová kapsa.
- Dále se díváme, jestli se nám nesnaží někdo pomoci, jestli někdo něco nesignalizuje a jestli před námi není nějaké nebezpečné místo.
- Loď necháme dnem vzhůru, aby se nepotopila. Loď plná vody je velmi těžká. Ručkujeme po lodi na její špici, která je zrovna výše proti proudu, tzv. horní špice. Vyzveme i druhého člena posádky, pokud tak ještě neučinil, aby také držel loď za horní špici. Když zůstane před lodí, vystavuje se nebezpečí natlačení lodí na překážku.
- Dopravíme loď ke břehu. Platí zde stejná pravidla jako u plavání bez lodi, ale počítáme s tím, že jsme pomalejší a těžkopádnější. Nestavíme se na nohy v žádném případě, síla proudu by nám loď vytrhla z rukou. Loď dostáváme ke břehu tak, že vychýlíme její horní špici k tomu břehu, ke kterému se potřebujeme dostat. Proud, který bude do lodě tlačit z boku, udělá značnou část práce za nás.
- Loď vylijeme. Nafukovací loď nemusíme dostávat z vody. Stačí ji postavit na bok ve vodě, voda vyteče sama. Pevné loď vyléváme nejlépe ve dvojici, střídavým nadzvedáváním špic.

Poznámka.: Materiál dáváme do lodě ve vodotěsných obalech. Barely uvazujeme, lodní pytle lze přicvaknout uzávěrem k příčce nebo obvodovému lanu. Nemusíme pak věci lovit. Náhradní pádlo lze u nafukovací lodi vmotat do obvodového lana. Pokud je vše přivázáno ke stejné straně lodi a loď touto stranou obracíme vrchem, věci nám z lodě ani nevydají. Koníčkovací šňůry by měly být smotány a zajištěny, abychom se do nich při převrácení nezamotali.

## 5 Osobnost pedagoga/instruktora pro vodní turistiku

Vzhledem k tomu, že pedagog své nedostatky v kterémkoli ohledu (vážícímu se ke kurzům vodní turistiky) supluje instruktorem, budeme hovořit o požadavcích na osobnost instruktora, který by je tak měl splňovat v co nejširším měřítku.

Hlavním požadavkem na osobnost instruktora je odbornost v oblasti vodní turistiky (na všech dostupných plavidlech) doložitelná platným oprávněním. Instruktor musí být schopen své znalosti předávat, naučit, tedy být pedagogem a rádcem, který objektivně hodnotí, opravuje a povzbuzuje. Je nutné, aby byl schopen prosazovat svůj odborný názor (primárně v ohledu na posouzení bezpečnosti). K požadovaným schopnostem řídit a vést skupinu výrazně dopomůže kladný vztah k lidem, schopnost empatie, pochopení pro zvláštnosti spojené s různými věkovými skupinami a komunikativnost. Nutností je schopnost motivovat, dobře odhadnout fyzické dispozice ve vztahu k vodnímu terénu a schopnost okamžitě a flexibilně řešit nečekané situace. Instruktor by dále měl být inteligentní, pracovitý, spravedlivý, vyrovnaný a zastávat společensky žádoucí postoje a návyky. Dále by měl znát všechny mezioborové vazby vztahující se k vodní turistice a sledovatelné cíle, pro jejichž naplňování by měl používat vhodné metody.

Ideální instruktor či vedoucí kurzu by na základě výše zmíněného měl být dobrým sportovcem a učitelem v oblasti vodních sportů. Z praktického hlediska by měl být dobrým organizátorem se schopností rychlé racionální úvahy i v krizových situacích.

Závěrem lze říci, že výše uvedené požadavky by měl splňovat zkušený pedagog volného času.

## 6 Výchovně vzdělávací cíle kurzů vodní turistiky a mezipředmětové vztahy

### 6.1 Výchovně vzdělávací cíle kurzů vodní turistiky

Vodní turistika jako náplň školou organizovaného kurzu sleduje cíle vycházející primárně z didaktiky předmětu, do něhož je zahrnována a kterým je zpravidla tělesná výchova. Při realizaci vodní turistiky absolventi získávají praktické zkušenosti s pohybem a pobytem v přírodě a jsou vystaveni přímému vlivu daného prostředí, tímto jsou vytvořeny veškeré podmínky pro nabytí schopnosti vnímat životní prostředí a přírodu jako nedílnou a nezbytnou součást života člověka. Takto je naplňován výchovný cíl „láska k přírodě, ochrana životního prostředí“ a kurz se může stát metodou realizace cílů vážících se ke vztahu k vlasti, přírodě, ekologii a kulturní krajině.

Účastníci se učí přijímat nové výzvy, pracovat s omezeným množstvím vybavení, které jsou schopni obsáhnout v turistickém batohu, akceptovat a vyrovnat se s nepříznivými klimatickými podmínkami, což dále umožňuje poznat vlastní možnosti, rozvoj volných vlastností a vzhledem k nutnosti spolupráce ve skupině (minimálně při jízdě na lodi, přenášení lodí, společném táboření atd.) rozvíjí smysl pro kolektiv a vytváří či upevňuje soudržnost třídy.

Úspěšné absolvování celého kurzu je podmíněno zvládnutím manuálních dovedností ovládání lodě, kdy žák rozvíjí své fyzické schopnosti, vytrvalost, sílu, pohyblivost a porozumění hydrologii tekoucích vod. V případě, že prožitek z kurzu bude dostatečně silný a motivující, může vést k vyhledání vodní turistiky v oblasti zájmových činností a jejího začlenění do vlastních volnočasových aktivit. Dalším doprovodným efektem, který nelze pominout, je skutečnost, že i v případě, kdy nedojde k dalšímu rozvoji vodáckých aktivit, ale daný jedinec se v průběhu svého dalšího života dostane do konfrontace s vodní turistikou bez patřičného pedagogického a instruktorského zajištění, bude vybaven takovým penzem zkušeností, které mu umožní danou situaci úspěšně absolvovat a významně omezí bezpečnostní rizika.

Vždy záleží na pedagogovi a jeho koncepci kurzu, kdy díky vodní turistice můžeme naplňovat i cíle vymezené v oblasti jiných předmětů a oborů. Vodní turistika umožňuje nejen rozvoj žáků, ale také širší poznání a větší působení pedagoga. Tomu



umožní takový kurz poznat své žáky v mimoškolním a fyzicky i psychicky náročném prostředí, které může významně obohatit proces pozorování v pedagogické diagnostice. Pedagog získá jedinečný prostor pro uplatnění osobního příkladu jako výchovného prostředku. Dále může s žáky navazovat a budovat vztah, který jeho následné výchovně vzdělávací působení na kolektiv významně usnadní, a v neposlední řadě může podpořit či upevnit svou neformální autoritu.

Pohlížíme-li na kurz jako na prostor, kde pedagog sleduje nejen výchovně vzdělávací cíle stanovené školou, ale také na žáky výchovně působí prostřednictvím aktivit v neformálním prostředí, můžeme říci, že kurz plně umožňuje využití přístupů k výchově vycházejících z pedagogiky volného času (participace a animace).

Na příkladu lze uvést participativní přístup, kdy možnost žáků spolurozhodovat například o dílčím doplňkovém programu, může značnou měrou podnítit k rozvoji a prohloubení jejich zájmů a motivovat je tak, aby se minimalizovala nekázeň při samotném programu. Určitou cestou k budování zodpovědnosti u žáků může být při vodní turistice jejich zapojení do zajištění bezpečnosti, kdy pedagog podílející se na organizaci s instruktorem může nominovat některé posádky na kontrolní lodě zajišťující dodržování pravidel (např. aby si jednotlivé lodě neujížděly a zůstávaly po celou dobu splouvání na dohled). Dalším názorným příkladem může být užití animačních přístupů po dobu kurzu (např. večer při táboření), kdy pedagog přijme roli animátora, a tím výrazně přispěje k poznání své třídy, nahlédne do skutečných vztahů a vazeb v kolektivu, se kterými může dále pracovat a na základě budovaného vztahu pak efektivněji výchovně působit.

Kurz jako takový nám dále umožňuje ve vztahu ke školní výuce žádoucí inovaci v její formě, neboť ji doplňuje o principy kooperativního učení a vytváří podmínky pro interaktivní výuku, jež je ze své podstaty (názorných ukázek, přímého zapojení žáků vlastní aktivitou) snáze aplikovatelná v outdoorovém prostředí než v prostorách školy.

### **6.2 Mezipředmětové vztahy kurzů s předměty výuky**

Kurz vodní turistiky má mimo svůj hlavní účel naučit žáka bezpečně sjíždět vodní tok i mnoho synergických efektů, jak plyne z jeho možných dílčích cílů. Lze do něj projektovat řadu mezipředmětových vztahů. Primárně se nabízí ekologická výchova. Kurz je realizován v přírodním prostředí v kulturní krajině, která byla po staletí

ovlivňována lidskou činností, lze zde tedy úspěšně poukázat na ovlivňování životního prostředí člověkem jak v pozitivním, tak v negativním směru a doplnit tak informace z předmětu ekologické výchovy o praktické ukázky. S tím souvisí i ostatní přírodovědné předměty (přírodopis, biologie, botanika).

Dále nelze opomenout vztah vodní cesty k historii. Od počátků lidského osídlení byly řeky využívány jako zdroj vody, obživy, energie a transportních možností. Proto jsou zde zaznamenávány stopy po prvotním osídlení a v pozdějších dobách okolo řek vznikaly sídelní útvary. Díky tomu všechny vodní toky procházejí řadou historických měst. I na ostatních řekách využívaných pro vodní turistiku v České republice najdeme mnoho míst s bohatou historií. Jako příklady můžeme jmenovat hrad Rábí, hrad Strakonice a historické město Písek na řece Otavě, historická města Tábor a Bechyně na Lužnici, Kácov a Týn nad Sázavou na Sázavě a další. Splouvání řek je v důsledku toho možné doplnit o řadu exkurzí s historickou tematikou.

Vodácký kurz lze doplnit o další mezipředmětové vztahy, které na první pohled nejsou zcela zřejmé. Je to například vztah k fyzice. V průběhu splouvání vodního toku může pedagog demonstrovat teoretické poznatky fyziky na ovládání plavidla, vysvětlit chování toku, vznik meandrů, působení Coriolisovy síly a vznik vodních vírů, vln a peřejí na základě hydrodynamických zákonů.

### **Obecné**

Stejně tak jako tělesná výchova tvoří nedílnou součást života člověka, tvoří turistika organickou a nedílnou součást tělesné výchovy. Kromě významného působení na výchovu člověka, má nemalý význam pro zlepšení zdraví a jeho fyzické kondice.

Pro správné provozování vodní turistiky je nezbytná celoroční tělesná příprava, neboť na tělesnou zdatnost jsou kladeny vysoké požadavky. Tělesná příprava vodáka by měla být zaměřena především na získání fyzické zdatnosti, ale především být všestranná. Je vhodné využívat cvičení základní tělesné výchovy, různé hry, jako košíková, odbíjená apod. Tato všestrannost v tělesné přípravě umožňuje naplno využívat náročnější formy činnosti při vodní turistice. Vodák s dobrou tělesnou přípravou zvyšuje bezpečnost jízdy, je více odolný proti únavě a může se více věnovat kulturně poznávací činnosti svého okolí.

Všeobecně známý je kladný vliv na lidský organismus při aktivním styku s vodou. Stejně jako plavání a koupání, tak i ostatní vodní sporty jsou pro člověka a jeho organismus velice potřebné, a to především v horkých letních měsících.

Pádlování a ovládání lodě napomáhá pozitivně nejen rozvoji svalstva, ale i celému kardiovaskulárnímu systému, dýchacímu, zažívacímu a vylučovacímu ústrojí (Michaláč, 1988; Pulec, 1982).

## 7 Organizační a právní zajištění

Před zahájením kurzu musí být účastníci poučeni školou o vhodné výstroji. Při nástupu na kurz je provedena určeným pedagogickým pracovníkem její kontrola. Bez potřebného vybavení nemohou být žáci do kurzu přijati. Zákonní zástupci žáka a zletilý žák předloží před odjezdem prohlášení o tom, že je žák zdravý. Rovněž se doporučuje před zahájením kurzu sjednat pojistnou smlouvu s pojišťovnou (jednorázové úrazové připojištění žáků, pojištění pedagogických pracovníků z odpovědnosti za škodu vzniklou při výkonu povolání).

Kurzy vedou pedagogičtí pracovníci, kteří odpovídají za činnost instruktorů. Jejich činnost řídí a kontroluje vedoucí kurzu. Zároveň kontrolují dodržování předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví.

Žáci se dělí do družstev podle výkonnosti. Družstvo má nejvíce 15 členů, pokud není zvláštními předpisy a touto směrnicí stanoven pro některé činnosti počet nižší. Družstvo žáků škol a tříd samostatně určených pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami tvoří polovina nejvyššího počtu žáků třídy stanoveného zvláštním předpisem (§ 11 vyhlášky č. 73/2005 Sb.). Počet pedagogických pracovníků nesmí být menší než počet družstev. Kurzy s počtem do 30 žáků musí doprovázet tři zletilé osoby, které jsou plně způsobilé k právním úkonům a v pracovněprávním vztahu ke škole, přičemž min. jedna osoba musí být pedagogickým pracovníkem.

Pedagogičtí pracovníci a instruktoři jsou povinni dbát na úroveň pohybové vyspělosti, předchozí výcvik, výkonnost a zdravotní stav žáků. Během kurzu (výletu) přihlížejí k aktuálnímu počasí, zařazují včas a v přiměřené míře přestávky pro odpočinek. O trase a časovém plánu kurzu (výletu) musí být informován vedoucí kurzu, popř. odpovědný zástupce ubytovacího zařízení.

Před zahájením kurzu vodní turistiky zjistí vedoucí kurzu stupeň plavecké vyspělosti žáků. Vedoucí kurzu odpovídá za zhodnocení stavu sjízdnosti trasy. Pedagogický pracovník odpovídá nejvýše za pět kánoí (kajaků) nebo za dvě pramice (rafty). Při obtížnějších podmínkách vedoucí kurzu počet lodí na jednoho pedagoga sníží. Žáci jsou vybaveni při jízdě plovací vestou, při jízdě na divoké vodě nebo obtížně sjízdných propustech plovací vestou a přilbou. Pokud se v průběhu jízdy na divoké vodě podmínky zhorší nebo se zvýší riziko, vedoucí kurzu jízdu přeruší nebo sjíždění ukončí.

Vodácké akce je možné pořádat pouze s trenérskou kvalifikací pro jízdu na lodích. Vedoucí musí absolvovat zvláštní školení bezpečnosti práce a získat příslušnou kvalifikaci cvičitele či vedoucího vodní turistiky.

Je nezbytné dbát zvýšené opatrnosti a dodržovat následující pravidla:

- kurzu vodní turistiky se mohou účastnit pouze plavci,
- při sjíždění řek je třeba sledovat i hygienický stav vody, neboť může dojít k jeho až zdraví ohrožujícímu zhoršení buď havárií, či nekázní původců tekutých odpadů,
- na tekoucí vodě (řeka) by měla být k použití loďka se záchranným kruhem (i nafukovacím) upevněným na laně o délce alespoň 10 m.

## 8 Zákony a vyhlášky upravující splouvání řek v ČR

### *Metodické pokyny MŠMT*

Dle věstníku MŠMT sešit č. 2 z roku 2006 vedoucí kurzu – pedagog nese plnou zodpovědnost za svěřené studenty, i když má škola uzavřenou smlouvu s cestovní kanceláří. Z toho důvodu je vhodné, aby někdo z učitelů měl alespoň kurz instruktora vodní turistiky, aby věděl, jak mají externí instruktoři správně vykonávat svoji práci a jak se starat o bezpečnost účastníků. Vedoucí pedagog je povinen zjistit stupeň plaveckých dovedností žáků před zahájením kurzu. Také je odpovědný za zhodnocení sjízdnosti vybraného úseku řeky. Učitel odpovídá nejvýše za pět kánoí (kajaků) nebo za dvě pramice (rafty). V případě obtížnějších podmínek vedoucí kurzu sníží počet lodí na jednoho pedagoga. Studenti musí být povinně vybaveni plovací vestou na snadnějších tocích, ale při sjíždění divoké vody nebo obtížně sjízdných propustech musí být opatřeni plovací vestou a přilbou. Vedoucí kurzu je povinen jízdu přerušit nebo sjíždění ukončit pokud se v průběhu jízdy na divoké vodě podmínky zhorší nebo se zvýší riziko (Věstník MŠMT, 2006).

### *Legislativa*

Splouvání řek je u nás upravováno celou řadou legislativních předpisů. Konkrétně jde o zákon č. 114/1995 Sb., o vnitrozemské plavbě vnitrozemskými vodními cestami, o tzv. Řád plavební bezpečnosti, vyhlášku č. 344/1991 Sb., o tzv. vodní zákon č. 254/2001 Sb., dále o vyhlášky doplňující či upravující tyto zákony.

### *Zákony a vyhlášky uplatnitelné ve vodní turistice*

Ve většině zákonů vážících se k pohybu na vodě jsou zakotvena pravidla platící pro motorová plavidla. Vodní zákon stanovuje mimo jiné i podmínky uplatňované všeobecně na vodních tocích. Tato legislativní regulace se bohužel vztahuje na všechny typy plavidel. Z praxe však vyplývá, že je velmi obtížné uvedenou legislativu uplatňovat v případě malých turistických plavidel, jejichž rozměry jsou neporovnatelné s velkými a hospodářsky využívanými plavidly. V oblasti vodní turistiky jsou také velmi podstatné ve vodním zákoně ukotvené podmínky pro vyhlašování stupňů povodňové aktivity (dále jen SPA) a definice vodních toků a plavidel, a to především

v kontextu související vyhlášky Ministerstva dopravy a zdrojů stanovující podmínky pro užívání povrchových vod k plavbě, z nichž lze takto vyvodit zákaz splouvání jakýchkoli vodních toků při platném vyhlášení 2. a 3. SPA.

V tomto ohledu je na místě zmínit Řád plavební bezpečnosti, který svou koncepcí určuje podmínku odklizení plavidel před dosažením vyšších SPA a dále určuje signální značení zákazů, příkazů, omezení a dalších všeobecně při plavbě na všech tocích - srov. zákon 254/2001 Sb., o vodách a o změně některých zákonů (vodní zákon), ve znění platném od 1.1.2014.

### *Zákony a vyhlášky uplatnitelné při školních kurzech vodní turistiky*

Mezi legislativní opatření, která je nutno zohlednit při plánování a realizaci kurzů vodní turistiky, patří prvořadě Zákon o ochraně veřejného zdraví. Zde jako příklad můžeme uvést hygienické požadavky na vodu, které v ohledu na Vyhlášku o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti určují zabezpečení pitné vody v dostatečném množství pro pití, hygienu, vaření a vše s tím související. Tím kladou nárok na zajištění ubytování v tábořištích s dostatečnou vybaveností. Dále zákon vymezuje hygienické požadavky na prostor a podmínky výchovy, vzdělávání a zotavovací akce pro děti a mládež, kde definuje požadavky na organizátora akce, a to především ve smyslu zdravotní způsobilosti jeho i účastníků. Zmíněná vyhláška nám oproti tomu stanoví hranice pro zpracování režimu dne, kde zohledňuje počasí, fyzickou zdatnost a míru dovednosti účastníků pro koupání dětí, a to vždy za dohledu pedagoga, a předkládá vzorový posudek o zdravotní způsobilosti v přílohách. Vyhlášku o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých je nutno respektovat při plánování akce, především v ohledu na stanové 3m<sup>2</sup> pro jednu osobu při ubytování ve vnitřních prostorách, například pokud zvolíme ubytování v chatkách.

Nejdůležitějším právním rámcem, který určuje podobu kurzu a jako jediný pracuje s problematikou vodní turistiky organizované školou, je Metodický pokyn MŠMT. V části Sportovně vzdělávacích kurzů výslovně pracuje s vodní turistikou a vytyčuje odpovědnost jednoho pedagogického pracovníka vůči počtu plavidel (5 kánoí, 5 kajaků, dvě pramice či rafty). Jeden pedagogický pracovník odpovídá za 10 žáků na kánoích. Tento metodický pokyn dále udává nutnost dbát na poučení žáků o vhodném vybavení na kurz, nezbytnost jeho kontroly, uplatňování zřetele k úrovni pohybových schopností a dovedností žáků a k jejich zdravotnímu stavu, stanoví

povinnost uskutečnění předchozího výcviku. Neopomíjí požadavek přihlednutí vždy k aktuálním povětrnostním podmínkám. Specificky pro vodní turistiku je v rámci obsahu tohoto dokumentu uvedena nutnost vybavit žáky plovací vestou, a v případě vyšší obtížnosti řeky i přilbou. Jednou z právně nejpodstatnějších částí je určení odpovědnosti pedagoga za činnost instruktorů a zhodnocení trasy (vodáckého terénu a jeho stavu).

### 8.1 Statistiky

O tom, že by se měla dodržovat pravidla při sjíždění jakékoli řeky, svědčí některé statistické údaje:

#### Rok 2013

31.5.2013 řeka Úslava, jez Starý Plzenec

Za 1. SPA sjížděl řeku kajakář. Pod jezem se ale převrátil a lidé našli jen jeho kajak.

1.6.2013 řeka Berounka, jez Třebáň

Tři lidé na nafukovacím člunu absolutně nevhodném na tekoucí řeku sjížděli za 2. SPA rozvodněnou Berounku. Pod jezem se převrátili a jen jednomu z nich se podařilo dostat na břeh. Dva utonuli, ani jeden z nich neměl vestu, helmu či neopren.

7.6.2013 řeka Vltava, jez Herbertov

Za 2.SPA vyrazilo pět mladíků na půjčeném raftu na Vltavu posilnění i alkoholem. Jez v Herbertově se pokoušeli sjet, ale nepřekonali silný válec a pod jezem postupně z raftu vypadávali. Dva to bohužel nepřežili.

29.8.2013 řeka Sázava, jez Brejlov

Na polorozbořeném jezu na Brejlově došlo k převržení plastové otevřené kánoe. Háček odplaval, ale zadák zůstal pod lodí, která se opřela o zbytek levé kozy propusti. Tam zůstal zaklíněn mezi vzpěrnou tyčí lodě a zbytků jezu zhruba v oblasti plic. Následné vyproštění trvalo až půl hodiny, kdy se ještě vodáka podařilo oživit, ale po 5 dnech v nemocnici zemřel.

9.11.2013 řeka Berounka u Plzně

Vodák jel údajně z Berouna proti proudu. Nedaleko Kaceřova se převrátil, ale vytáhli ho náhodní kolemjdoucí. Vodák se na břehu rozhodl doplavat si pro loď, ale po skoku do vody již nevyplaval. Našli ho až po hodině.



### Rok 2014

12. 7. 2014 řeka Ohře, jez Radošov

Za zvýšeného průtoku přijela skupina lodí k jezu. Jedné lodi se ale nepodařilo včas zastavit a vjela pozadu do nebezpečného jezu. V něm došlo k překlopení a jeden z vodáků zůstal delší dobu pod vodou. Záchranářům se podařilo ho oživit, ale po 5 dnech v nemocnici umírá.

### Rok 2015

19. 4. 2015 řeka Ohře, jez u Jakubova

Na rozvodněné Ohři se poblíž Jakubova na jezu převrátil v sobotu dopoledne raft s pěti vodáky. Čtyřem z nich se podařilo dostat na břeh, posledního se nepodařilo najít.

Ze statistik je vidět, že ve velké míře nebyla dodržována pravidla jako např. sjíždění řeky za zvýšeného stavu vody (povodňové aktivity), nevhodný výběr lodí, nenošení záchranné vesty, požití alkoholu, přecenění vlastních sil. Tyto statistiky rozhodně nemají vést k zastrašení, ale k zamyšlení nad tím, že ne každá pravidla jsou zbytečná.

Takže shrnutí na závěr: nepodceňujte řeku, její sílu a v žádném případě nepřeceňujte vlastní síly.

## **8.2 Povodňová aktivita**

A jak je to s povodňovou aktivitou?

Vodní zákon ( Zákon č. 254/2001 Sb )

*„...Povrchové vody lze užívat k plavbě jen tak, aby při tom nedošlo k ohrožení zájmů rekreace, jakosti vod a vodních ekosystémů, bezpečnosti osob a vodních děl; rozsah a podmínky užívání povrchových vod k plavbě stanoví Ministerstvo dopravy a spojů v dohodě s Ministerstvem životního prostředí ve spolupráci s Ministerstvem zemědělství vyhláškou“ (§ 7, odst.5)*

### Stupně povodňové aktivity ( § 70 )

- a) *I. SPA* resp. stav bdělosti - NASTÁVÁ při nebezpečí přirozené povodně a zaniká, pominou-li příčiny takového nebezpečí...
- b) *II. SPA* resp. stav pohotovosti - se VYHLAŠUJE, když nebezpečí přirozené povodně přerůstá v povodeň, ale nedochází k větším rozlivům a škodám mimo koryto...
- c) *III. SPA* resp. stav ohrožení - se VYHLAŠUJE při bezprostředním nebezpečí nebo vzniku škod většího rozsahu, ohrožení životů a majetku v záplavovém území...

### Nebezpečí povodně

*„Za nebezpečí povodně se považuje situace zejména při dosažení stanoveného limitu vodního stavu nebo průtoku ve vodním toku a jeho stoupající tendenci“ (z. 254/2001 Sb., §64, odst. 3, písm. a)*

### Povodeň

Dosažení příslušného limitu vodního stavu tedy znamená „pouze“ nebezpečí povodně, nikoliv povodeň samotnou, ta je definována následovně:

*„Povodeň začíná vyhlášením druhého nebo třetího stupně povodňové aktivity...“ ( § 64, odst. 2)*

Podstatné je, že první stupeň NASTÁVÁ automaticky, zato II. a III. SPA (= povodeň) se VYHLAŠUJE, tedy někdo musí aktivně konat. Druhý a třetí stupeň povodňové aktivity totiž vyhláší a odvolávají povodňové orgány. Avšak nejsou to správci povodí (např. Povodí Vltavy, Labe,...), ti pouze NAVRHUJÍ povodňovým orgánům vyhlášení nebo odvolání stupňů povodňové aktivity (§ 82).

Citace krátké pasáže z vyhlášky (Vyhláška Min. dopravy a spojů č. 241/2002 Sb.), na kterou se Vodní zákon odkazuje: *„Povrchové vody nelze užívat k plavbě po dobu vyhlášeného druhého a třetího stupně povodňové aktivity...“ ( § 4, odst. 3)*

### **Povodňové orgány**

Kdo příslušné SPA může vyhlášovat.

Po dobu povodně jsou povodňovými orgány povodňové komise obcí, povodňové komise obcí s rozšířenou působností a povodňové komise krajů (§ 77, odst.3). Povodňové orgány obcí ve svých územních obvodech kromě mnoha jiných funkcí VYHLAŠUJÍ A ODVOLÁVAJÍ STUPNĚ POVODŇOVÉ AKTIVITY V RÁMCI ÚZEMNÍ PŮSOBNOSTI (§ 78, odst.3). Obdobné pravomoci vč. vyhlášení II. a III.SPA mají též povodňové orgány obcí s rozšířenou působností ( § 79, odst.2 ) a povodňové orgány krajů ( § 80, odst. 2). Pokud tedy hladina vody jen mírně překoná orientační limity SPA bez předpokladu dalšího výraznějšího nárůstu, žádná obec IMHO povodeň (tedy II. a III. SPA) nevyhlásí.

Má k tomu několik důvodů:

- limity u vodočtů jsou nastaveny s určitou rezervou a platí pro relativně dlouhý úsek řeky. Dají se rovnou aplikovat snad jen na ta nejrizikovější (= nejnižší položená) místa, pro vodáka většinou nezajímavá.
- s vyhlášením povodně zároveň nastupuje pro obce nepříjemná administrativa – různá hlášení, papírování, vykazování a taky musí (do té doby může dle uvážení) konat předepsané zabezpečovací práce. Proto k tomuto kroku obce přistoupí až v případě opravdu reálného nebezpečí ohrožení svých obyvatel, resp. jejich majetku. Pro každou obec jsou navíc hraniční průtoky rozdílné...
- většina menších obcí kolem řek se administrativou týkající se povodní vůbec nezabývá. Vše za ně řeší obec s rozšířenou působností (ORP).

### **A co z toho všeho plyne?**

Dokud příslušná obec (kraj) v rámci své územní působnosti nevyhlásí druhý, resp. třetí SPA, ten, kdo vyrazí na vodu, neporušuje žádný zákaz. Informace o tom, zda a kdy byl vyhlášen jaký SPA, lze nejlépe získat tel. dotazem na příslušné obci resp. ORP nebo přímo na jejich webu. Spoustu zajímavých věcí lze dohledat i v povodňových plánech jednotlivých krajů, a nebo mohu doporučit internetové zdroje, které využíváme před zahájením vodáckého kurzu:

Sjízdnost řek [http://www.raft.cz/mapa\\_sjizdnost.aspx](http://www.raft.cz/mapa_sjizdnost.aspx)

Obtížnost řek [http://www.raft.cz/mapa\\_c.aspx](http://www.raft.cz/mapa_c.aspx)

## 9 Problematika postavení vodní turistiky v učebních osnovách základní školy

Předchozí kapitola, která uzavírá teoretickou část diplomové práce, se zabývala obecnými zákony a vyhláškami, které stanovují pravidla pro splouvání řek, a to jak velkých přepravních lodí, tak i lodí určených pro vodní turistiku.

Tato a následující kapitoly jsou již zaměřeny na praktickou část, tzn. na konkrétní organizaci a vedení vodáckého kurzu, proto i problematika postavení vodní turistiky v učebních osnovách základní školy bude vycházet z konkrétních dokumentů.

Stejně jako všechny činnosti školy i zahrnutí vodáckého kurzu do učebních osnov musí být podloženo Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání. Zde v kapitole 5.8.2, která se týká vzdělávacího obsahu vzdělávacího oboru Tělesná výchova a jsou zde uvedeny očekávané výstupy a učivo tohoto předmětu, se můžeme dočíst, že tento program podporuje kromě standardních tělovýchovných činností i turistiku a pobyt v přírodě, plavání, lyžování a pro realizaci vodáckého kurzu důležitý bod další (i netradiční) pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků). Tento bod je třeba zapracovat do ŠVP konkrétní školy, vzdělávací oblast Člověk a zdraví, vzdělávací obor Tělesná výchova již pod názvem „Realizace vodáckého kurzu“ a vypracovat směrnici školy, která určí podmínky a pravidla, za kterých se kurz může uskutečnit.

Směrnice školy, kde pracuji a kterou se řídíme při organizaci kurzu, obsahuje odkaz na zákony a vyhlášky, kterými se organizace kurzu řídí - zejména zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce, zákon č. 258/2000Sb. o ochraně veřejného zdraví, vyhláška č. 106/2001Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, vyhláška č. 64/2005 Sb., o evidenci úrazů dětí, žáků a studentů. Určuje, co je cílem vodáckého kurzu, kterému ročníku je určen, kteří žáci se ho mohou ze zdravotního hlediska zúčastnit a jakým způsobem bude zajištěna výuka pro žáky, kteří se ho nezúčastní. Je zde podrobně rozpracována příprava kurzu, která se týká stránky personální, finanční, materiální, plánovací a organizační. Další části popisují způsob vedení kurzu, jeho vyúčtování, bezpečnostní zásady a řád kurzu. Při vypracování směrnice již musí každá škola vycházet ze svých konkrétních podmínek, stanovit si svá pravidla, která budou korespondovat s jejím školním řádem a pravidly pro hodnocení výsledků chování žáků.

## 10 Vodácký výcvik na řece Ohři

Tabulka 7 – Charakter řeky Ohře  
Zdroj: <http://www.raft.cz/cechy/ohre.aspx>

Úsek	šířka, typ koryta	okolí	typ lodě	doporučeno pro	rychlost plavby
horní	8 - 10 m	louky, pak lesy a údolí	otevřené	začátečníky	4 - 5 km/h
střední	10 m	údolí Svatošských skal	otevřené	začátečníky	7 km/h
dolní	10 - 12 m	údolí, pak louky	otevřené	začátečníky	4 - 5 km/h

Česká republika je nazývána jakousi střechou Evropy, neboť zde probíhá hlavní evropské rozvodí, odkud tečou řeky do Černého, Baltského a Severního moře. Hlavními povodími jsou povodí Labe, Vltavy a Ohře, na Moravě povodí Moravy a Odry.

Ohře teče z Bavorska do západních Čech, mohutní pod Krušnými horami a obtéká České středohoří, aby se nakonec vlila do Labe v severních Čechách. Název řeky Ohře a také souběžná jména Ohara, Oharka a Eger mají původ již v keltském pojmenování Agara. Ag znamená losos a Ara je tekoucí voda. Němečtí historikové poukazují dokonce na předkeltský původ jména související s pojmy hbitost či bystrost. Celý tok Ohře je dlouhý 316 kilometrů. Z toho teče 246 kilometrů v Čechách, běžně sjízdných je 240 kilometrů a standardní týdenní túra měří 100 kilometrů. Spojená německo - česká vodácká kilometráž uvádí 297 kilometrů z Weissenstadtu do Litoměřic. Ohře/Eger pramení v Bavorsku pod horou Schneeberg v masivu Fichtelberg (Smrčiny). Jako druhý pramen bývá uváděná Stará Ohře, která ústí do Cínového potoka a ten potom do Ohře. Oba prameny se nacházejí nad městečkem Weissenstadt.

Ohře představuje řeku s různými vodáckými terény. Horní tok nabízí spíše klidnější a mírný proud, střední tok naopak rychleji tekoucí proud s náročnějšími peřejemi. Nejsnazší je úsek z Chebu do Lokte a naopak nejnáročnější je úsek z Karlových Varů do Klášterce nad Ohří. Proud zadržují tři přehradní nádrže: Skalka (378 ha), Nechranice (1338 ha) a Kadaň (67 ha). Kromě přehrad a jezů vybavených malými vodními elektrárnami ubírají řece vodu průmyslové konglomeráty. Čerpací stanice nad Loktem zajišťuje vodu pro průmyslový areál Vřesová. Před Sokolovem se odebírá voda pro jezero Medard, které vzniká po vytěžení hnědouhelného dolu. Podkrušnohorský přivaděč odebírá vodu nad Kadaní a posílá ji do průmyslových objektů na Mostecku a zbytek teče do Bíliny, což této říčce zajišťuje dost vody na splutí po celý rok. Elektrárny Počeradý, Prunéřov a Tušimice odebírají vodu na chlazení přímo z řeky. Pod Nechranickou přehradou se plní průmyslový vodovod, ze kterého se napouští jezero Most vznikající v místě starého uhelného dolu.

Ohře protéká z Chebu až do Kadaně kopcovitou krajinou. Zpočátku svižně, ale bezpečně meandruje po loukách a v lesích. To je ideální pro rozpádlování posádek. Teprve třetí den přijdou peřeje a bohužel také nesjízdné a smrtelně nebezpečné jezy. Vody je po celý rok v Ohři dostatek. Za velké vody mohou některé peřeje dosáhnout obtížnosti až WW II, ale vždy je pod nimi dost času a místa, kde lze zachytit plavající vodáky, jejich lodě i další materiál. Nejkrásnější úsek celé řeky začíná v Karlových Varech a končí ve Stráži. Na řece je dostatek tábořišť, hospod a také doprava je jednoduchá po silnici i železnici.

Vodácky nejvyhledávanější je úsek Locket – Vojkovice s celou řadou vodácky a turisticky atraktivních míst, jako je Locket, Svatošské skály, Karlovy Vary, cvičná peřej Hubertus, Kyselka, ale také dvěma nebezpečnými jezy Tuhnice a Radošov.

**Statistika sjízdných dnů v měsíci - úsek horní**

*(Sjízdnost v zimních měsících může být výrazně ovlivněna zámrazy vodočtů!)*

Tabulka 8 – Statistika sjízdných dnů v měsíci na horním úseku

Zdroj: <http://www.raft.cz/cechy/ohre.aspx>

Měsíc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Rok 2016	<u>31</u>	<u>18</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>0</u>
Rok 2015	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>29</u>	<u>31</u>
Rok 2014	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>30</u>
Rok 2013	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>31</u>	<u>29</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>
Rok 2012	<u>30</u>	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>
Rok 2011	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>27</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>
Rok 2010	<u>31</u>	<u>28</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	<u>30</u>	<u>31</u>
Průměrně dnů od 26.11.2001	<u>30</u>	<u>26</u>	<u>28</u>	<u>27</u>	<u>28</u>	<u>27</u>	<u>26</u>	<u>26</u>	<u>26</u>	<u>27</u>	<u>26</u>	<u>27</u>

### 10.1 Kilometráž řeky Ohře (Tršnice – Sokolov)

Kilometráže by měly usnadnit rozhodování a samotnou plavbu. Zaznamenávají každé nenadálé místo na řece – jez, most, rybník, město, tábořiště apod. s přesným označením říčního kilometru řeky a s jeho detailním popisem. Podle kilometráže lze poznat např.: kolik je po cestě jezů, které jsou nebezpečné a které sjízdné, na které straně nesjízdného jezu vystoupit a loď přenést, jak daleko jsou od sebe tábořiště či mosty, jak plánovat denní trasy a mnoho jiných věcí.


Délka: 32,2 km

Čas: 2 dny

Doporučená loď: turistická otevřená kanoe

Tuto část každoročně sjíždíme se žáky deváté třídy.

PRAKTICKÁ ČÁST – VODÁCKÝ VÝCVIK NA ŘECE OHŘI

Tabulka 9 – Kilometráž řeky Ohře – Tršnice – Sokolov Zdroj: <a href="http://www.kilometraze.cz/kilometraz/ohre.htm">http://www.kilometraze.cz/kilometraz/ohre.htm</a>	
235,2	Δvl Tršnice vl X○vl ↓Tršnice 200 m vl H(425 m n.m.)
234,4	peřej ≈(býv. Jez)
234,3	JLs Chocovice vp + 50 m brod ≈, dále regulované řečiště v délce 9 km
232,2	býv. Jez + 400 m býv. Jez
231,3	JLs Vokov vl
228,3	■stp v 0,5 ≈
226,7	Ú vl Sánek + 100 m Ú vl Plesná
226,0	■stp z kamenů v 0,5 ≈, Δvp + 100 m JLs Nebanice 400 m vl ○X†500 m vl
224,1	Ú vp Odrava + 700 m JLp Mostov vp †vp †Nebanice 1 km vl
219,4	Ú vl Libocký p.
218,9	jedťte vl, kanálem se ≈■, vyhnete se následujícímu jezu + 100 m JLp zastřešená
218,7	†■v 1,9 N vp X !! (vývar) Kynšperk nad Ohří vp vl + 100 m Ú vl kanál, ▲T Kateřinka vl †vl, †Kynšperk n.O. 900 m vl H(408 m n.m.)
218,3	JLs Kynšperk nad Ohří vp vl †○vp vl †X†  †vp + 200 m JLp a potrubí, dále lesnaté údolí
216,8	Ú vp Libava
214,3	■v 0,5 stp ≈+ 200 m Ú vl Habartovský p., brod, Dasnice vl X○vl
211,2	JLp Šabina vp X†○vp + 100 m †■†v 0,8 provalený ≈vp ▲T vl
209,0	† v 1,2 X !! (válec) Černý mlýn ▲T †vl, Hlavno 600 m vl, †○†600 m vl, † Hlavno 500 m vl
208,8	■v 0,3 stp ≈začátek regulace Tisová vp
207,9	JLp elektrárna Tisová vp, JL(potrubí a dopravník) v úseku 500 m
206,9	JLs Citice vl X○†vl †Citice 400 m vl + 100 m JLž (vlečka)
204,8	JLž (vlečka) + 100 m krátká peřej
203,5	JLp



203,0	Ú v l <i>Svatava</i> 11s + 100 m 11c ■stp ≈, peřej, Sokolov vp v l ✕□○vp v l ☰ ⊕ ☰vp
-------	---

V létě 2015 mohli poprvé vodáci bez obav překonat smutně proslulý jez u Černého Mlýna (209 km) na Sokolovsku, kde vyhaslo několik lidských životů. Díky nově vybudovanému rybímu přechodu a vodácké propusti už není nutné lodě složitě přenášet.

Vodácká propust – Černý mlýn



Obrázek 14 – Vodácká propust Černý mlýn  
Zdroj: archiv ZŠ a MŠ Hazlov

Tuto kilometráž rozdělujeme na dva dny takto:

### Tršnice – Kynšperk nad Ohří (1 den)

Tato klidnější trasa určitě nadchne ty vodáky, kteří preferují pohodu, klid a romantiku na řece. Délka trasy je 17 km a obtížnost je hodnocena jako ZWC, což je klidně tekoucí řeka. Cestou jsou 3 lehce sjízdné stupínky. Doba plavby je 4 - 6 hodin volným tempem, což je příjemný celodenní výlet, který zvládnou i žáci základní školy. Lodě se vydávají u restaurace U Fanyňky v Tršnici u Chebu na levém břehu.

### **Kynšperk nad Ohří – Sokolov (2 den)**

Druhý den je kratší varianta též vhodná pro začátečníky i rodiny s dětmi dlouhá 15 km. Řeka mírně proudí kolem Libavského údolí hezkou krajinou k Dasnicím, kde je první malý rozpadlý jízek s písčnými ostrůvky, kde se dá posvačit. Pod visutou lávkou v Šabině následuje další podobný provalený jízek a možnost dalšího občerstvení a příjemného vykoupání. Jez u Hlavna – Černého Mlýnu se již sjíždí díky nové vodácké propusti. Pod ním začíná regulované koryto kolem elektrárny Citice, kde plavba již rychleji ubíhá směrem k Sokolovu. Doba plavby je 4 - 5 hodin volné jízdy. Cíl plavby je u loděnice a tábořiště Dronte v Sokolově na ř.km 203,2, před soutokem s řekou Svatavou na levém břehu, zde se lodě mohou odevzdat a jít na nedaleké autobusové či vlakové nádraží nebo počkat na ochotné rodiče.

### **10.2 Program kurzu vodní turistiky – Ohře**

Ohře zaujímá významné místo ve velké sedmičce českých vodáckých řek. Počtem vodáků je číslem 2. Jedničku neochvějně drží Vltava. Až za Ohří zůstávají v oblíbenosti Otava, Lužnice, Berounka, Sázava i Jizera. Výhodou Ohře je dostatek vody po celý rok a také fakt, že na týdenní túře se lze dva dni učit pádlovat a pak teprve se vjíždí do peřejí. A toho využíváme i my pedagogové, kteří jezdíme se žáky osmé a deváté třídy, kde jen málokdo někdy sjížděl řeku. Úsek z Tršnice nám připadá jako vyhovující pro začátečníky. Každý červen vyrážíme s osmou třídou na jeden den trasu Tršnice – Kynšperk nad Ohří. A dále s devátou třídou, která má za sebou jednodenní zkušenost z předešlého roku, na dva dny i s přespáním.

Trasa: Tršnice - Kynšperk nad Ohří (1. den) – přibližně 17 km

Kynšperk nad Ohří – Sokolov (2. den) – přibližně 15 km

Program a organizaci kurzu si zajišťujeme sami. Od sledování vhodného počasí přes včasné informování rodičů, dále zajištění a objednání lodí a teoretickou přípravu žáků ještě ve škole.

### 10.3 Finanční náročnost kurzů vodní turistiky

V dnešních ekonomických podmínkách je málokterá škola v situaci, kdy může dotovat jakékoli kurzy a mimoškolní aktivity. Většina nákladů souvisejících s kurzem je přenesena na žáka, potažmo na rodiče, a proto nelze tyto aktivity nastavit jako povinné. S tím souvisí řada komplikací při organizaci kurzu. Organizátor se v důsledku toho snaží najít optimální variantu potřebných služeb ve vztahu k ceně. Musí zajistit patřičný rozsah a kvalitu služeb s ohledem na finanční možnosti tak, aby organizovaný kurz byl dostupný pro většinu žáků ve třídě, a zároveň, aby nebyla ohrožena bezpečnost. Na to reaguje řada ekonomických subjektů zabývajících se vodními sporty a půjčováním sportovního vybavení.

Zdánlivě nejlevnější variantou je uskutečnění kurzu s vlastním vodáckým vybavením. V dnešní době je jen málo škol, které disponují dostatečným množstvím vodáckého vybavení z důvodu velké finanční náročnosti spojené s celoročním uskladněním a údržbou vlastní loděnice. Přestože nemusí škola platit půjčovné za materiál, musí zajistit jeho přepravu, doprovodné vozidlo s personálem. Když rozpočítáme do ceny kurzu i náklady na provoz loděnice a zohledníme její minimální využití v průběhu roku (zpravidla škola organizuje 1-3 kurzy ročně), tak je výsledná cena mnohdy vyšší než při zajištění kurzu komerčním subjektem.

Trendem dnešní doby je obrátit se na privátní subjekt, který zajistí buďto pouze zapůjčení a dopravu materiálu, či komplexní organizaci a materiálové zajištění kurzu v rámci nabízených služeb. Výhodou tohoto řešení je možnost výběru profesionální firmy, kterou lze vázat smluvními podmínkami k dodržení všech školou požadovaných nároků. Škola se stává klientem, kterému je vyhověno ve všech směrech, včetně poskytnutí licencovaného instruktora. Jedinou nevýhodou tohoto řešení je vyšší cena. V rámci srovnávání finanční náročnosti kurzů pořádaných školou v průběhu školního roku (lyžařský kurz, cyklistický kurz apod.) vychází ovšem náklady na kurz vodní turistiky velmi příznivě.

Pro příklad uvádím jak je finančně náročný kurz pro naše žáky deváté třídy, kteří jezdí na dva dny.

Finanční rozvržení kurzu 16. – 17.6 2015: většina půjčoven je ochotna vycházet školním kurzům vstříc a nabídnout jim jinou cenu půjčovného. My využíváme půjčovnu Dronte, která má svá stanoviště podél celé Ohře.

Tabulka 10 – Finanční rozpočet kurzu  
Zdroj: archiv ZŠ a MŠ Hazlov

<b>6 kanoí + 6 barelů + 12 pádel + 12 plovacích vest na 2 dny</b>	3 240,00
<b>Doprava</b>	200,00
<b>Potraviny, které nakupujeme pro žáky do kempu (chléb, vuřty, instantní polévky, čaj, cukr, ...)</b>	522,00
<b>Poplatek za kemp</b>	470,00
<b>C e l k e m</b>	4 432,00
<b>Na jednoho člena (při 12 účastnících)</b>	369,00

Před kurzem vybíráme od žáků 400 Kč, po jeho ukončení dojde k finančnímu vypořádání.

### 10.4 Příprava a průběh kurzu

Rozhodla jsem se popsat náš kurz co nejpřesněji a nejjednodušeji, aby mohl sloužit jako návod pro pedagogy, kteří se přece jenom rozhodli, že se žáky vodní turistiku vyzkouší.

#### 10.4.1 Příprava kurzu

Velmi důležité je s pojmem vodní turistika žáky seznámit již ve škole, seznámit je s používaným názvoslovím, využít videí nebo alespoň obrázků řek, lodí a jezů. Využijeme tabule či jejího interaktivního následovníka ve třídě a nakreslíme, jak vypadá na vodě jazyk. Vysvětlíme, proč se do něj vjíždí, jak vypadají nebezpečné přeje nebo jak poznají kámen atd.

Tvoření vlny za schovaným kamenem



Obrázek 15 – Tvorba vlny za schovaným kamenem  
Zdroj: [http://tarn.cz/?page\\_id=985](http://tarn.cz/?page_id=985)

Vysvětlíme si, kdo je to háček a co má většinou za úkol, kdo je to zadák a za co je zodpovědný, jaká zavazadla vzít s sebou do lodě a jakým způsobem je zajistit. Co by na řece rozhodně nemělo chybět a co je ještě vhodné si vzít s sebou, jak se chovat při převrnutí lodě, při přenášení lodě, během kempování.

Ještě jeden postřeh z pedagogické praxe: Po zkušenosti z prvního vodáckého kurzu víme, že ne každý žák si zajistí odpovídající stan jak velikostí (žáci se předem musí domluvit, kdo zajistí stan a kdo s kým bude spát), tak funkčností (některé byly děravé nebo nekompletní). Z tohoto důvodu necháváme žáky přinést stan do školy a postavit na školní zahradě.

Další důležitou věcí je objednání lodí (existuje řada půjčoven, které lodě dovezou na místo vyplutí a zase si lodě odvezou z místa dojetí). Pro výuku začátečníků se jako optimální varianta volí dvoumístná, otevřená, široká plastová kánoe. Při objednávce je většinou domluvena i cena, takže rodiče prostřednictvím svých dětí dostanou včas veškeré informace týkající se finanční náročnosti kurzu a seznam potřeb, které si žáci zajišťují sami. Předpokladem účasti na vodáckém kurzu je i vyplnění přihlášky s podpisem zákonného zástupce žáka.

Vzor přihlášky, kterou v naší škole používáme a která se nám osvědčila, je uvedena na následující straně.

Základní škola a mateřská škola Hazlov, okr.Cheb, příspěvková organizace

**INFORMACE K VODÁCKÉMU KURZU**

**Vedoucí kurzu:** *Václav Burian / 355 335 370*

**Instruktoři:** *Bc. Alena Šimková*

**Místo a čas:** *Hazlov, škola*

**Odjezd:**

**Návrat:**

**Cena:**

**Doporučený seznam věcí:** *vhodné oblečení na loď, boty do vody (staré tenisky), helma, dioptrické brýle, sluneční brýle, opalovací krém, karta pojištěnce, svačina, pití. Další nezbytné věci upřesní vedoucí kurzu.*

---

***zde odstříhnout a odevzdat při nástupu na LVK***

*Prohlašujeme, že naše dítě*

.....  
*je způsobilé zúčastnit se vodáckého kurzu na řece Ohři, trasa Tršnice – Kynšperk n/Ohři od ..... do ....., zejména prohlašujeme ve smyslu § 9 odst. 1, zákona č. 258/2000 o ochraně veřejného zdraví v platném znění, že ošetřující lékař nenařídil výše jmenovanému dítěti, které je v mé péči, změnu režimu, dítě nejeví známky akutního onemocnění a okresní hygienik ani ošetřující lékař mu nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že by v posledních 14 dnech před odjezdem přišlo toto dítě do styku s osobami nemocnými infekčním onemocněním nebo podezřelými z nákazy. Jsem si vědom(a) právních následků, které by mne postihly, kdyby toto mé prohlášení bylo nepravdivé.*

*Při vážném onemocnění nebo z jiných závažných důvodů zajistíme odvoz domů.*

V \_\_\_\_\_ dne \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ *podpis zákonného zástupce*

Vodácký výcvikový kurz

Seznam potřebného vybavení by měl být vytvořen na základě vlastní zkušenosti pedagoga.

- boty do lodě (neoprenové boty)
- krátké nebo dlouhé kalhoty (rychle schnoucí), plavky do lodě
- tričko, softshellová nebo šustřáková bunda do lodě
- čepice s kšiltem, brýle, pláštěnka
- jídlo a pití do lodě – možnost stravovat se po cestě a tábořištích
- peníze a mobil, vše uzavřít do vodotěsného vaku (barelu)
- osobní léky s rozpisem

Tyto věci dáme před jízdou do sudu, konve nebo lodního pytle, ostatní věci do auta ochotného rodiče, který je přiveze na místo přenocování (v našem případě do Kynšperka nad Ohří):

- hygienické potřeby, opalovací krém
- stan, spacák, karimatka, baterka, repelent
- Boty a oblečení do tábořišť a na spaní (psací potřeby )
- nůž, zapalovač, jídelní příbor, ešus
- jídlo (sušenky, paštiky, pečivo, pití)
- jako vedoucí máme s sebou dostatek náplastí s polštářkem, stahovací obvaz, paralen



Sud

Lodní pytel



Konev s těsněním a víkem

Obrázek 16 – Úschova potřebných věcí

Zdroj: [http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-V.aspx?ID\\_clanku=89&PDA=1](http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-V.aspx?ID_clanku=89&PDA=1)

Důležitý je samozřejmě i výběr řeky. Tato volba musí nutně korespondovat s vlastními schopnostmi pedagoga a reagovat na jeho znalost nebo předpoklad fyzické zdatnosti žáků. Náročnost terénu pro školní skupinu se pohybuje pravidelně mezi stupni ZW a WW 2. Co se týká vodního terénu, zvyšujeme riziko úrazu například výběrem běžně málo vodnaté řeky v období dlouhého sucha a riskujeme tak dlouhý pochod suchým a balvanitým korytem s lodí v ruce. Vybereme-li řeku nízkého charakteru obtížnosti a informujeme se o momentálním stavu, výrazně snižujeme objektivní příčiny nebezpečí přímo plynoucí ze zvoleného vodního terénu. Vždy bychom si měli uvědomit, že nezáleží jen na průtoku vody, ale například také na šířce koryta, a že výrazným činitelem v této oblasti je počasí.

V souvislosti s obavami o zdraví žáků je vhodné vybírat řeku podle jejího charakteru, který může určovat teplotu vody (horské řeky a potoky budou chladnější než nížinné řeky), eventuálně klást větší nároky na ochranné pomůcky, jejichž součástí může být neoprenový oblek. Při plánování denních etap je potřeba připravit náhradní program pro případy náhlých změn toku (náhlá změna počasí, tendence zvýšení vodní hladiny).

U nás je to jednoduché, protože máme vhodnou řeku pro začátečníky – Ohři. Jelikož jsme ze západních Čech, nemusíme ani hledat jinou.

U školních kurzů je předepsáno, že na jednoho učitele (instruktora) připadá maximálně 10 žáků, ale maximálně 5 lodí. To znamená dva rafty (2xR6) po pěti žácích, 5 kánoí (5xK2) po dvou žácích nebo 5 kajaků (5xK1) po jednom žákovi. Neoptimálnější počet lodí je 5 – 7 podle charakteru řeky a typu lodí.

Při plánování a výběru řeky je také nezbytné promyslet dopravu nebo přesuny motorových vozidel, aby se omezilo dlouhé čekání v mokřem vodáckém oblečení. Dobré je domluvit se s rodiči na odvozu žáků na místo vyplutí (v našem případě do Tršnice) a opět zpětné vyzvednutí žáků v cílové stanici (v našem případě v Sokolově). Vždy se najde nějaký rodič, který je i ochoten odvézt žákům stany na místo přespání (v našem případě do Kynšperka nad Ohří). Je to výhodné hlavně v tom, že lodě při přenášení nejsou tak těžké, a to nemluvíme o převrácení lodě (cvaknutí).



### 10.4.2 Průběh kurzu

Náš vodácký kurz začíná vždy asi v 8:30 ráno srazem před školou. Zde mají žáci rozděleny věci do dvou zavazadel (věci na spaní a kempování a věci do lodě). První zavazadla se nakládají do auta, které přijede na místo kempování až odpoledne (Kynšperk nad Ohří) a druhá zavazadla i s žáky nakládáme do aut k rodičům, kteří jsou ochotni nás odvést na místo výjezdu (Tršnice). Kolem 9. hodiny jsme na místě a čekáme na příjezd lodí, které máme vždy objednané na 9 – 9:30 hodin. Po převzetí lodí a odnesení na louku k řece může začít základní vodácký výcvik.

Základní výcvik před začátkem sjezdu by měl vždy obsahovat informace o programu kurzu (všeobecné informace o toku, charakteristika etap a jejich časová náročnost) a seznámení se zásadami bezpečnosti na vodě (pevné pořadí lodí – „vedoucí a závěrečná loď“, způsob komunikace na vodě – „dorozumívací signály“ apod.). Dále probíhá výcvik „na suchu“, kdy žákům vysvětlíme sezení v lodi, způsob manipulace s lodí, principy pádlování a ovládání lodí, zásady nasedání a vysedání atd. Po vysvětlení metodiky a její názorné ukázce přistupují účastníci k vlastnímu nácviku dovednosti.

Nácvik je třeba rozdělit do několika kroků.

#### *1. krok – výběr pádla jednotlivým žákům*

Kanoistické pádlo má tři části. Skládá se z listu, dřívku či žerdi a hlavičky. Pádla mohou být vyrobená z širokého spektra materiálů. Nejčastěji se u turistů setkáme s pádly z dřevěných nebo plastových materiálů. Délku pádla lze orientačně volit vzhledem k výšce postavy pádlujícího. Obvykle se doporučuje délka odpovídající výšce brady a kořene nosu.

Pro tekoucí vody volíme spíše kratší pádla (délka v oblasti brady), pro stojaté vody vybíráme pádla delší.

### Druhy pádel



Obrázek 17 – Druhy pádel

Zdroj: [http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-IV.aspx?ID\\_clanku=85](http://www.raft.cz/Clanek-Chystate-se-na-vodu--dil-IV.aspx?ID_clanku=85)

### 2. krok – držení pádla

Pádlo držíme horní rukou za hlavičku nadhmatem, přičemž palec drží hlavičku v poloze proti prstům (zespodu hlavičky). Výšku uchopení pádla spodní rukou zkontrolujeme tak, že upažíme a paže ohneme v loktech do pravého úhlu. Rozpětí takto ohnutých paží je poloha, ve které držíme pádlo při pádlování. Daný úchop by měl odpovídat poloze úchopu spodní paže přibližně 10 – 15 cm od listu. Pádlo je při záběru sevřeno pevně mezi prsty tak, aby nedocházelo k „proklouzávání hlavičky“ v dlani.



Obrázek 18 – Úchop pádla

Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov

### 3. krok – volba zadáků a háčků

Při sezení v kánoi rozlišujeme dvě základní pozice vzhledem k postavení lodi. Pozici pádlujícího na přídi nazýváme „háček“. Pozice na zádi je pojmenována jako „zadák“. Volbu zadáků a háčků provádí zásadně učitel. Nejedná se v žádném případě o volbu náhodnou, ale měli bychom při ní respektovat určitá pravidla:

- a) Zjistíme zkušenosti jednotlivých členů družstva s vodní turistikou, zda-li už někdy absolvovali vodáckou akci, na jaké lodi, v jaké pozici na lodi a s jakým stupněm obtížnosti proudící vody.
- b) Zadák by měl mít v optimálním případě větší zkušenosti s plavbou na obdobném typu lodi.
- c) V případě smíšeného družstva začátečníků je vhodné kombinovat smíšené posádky (chlapec a děvče).

### 4. krok – nesení lodi

Lodě nosíme za tzv. chytací oka, která jsou zpravidla umístěna na přídi a zádi lodi. V reálu se můžeme setkat s plastovými nebo lanovými oky. Pro převážení lodí na jezech užíváme koníčkovací šňůru, která je ukotvena v chytacích okách. Délka šňůry by měla mít minimálně trojnásobek délky plavidla. Šňůru vždy zajistíme (smotáme a upevníme) tak, aby při převrácení lodě nemohlo dojít k zaplétání posádky do šňůry. Lodě nosíme dnem dolů, nevláčíme je po zemi nebo kamenech a ukládáme je před nástupem přímo na vodní hladinu přídi proti směru proudu řeky.

### 5. krok – nácvik sezení v kánoi na suchu

Je vhodné u začátečníků vyzkoušet různé varianty sezení v lodi. Nejde přitom o pouhý nácvik posedu konkrétní osoby v lodi, ale také o synchronizaci poloh pádlující dvojice. V turistických kánoích jsou sedačky vesměs konstruovány jako neoddělitelná součást lodi, přičemž umožňují dva základní typy sezení.

*První typ* je hojně užívaný turisty. Charakterizuje ho stabilní sed, přičemž dolní končetina na straně, kde pádlujeme, je v kolenu pokrčena pod sedačku, stehno se opírá o bok lodi. Druhá noha je volně natažena, přičemž stabilitu a bezpečnost sedu zajišťuje pata nohy zapřená o dno kánoe (Bílý, Kráčmar, Novotný, 2001).

*Druhý typ* má svůj původ v závodní kanoistice na divoké vodě. Charakteristickou polohou je klek na dně lodi, s koleny „co nejdále od sebe“, přičemž lýtka kopírují spodní stranu sedačky. Hýžd'ové svaly se opírají o vrchní část sedačky. Tento posed není příliš komfortní, zvyšuje však zpravidla stabilitu lodi. Turisty je využíván ke sjíždění jezů a peřejnatých úseků.

Zadák a háček pádlují vždy na odlišném boku lodi. Tzn., že drží-li háček pádlo za hlavičku např. v levé ruce (pádluje na pravém boku lodi), musí zadák držet hlavičku pádla v ruce pravé (pádluje na levém boku lodi). Shodné držení pádla stejnou rukou za hlavičku (pádlování na shodné straně) výrazně zvyšuje riziko převrnutí lodi.

### 6. krok – skupinový nácvik základních záběrů na suchu

Vzhledem k faktu, že začátečníci mají velmi malé, pakliže vůbec nějaké teoretické znalosti o technice pádlování, omezíme nácvik záběrů na minimum potřebné k bezpečné jízdě na klidné vodě.

Do vymezeného minima můžeme zařadit následující paletu záběrů:

*Základní záběr vpřed* (obr. 19) – je nejdůležitější záběr, který plavidlo pohání vpřed. Skládá se ze čtyř částí - zasazení neboli nasazení pádla, vlastní záběr či tažení, vytažení a přenos pádla vpřed.



Obrázek 19 – Základní záběr vpřed  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov

*Zpětný (kontra) záběr* - zpětný záběr se u začátečníků nejčastěji používá ke zpomalení nebo zastavení lodi, a to pouze při synchronním pádlování. Když používá pouze jeden člen dvoumístné posádky lodi záběr vzad, dochází k postupnému otáčení lodi. Zpětný záběr vzad je prováděn zatlačením listu pádla spodní paží od zádi mírně šikmo směrem vpřed podél boku lodi. Tento záběr zahájíme zasazením pádla za tělem, zhruba o 10 až 20 cm dále než místo ukončení záběru vpřed.

*Široký záběr (oblouk)* - tento druh záběru se používá ke korekci, změně směru jízdy nebo otáčení lodi. List pádla je zasazen do vody téměř stejně jako u základního záběru. Záběr začíná zhruba 10 cm od boku lodi, háček co nejvíce vpředu. Záběr je veden nataženou spodní paží po obloukové křivce, ale horní paže bývá často pokrčena. V závěrečné fázi tažení dochází k dokončení oblouku za tělem vodáka, při kterém se může dostat až do mírného záklonu. Zadák zakončuje oblouk co nejvíce vzadu skoro až za lodí. Z toho vyplývá, že list pádla se pohybuje po křivce (oblouku) směrem od lodi a zpět místo pohybu podél lodi.

*Široký záběr vzad* – záběr se používá k otáčení lodi a také ji výrazně brzdí. Tento záběr má opačný směr než široký záběr. Na rozdíl od zpětného záběru je spodní paže natažena po celou dobu pohybu a zároveň list pádla kopíruje oblouk, který je veden od zádi. Háček začíná záběr na úrovni trupu a končí u špičky lodi, za to zadák nasazuje pádlo více vzadu a záběr je ukončen na úrovni trupu. Záběr vychází z rotace trupu.

*Přitažení* – přitažení se nejčastěji využívá ke korekci směru jízdy, změně směru jízdy, přičemž nedochází k výraznému zbrzdění lodi. Trup se při zahájení záběru vyklání ven z lodě bez zjevné rotace. Vrchní paže je mírně pokrčena v loketním kloubu nad hlavou, spodní paže je napnutá. Záběr je veden kolmo k boku lodi. Po ukončení záběru přitažení k boku lodi se může přejít do přímého záběru nebo se vodák vrátí do výchozí pozice a přitažení opakuje dle potřeby.

*Závěs* – nejčastěji je závěs používán u nájezdu do proudu a výjezdu z proudu. Je to záběr, který se využívá při změně směru ve vyšších rychlostech lodě. Tělo vodáka má stejné postavení jako fáze zahájení záběru přitažení. Pádlo je ponořeno do vody pod úhlem 45 stupňů, ale paže při tom zůstanou v první fázi záběru. Střed osy otáčení lodi je tvořen listem pádla.

### 7. krok – nácvik nasedání, vysedání na klidné vodě

První kontakt začátečníků – kanoistů s „vodou“ by měl probíhat na stojaté vodě. Pokud není stojatá voda k dispozici, volíme klidně tekoucí vodu. Po uložení na hladinu drží dle většiny literárních pramenů zadák loď, háček nakládá materiál a následně nasedá (s pádlem v ruce nebo lodi). Poté nasedá zadák a loď je připravena k odplutí. Někteří odborníci doporučují obrácený postup, tedy první nasedá zadák a následně po něm háček. Druhá varianta se jeví jako logičtější. Při nevhodné manipulaci a odplutí lodi bez háčka je zadák schopen s lodí manévrovat a bezpečně s ní přistát u břehu.

### Nasedání do lodě



Obrázek 20 – Způsob nasedání do lodě  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov

### 8. krok – nácvik techniky jízdy na klidné vodě

Techniku trénujeme se začátečníky vždy na klidné, přehledné vodě. Dbáme na to, aby při prvním nácviku techniky jízdy na vodě nenacvičovalo současně více než cca 5 lodí (kánoí) na jednoho instruktora. Optimální varianta kalkuluje s jedním instruktorem na plavidle ve vodě (ukázka techniky, korekce) a druhým na břehu, který zabezpečuje organizaci výcviku ze břehu. Instruktor na břehu je připraven k poskytnutí bezprostřední pomoci při záchraně.

### Vyplutí a nácvik techniky



Obrázek 21 – Vyplutí a nácvik techniky na mírně tekoucí vodě  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov

### 9 .krok – vyplutí a nácvik techniky na mírně tekoucí vodě (obr. 21)

Před každou plavbou zkontrolujte, zda mají jednotliví členové družstva:

- vestu
- přilbu
- pevné boty
- pádlo
- vhodný oděv (vzhledem k okolnímu prostředí)
- pláštěnku
- krém na opalování
- jídlo na předpokládaný čas jízdy
- nápoje
- doklad o zdravotním pojištění a případně drobné peníze

Opět dbáme především na bezpečnost. Důležité je procvičit všechny základní typy záběrů, nájezd do proudů, výjezd z proudu, traverz a bezpečné zastavení lodi.

### 10. krok – nácvik jízdy ve skupině – signalizace, rozestupy...

Před obtížnějším úsekem je vždy lepší nad ním bezpečně zastavit a jít si tuto pasáž řeky prohlédnout. Vedoucí pak zorganizuje splutí tohoto místa nebo nařídí bezpečný přenos lodí. Je také nutné zorganizovat každé přistání ke břehu a zpětný odjezd od něj. První loď (obvykle s vedoucím) přistává na bezpečném přehledném místě bez překážek jako první a ostatní lodě se řadí vždy nad první loď. Stejně podmínky platí i na výstupním místě.

První posádka (většinou učitel) má za úkol vybírat nejvhodnější trasu pro splutí řeky a upozorňuje na případná nebezpečí. Mezi loděmi musí být dostatečný rozestup, na klidné přehledné vodě cca 20m. Vždy ale musí být velikost rozestupu taková, aby každá posádka mohla včas zastavit. Na rychlejších tocích s meandry se vzdálenost rozestupů zkracuje, aby se posádky navzájem viděly – tzv. vzájemné hlídání. Posádka přední lodi provozuje tzv. hlídání dozadu, přičemž přední posádka hlídá posádku za sebou a v případě, že tam nikoho nevidí, oznámí to dopředu, aby se počkalo na ostatní. Neposledním důležitým úkolem vedoucího skupiny je dodržování časového plánu. Je velmi nebezpečné, aby se vodáci při soumraku dostali do náročnějšího úseku a nestačili dojet do kempu.

Nejvhodnějším prostředkem pro komunikaci na vodě je vhodná a hlasitá píšťalka, která slouží k upozornění, že se něco děje. Další komunikace je vizuálního charakteru pomocí rukou nebo pádla. Příjemce komunikace potvrdí, že všemu rozuměl. Jelikož nejsou dány standarty pro signály, skupina si je určí sama. Důležité je, aby signály byly jasné, zřetelné, aby je znala celá skupina a nebylo jich mnoho.



Obrázek 22 – Nácvik jízdy ve skupině  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov



### *Překonávání problematických míst.*

Mezi problematická místa můžeme zařadit různé druhy přírodních i umělých překážek. Nejčastější uměle vytvořenou překážkou je jez. Jezy představují typické místo, kde může vzniknout problém. Vždy je nutné před každým jezem zastavit, aby si jej všichni členové družstva mohli prohlédnout. Vedoucí vyhodnotí sjízdnost jezu nejen z pohledu obtížnosti, ale také i z hlediska připravenosti a zkušeností členů družstva. Při sebemenších pochybách o sjízdnosti jezu či zdatnosti družstva loď raději přeneseme nebo převezeme tzv. koníčkováním. Při vyhodnocování sjízdnosti jezu je důležité vysvětlit potenciální rizika žákům. Učitel by měl nabídnout možnost přenesení těm, kteří nechtějí jez sjet.

Pokud se učitel rozhodne, že se jez nejede, neměl by jej sjíždět ani on sám. Pokud je vedoucí družstva jediný, kdo ovládá zásady a techniky poskytnutí pomoci při záchraně zvrhnuté posádky, potom platí, že daný jez vedoucí nesjíždí (neměl by mu kdo pomoci při řešení problémové situace).

Pokud se jez bude sjíždět, jeden učitel by měl zajistit navádění lodí nad jezem. Na konci spádové desky by měla být připravena pomoci první záchrana s házecím pytlíkem. V dostatečné vzdálenosti pod jezem by měla být nachystána další záchrana, opět s připraveným házecím pytlíkem.

Jako první sjíždí jez učitel. Na základě zkušeností vysvětluje ideální techniku sjíždění. Nezapomeneme upozornit žáky, aby se nechytali při sjezdu boku lodě. Lodě sjíždějí jez zásadně po jedné s velkými rozestupy. Skupina vyráží na další plavbu, až všichni bezpečně překonají jez. V klidné vodě pod jezem čekají ostatní lodě na příjezd lodě poslední, načež skupina vyráží na další plavbu.

### *11. krok – kempování*

Žákům určíme místo, kde mohou rozestavit své stany a kam srovnají lodě, pádla, vesty. Také by měli vědět, kde se mohou pohybovat (kde je sociální zařízení, popř. občerstvení). Pokud je v dosahu ohniště, zajistíme se žáky dřevo a můžeme dělat společnou večeři na ohni.

Doporučení z vlastní zkušenosti: žáci se sami starají o oheň (samozřejmě pod dozorem) a dívky zase ochotně připravují polévku - instantní, kam přidávají brambory a nakrájené vuřty, sůl, papriku atd.

Společně jim vždy velice chutná (příloha č. 1). To absolvujeme většinou odpoledne hned po dojetí do kempu, večer následuje další chod opékání vuřtů (příloha č. 2). A později ještě konzumujeme opékané brambory. Ráno přichází na řadu horký čaj a nějaké pečivo. Zatím jsme se každý vodácký výcvik setkali s velice ochotnými rodiči, takže po ránu přivezli např. čerstvé koblížky.

### *Na závěr něco z vodáckých zkušeností*

- Při nastupování do lodi položte pádlo napříč přes oba borty a opřete se o něj. Loď se pod vámi během nasedání bude méně houpat. Tento způsob využijte i tehdy, pokud při plavbě zničehonic ztratíte rovnováhu.
- Při opouštění lodi vystupujte vždy na straně, která je bliž ke břehu. Zvláště nad vysokými jezy se vám může stát, že zatím co na této straně je vody po kolena, na té druhé na vás číhá zrádná hlubina. Opět je při tom vhodné opřít se o pádlo položené napříč přes oba borty.
- Nevyhazujte pádlo na břeh, pokud nemáte jistotu, že už jste opravdu zakotvili. Není nic veselejšího, než když háček neudrží loď u břehu (třeba kvůli silnému proudu nebo se urve to, čeho se až dosud zuby-nehty držel) a naráz odplouváte ... a nemáte loď čím ovládat. V kánoji je celkem dobrý zvyk odkládat pádlo do lodi (pokud jej nevyužíváte při vystupování, viz výše).
- Pokud se ve vaší lodi klečí a je vybavena kleky, nebo-li fixačními popruhy před kolena (např. nafukovací loď typu Pálava či Orinoco), nebojte se a využívejte je. Zvláště během zdolávání jezů či při jízdě ve vysokých vlnách nebudete samovolně "putovat" po palubě.
- Při plavbě se nechtejte větví nad řekou - loď pod vámi poodjede, nakloní se a téměř stoprocentně převrátí.
- Také se neodrážejte pádlem od břehu či dna, zvláště skalnatého - pádlo tam může uvíznout a vyškubnout se vám z ruky nebo se třeba poškodit.
- Při převrácení (cvaknutí se) je nezbytně nutné za žádnou cenu nepouštět pádlo z ruky - jestliže vám uplave, vaše plavba právě skončila.
- Při průjezdu mezi větvemi hustého keře či padlého stromu nastavte pádlo šikmo před sebe (jako takovou stříšku) - pokud by mezi listím byla i nějaká silnější větev, ucítíte ji na pádle dřív, než by se stihla seznámit s vaší hlavou. A každopádně skloňte hlavu obličejem dolů.

- Při podjíždění překážky (spadlý strom, nízká lávka,..) se snažte být obličejem v lodi a jistit si hlavu pádlem stejně jako při průjezdu mezi větvemi.
- Pokud proud řeky teče těsně kolem podemletého břehu či skály a vaši loď na ni nažene, proved'te na ni náklon (doslova ji olízněte) a řeka vás z těchto míst zase odnese. Pokud byste ten náklon neudělali nebo jej udělali na opačnou stranu, proud vám loď podtrhne a převrátí.
- Pokud některou částí lodi najedete na překážku (kámen, kmen stromu,...) a uvíznete na ni, zkuste loď uvolnit tím, že tuto část odlehčíte na úkor té druhé. V praxi bývá nejjednodušším řešením, když příslušný člen posádky na chvíli přeleze k tomu druhému (pokud to konstrukce lodi umožňuje).
- Stabilita lodi souvisí především s polohou těžiště - čím je těžiště výš, tím je loď méně stabilní. Laicky shrnuto: čím výš ode dna lodi budete mít těžké věci, tím snadněji se překloupíte. To platí ale i o vašem místě k sezení - pokud budete chtít vašim sedacím partiím dopřát pohodlí a přilepíte si na lavici 10 cm tlustý polystyrén, určitě si ve vlnách v lodi dlouho nepobudete. Takže všeho s mírou.
- Čím je loď víc zatížena, tím hůř se s ní manévruje - nepodceňujte tedy ani množství vody, kterou máte v lodi a vylévejte ji, zvláště pokud vás čeká náročný úsek. V plastové či laminátové lodi vám navíc tato převalující se voda bude hodně napomáhat k překlopení, protože vám bude neustále měnit polohu těžiště.
- Máte-li v lodi vody opravdu hodně (např. po cvaknutí), nesnažte se loď hned dostat na břeh, ale nejdřív ji vylitím vody odlehčete už na řece. Nejprve ji ještě na hladině převraťte na bok dnem proti proudu (pozor, ať vám z ní něco neuplave). Následným přizvednutím přídě nebo zádě z ní většina vody rychle odeče a po otočení zpět na hladinu bude loď už mnohem lehčí a lépe se s ní bude manipulovat. Pokud místo na bok otočíte loď dnem vzhůru, podtlak vám ji nedovolí přizvednout. Pokud loď otočíte na bok dnem po proudu, bude se do ní hrnout ještě víc vody, než tam bylo.
- U nafukovací lodi je nutné počítat s tím, že na chladné vodě vzduch v jejích komorách chladne a loď "měkne", zatímco na slunku se rozpíná a hrozí protržení. Proto je nezbytné hmatem kontrolovat tlak ve válcích a při plavbě ve slunečném počasí čas od času ochladit boční válce vodou nebo trochu odpustit (dá se zvládnout i za jízdy). V opačném případě někde u břehu zakotvit a dohustit.

- Je-li váš loďák těžší, určitě při cvaknutí nebude plavat a vy jej budete hledat někde na dně řeky. Pokud v něm máte ještě trochu místa, vyplňte jej nafukovacím balónem, který jej udrží nad hladinou. Pokud se vám už do loďáku opravdu nic nevejde, alespoň k němu přivažte na delším provazu třeba plastovou láhev. Když se cvaknete a loďák se potopí, láhev bude plavat a vy tím pádem budete vědět, kde vaše věci leží.
- Jestliže hodláte z lodi fotografovat a nemáte fotoaparát určený i do vody, můžete koupit malý voděvzdorný obal (ne nepodobný malému loďáku), který lze přichytit uvnitř lodi někde po ruce a v případě nutnosti z něj foťák rychle vytáhnout a stejně rychle jej tam zase uschovat.
- Spouštíte-li loď přes jez a nechcete, aby se k vám dole otočila dnem, přivažte oba konce koníčkovací šňůry za zád' a za střed (třeba za střední šprajc) a loď spouštějte přídí napřed. Rukama budete ovládat oba konce - tím za střed loď brzdít a tím za zád' brzdít a zároveň i "kormidlovat". Pokud byste loď brzdili za příd', mohl by vám proud strhnout zád' a loď by sjela pod jez bokem.
- Plastová nebo laminátová deblovka se dobře přenáší, když oky na přídí a zádí (pokud tam jsou) prostrčíte pádlo a pak ji tedy nesete oběma rukama za něj. Nejenže pak nehrozí, že by vám nechtěně vyklouzla, ale pokud vás pluje víc, můžete ji takto nést i ve více lidech a pak ani není potřeba z lodi vyndat bagáž.

### 10.5 Hry na zlepšení stability na lodi

Po pár hodinách nebo druhý den zkusíme na vhodných místech různé hry.

#### *1.cvičení:*

První cvičení, které je zaměřeno hlavně na seznámení s lodí, je otáčení se v protiproudu. V první části manévru zabírá hlavně kormidelník a háček vyrovnává loď, aby byla přídí proti toku řeky. Když kormidelník dotočí loď téměř do roviny, začíná naplno zabírat i háček.

#### *2.cvičení:*

Zkoušení jízdy ve stoje spočívá v tom, že háček se za zpomalené jízdy postaví. Po chvilce plavby s postaveným háčkem si stoupne i kormidelník.

*3. cvičení* (zkoušíme pouze, když je teplé počasí)

Cvičení obzvlášť zaměřené na stabilitu na lodi.

Oba dva členové posádky (kormidelník, háček) se pokusí během plynulé jízdy vyměnit, tj. vymění si pozice. Háček za kormidelníka, kormidelník za háčka.

## 11 Diskuse

Při popisu přípravy a průběhu školního vodáckého kurzu na řece Ohři jsem využívala převážně vlastních zkušeností. Uváděla jsem skutečné a praxí ověřené situace. Myslím si, že vlastní zkušenosti jsou při takovýchto typech kurzů nepostradatelné. V jejich průběhu se pedagog setkává se situacemi, které nepředpokládal, a o to více je pak připravený na kurzy následující. Zodpovědnost je velká a pedagog nesmí v průběhu kurzu nic opomenout. Zjistila jsem, že i každá maličkost, na kterou žáky předem upozorním, je důležitá. Příprava je po organizační stránce velice náročná a pro učitele „začátečníka“ o to více. Domnívám se, že tato práce by mohla být přínosem pro pedagogy na základních školách, kteří vodní turistiku provozovali zatím pouze sami či se svými rodinami, ale chtěli by tento krásný sport přiblížit i svým žákům prostřednictvím školního vodáckého kurzu.

Snažila jsem se pojmut a předložit právní problematiku, o kterou se musí pořadatel vodáckého kurzu opírat. Kromě v České republice vydaných zákonů a vyhlášek k této problematice je nutné mít kurz podložen i Školním vzdělávacím programem pořádající školy a směrnicí, která obsahuje pravidla a podmínky, za kterých je možné kurz tohoto typu uspořádat.

Pokusila jsem se navrhnout nejvhodnější podobu školního vodáckého kurzu tak, jak se s ní setkávám každoročně na řece Ohři. Zjistila jsem, že důkladná a včasná příprava se opravdu vyplatí. Za nejpřínosnější považuji upozornění a popis situací, které se opravdu staly. Myslím si, že pedagog tím může předcházet různým, často i nebezpečným situacím.

Na základě vlastních zkušeností vím, jak důležité je dodržování pravidel při sjíždění řek a že ne vždy se jimi vodáci řídí. V některých situacích právě nedodržování těchto pravidel bylo příčinou řady zranění nebo dokonce i úmrtí. Proto jsem jako jeden z důležitých úkolů práce zvolila a snažila se důkladně popsat pravidla dodržování bezpečnosti na řece. Dle mého názoru je důležitý i výběr typu lodě, vždyť velice záleží na tom, je-li vodák již zkušený nebo ne a zdaleka nejsou všechny typy lodí z hlediska bezpečnosti vyhovující, samozřejmě že při výběru také záleží na druhu sjížděné řeky. Myslím si, že nejvhodnější jsou otevřené plastové kánoe.

Zjistila jsem, že je důležité si před každým kurzem ověřit, zda všichni žáci umí plavat a znají alespoň základy první pomoci. V jednom případě se nám stalo, že žák deváté třídy se přiznal až uprostřed kurzu k tomu, že plavat neumí. A když je pedagog na

škole nový a neprojde se žáky plavecký výcvik, nemůže znát jejich plavecké dovednosti. Také se nám vyplatilo neustálé kontrolování bezpečnostních pomůcek, jako jsou například záchranné vesty, protože v některých případech, např. při vyšších teplotách, si je žáci sami bez dovolení svlékají. Na některé detaily jsme přišli také až po vlastních zkušenostech, kdy žák utopil brýle – od dalšího kurzu měli všichni brýle na gumičce.

Při seznamování žáků s pojmy vodní turistiky a s typem plavidel, které využíváme, jsem došla k závěru, že by pedagog měl věnovat více času teorii a vlastnímu vysvětlení již ve škole. V praxi se pak žáci lépe orientují a více vyznají i v různých situacích, které nastávají. I okolí a památek si žáci více všímají a vyhledávají je, když o nich dopředu dostali alespoň základní informace. Technicky zdatnější jsou žáci v případě, když si některé dovednosti vyzkouší na suchu a dopředu se seznámí se záchrannými pomůckami.

Ze svého bádání jsem došla k závěru, že neexistuje literatura (učebnice), která by se zabývala školními vodáckými kurzy přímo tj., aby učitele vedla, jako když si dělá přípravu na výukovou jednotku. Je to z jednoho prostého důvodu. Teorie je jedna věc a praxe ta druhá a v tomto případě by měl každý dát přednost těm zkušenějším, co mají za sebou nějakou praxi a nechat se „zasvětit“ alespoň do základních pravidel vodáctví. Každý pedagog by měl nejprve absolvovat samostatně v doprovodu zkušených instruktorů pár řek, nasbírat vlastní zkušenosti, než vyrazí na vodácký kurz se žáky. Pokud nasbírá vlastní zkušenosti, tak tuto diplomovou práci, která pedagoga provází základními kroky, rozhodně využije, protože se v ní bude umět zorientovat.

## 12 Závěr

Diplomová práce vznikala s cílem popsat školní vodácký kurz tak, aby každý pedagog mohl využít uvedených informací k realizaci vlastního školního vodáckého kurzu a aby tato práce sloužila jako zdroj informací a inspirace i pro všechny další zájemce o tento krásný sport.

Teoretická část diplomové práce zahrnuje obecné i bližší informace z oblasti vodní turistiky. Dále také zahrnuje důležité zákony a pravidla a v neposlední řadě i důležité informace ohledně vodáckého vybavení, vhodného typu lodí a informace o řekách.

V praktické části je podrobně popsána příprava a průběh kurzu doprovázena vlastními zkušenostmi a postřehy včetně nápadů a návrhů na řešení různých situací, které mohou při vodáckém kurzu nastat. Dále zahrnuje konkrétní a prakticky ověřené možnosti realizace různých situací. V neposlední řadě i pár rad, které vznikaly průběžně během několika let při pořádání vodáckých kurzů.

Věřím, že alespoň některý z mých kolegů ocení vyzkoušené a prakticky ověřené zkušenosti.

Vždyť na celé Ohři je nejen krásná příroda.



## 13 Resumé

Diplomová práce je souhrn poznatků a zkušeností získaných nejen dostupnou literaturou, ale hlavně dlouholetou praxí. Zjištěním je, že se nedá sepsat plán vodáckého kurzu tak, aby mohl být používán doslovně, jelikož je zde mnoho skutečností, které nejsou vždy stejné (stav vodního toku, stáří žáků, pohybové dovednosti žáků, počasí, počet žáků atd.). Cílem tedy bylo vytvořit spíše pomůcku při realizacích těchto kurzů, shrnout základní a dostupné teoretické informace a využít praktických zkušeností. Vodácký kurz je zpestřením a přínosem pro žáky, kteří se mnohdy setkají s vodní turistikou až v rámci vodáckého kurzu, který spadá do oboru Tělesná výchova. Rozšiřuje žákovy schopnosti a pomáhá získávat nové dovednosti. Zároveň prostupuje mnoha předměty (výchova ke zdraví, přírodopis, fyzika atd.). Dá se říci, že každým vodáckým kurzem žáci i pedagogové nabývají nových hlavně praktických zkušeností.

## Resume

The thesis is a summary of knowledge and experience gained not only available literature, but also long experience. Finding is that you can not write a plan of boating course to use it literally. There are many facts that are not always the same (state of watercourse, the age of pupils, pupils' physical skills, the weather, the number of pupils etc.) The aim was to create some tool for the implementation of these courses, summarize the available basic information and to use practical experience. The boating course is variegation and benefit for pupils who often meet water tourism through the boating course in the framework of physical education at school. The boating course expands student's ability and helps him to gain new skills. Simultaneously the course is a part of many subjects (health education, biology, physics, etc.). We can say that pupils and teachers acquire new mainly practical experience with every whitewater course.

POUŽITÉ PRAMENY

LITERATURA:

BÍLÝ, Milan, Bronislav KRAČMAR a Petr NOVOTNÝ. *Kanoistika: technika jízdy, rafting, extrémní terény*. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-247-9050-5.

FIALOVÁ, Ludmila. *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1854-8.

KODEŠ, Jiří, Tomáš DOLEŽAL a Lubomír VAMBERA. *Vodní turistika [Kodeš, 1977]*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977.

KUTOVÁ, Eva. *Kanoistika mládeže*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1966.

MARTÍNKOVÁ, Hana. *Směrnice č.32 Vodácký výcvikový kurz*. Hazlov, 2015.

MICHALÁČ, Jozef. *Vodná turistika*. Bratislava: Šport, 1988. Ako začať.

NOVÁKOVÁ, Svatava. *Vodní turistika: textová opora ke kurzu*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5619-0.

ONDRÁČEK, Jan - HŘEBÍČKOVÁ, Sylva. *Turistika I [online]*. Brno: Masarykova univerzita, 2007

PULEC, Z. (1982). *Jedeme na vodu*. Praha: Novinář

SOUKUP, Otto. *Vodní turistika*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1962.

SVOBODA, Miloslav Arnošt. *Divoká voda: manuál pro pádlo*. Týnec nad Sázavou: Vodácká škola Aqua, 2007. ISBN 978-80-239-9124-6.

ŠPAČEK, Ota, Vladislav MRZENA a Zdeněk VÍT. *Jedeme na vodu*. Praha: Mladá fronta, 1990. ISBN 80-204-0095-8.

ŠTEMPROK, Karel. *Vodní turistika*. 2. vyd. Praha: Olympia, 1983.

*Vodácká stezka na řece Ohři*. Redaktor Stanislav Kříž, Ivo Kováč. Karlovy Vary: Karlovarský kraj, 2007. ISBN 978-80-254-2516-9.

INTERNETOVÉ ZDROJE

*Abeceda vodáctví: CK Prima Parta - cestovka pro nezadané* [online]. 2010 [cit. 2016-04-07].

Dostupné z: <http://www.primaparta.cz/nase-tipy/abeceda-vodactvi.html>

HOUDEK, Michal. *IDNES.cz Karlovy Vary a Karlovarský kraj: Na Ohři přibývá vodáků na lodích z místních půjčoven* [online]. [cit. 2016-04-08]. Dostupné z:

[http://vary.idnes.cz/pujcovny-vodackeho-vybaveni-na-ohri-d7z-/vary-zpravy.aspx?c=A130513\\_1927515\\_vary-zpravy\\_slv](http://vary.idnes.cz/pujcovny-vodackeho-vybaveni-na-ohri-d7z-/vary-zpravy.aspx?c=A130513_1927515_vary-zpravy_slv)

CHRASTINOVÁ, Andrea. *Vodní turistika jako doplněk výuky na základních a středních školách* [online]. České Budějovice, 2014 [cit. 2016-04-08]. Dostupné z:

[http://theses.cz/id/k8uhm7/BP\\_Chrastinov\\_Andrea\\_2014.pdf](http://theses.cz/id/k8uhm7/BP_Chrastinov_Andrea_2014.pdf). Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Vedoucí práce Richard Macků

*IDNES.cz Karlovy Vary a Karlovarský kraj: Nový jez u Černého mlýna už nemusí vodáci díky propusti přenášet* [online]. 2016 [cit. 2016-04-07].

Dostupné z: [http://vary.idnes.cz/rybi-prechod-a-propust-na-jezu-u-cerneho-mlyna-foh-/vary-zpravy.aspx?c=A150723\\_2179095\\_vary-zpravy\\_ba](http://vary.idnes.cz/rybi-prechod-a-propust-na-jezu-u-cerneho-mlyna-foh-/vary-zpravy.aspx?c=A150723_2179095_vary-zpravy_ba)

JAKUB TUREK. *Horydoly.cz: Ohře: vodácký průvodce a kilometráž* [online]. 2016 [cit. 2016-04-07].

Dostupné z: <http://www.horydoly.cz/vodaci/ohre-vodacky-pruvodce-a-kilometraz.html>

LEBEDA, Lukáš. *Vodácké kurzy na středních školách Středočeského kraje* [online].

Praha, 2015 [cit. 2016-04-08]. Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/146309/>. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze. Vedoucí práce Ladislav Kašpar

MACHAČ, Jiří. *Vodácké kurzy na vybraných středních školách* [online]. Brno, 2014 [cit. 2016-04-09]. Dostupné z: [http://is.muni.cz/th/296820/fsps\\_m/DIPLOMKA.pdf](http://is.muni.cz/th/296820/fsps_m/DIPLOMKA.pdf).

Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Vladimír Jůva.

MIKULÍKOVÁ, Zuzana. *Vodní turistika na středních školách* [online]. Brno, 2013 [cit. 2016-04-10]. Dostupné z: [http://is.muni.cz/th/343615/fsps\\_m/vodni\\_turistika-tisk.pdf](http://is.muni.cz/th/343615/fsps_m/vodni_turistika-tisk.pdf).

Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Pavel Korvas.

NOVOTNÝ, Jan. *HedvabnaStezka.cz: stupnice obtížnosti vody - cestování, poznávání, dobrodružství* [online]. 2012 [cit. 2016-04-08]. Dostupné z:

<http://www.hedvabnastezka.cz/istanbul-pekings-doporucena-trasa/15347-stupnice-obtiznosti-divoke-vody/>

ROZTOČIL, T. *Vodácký kurz (SPVODA, VODAKU) Bezpečnost* [online]. [cit. 2016-04-09]. Dostupné z:

<http://lide.uhk.cz/pdf/ucitel/roztoto1/BEZPE%C4%8CNOST%20na%20vod%C4%9B.do>

[c](#)

*Metody sběru dat* [online]. Portál [cit. 2016-04-09]. Dostupné z: <http://www.portal.cz/scripts/detail.php?id=24159>

*Metody získávání dat* [online]. [cit. 2016-04-09]. Dostupné z: <http://web.ftvs.cuni.cz/hendl/metodologie/metodysberdat.htm#Rozhovor>

*MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY: Upravený Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání platný od 1.9. 2013, MŠMT ČR* [online]. [cit. 2016-04-09]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/upraveny-ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani?highlightWords=RVP>

*Organizační směrnice. Bezpečnost při činnostech s dětmi: výlety a akce konané mimo školu* [online]. [cit. 2016-04-08]. Dostupné z: [http://www.traiva.cz/online\\_dokumentace/skoly/3a/os\\_-\\_vylety\\_a\\_akce\\_konane\\_mimo\\_skolu.doc](http://www.traiva.cz/online_dokumentace/skoly/3a/os_-_vylety_a_akce_konane_mimo_skolu.doc)

*Pohodová dovolená na vodě: Krátká historie vodáctví v Čechách* [online]. 2008 [cit. 2016-04-07]. Dostupné z: <http://www.povoda.cz/clanky/1354326586/kratka-historie-vodactvi-v-cechach.html>

*Rizika a nebezpečí při vodní turistice: turistický průvodce Rakovnickem* [online]. [cit. 2016-04-07]. Dostupné z: [http://www.rakovnicko.info/e\\_download.php?file=data/editor/15cs\\_3.pdf&original=Rizika%20a%20jezy.pdf](http://www.rakovnicko.info/e_download.php?file=data/editor/15cs_3.pdf&original=Rizika%20a%20jezy.pdf)

*Vodácký průvodce* [www.raft.cz](http://www.raft.cz) [online]. [cit. 2016-04-08]. Dostupné z: <http://www.raft.cz>

*Vodní turistika: Na hřišti a na vodě být s dětmi vždy v pohodě* [online]. 2011 [cit. 2016-04-07]. Dostupné z: <http://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/historie.php>

*Základní škola a mateřská škola Hazlov* [online]. [cit. 2016-04-08]. Dostupné z: <http://zshazlov.cz>

**ORÁLNÍ ZDROJ**

Téma: Začátky vodní turistiky na základní škole v Hazlově

Rozhovor s panem Václavem Burianem, učitelem základní školy, nar. 1956. Hazlov

01. 03. 2016

## SEZNAMY OBRÁZKŮ A TABULEK

## Seznam obrázků

Obrázek 1	Rodinná třímístná kanoe .....	20
Obrázek 2	Kajak .....	20
Obrázek 3	Dvoumístný kajak .....	21
Obrázek 4	Baraka .....	21
Obrázek 5	Raft .....	22
Obrázek 6	Otevřená kanoe .....	22
Obrázek 7	Jez – Kynšperk nad Ohří .....	28
Obrázek 8	Propust – Kynšperk nad Ohří .....	29
Obrázek 9	Klasický jez včetně jeho částí .....	30
Obrázek 10	Jez s válcem .....	30
Obrázek 11	Jez s vývarovou vanou .....	31
Obrázek 12	Jez s nebezpečným typem válce .....	31
Obrázek 13	Samostatné plavání v proudu .....	37
Obrázek 14	Vodácká propust – Černý mlýn .....	43
Obrázek 15	Tvoření vlny za schovaným kamenem .....	47
Obrázek 16	Sud, lodní pytel, konev s těsněním a víkem .....	50
Obrázek 17	Druhy pádel .....	53
Obrázek 18	Držení pádla .....	53
Obrázek 19	Skupinový nácvik základních záběrů na suchu .....	55
Obrázek 20	Nácvik nasedání na klidné vodě .....	57
Obrázek 21	Nácvik techniky na mírně tekoucí vodě .....	58
Obrázek 22	Nácvik jízdy ve skupině .....	59

## Seznam tabulek

Tabulka 1	Hlavní části laminátové dvojmístné kanoe zvané Vertexka ..	23
Tabulka 2	Základní typy lodí .....	24
Tabulka 3	Stupně obtížnosti při jízdě na mírně tekoucí vodě .....	24
Tabulka 4	Stupně obtížnosti na divoké vodě .....	25
Tabulka 5	Ochranné vybavení .....	34
Tabulka 6	Záchranné prostředky .....	35
Tabulka 7	Charakter řeky Ohře .....	39
Tabulka 8	Statistika sjízdných dnů v měsíci – horní úsek řeky .....	41
Tabulka 9	Kilometráž řeky Ohře (Tršnice – Sokolov) .....	42
Tabulka 10	Finanční rozpočet kurzu .....	46

PŘÍLOHY

Seznam příloh

Příloha 1	Společná svačina v kempu .....	II
Příloha 2	Večerní opékání vuřtů .....	II
Příloha 3	Stavění stanů .....	III





Příloha 1 – Společná svačina v kempu  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov



Příloha 2 – Večerní opékání vuřtů  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov



Příloha 3 – Stavění stanů  
Zdroj: Archiv ZŠ a MŠ Hazlov