

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra pedagogiky

Diplomová práce

Výuka a výchova v horolezectví

Vedoucí práce: doc. Michal Kaplánek, Th.D.

Autor práce: David Kořínek

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 6. ročník

2010

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

29.3.2010

vlastnoruční podpis studenta

Děkuji vedoucímu diplomové práce doc. Michalu Kaplánkovi, Th.D. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

ÚVOD	7
1 Horolezectví	10
1.1 Základní pojmy a informace	10
1.1.1 Definice	10
1.1.2 Rozdělení: horolezectví – lezení	11
1.2 Stručná historie	12
1.2.1 Historie horolezectví ve světě	12
1.2.2 Historie horolezectví v Česku	14
1.3 Dělení horolezectví – disciplíny, kategorie, styly, klasifikace	18
1.3.1 Disciplíny	18
1.3.2 Kategorie	18
1.3.3 Styly	21
1.4 Klasifikace	22
2 Výchova – pravidla a etika	24
2.1 Základní pilíře výchovy	24
2.1.1 Úvod do výchovy	24
2.1.2 Český horolezecký svaz	24
2.1.3 Cíle výchovy v horolezectví	26
2.2 Pravidla	27
2.2.1 Úvodní informace a rozdělení	27
2.2.2 Pravidla lezení ve skalních oblastech v ČR	27
2.2.3 Pravidla lezení v pískovcových skalních oblastech v ČR	28
2.3 Etika	29
2.3.1 Úvod do lezecké etiky	29

2.3.2	Etika pískovcového lezení	29
2.3.3	Rozdílné etické názory a přístupy v lezení	30
2.4	Lezení a ochrana přírody	33
3	Současný stav lezení a horolezectví.....	35
3.1	Nárůst oblíbenosti lezení a horolezectví za poslední 2 dekády	35
3.2	Umělé lezecké stěny – fenomén posledních 20 let.....	37
3.2.1	Úvod, charakteristika a historie.....	37
3.2.2	Vlastní lezení na umělých stěnách a jejich přínos	38
3.2.3	Umělé lezecké stěny dnes	39
3.3	Závodní lezení	40
3.3.1	Základní informace	40
3.3.2	Historie závodního lezení.....	41
3.3.3	Současné závodní lezení	42
3.4	Doplňkové volnočasové aktivity k lezení.....	44
3.4.1	Úvod a seznámení	44
3.4.2	Lanové aktivity.....	44
3.4.3	Slackline.....	47
4	Výuka – systém.....	49
4.1	Úvod do výuky	49
4.2	Výuka v rámci oddílů ČHS	50
4.2.1	Výukové orgány ČHS	50
4.2.2	Výuka dětí a mládeže - teorie.....	51
4.2.3	Výuka dětí a mládeže – praxe	52
4.3	Lezení ve školní výuce	57
4.4	Komerční výuka lezení a horolezectví	60

4.5	Pokračující výuka a vzdělávání v rámci ČHS	61
5	Výuka – metodika	65
5.1	Úvod do metodiky	65
5.2	Historie metodiky	66
5.3	Obsahové rozdělení metodiky	67
5.4	Tvorba metodiky	68
5.5	Metodika využití hry jako součásti lezecké výuky	69
6	Výzkumná část	71
6.1	Cíle, úkoly a stanovení hypotéz	71
6.2	Metodika.....	72
6.3	Organizace výzkumu	73
6.4	Charakteristika výzkumného vzorku.....	74
6.5	Vyhodnocení výsledků a diskuze	75
	ZÁVĚR	86
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	90
	PŘÍLOHY	93
	Příloha 1	93
	Příloha 2	94
	ABSTRAKT.....	96

ÚVOD

Horolezectví a zejména samotný lezecký sport, provozovaný profesionálně či aktivně-rekreačně získal a stále získává v posledních dvou dekadách značně na oblibě a zažívá velký rozmach. Již neplatí, že tuto sportovní činnost provozuje pouze omezený okruh lidí s omezenými možnostmi a prostředky. Dnes se může lezení věnovat téměř každý člověk, a to mnohdy i do značně vysokého věku, samozřejmě jsou již i lezci různě tělesně postižení. Někteří z nich dosahují velmi kvalitních výsledků.

Pro téma svojí diplomové práce jsem se rozhodl, protože lezení je mou vášní již dlouhý čas a od té doby, co studuji pedagogiku volného času, jsem se o tuto krásnou sportovní činnost začal zajímat hlouběji a nikoli pouze v rovině osobně-prožitkové, ale i v rovině výukově-výchovné. Jak jsem již uvedl výše, horolezectví zažívá v dnešních dnech rozmach a příliv nových zájemců. Ovšem není to snadný a jednoduchý sport. Pokud se člověk horolezectví opravdu chce věnovat, tak záhy pozná, že je to značně časově, fyzicky a psychicky náročná činnost, ke které je potřeba vstřebat a osvojit si poměrně značné množství vědomostí. Určitou roli zde hraje i finanční stránka věci, neboť pro horolezectví je potřebná určitá speciální výstroj a výzbroj. Dále je potřeba si uvědomit, že lezení není sportem individuálním, jak by se mohlo zdát, ale sportem kolektivním. Kolektivním ne proto, že by bylo samotné lezení nějak hromadně organizováno. Organizována je pouze výuka v rámci oddílů a komerčních subjektů. Další vzdělávání, ale také závodní činnost jsou zajišťované Českým horolezeckým svazem (ČHS). Ale lezec nikdy neleze sám. Patří do určité skupiny, která působí v určitém společném prostředí. Mnohdy také lezení přestává být pro člověka jenom sportem a rekreací, ale stává se i jeho životním stylem, který se navenek projevuje například slangem a chováním společným dané skupině lidí či dokonce celé subkultuře.

Tato diplomová práce se skládá ze dvou částí, a to z části teoretické a na jejím základě stavějící části prakticko-výzkumné.

První část, tedy teoretická, je obsáhlejší nežli část praktická a jejím úkolem je jak seznámit se základními údaji, tak v dalších kapitolách vytvořit teoretický přehled o výchově a výuce v horolezectví a lezení. Z tohoto teoretického přehledu později vycházejí výzkumná témata a hypotézy pro výzkumnou část práce.

Primárním úkolem první kapitoly je obeznámit se základními principy samotného lezení a horolezectví. Toto je velmi důležité, protože nejprve je potřeba poznat základy dané problematiky. Z tohoto důvodu je první kapitola značně informativní a popisová. Zahrnuje v sobě základní úvod a definice, několikastranné rozdělení a stručnou historii horolezectví.

Na rozdíl od první kapitoly se druhá kapitola již plně zaměřuje na určitou oblast. Tou oblastí je výchova. Výchovná část je v jakémkoliv edukačním procesu velmi důležitá, nejinak tomu je i v horolezectví. Základy této výchovy jsou pravidla a etika, které jsou stejnou měrou důležité. Proto se v druhé kapitole nevyskytuje pouze jejich stručný popis, ale také nastínění základních lezeckých výchovných a etických problémů současnosti. Závěr pak patří otázce ochrany přírody. Z této kapitoly již vyvstávají některé výzkumné otázky.

Kapitola třetí se zabývá určitými jevy a jejich nedávnou historií v současném horolezectví a lezení. Zaměřuje se především na popularitu lezeckého sportu, fenomén lezeckých stěn, vývoj závodního lezení a využívání doplňkových aktivit v edukačním horolezeckém procesu. Nutné je uvést, že tyto jevy jsou na sobě silně závislé a jeden každý ovlivňuje ostatní a tím i samotnou podobu současného lezení. Tuto kapitolu lze chápat jako propojující předchozí kapitoly s kapitolami dalšími, protože popisované jevy vycházejí právě z kapitol předchozích, navíc v několika oblastech je doplňují. Zároveň pak vytvářejí úvod do kapitol následujících.

Tyto následující kapitoly jsou dvě, obě zabývající se samotnou výukou horolezectví a lezení. První z těchto dvou kapitol, celkem tedy čtvrtá, všeobecně informuje o systému lezecké výuky z hlediska věkových skupin, institucí a také zmiňuje roli lezení ve školní výuce. Dále není opomenuta také pokračující výuka a vzdělávání. Vše je zejména bráno z hlediska dětí a mládeže, ovšem je pamatováno i na dospělé.

Následující kapitola nahlíží na výuku ze směru metodického. Vysvětluje, co je to přesně metodika, uvádí stručnou historii, rozdělení a kdo metodiku tvoří. Nakonec je pro příklad uvedena metodika využívání lezeckých her v samotné výuce.

Šestá kapitola v první, tedy teoretické části diplomové práce, má za úkol zejména vyvodit závěry právě z teoretické části a nastínit na základě těchto závěrů výzkumné úkoly pro část praktickou.

Jak je již zmíněno výše, druhá část mé práce je věnována praktickému výzkumu formou dotazníku, který byl zaslán všem 74 horolezeckým oddílům Českého horolezeckého svazu (ČHS), které se zabývají prací s dětmi a mládeží. Cílem výzkumu, který vychází z teoretické části, je zjistit jak v naší republice probíhá výchova a výuka horolezectví a lezení, v jakém prostředí a pod jakým vedením. Je zjišťován zájem o horolezectví (děti, mládež, dospělí) a o směry horolezectví, které jsou v současnosti nejvíce preferovány (klasické x sportovní). Dále jaký je poměr teorie a praxe, zdali oddíly vykazují závodní činnost a jestli jsou při výuce horolezectví využívány doplňkové činnosti.

Pro tvorbu diplomové práce je použita odborná literatura jak ze všeobecné horolezecké problematiky, tak literatura pojednávající o teorii, praxi, metodice, bezpečnosti, ekologii, ochraně přírody a dalších různých horolezeckých specifikách. Samozřejmě není opomenuta ani literatura zaměřená pedagogicky.

V horolezectví jsou používány anglické názvy, anglikanismy a hojně se vyskytují specifické názvy nebo slangové výrazy pro pojmenování výstroje, výzbroje či činnosti. Všechny tyto nestandardní názvy jsou pro dobrou orientaci a pochopení textu dostatečně vysvětleny.

1 Horolezectví

1.1 Základní pojmy a informace

1.1.1 Definice

Definici horolezectví můžeme uvést takto: „Jde o pohybovou činnost v terénu, kde v důsledku převládající vnější síly – gravitace – jsme vystaveni riziku zřícení, a kde proto musíme překonávat volným úsilím pud sebezáchovy.“¹

Výše je uvedena strohá definice horolezectví, založená na všeobecných faktech a fyzice. Ovšem existuje jistě daleko lepší a poutavější definice tak obsáhlého pojmu jakým horolezectví, v tomto případě lezení, bezesporu je.

„Lezení, pohybová činnost, která člověka provází od počátku jeho existence jako živočišného druhu. Při lezení jsou aktivovány všechny tělesné smysly, některé jsou pro lezení nezbytné a podmiňující (zrak, hmat, sluch a smysl pro udržování rovnováhy), jiné abstraktní (vůně skal, chuť úspěchu). V dobách minulých (ovšem pro určité části světa je to pořád aktuální), bylo lezení dovedností životně důležitou. Schopnost umět na strom vyšplhat pro kořist nebo se tam jako kořist skrýt a později sklidit ze stromů úrodu byla nezbytná. Ovšem civilizační vymoženosti jaké jsou např. žebřík, zdvižná plošina či lanovka nás této dovednosti ve jménu pohodlnosti a snadnosti zbavují. Ale touha lézt, dobývat vrcholy a překonávat nástrahy a překážky je člověku stále vlastní. Jako příklad poslouží malé děti, které zanechané bez dozoru velmi rychle někam lezou, šplhají, či něco prolézají. Nepotlačujme tedy v dětech ani v sobě tu skrytou touhu po pohybu a cestě vzhůru. Co je tedy lezení? Je to střídání jistého a nejistého, napětí a úlevy. Je to o řešení krizových situací, o boji se strachem z výšky nebo ze

¹PROCHÁZKA, V., ROTMAN, I. A NOVÁK J. *Horolezectví*. s. 7.

zřícení. Je zde nutné silné soustředění, nasazení veškeré své síly a odhodlání, jinak jsme přemoženi neúnavnou silou gravitace a nevyhnutelně padáme. Schopnost přijímat a překonávat takovéto výzvy posiluje a motivuje naše sebevědomí a víru ve vlastní schopnosti.“²

1.1.2 Rozdělení: horolezectví – lezení

Všeobecně se horolezectví dělí na vlastní horolezectví a vlastní lezení. Primární ideou horolezectví bylo zdolávání vrcholků hor. Tato idea zůstala, ovšem během vývoje vzniklo samotné lezení, jenž je součástí horolezectví. Jeho techniky se v něm využívají pro zdolání určitých úseků cesty, ale není s pravým horolezectvím totožné.

„Horolezectví a lezení se od sebe odlišují největší měrou tím, v jakém terénu se horolezec či lezec pohybuje. Lezec je ten, který leze mimo horský terén. Leze se po umělých lezeckých stěnách, zdech a hlavně skalách. Je to více silová, sportovně-výkonnostní činnost. Naopak horolezec je ten, který svou činnost provozuje v horách a velehorách. Horolezectví je prokazatelně namáhavější, nebezpečnější a náročnější, jak na člověka a materiál, tak na dovednosti a znalosti. Horolezec se pohybuje ve větších výškách, musí mít hodně speciálního vybavení a objektivní riziko (ledovcové trhliny, laviny, mráz,...) je zde značné.“³

Proto, aby se člověk mohl stát horolezcem, je nejprve zapotřebí, aby ovládl základy a techniku lezení. Až po nasbírání zkušeností a znalostí může pomýšlet na lezecké výpravy do hor. Z těchto důvodů je nutné, aby výchova a výuka nových zájemců obsahovala komplexní soubor znalostí a dovedností. Nutné je kvalifikované vedení, těsné propojení teorie a praxe a důraz na bezpečnost tohoto mírně nebezpečného, ale krásného sportu.

²Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 7.

³Srov. tamtéž, s. 10.

1.2 Stručná historie

1.2.1 Historie horolezectví ve světě

Horolezectví jako volnočasová činnost a sport je starý zhruba 150 až 200 let, záleží, jakým událostem budeme přisuzovat jeho vznik. Ovšem lidé žijí ve stínu hor odjakživa. Hory byly osídlovány od starověku, ale lidé žili a pohybovali se pouze v jejich údolích. Nikdo nepotřeboval dobývat vrcholy. Prvními prapředky horolezců byli bezesporu vojáci, kteří se přes hory přesouvali při svých taženích. Dobrymi příklady jsou Alexandr Veliký a Hannibal. Později do hor pronikali dřevorubci, horníci a různí prospektoři. Po nich už začínají zejména do odlehlých horstev pronikat geografové a další vědci, aby zde svou činností vyplnili bílá místa na mapách a dosáhli dalšího poznání. Zejména 18. a 19. století bylo dobou plnou velkých objevů. „Důkazem takového velkého geografického horského dobrodružství je první pozorování a později změření nejvyšší hory světa. Samotná hora byla poprvé zpozorována geografem Andrewem Waughnem v roce 1847 a dostala název Peak XV. V roce 1856 byl Waughn již díky svým výpočtům schopný uvést poměrně přesnou výšku 8840 m. Tehdejší vědecký svět ovšem jeho výpočet odmítl a nadále byly za nejvyšší hory světa považovány Andy. Mezitím byla ona hora pojmenována Mount Everest, na počest hlavního zeměměřiče Indie, George Everesta, a to v roce 1865. Oficiálně byla výška nejvyšší hory světa uznána až v 50. letech 20. století.“⁴

V 19. století se začíná horolezectví formulovat jako sport. Zásahu na tom má především evropská střední a vyšší třída, která začíná své letní prázdniny trávit v Alpách. Za pomoci místních průvodců se fyzicky zdatní jedinci pouštěli stále do náročnějších a delších výstupů na alpské vrcholy. Během tohoto období až do první světové války byly takto zdolány a slezeny všechny vysoké vrcholy Alp.

„Během první světové války se vývoj a rozmach horolezectví značně zpomalil a stagnoval i po jejím skončení. Opětovný rozvoj se započal až koncem dvacátých

⁴Srov. CRAIGH, G. *Everest: Padesát let historie zápasů o zdolání vrcholu světa*. s. 10.

a počátkem třicátých let. V této době začínal ve východních Alpách hodně působit Ital Ricardo Cassin, ze kterého se později stala horolezecká legenda světového formátu. V tomto meziválečném období také zažívá velký rozmach samotné lezení, které zaznamenalo úspěchy již před válkou.“⁵

Horolezectví se však nerozvíjelo v tomto období pouze v Evropě, ale od konce 19.století se začaly pravidelně uskutečňovat expedice do nejvyšších horstev, zejména do Himalájí. Zde se horolezci zaměřili na dobývání nejvyšších hor světa, především pak Mount Everestu. K jeho vrcholu se vydalo mnoho expedic, ale nejvyšší hora světa si svou neposkvrněnost během první poloviny 20. století stále držela. Až 29. května 1953 stanuli na jejím vrcholku lidé. Byli to členové britské expedice, Novozélandčan Edmund Hillary a Šerpa Tenzing Norgay z Nepálu.

Po druhé světové válce nastává zlatá éra horolezectví a zejména skalního lezení. Důležitou roli v tom hrál zkrácený pracovní týden a zejména dostatek volného času, který byl najednou dostupnější široké veřejnosti. Z ní se začala rekrutovat nová lezecká generace. Dříve elitářské horolezecké kluby a spolky se stávají kluby národními (např: Alpenverein, Alpen-Club, Towarysztwo Tatrzańskie). Objevují se nové materiály a s nimi související nové horolezecké pomůcky (nylonová lana, smyčky, karabiny, vibram⁶, a mnoho dalších). Ruku v ruce s nimi jsou vymyšleny a uváděny do praxe nové metody jištění a standardy bezpečnosti. Postupně jsou slezeny nejvyšší vrcholky světa. Nastupuje nová generace extrémních horolezců, jejímž zástupcem je Ital Reinhold Messner. Tento neobyčejný horolezec, dobrodruh a filozof v rozmezí let 1970 až 1986 jako první slézá všech 14 osmitisícových vrcholů a dále posouvá hranice horolezectví tím, že podniká sólo výstupy a výstupy bez umělého kyslíku. Nyní je Reinhold Messner všeobecně považován za největší horolezeckou osobnost v dějinách vůbec.

V posledních třech dekadách dochází snad k nejmasovějšímu rozšíření horolezectví a skalního lezení. Horolezectví se rozvětvilo do široké škály horolezeckých a lezeckých druhů, stylů a odnoží. Přímo revoluce nastává ve vývoji nové lezecké výstroje a výzbroje, díky kterému se značně zvyšuje

⁵Srov. CREASEY, M. et al. *Horolezectví*. s. 10-11.

⁶**vibram** – bota s profilovanou podrážkou, nahradila okovanou botu a zlepšila techniku horolezectví.

bezpečnost, ale i výkony. Sportovní lezení se stává regulérním závodním sportem, který se velice dynamicky rozvíjí, získává na popularitě a má velmi slibné vyhlídky stát se dalším olympijským sportem.

Ovšem je nutné uvědomit si, že takový masový rozvoj horolezectví má i svá negativa a ty nesmí být přehlíženy a musí se řešit. Tato problematika je podrobněji vysvětlena níže.

1.2.2 Historie horolezectví v Česku

Rok 1897. Tento rok je považován za počátek českého horolezectví a to z důvodu toho, že v tomto roce byl založen první český horolezecký spolek. Je však jisté, že i před tímto datem nebylo Čechům horolezectví cizí, avšak bylo provozováno sporadicky a individuálně, a proto podklady o této činnosti jsou prakticky nedohledatelné. V letošním roce 2010 slaví české horolezectví úctyhodných 114 let své existence.

Jak je tedy zřejmé z výše uvedeného, první český horolezecký spolek byl založen v dobách Rakousko-uherské monarchie. Byl jím český odbor Slovinského planinského (alpského) družstva, které bylo založeno roku 1893 v Lublani. Při zrodu českého odboru stálo 100 zakládajících členů, jejichž počet se do začátku první světové války více než zpětinasobil. Náplní českého odboru bylo především organizování horolezeckých výstupů a průzkumných výprav do horstev celé Habsburské monarchie. V zimním období pak byly pořádány společenské večery a přednášky. Důležitou činností také bylo vydávání vlastního časopisu nazvaného Alpský věstník. Činnost tohoto spolku fakticky ukončila v roce 1914 první světová válka.

Ovšem v tomto předválečném období existovali v Česku i další dvě horolezecké sféry zájmu. První směřovala do Vysokých Tater, ovšem byla pouze individuální. Objektem druhé sféry zájmu se staly pískovcové skály Českého ráje. Tím se dostáváme k další významné dějinné lezecké události, a tou je založení Lezeckého kroužku Prachov (dále LKP) roku 1907 v Jičíně. LKP byl založen studenty místních škol a zabýval se zejména výstupy na pískovcové věže

v Prachovských skalách a v Hruboskalsku. Během obou světových válek byla činnost LKP pozastavena a určitá období fungoval i pod jiným názvem. Avšak v současnosti je LKP nejstarším, stále činným horolezeckým spolkem v České republice a patří mezi nejpočetnější na tuzemské scéně.

V prvních letech meziválečného období neexistoval v Československu žádný čistě horolezecký spolek, a tak neúnavní horolezci povětšinou vstupovali do Klubu československých turistů (dále KČST), který jim byl svou povahou nejbližší. Ovšem mnohým zaníceným horolezcům nevyhovovala mnohostranná činnost KČST. Objevily se snahy o osamostatnění, které vyvrcholily 13. listopadu 1924 založením Klubu alpistů československých (dále KAČS). Klub působil jak v zahraničí, tak i na domácích terénech, opět zejména v Českém ráji. Zde bylo ovšem lezení považováno pouze za cvičení a přípravu na horské výstupy.

Po Mnichovské dohodě došlo k rozluce Čechů a Slováků nejen na poli politickém, ale také horolezeckém. Zanikl jak KČST tak i KAČS a staly se z nich kluby pouze národní. V období druhé světové války byl českým horolezcům zcela odepřen přístup do vysokých hor včetně Vysokých Tater. Nezbyvalo tedy než veškerou činnost obrátit na domácí terény. Oblíbené se staly zejména Příhrazy, Hruboskalsko, Prachov a Suché skály, avšak horolezectví se začalo objevovat také na moravském vápenci. Činnost v té době vyvíjelo několik menších horolezeckých spolků a družstev.

Po skončení druhé světové války, osvobození a znovusjednocení Československa byla obnovena činnost KAČS, horolezeckého odboru KČST, ale také před válkou založeného slovenského spolku IAMES. Češi se vrátili do Vysokých Tater i dalších velkých hor. Roku 1946 se konal na Hrubé Skále sjezd všech horolezeckých organizací a spolků v Československu. Sjezd se stal záhy ustanovujícím. Bylo schváleno založení federativního Svazu československých horolezců. Ten se stal vůbec první integrovanou celostátní organizací zaměřenou na tělovýchovu a sport. Obnovilo se vydávání svazového časopisu Horolezec. Češi a Slováci se vrátili na krátkou dobu také na mezinárodní horolezeckou scénu.

Po komunistickém převratu v únoru 1948 bylo horolezectví sjednoceno do Sokola, do ústřední sekce horolezectví. Bylo vytvořeno padesátičlenné

reprezentační družstvo nejlepších mužů a žen. Později se jeho počet snížil na 30 členů. V důsledku převratu ztratili českoslovenští horolezci kontakt se západním alpinismem⁷, a to jak v oblasti vývoje horolezectví a nových trendů, tak i v oblasti novátorství výstroje a výzbroje. Zejména v důsledku nedostatku kvalitní a nové výzbroje a výstroje si začali českoslovenští horolezci podomácku nebo různě ve fabrikách vyrábět a kutit svou vlastní výzbroj. Ovšem pouze neopisovali, ale také vymýšleli a realizovali své vlastní konstrukce, některé předběhly svou dobu.

V roce 1953 byl zrušen Sokol a horolezecká sekce byla převedena z oddělení turistiky do oddělení sportů Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport (dále SVTVS). Samotnými horolezci byl poté vypracován systém výkonnostních tříd, v důsledku čehož byly poprvé uděleny tituly Mistr sportu, přičemž zohledňovány byly pouze horské výstupy. Výstupy na domácích skalních terénech byly stále považovány pouze za tréninkové cvičení. V tomto období byla zahraniční horolezecká činnost omezena na minimum.

V roce 1957 zaniká SVTVS a je nahrazen Československým svazem tělesné výchovy (dále ČSTV), kde zájmy horolezectví hájí jeho ústřední sekce. Od roku 1968 v rámci federalizace bylo horolezectví vedeno oddělenými národními orgány ČSTV(Českým horolezeckým svazem a slovenským IAMES). Na federální úrovni poté působil Výbor horolezeckého svazu Ústředního výboru ČSTV.

V té době Československo velmi úspěšně reprezentoval Zdeno Zibrín ve dvojici s Radovanem Kuchařem. Spolu zdolali několik velmi těžkých alpských výstupů a patřili k domácí a evropské špičce. V letech 1957 až 1959 byly pořádány výběrové horolezecké tábory na Kavkaze a od tohoto období se sem českoslovenští alpinisté vraceli celkem pravidelně.

Od roku 1965 následuje vysněná éra působení mimo Evropu, zejména v asijských velehorách Hindukúš, Pamír a později i na “střeše světa“, v Himalájích. Nejvýznamnějšími podniky tohoto období byly himalájské expedice

⁷**Alpinismus** – je druh horolezectví vykonávaný v horách. Pochází z názvu hor Alp. S rozšířením horolezectví v Alpách se název alpinismus začal používat jako pojmenování pro horolezectví v libovolných horách. Používají se názvy a přídavná jména vycházející ze slova alpinismus (alpinista, alpinistický, alpský, alpínský), které se vztahují jako synonyma ke slovu horolezecký či jeho podobám.

NANGA PARBAT 1969 (nevylezeno) a ANNAPÚRNA IV 1969 (vylezeno). Následovalo období rozmachu jak na domácí půdě, tak i ve světě. Českoslovenští horolezci bez pochyb dokazovali, že patří mezi světovou elitu. Horolezectví je však nebezpečný sport a hory si občas vyžádají svou daň. Takovýmto mementem se stala expedice do Peru na Huascarán, kdy v důsledku zemětřesení zemřelo všech jejích 15 členů.

Následovala řada dalších významných úspěchů. Ve zkratce: MAKALU 1976, KANCHENJUNGA 1981, K2 1983, MOUNT EVEREST 1984 a CHO OJU 1984 (první československá horolezkyně na vrcholu osmitisícové hory). V tomto úspěšném období se rýsuje jméno Josefa Rakoncaje. Je to jeden z nejúspěšnějších českých vysokohorských horolezců, který jako první na světě vystoupil dvakrát na horu K2, všeobecně považovanou za nejtěžší na světě.

Po pádu komunistického režimu se otevřely hranice a do zahraničí začali pronikat čeští a slovenští horolezci ve větší míře, nikoliv již jenom výběr. Rozdělení federace v roce 1993 ovlivnilo i horolezectví obou národů. V České republice byl ustanoven Český horolezecký svaz. Slovenská republika si ponechala tradiční název svého svazu IAMES.

Díky znovu nabyté svobodě nastala u nás zlatá éra horolezectví. Bylo dosaženo dalších pozoruhodných výkonů českými horolezci snad ve všech horolezeckých odvětvích. Zejména v poslední době se velmi dobře daří českým reprezentantům, v závodním lezení patříme opravdu ke světové špičce. Tento trend vývoje předpovídá českému horolezectví, založenému na více než staleté tradici nadějně vyhlídky do budoucna.“⁸

⁸Srov. PROCHÁZKA, V. *111 let českého horolezectví*.
<<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=228>>.

1.3 Dělení horolezectví – disciplíny, kategorie, styly, klasifikace

1.3.1 Disciplíny

Výše v části 2.1.2 je uvedeno faktické rozdělení horolezectví a lezení a jejich popis. „Samotné horolezectví, potažmo lezení se dále dělí na dvě hlavní disciplíny:

Sportovní lezení – disciplína, při které převládají problémy fyzické nad psychickými. Většinou jde o lezení po cestách předem zajištěných fixními prostředky (nýty, kruhy a borháky). Díky tomu jsou případné pády krátké a méně nebezpečné. Dnes je tento způsob oblíbený, protože umožňuje bezpečné lezení těžších cest i méně fyzicky a psychicky zdatným lezcům.

Tradiční lezení – pro tento způsob musí být lezec velmi dobře připraven jak psychicky a fyzicky, tak hlavně technicky. Jistící prostředky si lezec zakládá sám, neboť jich je fixně osazeno minimum. Sám si také hledá cestu. Nutná je dobrá znalost vybavení a umění manipulace s ním.“⁹

1.3.2 Kategorie

„Mezi kategoriemi lezení jsou dvě hlavní kategorie. Obě z větší části vycházejí z disciplíny sportovního lezení. Jsou to soutěžní a nesoutěžní lezení. Každá z těchto hlavních kategorií obsahuje samotné kategorie lezení. Soutěžní kategorie se provozují většinou na umělých horolezeckých stěnách. Jsou to:

Lezení na obtížnost – cílem je v soutěžní cestě vylézt co nejvýše, závodník cestu předem nezná a nemá možnost ji zkoušet.

Lezení na rychlost - za cíl má zde lezec dosažení co možná nejkratšího času na určené cestě.

⁹Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 12.

Bouldering – název je odvozen od anglického slova *boulder* – balvan. Zde se nepoužívá klasické horolezecké vybavení jako je jištění a lano. Leze se v menších výškách. Úkolem je zdolat určitý kratší úsek, který je velmi fyzicky a atleticky náročný. V drtivé většině je k přečtení úseku potřeba několik pokusů. V této kategorii se lze závodně hojně venku i na umělých stěnách.

Hlavní nesoutěžní kategorie lezení zahrnuje:

Pískovcové skalní lezení – nutná je odvaha a psychická odolnost. Cesty jsou jištěny železnými kruhy, podle tradice od sebe značně vzdálenými. Žádné jiné umělé jistící pomůcky kromě lanových smyček nejsou dovoleny. Je to tradiční disciplína v Česku, ale i v německém Sasku.

Lezení na nepískovcových skalách – lze se na vápenci, žule a jiných pevných materiálech. Vyhovuje jak tradičnímu, tak sportovnímu způsobu.

Vícedélkové lezení – provozuje se ve vyšších terénech, budují se postupná stanoviště. Je na hranici mezi lezením a horolezectvím.

Mixové lezení – během výstupu jsou kombinovány různé terény (skála, led, sníh).

Lezení v ledu – provozuje se na ledem pokrytých terénech či ledopádech. Nutná je speciální výstroj, zejména cepíny a stoupací železa “mačky“.

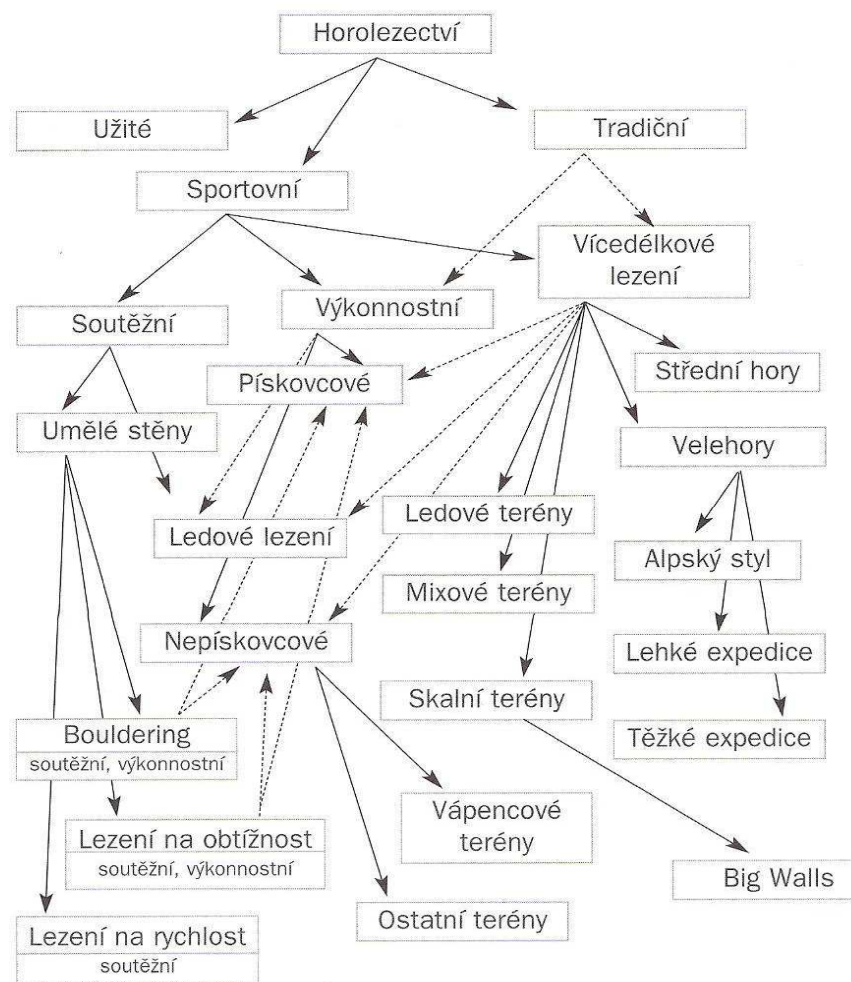
Lezení velkých stěn – (anglicky Big walls) jsou to výstupy ve stěnách dosahujících až 2 000 metrů výšky. Výstupy trvají několik dní. Nutné je výborné jištění a budování zázemí přímo ve stěně. Nutná je zejména vytrvalost.

Velehorské horolezectví – vyžaduje značnou fyzickou zdatnost. Také nutnost orientace v terénu, odolávání chladu, předcházení nebezpečí (laviny, trhliny). Jsou zde značné nároky na výzbroj a výstroj. Horolezectví tohoto způsobu se praktikuje do hranice 6 000 metrů nad mořem.

Výškové horolezectví – probíhá v extrémních nadmořských výškách. Nutné je špičkové vybavení a všestranná příprava. Nebezpečí je zde velmi reálné. Nelze provozovat bez řádné aklimatizace z důvodu nedostatku kyslíku ve výškách.¹⁰

¹⁰Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 12,13.

Výše uvedené disciplíny a kategorie lezení a horolezectví jsou vzájemně propojeny a navzájem ze sebe vycházejí. Pro orientaci slouží níže vložený obrázek zobrazující současný stav a síť vztahů.



Současný stav horolezectví a jeho disciplíny

11

Zde uvedené schéma je téměř informačně vyčerpávající. Ovšem i přes zdánlivou úplnost je horolezectví a lezení neustále ve vývoji. Důkazem toho je nový směr lezení, který není ve schématu uveden. Tato sotva pár let stará novinka balancuje na pomyslné hranici mezi horolezectvím a lezením. Nazývá se Drytooling (z anglického *dry* – suchý, a *tool* – náradí). Je to lezení po skalách, ale také umělých terénech za pomoci vybavení na lezení v ledu (viz. výše), ale

¹¹VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 14.

s vyloučením samotného ledu. Tato kategorie vychází zejména z ledového lezení, nepískovcového skalního lezení a lezení na umělých stěnách. I přes zdánlivou mladost se již v této kategorii závodí.

1.3.3 Styly

Vedle druhů, disciplín a kategorií lezení a horolezectví existují také jejich styly. Tyto styly souvisejí a platí zejména pro samotné lezení. Na horolezectví, zejména vysokohorské a výškové je nelze aplikovat. Stylem lezení se myslí to, jakým způsobem lezec stěnu a cestu v ní zdolal. Styly lezení jsou různě sportovně a eticky ceněny. Přesněji řečeno, při vylezení stejné cesty různými styly, bude také sportovní hodnota výstupu jiná.

Existuje několik základních stylů, které v podstatě vystihují všechny možnosti jak cestu vylézt. „Jsou to tyto:

On sight (OS) – (z anglického *on* – na, *sight* – pohled) je to vysoce ceněný styl, kdy lezec zdolává cestu s dolním jištěním. Výstup musí být proveden na prvním pokus bez odpočinku v jištění, bez pádu a bez jakéhokoliv prozkoumání cesty předem.

Flash – má většinu podmínek jako OS, s tím rozdílem že lezec má již o cestě nějaké informace nebo již viděl jak jiný lezec cestu lezl. Nutno mezi OS a Flash rozlišovat. Flash má menší sportovní hodnotu.

Redpoint (RP) – (z anglického *red* – červený, *point* – bod) přeizení známé cesty s dolním jištěním, bez pádu či odpočinku odsednutím do jištění. Má menší sportovní hodnotu nežli OS a Flash.

Top rope (TR) – (z anglického *top* – horní, *rope* – lano) jediný styl kdy lano vede od lezce vzhůru a on je jím jištěn, nehrozí zde pád, pouze odsednutí do lana. Používá se většinou ve výuce nebo pro nácvik těžkých lezeckých cest. Tento styl má minimální sportovní hodnotu.

All Free (AF) – (z anglického *all* – vše, *free* – volný) je styl, jak už název napovídá, kde je vše dovoleno, ovšem s dolním jištěním. Možný odpočinek

v jištění, po pádu může lezec pokračovat od posledního jištění. AF je vhodný pro začínající lezce. Mizivá sportovní hodnota.“¹²

Existuje ovšem ještě jeden styl, který není moc popularizován a ani hojně využíván. Jde o takzvané Free Solo (FS) (z anglického *free*–volný, *solo*–sólový). Při tomto stylu lezec nevyužívá žádného jištění. Tento styl je velmi nebezpečný protože jakýkoliv pád končí zraněním nebo smrtí lezce. Lezec má absolutní volnost pohybu, pouze leze a nezabývá se ničím jiným. Je zde nutná extrémní důvěra v sama sebe, psychická odolnost a výborné lezecké umění. Také znalost cesty hraje značnou roli. Ovšem s přihlédnutím na riziko nelze tento styl doporučovat ani objektivně sportovně hodnotit, i když jeho sportovní hodnota by byla značně vysoká.

Je pouze na lezci, jaký styl lezení zvolí pro danou cestu. Následně je na lezcově svědomí, zdali dodrží podmínky daného stylu a zda po zdolání cesty vše poctivě zhodnotí a následně pravdivě zaznamená do vrcholové knížky či do svého lezeckého deníku. S tím souvisí otázka etiky, která je velmi důležitá zejména ve výchově v horolezectví.

1.4 Klasifikace

Vedle druhu a stylu lezení, které lezec provozuje je nutné ještě jeho výkon nějak ohodnotit. Každá cesta a každý výstup je nějak obtížný, a proto je nutné ho pro ocenění výkonů klasifikovat. Existuje několik klasifikačních stupnic. Tyto stupnice se vyvinuly v určitých tradičních oblastech lezení a mnohdy po nich nesou název nebo jsou pojmenovány národnostně. Nejznámější a nejpoužívanější stupnice jsou Francouzská, Saská a UIAA¹³ stupnice. Na americkém kontinentu se používá stupnice USA. Určité stupnice se liší používaným označením (arabská či římská čísla) a také počtem a formou stupňů obtížnosti. Všechny stupnice hodnotí ve stejném rozsahu reálné obtížnosti.

¹²Srov. CREASEY, M. et al. *Horolezectví*.s.17.

¹³UIAA - z francouzského Union Internationale des Associations d'Alpinisme, česky přeloženo: Mezinárodní svaz horolezeckých asociací.

Zde vložená **tabulka**¹⁴ porovnává hlavní kvalifikační stupnice. Obtížnost je hodnocena od nejtěžší k nejtěžší - tedy čím vyšší číslo, tím vyšší obtížnost lezeckého terénu a cesty v něm.

UIAA	Francie	USA	Německo
I	1	5,2	I
II	2	5	II
III	3	5,4	III
IV	4	5,5	IV
V-	5a		V
V	5a+	5,6	VI
V+	5b	5,7	VIIa
VI-	5c	5,8	VIIb
VI	6a	5,9	
VI+	6a+	5,1 a/b	VIIc
VII-	6b	5,1 c/d	VIIIa
VII	6b+	5,11a	VIIIb
VII+	6c	5,11b	VIIIc
VIII-	6c+	5,11c	IXa
VIII	7a/7a+	5,11d	IXb
VIII+	7b	5,12 a/b	IXc
IX-	7b+/7c	5,12c	Xa
IX	7c+	5,12d	Xb
IX+	8a	5,13a	Xc
X-	8a+	5,13b	XIa
X	8b	5,13 c/d	
X+	8b+	5,14a	XIb
XI-	8c	5,14b	XIc
XI	8c+/9a	5,14c	

Mezi hodnotící faktory lezeckého výkonu však nepatří jenom samotná obtížnost skály, ale i další důležité faktory. Aby lezec dokázal zdolat vyšší klasifikační stupeň, musí zapojit vedle své kondice i techniku, taktiku a to celé zaštitit svou osobností. Svou roli také hraje prostředí a počasí. Toto všechno se sčítá do hodnocení výkonu.

¹⁴Srov. WINTER, S. *Sportovní lezení*.s.12.

Když dosáhneme vrcholu, pak jedině vlastní „vinou“.

Hermann Buhl

2 Výchova – pravidla a etika

2.1 Základní pilíře výchovy

2.1.1 Úvod do výchovy

V první kapitole je horolezectví a lezení představeno v celé své šíři. Vyjmenovány a popsány jsou jeho druhy, styly, disciplíny a také jeho bohatá světová a tuzemská historie. A právě tato historie je určitou zárukou, ale především závazkem k tomu, aby současné, ale i budoucí generace lezců byly vychovávány ku prospěchu tohoto sportu. Tato výchova v horolezectví a lezení musí probíhat v souladu tradice, pravidel, etiky a ekologie. Samozřejmě musí být akceptován a podporován zdravý vývoj a novátorství. Celá tato výchova musí jít ruku v ruce s výukou. Obě jsou na sobě závislé a od sebe neodlučitelné. Toto platí stejně jak v horolezectví, tak v pedagogice a reálném životě. A stejně jako školy plní svou výchovnou a výukovou funkci v oblasti pedagogiky, tak i horolezecké svazy a jejich oddíly plní tyto funkce v horolezectví.

2.1.2 Český horolezecký svaz

Úplný název zní Český horolezecký svaz, o.s. (dále jen ČHS). Jeho základní preambule zní : „Český horolezecký svaz, o.s. sdružuje zájemce o horolezeckou činnost a bezprostředně související sportovní aktivity bez rozdílu národnosti, státní příslušnosti, rasy a přesvědčení.“¹⁵

¹⁵ ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Stanovy ČHS 2007.*

Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=228>>.

V České republice je ČHS ve své oblasti působení největší a nejdříve zaměřenou horolezeckou organizací a jako takový je právě on hlavním garantem horolezecké výchovy a výuky.

ČHS je součástí Českého svazu tělesné výchovy a také členem UIAA. Jeho základní jednotkou jsou horolezecké oddíly, které sdružuje. Ke dni 17.ledna 2010 je to 397 horolezeckých oddílů. Členem se tedy může stát příslušník daného oddílu, v ČHS sdruženém nebo existuje možnost individuálního členství.

Samotná činnost ČHS je velmi široká, a přestože se zabývá ze značné míry výchovou a výukou v horolezectví, což jsou důležité oblasti činnosti ČHS, tak zde není dopodrobna uvedena celková struktura, fungování a záběr všech činností. Veškeré informace o fungování a struktuře ČHS (stanovy, řády a vnitřní směrnice, atd.) je možné snadno dohledat na jeho WWW stránkách, přesněji na: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=15>>.

Jak je uvedeno výše, ČHS má nejširší záběr činnosti v horolezectví. Avšak na horolezecké scéně působí i jiné subjekty, většinou komerčního typu. Jsou to zejména privátní horolezecké školy a agentury zabývající se „outdoorovými“¹⁶ činnostmi. Také některé cestovní kanceláře nabízejí různé horolezecké kurzy. Ovšem všechny tyto komerční nabídky jsou v různé míře spojeny s činností ČHS, ať už díky akreditaci nebo vycházejí z jeho metodiky.

Z obecného hlediska může být tedy ČHS chápán jako určitý garant, tedy jako vyšší instituce, zabývající se výchovou a výukou v horolezectví. Příkladně by jím měl být a jeho činnost z této idey vychází. Je zde vhodné přirovnání ČHS určitým způsobem k nějakému hierarchickému systému, kde určitý resort na svůj cílový objekt nepůsobí přímo, ale přes prostředníka. V případě ČHS je tím prostředníkem horolezecký oddíl, cílem je pak člověk - lezec. V podstatě je tato struktura shodná se školstvím, kde Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy udává určitý směr, vypracovává směrnice, vydává potřebné materiály atd. Tak mimo jiné činí i ČHS. K této činnosti mu slouží tzv. odborné komise, které zřizuje výkonný výbor. Tyto komise se zabývají zejména 4 základními oblastmi činností.

¹⁶ **outdoor** - z anglického *out* – mimo, *door* – dveře, doslovný překlad tohoto slova je vše co je “za dveřmi“. Pojmenování pro činnosti a sportovní aktivity, které probíhají pod širým nebem.

„Jsou to:

- Skalní oblasti a ochrana přírody
- Sportovní činnost na skalách a v horách
- Soutěže a lezecké stěny
- Bezpečnost a vzdělávání¹⁷

Ke každé výše uvedené oblasti činností nepřísluší pouze jedna odborná komise. Jejich počet je vyšší z toho důvodu, že tyto hlavní oblasti jsou široké, coby do záběru své působnosti a je nutné, aby zde působilo více komisí. V každé oblasti lze najít složku výukovou a také výchovnou.

2.1.3 Cíle výchovy v horolezectví

Výše je uvedeno, z čeho výchova v horolezectví vychází a kdo je jejím garantem. Ale jaké jsou samotné cíle téhle výchovy? Odpověď je nasnadě. Jsou stejné jako cíle výchovy školní či společenské. A to, aby se jedinec do společnosti začlenil a stal se jejím plnohodnotným členem, pokud možno bez patologických projevů. Tedy aby jedinec, toužící provozovat lezeckou činnost, ctěl pravidla, lezeckou etiku a přírodu. Protože z jedince se nestane lezec tehdy, když si pořídí vybavení a bez jakéhokoliv povědomí o lezeckých zákonitostech vyrazí na skálu.

Takový „nevychovaný“ (jak ve smyslu slova věci neznalý, tak postrádající náležité slušné chování) rádoby lezec může napáchat mnoho škody jak na sobě samém, tak na přírodě. Nehledě na to, že jeho výkon bude mít mizivou sportovní hodnotu.

V dnešní době, kdy je obliba zejména lezení vysoká, je role výchovy o to důležitější. Lézt se naučí každý. Lidé tuto schopnost mají prakticky vrozenou a již během pár hodin nácvičku každý ovládne ty nejnnutnější základy. Ale osvojit si pravidla a etiku není v zásadě až tak snadné. Tato neznalost není problémem pouze u začínajících lezců, ale mnohdy také u lezců zkušených. Je to dáno tím, že

¹⁷ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Organizační řád ČHS*.
Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/039/004463.pdf>>. s. 2.

v dnešní době se méně hledí především na dodržování etiky, protože převládá touha po co nejvyšších sportovních výkonech za každou cenu. Avšak utrpět tímto chováním může zase jenom příroda a idea lezení.

2.2 Pravidla

2.2.1 Úvodní informace a rozdělení

Zprvu je nutné upozornit, že se jedná o pravidla lezení a nikoliv o pravidla horolezectví. Speciálně pro horolezectví v ČR neexistuje žádný soubor pravidel. Je to proto, že v ČR se nenachází žádný horský terén, ve kterém by bylo možno samotné horolezectví provozovat. Proto pouze pravidla pro samostatné lezení, pro které je v tuzemsku nepřeberné množství vhodných terénů několika typů.

Pravidla lezení v ČR jsou dále rozdělena do dvou samostatných oblastí uvedených níže. Přijímat, vyjímat a měnit základní strukturu pravidel smí pouze valná hromada ČHS. Oblastní vrcholové komise, které spravují vždy konkrétní lezeckou lokalitu, smí tato pravidla zpřísnit a zpřesnit pro svou danou lokalitu (pouze v případě pískovcových pravidel).

2.2.2 Pravidla lezení ve skalních oblastech v ČR

„Dne 1. května 2007 vstoupila v platnost pravidla lezení ve skalních oblastech ČR. Nahrazena tím byla pravidla lezení v nepískovcových oblastech, která platila od ledna 1999.

Tato zmodernizovaná pravidla jsou obecného rázu a je nutné počítat a předem se informovat, jestli v příslušné lezecké lokalitě neplatí nějaká zvláštní lezecká opatření či nařízení. Zároveň je nutné dodržování obecně závazných právních předpisů.

Pravidla samotná se zaměřují nejprve na ochranu přírody, kdy určují zejména jak jsou lezci povinni se ve skalách chovat (používání přístupových cest, udržování pořádku). Uvedeno je, jaké techniky a postupy jsou zakázány aby

nedocházelo k poškozování skalního povrchu při samotném lezení a jakékoliv případné porušení bylo co nejvíce minimalizováno.

Dále se pravidla zaměřují na fixní jištění. Zejména pak na jeho osazování, údržbu, výměnu a používání. Ve své poslední kapitole se pravidla obsáhleji věnují novým lezeckým cestám. Zde se jedná zejména o pravidla vznikání nových lezeckých cest skrze projekty jejich prvovýstupů a podmínky registrace této cesty u příslušné vrcholové komise, spravující lokalitu, kde nová cesta vznikla.¹⁸

2.2.3 Pravidla lezení v pískovcových skalních oblastech v ČR

V důsledku odlišného historického vývoje a respektování tradice lezení na českých pískovcových skalách jsou právě pro pískovcové skály a skalní oblasti Česka vytvořena zvláštní pravidla. Tato pravidla se týkají pouze oblastí v Česku, neboť na moravských pískovcových útvarech platí pravidla popsána v části 3.2.2. „Z této části také vycházejí pravidla pískovcového lezení ale jsou rozepsána dosti podrobněji. Vedle článků o ochraně přírody, fixním jištěním a vzniku nových cest je značná část pravidel věnována samotnému zdolávání cest.

Je nutné si uvědomit že české pískovcové skalní útvary a rozsáhlá skalní města jsou jedinečná a proto je nutné je v co největší míře chránit. A samotný pískovec je materiál který není odolný proti oděru a povětrnostním podmínkám v takové míře jako ostatní materiály, například vápenec či žula.

Dalším faktem je, že převážná většina pískovcových skal leží v chráněných krajinných oblastech nebo národních parcích. Už pouze z tohoto důvodu jsou nutná tato speciální pravidla a jejich dodržování, aby byla zajištěna možnost lezení na tyto krásné skály. Pravidla lezení v pískovcových skalních oblastech v Čechách byla pozměněna do dnešní podoby dne 21.3.2009.¹⁹

¹⁸Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Pravidla lezení ve skalních oblastech České republiky*. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/041/004708.pdf>>.

¹⁹Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Pravidla lezení v pískovcových skalních oblastech v Čechách*. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/041/004708.pdf>>. s. 1.-7.

2.3 Etika

2.3.1 Úvod do lezecké etiky

Lezeckou a horolezeckou etiku můžeme chápat stejně jako etiku běžnou, pojmově se shodují. Pojem *éthos* zde vyjadřuje charakter jednotlivého člověka, tedy v tomto případě lezce. Morálka zde funguje jako soubor všeobecně známých pravidel, která jsou závazná pro celou společnost (lezeckou veřejnost). V lezení jsou etická nepsaná pravidla a pravidla psaná velmi úzce spojena, protože mnohá psaná pravidla lezení vzešla z etiky lezení.

Také vztah heteronomní a autonomní morálky je zde patrný. Mladý začínající lezec si osvojuje všeobecná etická pravidla a normy a samozřejmě že na něj má vliv i osoba, která ho v začátcích vede. Později když tyto skutečnosti vstřebá, vytvoří si svou vlastní autonomní morálku. Rozhodne se tedy, co je podle něj správné a co je špatné. Heteronomní morálka se může právě po vytvoření autonomní morálky dostat s ní do konfliktu, který může být pouze okrajový nebo i vážnější. Vedle autonomní morálky je nutné také spoléhat na morailitu každého lezce. Tedy že on sám bude svým svědomím směřován ke správnému jednání.

2.3.2 Etika pískovcového lezení

Jak již bylo naznačeno dříve, pískovcové lezení je jakási zvláštní oblast. Má svoje specifická psaná a závazná pravidla a také svoji etiku, které vychází zejména z tradice. Samotná etika pískovcového lezení je značně obsáhlá, i když není psaná. Také není jednotná, mírně se liší například ve smyslu regionálním. Například lezci v pískovcových oblastech v Sasku mají jiné etické normy týkající se některých problémů nežli lezci v tuzemsku.

Hlavní smysl pískovcové etiky je však stejný. Je to snaha o zachování pískovcového lezení takového, jaké se provozuje již po generace. Zejména jeho stylová čistota, fyzický, psychický a technický aspekt a jeho hodnoty jsou to důležité. Zvláště technický aspekt a hodnoty, vytvořené předešlými generacemi, je

nutné chránit. Je to z důvodu toho, že pískovcové lezení je velmi náročné na psychiku a odvahu samotného lezce. Fixní jištění je podle tradice na pískovcových skalách používáno poskrovnu. Kvůli vlastnostem pískovce jako materiálu (především kvůli měkkosti) se nesmějí zakládat ani žádné kovové či jiné umělé jistící prostředky, vyjma textilních a lanových smyček. Proto v dřívějších letech provozoval pískovcové lezení jen určitý okruh lidí, kteří se na tento druh lezení specializovali. Ovšem v dnešní době lezeckého rozmachu na pískovcové skály jezdí i lezci, kteří mají představu, že je to lezení jako každé jiné a bez náležité osvěty se v pískovcových skalách chovají nevhodně a v rozporu s etickými pravidly. Mnohdy bohužel i vědomě. Dokonce se již ozvaly hlasy, volající po zásadních změnách pravidel pískovcového lezení. Naštěstí většinová lezecká veřejnost chápe kvality a hodnoty tohoto lezení a nutnost zachovat je, tak jak jsou. Byla by přesto chyba domnívat se, že samotné pískovcové lezení je něco jako neměnné, ortodoxní dogma. Vývoj nelze zastavit a tak i do tradic lezení na písku byly a jsou vnášeny nové věci a nápady, zejména v oblasti vybavení, přičemž základní myšlenka čistého lezení v souladu s přírodou zůstává zachována.

2.3.3 Rozdílné etické názory a přístupy v lezení

Je jisté, že díky obsáhlé etice lezení vznikaly, vznikají a budou vznikat určité rozdílné názory na provozování různých lezeckých činností. Tyto názory se mnohdy střetávají a dále se z těchto názorových střetů mnohdy stávají ožehavá témata k diskuzi a vyřešení celého problému, aby byl v souladu s etikou, je velmi obtížné. Mnohdy jediným řešením takového problému, když selže možnost kompromisu, jsou striktní zákazy a nařízení, což není vždy ku prospěchu. Pro příklad jsou zde uvedeny dva velké lezecké problémy poslední doby. Jeden je dalo by se říci globálního charakteru, ten druhý je stále citlivým tématem na domácí scéně.

„První problém se vyskytuje ve sportovním lezení. Týká se častého umístění fixního jištění (v tomto případě tzv. expanzivních nýtů) na skalní povrch. Tento

problém vyvolalo používání vysoce výkonných akumulátorových vrtaček a vývoj špičkových tmelů a pryskyřic. V důsledku této dostupnosti a relativní snadnosti umístění těchto skob do skály začali být určité skalní oblasti doslova „zanýťované“. Proti tomuto postupu se zvedla značná vlna nevole, a to z důvodu toho že je to v rozporu s klasickým lezením a tradicí. Dalším silným argumentem proti je, že díky přehnanému umístění nýtů je skalní útvar zneuctěn. To vadí zejména ochráncům přírody. Oproti tomu zastánci této metody argumentují vyšší bezpečností při lezení (větší četnost jištění = menší riziko při pádu) a také tím, že použití expanzivních nýtů je v některých případech jediným spolehlivým prostředkem jištění. To platí zejména na tvrdém a hladkém vápenci a žule. Jediné řešení ohledně tohoto sporu se zatím jeví formou zákazů a nařízení lokální platnosti. Například Francie a Španělsko používání nýtů neomezují. Oproti tomu Velká Británie je v podstatě zakázala a Spojené státy upřednostňují minimalizaci používání.²⁰

Osvěta a diskuse jsou v tomto případě nezbytně nutné, protože nesmíme dopustit, aby se u nás stala podobná věc jako v některých částech Alp. Tou věcí je, že staré klasické cesty, na kterých se mnohdy psaly dějiny horolezectví, byly necitlivě vynýťovány a dnes je na nich možné vidět velký počet lezců najednou. Lezců, kteří lezení berou jako konzumní záležitost. Pokud by se horolezectví nadále nekontrolovaně ubíralo tímto směrem, bylo by na nejlepší cestě zničit sebe samotné.

Druhým, velmi vážným a obsáhlým problémem zejména českého lezení je spor o používání magnézia²¹ při lezení na pískovcových skalách. Tento problém rozděluje lezeckou obec na dva tábory již od konce 80. let dvacátého století. Jedná se o velmi delikátní věc s ohledem na tradice, čistotu lezeckého stylu a také ochranu přírody.

²⁰Srov. HATTINGH, G. *Horolezectví*. s.22,23.

²¹**magnézium** - (slangově také „mádžo“ nebo „maglajz“) bílý chemický prášek na bázi hořčíku, který se používá při gymnastice, skalním lezení nebo při lezení na umělé stěně. Nanáší se na prsty a dlaň. Dobře absorbuje pot a vlhkost, zamezuje smekání, zvyšuje tření a tím přispívá k lepšímu a pevnějšímu úchopu. Smí se používat jenom na povolených typech skal.

„Počátek používání magnézia v lezení jde ruku v ruce s nástupem populárního trendu, kterým je dosažení co nejvyššího stupně obtížnosti. Tento trend se již však od prvopočátku dostává do konfliktu s myšlenkou tradičního, a tedy zejména pískovcového lezení. Tou myšlenkou je, že styl výstupu je víc než výstup za každou cenu. Ovšem problém používání magnézia na písku není jenom otázkou stylu. Dalšími důležitými aspekty jsou ochrana přírody a estetické hledisko, které je úzce provázané se sportovním.

Otázka ochrany přírody je v magnéziové problematice nasnadě. Jak je uvedeno výše, drtivá většina pískovcových oblastí je státem chráněna (CHKO,NP²²). Proto se zde ze zákona nesmí dít žádné činnosti, při kterých by byly objekty ochrany jakkoliv poškozovány nebo měněny. Provozování lezení je sice udělena výjimka, ale pravidla jsou nastaveny tak aby případné poškození či narušení bylo co nejmenší. Ovšem při používání bílého magnézia na tmavém skalním povrchu vzniká rozpor s pravidly. Sice není dosud prokázán nějaký patologicko-chemický vliv magnézia na pískovec, ale již pouhou přítomností bílých skvrn jsou skály znečištěné. O estetickém hledisku, při pohledu na flekaté skály je netřeba se zmiňovat. Dalším negativním aspektem používání magnézia je, že potlačuje dobrodružný nádech samotného lezení. Lezec má při lezení svou cestu hledat, zkoušet možnosti a lézt si podle svého. Ovšem když je na skále cesta jasně viditelně vyznačena bílými fleky, tento objevitelský prvek lezení se vytrácí.“²³

Ovšem magnézium má i velký počet svých zastánců a i oni dokážou velmi přesvědčivě argumentovat.

„Hlavní argumenty pro používání a povolení magnézia jsou tvrzení že magnézium znamená pokrok a chrání prsty lezců. Dále že bez něj by dnes již nebylo možné realizovat extrémní výstupy na pískovci a že není prokázána škodlivost vůči pískovci.“²⁴

Zastánci magnézia se několikrát neúspěšně pokusili změnit prostřednictvím valné hromady ČHS pískovcová pravidla lezení. Až v roce 2009 se jim to po

²²CHKO – chráněná krajinná oblast, NP – národní park

²³Srov. ČEPELKOVÁ, A. et al. *Zachovejme zákaz magnézia*.

Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=264>>. s. 2-4.

²⁴Srov. tamtéž. s. 5.

značné kampani v rámci lezecké veřejnosti (členské základny ČHS) podařilo. Ovšem z praktického hlediska nebylo dosaženo žádného vítězství, protože úplně všechny orgány ochrany přírody nadále zachovaly zákaz magnézia v jimi spravovaných oblastech. To tedy znamená, že na naprosté většině pískovcových skal platí zákaz nadále a zřejmě bude platit i do budoucna. Bezpochyby bude neustále docházet k porušování těchto pravidel, a to zejména lezci, kteří neuznávají tradiční hodnoty lezení a nechtějí odkaz předešlých lezeckých generací. Tito lezci lační pouze po co největších výkonech na úkor všeho ostatního, co dělá lezení lezením.

2.4 Lezení a ochrana přírody

„Ochrana přírody a lezení k sobě mají velmi blízký vztah a také společnou minulost. Stará pravidla tradičního lezení vznikala v době, kdy ještě neexistovali státní instituce ochrany přírody. V tomto směru je možné směle tyto pravidla označit za nadčasové, protože už při jejich vzniku si lezci uvědomovali, že ve skalách se nemohou chovat jak chtějí. Slovní obrat „trvale udržitelný rozvoj“ zde vystihuje princip, na základě kterého staří lezci pravidla formulovali. Poté v době, kdy začali vznikat orgány ochrany přírody (dále OP), byly již fungující pravidla většinou těmito orgány přijímána.“²⁵

Díky tomuto vzájemnému porozumění z let minulých je dnešní situace výhodná zejména pro vyjednávání s orgány OP. Je nutné si neustále připomínat, že lezení je možné ve chráněných oblastech provozovat pouze díky výjimce ze zákona, která se dá při nedodržování velmi snadno zrušit. Je proto nutné dodržovat všechna nařízení, zákazy a omezení vydaná orgány OP, aby byl zachován kladný vztah mezi lezci a OP. Jedině tak je možné do budoucna uskutečňovat další projekty a nápady.

Důležité je také aktivní podílení se lezců na správě a údržbě skalních oblastí. Za tímto účelem jsou několikrát do roka v různých oblastech pořádány

²⁵Srov. ČEPELKOVÁ, A. et al. *Zachovejme zákaz magnézia.*

Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=264>>. s. 3.

dobrovolné brigády. Náplní těchto brigád je zejména údržba a rekonstrukce přístupových cest ke skalám, likvidace případných přírodních katastrof typu orkánu a také sběr odpadků a všeobecný úklid ve skalách. Výsledek tohoto snažení je kladný nejen pro samotné skalní oblasti, ale má také výchovné působení na samotné lezce. Zejména mladí lezci by si měli uvědomovat, že používat skály není samozřejmostí. Naštěstí jsou podmínky pro lezce v současnosti příznivé a je jenom na nich samotných, jestli tomu tak zůstane i do budoucna.

*Ten, kdo se stále ptá na cestu, se nikdy nenaučí najít a vyzkoušet tu svoji.
Jde-li stále známými cestami, jak má poznat, která je ta jeho.*

Reinhold Messner

3 Současný stav lezení a horolezectví

3.1 Nárůst oblíbenosti lezení a horolezectví za poslední 2 dekády

„Před oněmi dvěma zmíněnými dekádami bylo horolezectví a lezení sportem značně uzavřeným. Věnovalo se mu nemnoho individualistů a jakýkoliv masový rozvoj se nezdál nikterak pravděpodobný. Ze značné části tomu bylo i proto, že v lezení a především horolezectví (dodnes) neexistoval žádný systém závodů či klání. Klání probíhalo v přírodě mezi člověkem, skalami a horami. Horolezci bývali často považováni za snové blázny, žijící částečně vně společnosti. Ovšem v relativně krátké době se začal objevovat nečekaný zájem.“²⁶

Tento zájem lidí o lezení a horolezectví jak v tuzemsku, tak i na celém světě asi opravdu nejlépe vystihuje slovo „boom“²⁷. Za toto prudké zvýšení zájmů může zejména několik faktorů.

Prvním a velmi důležitým faktorem je volný čas. Naprostá většina lezoucích lidí leze ve svém volném čase. „Lezení je tedy volnočasová aktivita, svým charakterem spadající do tělovýchovného, sportovního a turistického zaměření. Protože lezení je značně časově náročné, právě k jeho většímu rozvoji bylo zapotřebí větší množství volného času. Ten nám poskytla moderní doba. Ovšem nebylo to pouze z hlediska kvantity, tedy objemu volného času, ale také z hlediska kvality trávení volného času. Lezení samotné spadá do oblastí činností, které jsou konané v přírodě. Tato oblast činností také zaznamenala během posledních dvou dekad značný nárůst (zejména outdoorové aktivity), proto je volný čas jedním z hlavních faktorů podstatně ovlivňujících současný zájem o lezení.“²⁸

²⁶ Srov. WINTER, S. *Sportovní lezení*. s.16.

²⁷ **boom** – anglické slovo, do češtiny překládané jako prudký rozmach nebo rozkvět.

²⁸ Srov. PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. s. 96,97.

Druhým faktorem, který umožnil tak masivní rozvoj lezení mezi širší vrstvy lidí je komercializace a objev lezení pro sportovně-zábavní průmysl. Tento faktor je těsně propojen s faktorem prvním. Protože tím, že stále větší a větší množství lidí objevovalo lezení a hlavně mělo čas lézt, se zákonitě vytvářela poptávka po výzbroji a výstroji, která se na čas stala nedostatkovým zbožím. Posléze začala být poptávka sycena zvýšenou výrobou, což vedlo opět k dalšímu nárůstu lezoucích lidí. Na popud poptávky dokonce vznikly specializované obchody s lezeckým vybavením. Postupně se také začaly vedle věcí nutných k lezení objevovat také věci doplňkové, jako tzv. lezecké oblečení a různé, vesměs nepotřebné doplňky. Z lezení se prostě stal dobrý obchod už jenom proto, že základní lezecká výbava stojí několik tisíc, další výdaje za výbavu pro náročnější formy lezení a horolezectví jdou až do desítek tisíc korun.

Poptávka a následně nabídka se ovšem nevytvořila jenom na poli vybavení, ale také v oblasti komerčního sektoru služeb. Postupně se objevily různé privátní horolezecké školy a mnohé sportovně laděné cestovní agentury a kanceláře začaly nabízet kurzy lezení nebo i celé lezecké zájezdy. Činnosti těchto subjektů je vyhrazena jedna následující část v další kapitole, stejně jako i lezecké výchově ve školní výuce.

Dále rozmach lezení a horolezectví zejména v naší zemi ovlivnila tzv. sametová revoluce a pád komunistického režimu. Mohly k nám opět pronikat západní trendy lezení, nové technické poznatky a již nejen naši elitní lezci, ale také amatérští lezci mohli začít svobodně objevovat cizí skály a hory.

Nicméně stejně jako i v jiných oblastech lidské činnosti, kterým se věnuje značné množství lidí, tak i v lezení se tím pádem začaly projevovat s touto masovostí spojené problémy. Jde již o výše zmíněné problémy s dodržováním pravidel, etiky a ochrany přírody, protože ne všichni co lezou, jsou opravdoví lezci.

3.2 Umělé lezecké stěny – fenomén posledních 20 let

3.2.1 Úvod, charakteristika a historie

Mimo výše uvedené faktory, které se zasloužily o tak nevídaný rozvoj lezení, se zde ještě objevuje fenomén umělých lezeckých stěn, který je s ostatními faktory propojen. Ostatně o tom není pochyb, protože rozmach a obliba umělých lezeckých stěn šla a jde ruku v ruce s oblibou a rozvojem samotného lezení. Velmi důležité jsou také umělé lezecké stěny (dále jen umělé stěny) z hlediska výuky a nácviku lezení, proto je jim v této práci věnována určitá pozornost. Co je to ale vlastně umělá lezecká stěna?

„Umělá lezecká stěna je vyrobené zařízení, které má co nejvěrněji napodobit přírodní prostředí a lezecké technické problémy vznikající při lezení na skalních útvarech v přírodě.“²⁹

„Ač se to zdá nepravděpodobné, historie umělých stěn sahá mnohem hlouběji, než by se mohlo zdát. Pouze v posledních dvou desetiletích jsou umělé stěny módní záležitostí. Zřejmě první umělé stěny se objevily již ve středověku, kde sloužily k armádnímu výcviku, přesněji k nácviku zdolávání hradeb. V tomto případě ovšem nešlo ještě o využití sportovní, nýbrž značně praktické. Umělé stěny se jako sportovní „náčiní“ začaly objevovat krátce před a v průběhu druhé světové války (USA, Francie). V poválečném období jsou zaznamenány umělé stěny ve Velké Británii a v ruském Jekatěrinburgu. Do konce osmdesátých let existují občasné zmínky o vzniku umělých stěn různě po světě. Právě od konce osmdesátých let 20.století začíná zlatá éra umělých stěn v celém západním světě. V ČR tato éra začala s jistým zpožděním, opět kvůli změnám politického uspořádání. Skutečný rozvoj tohoto lezeckého fenoménu proto v tuzemsku trvá zhruba 15 let.“³⁰

²⁹NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.229.

³⁰Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 19.

3.2.2 Vlastní lezení na umělých stěnách a jejich přínos

„V čem je tedy lezení na umělých stěnách jiné nežli venkovní skalní lezení? Při skalním lezení se používá více rozmanitých pohybů a je nutná i větší pozornost, ale základní fond pohybu jak na stěně, tak na skále je stejný. Na lezecké stěně je zcela pomínuta estetická stránka lezení a také prožitek je nesrovnatelně menší, zato fyzická stránka lezení je zde důležitá.“³¹

Původní účel, proč jsou umělé stěny stavěny, je trénink. Umělá stěna nám dává možnost trénovat a lézt celý rok, bez ohledu na počasí a roční období (u krytých umělých stěn). To je zřejmě největší přínos umělých stěn, pochopitelně jsou zde i další důležité výhody, díky kterým jsou umělé stěny tak oblíbeny.

Umělé lezecké stěny:

- umožňují lezení v místech, kde se nevyskytují jiné vhodné přírodní terény nebo pokud jsou obtížně dostupné či jinak nevyhovující
- jsou vhodné pro první seznámení s lezením
- umožňují nácvik určité speciální lezecké techniky
- dovolují vyzkoušet široké pole obtížnosti, které je snadno nastavitelné
- jsou díky velkému počtu jisticích bodů bezpečnější nežli skalní terén
- jsou snadno dostupné (umístění v urbanizovaných oblastech)
- částečně šetří životní prostředí a přírodní lezecký terén, protože na sebe do jisté míry vážou část lezecké veřejnosti
- umožňují provozování závodního lezení, které by bylo v přírodních podmínkách nerealizovatelné
- dovolují zahrnout lezení do běžné tělesné výchovy ve školách

Díky těmto výhodám se lezení na umělých stěnách stalo z původně tréninkové činnosti plnohodnotnou lezeckou disciplínou, navíc dosti upřednostňovanou určitou částí lezecké veřejnosti. Dokonce existují lezci, kteří lezou pouze na umělých stěnách a v přírodních skalních terénech nikdy nelezli a ani nechtějí.

³¹Srov. NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.228.

3.2.3 Umělé lezecké stěny dnes

Od poloviny devadesátých let 20.století tedy trvá zlatá éra umělých stěn v ČR. V dnešních dnech by se dalo říci, že tento fenomén se pomalu blíží ke svému vrcholu. Dnes již ve všech větších a středních městech a v převážně většině měst menších najdeme umělou lezeckou stěnu. Samozřejmě že se různí hlavně velikostí. Je to zejména proto, že provozování umělé lezecké stěny je díky značné oblibě lezení docela výhodné podnikání.

Právě z podnikatelských důvodů především ve větších městech vznikly celá lezecká střediska, která mimo samotné umělé stěny většinou zahrnují i stěnu boulderingovou, půjčovnu vybavení a někdy i bar nebo přímo restauraci. Občas je při umělé stěně provozována i prodejna lezeckého vybavení či jiné doplňkové služby. K takovýmto největším lezeckým centrům patří pražský Smíchoff nebo brněnská stěna Rajče. Ale podobná lezecká centra jsou ve všech krajských městech ČR.

Další umělé stěny vznikly jako oddílové, provozují je tedy horolezecké oddíly. Tyto slouží převážně pro trénink ale většinou jsou přístupné i široké veřejnosti, zejména z ekonomických důvodů. Ceny na těchto oddílových stěnách bývají však značně nižší než ve výše uvedených lezeckých centrech. U takových stěn se také většinou nevyskytuje výše uvedené příslušenství, i když výjimky určitě existují.

V neposlední řadě také existuje značný počet umělých stěn v různých rekreačních střediscích, kde slouží pro jejich klienty v rámci aktivních programů. V rámci postupného zařazování lezení do školní tělesné výchovy vznikají také menší lezecké stěny přímo ve školách, zatím převážně na středních a vysokých, ale pomalu si lezení hledá cestu i na základní školy.

Kdybychom chtěli nyní zjistit počty všech umělých lezeckých stěn kupříkladu v rámci Evropské unie, dopočítali bychom se jistě výsledku v řádu desítek tisíc. V rámci České republiky by se tento výsledek pak pohyboval v rámci několika set umělých stěn. Ale další umělé stěny pořád vznikají, takže budoucnost tohoto lezeckého odvětví je do značné míry zajištěna.

3.3 Závodní lezení

3.3.1 Základní informace

Jako každý sport i lezení má svá závodní klání, ať už na domácí scéně, tak na scéně mezinárodní. Závodní oblast každému sportu dodává na zajímavosti, prestiži a pomáhá ho popularizovat. Systematicky organizované lezecké závody jsou v porovnání s dlouhou historií samotného lezení poměrně mladé. Ruku v ruce s rozvojem lezení a společně s vzrůstem jeho oblíbenosti jdou i jeho závodní klání.

„Závody v lezení se dělí do několika typů a kategorií. Organizované závody se pořádají pouze ve smyslu sportovního lezení. Dále se závody dělí podle kategorií lezení, tedy lezení na rychlost, lezení na obtížnost, boulderingové závody a také například závody v drytoolingu. Nejvíce atraktivní jsou závody na rychlost a také na obtížnost. Tyto závody probíhají dnes již výhradně na umělých stěnách ale nebylo tomu tak vždy, podrobněji o tom níže v historii závodního lezení. Kategorie závodníků se jako i v jiných sportech dělí na muže a ženy, podle věku pak na děti, mládež a dospělí. U dětí a mládeže se závodníci ještě ve svých kategoriích dělí do podkategorií podle věku, většinou v rozmezí dvou let.“³²

„Všeobecná pravidla závodního lezení stanovují průběh závodů. Vždy se leze stylem *on-sight* (OS) (viz. Kapitola 1, část 2.3.3 Styly), většinou tříkolově. Závodníci mají v každém kole pouze jeden pokus. Závodní cesta je výrazně vytyčena a jsou v ní předem připraveny jistící prostředky – expresky³³. Závodníci lezou postupně podle vylosovaného pořadí a ti, kteří ještě nelezli čekají v odděleném prostoru, aby se zamezilo pozorování soupeřů při lezení. Rozhodujícím kritériem v závodě na obtížnost je dosažená výška, v závodě na rychlost potom samotný čas lezení.“³⁴

³²Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 17.

³³**expreska** – slangově též „preska“ či „preso“. Je to lezecká pomůcka, sestávající se ze dvou karabin spojených krátkou plochou textilní smyčkou, sloužící ke spojení lana a fixního jistícího bodu při samotném lezení.

³⁴Srov. NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.226.

3.3.2 Historie závodního lezení

„Historie závodního lezení se začíná psát po druhé světové válce v Sovětském svazu, závodilo se na rychlost, na přírodním terénu. V té době začala vznikat první pravidla sportovního lezení. V období let šedesátých a sedmdesátých probíhaly lezecké závody ve značném počtu v mnoha zemích, ovšem neformálně, bez jakékoliv návaznosti a vyššího stupně organizace. Do této doby se většina závodů odehrávala na skalách v přírodě. Ke konci osmdesátých let, kdy začaly být závody organizovány na více centrální úrovni a získávaly na popularitě se naplno projeví problémy spojené s pořádáním závodů v přírodě. Mezi největší úskalí takto organizovaných závodů patřila závislost na počasí, náročná příprava lezeckých cest, zázemí pro závodníky a diváky a s tím spojené neúměrné zásahy do volné přírody (kácení stromů, poškození a změny skalního povrchu, aj.). Proto se od konce osmdesátých let 20. Století začínají konat závody na umělých lezeckých stěnách, což se ve velmi brzké době stává standardem a nyní jsou závody v přírodě konané spíše v rámci boulderingu. Roku 1987 se konají první lezecké závody světové úrovně a zároveň to jsou první závody schválené UIAA, s již ustálenými a mezinárodně závaznými pravidly závodění.“³⁵

Od roku 1987 až do dnešních dnů tedy stejně jako lezení samotné, tak i jeho závodní formy získávají na popularitě a oblibě nejen u samotných závodících lezců, nýbrž i u diváků. Důkazem toho jsou tisícovky přihlížejících návštěvníků na velkých mezinárodních lezeckých kláních, které se konají v obrovských halách za značného zájmu a podpory sponzorů. Některé tyto velké lezecké závody jsou vysílány i v televizi, zejména na speciálních sportovních kanálech.

Díky značné oblibě lezení se tedy zcela pochopitelně objevila již počátkem devadesátých let myšlenka, že by se závodní lezení mohlo stát oficiálním letním olympijským sportem.

„V roce 1991 se UIAA stává členem Asociace mezinárodních sportovních federací (AGFIS), což je podmiňující, aby se sportovní lezení stalo

³⁵Srov. NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.225.

plnohodnotným olympijským sportem.³⁶

V roce 2007 byla vytvořena nezávislá Mezinárodní federace sportovního lezení (IFSC), která přebrala od UIAA veškerou problematiku sportovního lezení. I když je IFSC nezávislá, je velmi úzce s UIAA propojena a je také členem AGFIS.

„Nynější situace je taková, že Mezinárodní olympijský výbor (MOV) velmi intenzivně vyjednává právě s IFSC o zařazení sportovního lezení do programu olympijských her na rok 2020. Na konečné rozhodnutí je nutné si počkat do roku 2013. Podmiňujícími událostmi pro úspěšné zařazení sportovního lezení na olympijské hry budou dva závody mistrovství světa v italském Arcu (2011) a ve Francii (Paříž 2013). Tyto dva závody budou velmi ostře sledovány a posuzovány Mezinárodním olympijským výborem.“³⁷

3.3.3 Současné závodní lezení

Současné české organizované závodní lezení pod záštitou ČHS je rozděleno do dvou oblastí. První je závodní lezení na domácí půdě, druhou je pak závodní lezení mezinárodního záběru, především evropského a poté i světového. To jsou dvě hlavní rozdělení, dále se závodní lezení dělí dle typů a kategorií, popsanych výše, v části 3.3.1. Pro lepší orientaci je lepší rozdělit závodní lezení podle věku, tedy závodní lezení (tuzemské i mezinárodní) dětí a mládeže, a stejně tak závodní lezení dospělých.

O závodní lezení dětí a mládeže se stará uvnitř ČHS komise sportovního lezení mládeže. Její činnost spočívá v organizování a podpoře závodního lezení. Její záběr sahá od lokálních a regionálních závodů dětí a mládeže až po vysílání reprezentace mládeže do závodů Evropské série a mládežnického Mistrovství světa.

Na české závodní scéně jsou organizovány pro děti a mládež dva hlavní závody. Prvním z nich je Tendon Cup a druhým je Český pohár mládeže v lezení na obtížnost a v lezení na rychlost.

³⁶Srov. VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. s. 20.

³⁷Srov. POLMAN, D. *Sportovní lezení na olympiádě?* Dostupné na WWW: <http://www.lideahory.cz/starsi-novinky/19-novinky/345-sportovni-lezeni-olympiada> >.

„Tendon Cup je celonárodní závod v lezení na obtížnost pro děti do 15 let. Je charakterizován jako nižší závod, který probíhá ve dvou na sebe navazujících kolech, Českém a Moravském. Hlavním sponzorem je firma Tendon, proto tedy Tendon Cup. V každém kole je pořádáno 5 závodů. Po jejich skončení je vyhlášeno celkové pořadí dle kategorií věku a pohlaví.

Oproti Tendon Cupu je Český pohár mládeže v lezení na obtížnost a v lezení na rychlost klasifikován jako závod vyšší úrovně. Celkově se konají 4 závody v rámci celého programu a celý Český pohár je završen Mistrovstvím ČR. Po celkovém skončení je opět vyhlášeno celkové pořadí, stejně jako u Tendon Cupu.

Vrcholnou evropskou soutěží mládeže ve sportovním lezení je potom série závodů EYS (Evropská série mládeže a Mistrovství světa juniorů). Tato série je pořádána IFSC, probíhá v různých evropských městech a po zakončení jsou opět vyhlášeni celkoví vítězové ve svých kategoriích. Série závodů je stejně jako při Českém poháru zakončena Mistrovstvím světa juniorů.

Pro děti mladší 14 let, které se ještě nemohou zúčastnit EYS pořádá IFSC několik mezinárodních soutěží, které slouží především jako příprava pro pozdější závody. Takovými soutěžemi jsou například Rock Junior (Itálie) nebo rakouský Youth Color Climbing Festival a jim podobné.³⁸

Závodní lezení dospělých má v podstatě stejnou strukturu jako závodní lezení dětí a dospělých. Podobnost je zřejmá jak na domácí scéně (Český pohár, Mistrovství ČR), tak na scéně mezinárodní (Světový pohár, Mistrovství světa, Kontinentální mistrovství). Rozdíly jsou patrné zejména v konkurenci, popularitě, vyšším počtu závodů a celkové vyšší prestiži. V závodním lezení dospělých je také mnohem více zastoupen bouldering, zimní závody v ledovém lezení, drytooling a skialpinismus³⁹.

Česká republika se řadí v závodním lezení ke světové špičce. Díky své mnohaleté lezecké a horolezecké tradici má širokou lezeckou veřejnost, ze které se rekrutují výborní závodní lezci a lezkyně. Ovšem jenom ti nejlepší z nejlepších

³⁸Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Složení komise sportovního lezení mládeže*.

Dostupné na WWW: < <http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=72> >.

³⁹**skialpinismus** – sportovní disciplína, výstup v horách je pojat horolezecky, sestup je celkově nebo částečně realizován na lyžích v neupraveném zasněženém horském terénu.

se dnes mohou skutečně prosadit ve velmi silném konkurenčním prostředí, které panuje na mezinárodním závodním poli. Naši zemi v tomto směru skvěle reprezentují jmenovitě Tomáš Mrázek (lezení na obtížnost) a nověji i mladý brněnský lezec Adam Ondra. Tento skutečný lezecký fenomén neustále udivuje celý lezecký svět svými extrémními výkony jak na skalách, tak při světových závodech. Není proto sporu o tom, že tento mladík patří k absolutní světové lezecké elitě, mnohými lezeckými autoritami je dokonce považován za nejlepšího současného lezce světa vůbec.

3.4 Doplnkové volnočasové aktivity k lezení

3.4.1 Úvod a seznámení

S narůstající oblibou lezení jde ruku v ruce mnoho dalších aktivit, které jsou se samotným lezením nějakým způsobem příbuzné, nebo z něho přímo či nepřímo vycházejí. To znamená, že v těchto činnostech se používají vyloženě lezecké prvky nebo součásti výstroje (sedací úvazky, lana, atd.). Anebo mohou být tyto činnosti provozované jako zábavná doplňková činnost vedle samotného lezení či jsou provozovány na lezení zcela nezávisle. Na následujících stránkách jsou pro příklad uvedeny dvě tyto, zřejmě v současnosti nejoblíbenější volnočasové aktivity, které mají jistou souvislost s lezením, a tudíž vhodně dokreslují popis současného stavu a obliby lezeckého sportu jako celku. Zajímavý je i pohled na tyto aktivity z komerčního hlediska. Protože první z nich je do značně vysoké míry komercializována (v návaznosti na komercializaci lezení), zatímco druhá aktivita, jež je díky své velmi malé materiální, časově-instalační a technické náročnosti komercializace téměř ušetřena.

3.4.2 Lanové aktivity

Samotná problematika lanových aktivit je značně obsáhlá a jako taková by na celý svůj popis a odborný vhled potřebovala další odbornou práci. Cílem této části

proto není detailní charakteristika lanových aktivit, ale spíše stručný popis a na něj navazující poukázání na vztah mezi lezením a lanovými aktivitami. Co to tedy přesně lanové aktivity jsou?

„Lanovými aktivitami rozumíme veškeré činnosti, které užívají lan či konstrukcí z nich vytvořených jako pedagogického prostředku k osobnostnímu, sociálnímu či morálnímu rozvoji jedince. Mezi lanové aktivity řadíme uzlování, vázané stavby, lanové hry, slaňování, lanové překážky atd.“⁴⁰

Již tato samotná definice lanových aktivit velmi jasně poukazuje na blízký vztah s lezením, a to hned v několika rovinách (rozvoj jedince z několika směrů, stejný materiální základ – lano, a činnosti, které jsou přímo nedílnou součástí samotného lezení – slaňování⁴¹).

„Lanové aktivity se všeobecně řadí do oblasti výchovy prožitkem. Svou podstatou vytvářejí určitou situaci, ve které se vyskytuje problém, který je nutné řešit (individuálně či skupinově). V tomto řešení se kombinuje fyzické, psychické a sociální hledisko. Význam lanových aktivit se tedy nejvíce projevuje v:

- rozvíjení sebedůvěry a zvyšování důvěry vůči druhým
- zlepšení komunikace a týmové spolupráce
- zlepšení rozhodovací dovednosti a v řešení konfliktů
- rozvoji tělesné zdatnosti, obratnosti a pohybové koordinace
- rozvoji a prohloubení vůdcovských schopností“⁴²

Nedílnou součástí lanových aktivit ty měla být i zpětná vazba a s ní spojený rozvoj zdravého kritického myšlení (hodnocení druhých a sebehodnocení).

Nejrozšířenějšími a v současnosti nejoblíbenějšími lanovými aktivitami jsou bezesporu lanové překážky.

„Lanové překážky jsou různé konstrukce, které se skládají z lan, sítí, trámů, sloupů, provazových žebříků. Tyto konstrukce jsou uzpůsobeny a postaveny tak,

⁴⁰METODICKÝ MATERIÁL, *Instruktor lanových aktivit II. třídy* .s. 5.

⁴¹**slaňování** – je to pohyb po laně dolů, používá se k sestupu ve skalnatém či jiném neschůdném prostředí, kdy není možno sestupovat pěšky. Podstatou slaňování je vznik velkého tření mezi lanem na jedné straně a slaňovací pomůckou nebo tělem člověka na straně druhé.

⁴²Srov. NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.81.

aby svou podstatou vytvářely určité výzvy a problémy, které musí jedinec nebo skupina řešit. Takto záměrně vyvolané situace jsou netradičního a neobvyklého charakteru. Vyžadují aktivní řešení, přivádějí jedince do neobvyklého prostředí, je zde přítomna častá změna podmínek a s ní spojená nutnost reakce (improvizace).

Lanové překážky se dělí do několika kategorií. Hlavní z nich jsou tyto:

- nízké lanové překážky (do výšky 100 cm nad zemí)
- vysoké lanové překážky (od výšky 100 cm nad zemí)
- individuální a skupinové
- mobilní a stacionární
- horizontální a vertikální
- typově konstrukční (na stromech, kůlech, konstrukcích)
- venkovní a vnitřní⁴³

Nejdůležitější z výše uvedených kategorií je rozdělení na lanové překážky nízké a vysoké, mobilní a stacionární. Nízké mobilní překážky se s oblibou používají jako zábavná doplňková činnost na táborech, lezeckých soustředěních, adaptačních kurzech apod. A to bezesporu díky své poměrně snadné konstrukci, instalaci a také že při jejich zdolávání není zapotřebí žádného speciálního jistícího systému, stačí důsledná osobní záchrana od ostatních.

Oproti tomu vysoké, většinou stacionární lanové překážky, jsou již náročnější na instalaci, a to jak z hlediska časového, tak i materiálního a samozřejmě odborně způsobilého. Pro jejich stavbu a provoz je nutné absolvovat speciální metodický kurs, ve kterém hrají důležitou roli právě poznatky z oblasti lezení. Tyto překážky se většinou staví ve výšce kolem 7 až 8 metrů nad zemí a proto je nezbytně nutné, aby všichni, kteří překážku zdolávají, byly jištěni proti pádu jedním z několika předepsaných způsobů. Vysoké lanové překážky nabízejí díky výšce daleko intenzivnější možnost prožitku. A právě tento druh překážek se stal do značné míry předmětem komerčního využití. Stejně jako se objevují stále nové lezecké stěny, tak se objevují nová komerční lanová centra a lanové

⁴³Srov. METODICKÝ MATERIÁL, *Instruktor lanových aktivit II. třídy* .s. 5,6.

parky. Tato zařízení nabízejí svým klientům široké spektrum lanových aktivit, zejména tedy vysokých a nízkých lanových překážek, to vše pod odborným vedením proškoleného personálu a po počátečním krátkém vstupním školení. Takovéto lanové parky a centra se dnes většinou nacházejí v každém větším městě či rekreačním zařízení a svým klientům umožňují vyzkoušet si nevšední “adrenalinové“ činnosti v rámci aktivního odpočinku, samozřejmě za vysokého bezpečnostního standardu.

3.4.3 Slackline

Z anglických slov *slack* – volný, malátný, nenapnutý a *line* – čára, dráha. Slackline je v porovnání s výše uvedenými lanovými aktivitami ve svém základu velmi nenáročná až jednoduchá činnost jak na přípravu, tak na samotné provozování. Co je tedy její podstatou a v čem tkví její kouzlo?

„Základem této aktivity je balancování, chození a skákání po textilním popruhu, upevněném mezi dvěma pevnými body (sloupy, stromy). Základní rozdíl mezi slackline a chůzí po laně je ten, že slackline je na rozdíl od lana méně napnutá a tudíž “živější“. Slackline je tedy tvořena několik metrů dlouhým popruhem, dvěma horolezeckými smyčkami, které slouží jako kotevní body a dále napínacím zařízením (většinou karabiny, kladky, napínáky... záleží na délce).

Historie této zábavné aktivity se začala psát v 60. letech 20. století na severoamerickém kontinentu v Yosemitech. Místní lezci si čas mezi samotnými výstupy zpestřovali chozením po řetězech u místních parkovišť.

Jako lanové překážky, tak i slackline se dělí do několika druhů. Základní jsou nízké slackline, dále jsou to vysoké slackline (zvané highline⁴⁴), které se instalují od několika metrů až do stometrových výšek a je zde nutné se jistit proti pádu přímo k samotné “lajně“. Tyto dva základní druhy jsou doplňovány slackline nad vodou nebo extrémně dlouhými slackline (zvané longline⁴⁵).⁴⁶

⁴⁴ **highline** – z anglického *high* – vysoký, *line* – čára, dráha.

⁴⁵ **longline** – z anglického *long* – dlouhý, *line* – čára, dráha.

⁴⁶ Srov. SLACKLINE. Dostupné na WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Slackline>>.

Slackline je díky své všeobecné nenáročnosti velmi oblíbena a její popularita mezi lidmi (nejen lezci) stále stoupá. Je možné ji nainstalovat během pár chvil prakticky kdekoliv, kde lze nalézt dva pevné body. Jejím hlavním přínosem je rozvoj rovnováhy jedince, která je pro balancování nezbytná. Při tom se zapojuje značná část svalové soustavy člověka. Čím více se člověk se slackline sžívá, tím více triků zkouší a tím více poznává své tělo a jeho schopnosti.

Slackline je mladou zábavou–sportem, který má svou zlatou éru zřejmě ještě před sebou, ovšem již nyní je hojně využívána jako doplňková činnost pro lezecký trénink i pro potréninkový oddech, uvolnění a zábavu. V současnosti se také začínají pořádat různé slackline festivaly, na kterých se objevují první náznaky organizovaných soutěží a závodů na slackline.

„V horolezectví je klíčové to, že jste zodpovědní sami za sebe a odkázáni sami na sebe.“

Reinhold Messner

4 Výuka – systém

4.1 Úvod do výuky

Předchozí kapitoly (první a třetí) stručně představují horolezectví a lezení ze všeobecného informačního hlediska, zmiňují se o jeho definici, historii, rozdělení a popisují jeho současný stav a fenomény poslední doby. Kapitola druhá pak plně pojednává o aspektu výchovy v horolezectví a v lezení ve všech důležitých oblastech a úhlech pohledu dané problematiky. Informace obsažené v těchto prvních třech kapitolách jsou velmi důležité jak pro samotné horolezectví a lezení, tak i pro začínajícího jedince a v konečném důsledku také pro samotné pochopení tématu a problematiky této práce.

Nynější kapitola se zabývá velmi důležitým procesem vstřebávání, osvojování a učení se oněch výše uvedených základních informačních pilířů celé horolezecké problematiky. Tento proces se nazývá výukou.

Samotná výuka v horolezectví a lezení je velmi obsáhlá. Nezahrnuje pouze svoji podstatnou primární část (výuka dětí a mládeže), ale díky svému širokému záběru probíhá na více úrovních a neustále. To znamená že jedinec, který se naučí základům lezení (jak vědomostním, tak technickým a bezpečnostním) se nepřestává učit dále. Naopak. Tím, že si někdo osvojí základy, si vytváří podmínky pro svůj další širší výukový záběr. I staří a zkušení lezci se mají pořád co učit, protože horolezectví a lezení se neustále dynamicky vyvíjí v nemálo různých směrech.

V následujících částech této kapitoly jsou proto představeny základní směry, druhy a oblasti výuky lezení a horolezectví a je popsán celý základní edukační proces. Mimo tyto základy je také zmíněna pokračující výuka a další, nadstavbové vzdělávání.

4.2 Výuka v rámci oddílů ČHS

4.2.1 Výukové orgány ČHS

V současné době eviduje v rámci své působnosti ČHS 397 aktivních oddílů, ve kterých je sdružena většina jeho členů (mimo členy individuální). Přesný počet členů nelze nikdy stanovit přesně, neboť se neustále mění. Z celkového počtu aktivních oddílů se jich 74 oficiálně zabývá prací s mládeží. Nicméně je téměř jisté, že i další značná část oddílů se jakousi formou snaží vychovávat si své další členy, ať už je to z řad dětí, mládeže či dospělých. Tato neoficiální výuková činnost ovšem není předmětem zaměření této práce.

Většinová část výuky lezení a horolezectví v ČHS tedy probíhá v rámci oddílů. Aby však výuka probíhala kvalitně a podle nastavených standardů, je nutné určité centrální řízení. Zde je možné opět použít přirovnání celého systému lezecké výuky k systému školství (MŠMT – řídicí orgán, škola – zprostředkovatel výuky). Ve struktuře ČHS se samotnou výukou (mimo jiné) v celkovém záběru zabývají zejména tři odborné komise. „Jsou to:

Metodická komise – zabývá se metodickým servisem ČHS ve všech druzích lezení a horolezectví, pořádá výukové semináře a školení instruktorů na všech úrovních. Úzce spolupracuje s lékařskou a bezpečnostní komisí.

Bezpečnostní komise – specializuje se na bezpečnost lezení a horolezectví ve všech jejich formách. Je rozdělena do materiálové sekce (lezecký materiál a jeho selhání) a do sekce bezpečnosti osob (nesprávné použití metodiky, selhání lidského faktoru). Ze svých šetření vyvozuje závěry a vydává doporučení. Úzce spolupracuje s metodickou a lékařskou komisí.

Lékařská komise - Její kompetence sahá od metodiky první pomoci a základní lezecké zdravotní péče až po složitou problematiku vysokohorské medicíny. Účastní se mezinárodní spolupráce. Vyvíjí publikační a poradenskou činnost. Úzce spolupracuje s oběma výše zmíněnými komisemi.⁴⁷

⁴⁷Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Odborné komise*
. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=53>>.

4.2.2 Výuka dětí a mládeže - teorie

Mimo výše uvedené odborné komise, které se zabývají v rámci ČHS lezeckou výukou a vzděláváním jako celkem, zde speciálně pro *děti a mládež*⁴⁸ působí ještě Komise mládeže.

„Tato komise má ve své kompetenci práci s mládeží ve všech oblastech a na všech úrovních. Hlavními činnostmi komise jsou:

- koordinace činností oddílů pracujících s mládeží
- spolupráce s dalšími podobnými komisemi v rámci UIAA
- tvorba specifických metodických materiálů, svou povahou vhodných pro výchovu a výuku dětí a mládeže, distribuci těchto materiálů do oddílů
- výcvik a odborné školení instruktorů mládeže, včetně jejich doškolení
- pomoc při organizaci celorepublikových akcí pro děti a mládež, včetně závodů
- grantová činnost (rozdělování financí oddílům, podpora konkrétních aktivit, hrazení školení instruktorům)
- individuální podpora a příprava zvlášť talentovaných jedinců

Všemi výše zmíněnými činnostmi usiluje Komise mládeže o vytvoření jednotné a dlouhodobé koncepce práce s dětmi a mládeží. Tato koncepce musí být založena na kvalitně vyškolených instruktorech, specializovaných na práci s dětmi a mládeží. Dále musí stavět jak na systémové a funkční komunikaci a spolupráci mezi jednotlivými oddíly mládeže, tak i na obdobné komunikaci a výměně zkušeností na mezinárodní úrovni. Nezbytnou a nutnou samozřejmostí je pak cílená a účelná grantová podpora zejména středně a dlouhodobě trvajících projektů (náborů s návaznou činností, podpora talentů, plánovitá příprava, veřejná prezentace, ...).

Takováto dlouhodobá koncepce také musí počítat se specifickým přístupem ve výchově a výuce k různým věkovým skupinám. To znamená že aktivity, které

⁴⁸ Specifikace pojmů: **děti** - do 14 let, **mládež** (někdy také junioři) – 15 až 18 let.

jsou vhodné pro nižší věkové skupiny nebudou přímo a většinou lezecky zaměřeny, ale vhodný bude spíše jejich obecnější záběr. To znamená zaměření na rozvoj pohybových schopností, pobyt v přírodě (jedno i vícedenní), táborovou činnost a různé lezecky motivované hry (překážkové dráhy). Samozřejmě vedle těchto činností bude již probíhat postupné seznámení se základy lezecké problematiky, poznávání lezeckého materiálu a i vlastní nenáročného lezení.

Starší věkové skupiny by měly být již více směřovány k samotnému lezení, včetně tréninkové průpravy. Nadále by měla přibývat k samotné lezecké výuce také výchova, znalost lezeckých pravidel a etiky, historie horolezectví, zdravotní věda, různé složitější lanové techniky a poté i samotná horolezecká průprava. Ti talentovanější by samozřejmě měli být nenuceně nasměrováni do závodní sféry. V konečné fázi by si starší mládež měla osvojit i základní poznatky z geologie, geografie, meteorologie a vyzkoušet si složitější druhy lezení (vícedélkové, horské, ledové). Tento celkový edukační proces samozřejmě musí probíhat ruku v ruce s praktickým nácvikem již naučeného, a měl by být doplněn různými zábavnými či jinak zajímavými činnostmi.⁴⁹

Průběžně je tedy jednotná a dlouhodobá koncepce práce s dětmi a mládeží vytvářena. Samozřejmě, že výše zmíněná kritéria a cíle jsou již u mnohých oddílů částečně nebo většinou uvedeny do praxe. Snahou ovšem je, aby byla koncepce přijata v co možná nejširší možné míře, ideálně tedy celorepublikově. A jestli se tak už doopravdy děje? Na získání tohoto druhu odpovědi je částečně zaměřen můj výzkum formou dotazníku, který je součástí praktické části této diplomové práce.

4.2.3 Výuka dětí a mládeže – praxe

Praxe výuky dětí a mládeže je v současnosti v určité míře nejednotná. Výsledná forma záleží na konkrétním oddílu a jeho zaměření, na jeho výchovné či výukové tradici, na počtu vyškolených instruktorů, na počtu zájemců, na

⁴⁹Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Komise mládeže*. Dostupné na WWW: < <http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=254>>.

materiálním zázemím, na edukačním prostředí a samozřejmě také na finanční stránce. Toto jsou zhruba hlavní podmiňující činitelé výuky dětí a mládeže.

Podle již dříve získaných poznatků dnes probíhá výuka dětí a mládeže v rámci oddílů ve velké většině případů formou pravidelně organizovanou, tj. formou kroužků (některé oddíly to mají i ve svém názvu). Dále už záleží na každém jednotlivém oddílu (také na počtu zájemců), zdali má například samostatný kroužek lezení pro děti a samostatný kroužek lezení pro mládež, nebo jsou-li tyto kroužky kombinované. Rozvrstvení podle věku do kroužků je také v kompetenci každého oddílu. V praxi existují v rámci některých oddílů kombinované kroužky pro děti a mládež a vedle nich ještě také kroužek lezení pro malé děti, kde se spíše jedná o jakési lezecké hraní nežli o opravdové lezení. Celková vnitřní struktura výuky je tedy v kompetenci samotných oddílů a závisí z větší části na výše uvedených podmiňujících činitelích.

Ovšem i přes určité rozdíly v uspořádání procesu výuky v oddílech ČHS existuje určitý model, kterému se různé oddíly více či méně přibližují. Na následujících stránkách je právě takovýto model pro názorný příklad uveden. Jedná se o model kroužku lezení pro děti a mládež a byl vypracován autorem této práce v rámci studia PVČ⁵⁰ pro povinný předmět Metodiky zájmových činností v zimním semestru akademického roku 2007/2008. Tento model byl vypracován na základě neformálního výzkumu menšího rozsahu, který byl realizován formou návštěv v různých výukových blocích vybraných horolezeckých oddílů ve východních Čechách. Ze získaných výsledků a pozorování vzešla určitá struktura, která byla autorem dotvořena a místopisně přenesena do jižních Čech. Název Horolezecký oddíl Montañár (HOM) je vymyšlený a reálně neexistuje.

⁵⁰ PVČ – Pedagogika volného času

Teoreticky strukturovaný model:

Kroužek lezení pro děti a mládež

Horolezecký oddíl MONTAŇÁR

Obsah:	sportovní kroužek lezení na umělé stěně, jednodélkové skalní lezení
Cílová skupina:	II. Stupeň základní školy + střední škola (12-18 let)
Počet účastníků:	20
Hodinová dotace:	na umělé stěně 1x týdně- dvě hodiny (120 minut) Vždy jeden týden výuka a nácvik, druhý víkend praktický trénink Po zahájení lezecké sezóny - ve skalách – 1x týdně, čas podle potřeby (cca 3-4 hodiny), za špatného počasí na umělé stěně.
Cíl:	Naučit děti a mládež základům lezení a horolezectví, jeho metodice a bezpečnosti. Dále seznámení s historií horolezectví, jeho strukturou a tradicí. Pohyb v přírodě a její ochrana při provozování sportu. Na konci kroužku by měl každý jedinec být schopen samostatně provozovat bezpečně horolezecký sport na jednodélkových skalních cestách. Po absolvování kursu se každý účastník stává členem ČHS a členem horolezeckého oddílu Montaňár.
Cena:	3000 Kč (v ceně je zahrnuto kursové, poplatek za přihlášku do ČHS – a členský příspěvek na rok 2008, a dále poplatek za víkendové soustředění.
Edukační metody:	metody slovní – monologické metody (vysvětlování) metody názorně demonstrační – pozorování, předvádění metody praktické – praktické tréninkové metody metody z hlediska aktivity a samostatnosti žáků metody týkající se aspektu logického

Níže uvedená tabulka obsahuje rozpis jednotlivých bloků v průběhu školního roku, začátek v měsíci říjnu, zakončení počátkem června. Každý jednotlivý blok je jednou týdně ve všední den v odpoledních hodinách (rozpis je přibližný, během roku se může měnit, zejména ve druhé polovině kroužku – s ohledem na počasí).

Číslo výukového bloku	Obsah výukového bloku
1.	Úvodní hodina, zápis do kroužku, seznámení s průběhem kroužku
2.	Seznámení se strukturou HOM, ČHS a UIAA, předání příruček.
3.	Seznámení se základní horolezeckou výzbrojí a výstrojí.
4.	Uzly a navazování
5.	Uzly a navazování
6.	Zásady a ukázky bezpečného lezení na umělé lezecké stěně, praktický nácvik
7.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
8.	Zdravověda, první pomoc
9.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
10.	Sportovní trénink, tréninkové metody a výživa
11.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
12.	Technika a nácvik slaňování.
13.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
14.	Druhy horolezectví, druhy lezeckých terénů
15.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
16.	Horské, vysokohorské a himálajské horolezectví – přednáška himálajských horolezců, promítání fotek z výstupů na Lhotce, Makalu a Šiša Pangmu
17.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
18.	Hlavní bezpečnostní zásady jednodélkového skalního lezení, příprava na lezeckou sezónu.
19.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů.
20.	Ochrana přírody a zásady pohybu ve skalních terénech
21.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů
22.	Povely a komunikace při skalním lezení, stupnice obtížnosti
23.	Lezecký trénink pod dohledem instruktorů, příprava na skalní lezení
24.	Výuka jištění ze země a ze stanoviště, sebezajištění, nácvik slaňování, vše na cvičných pískovcových skalách
25.	Zakládání jistících bodů na skalách, teorie a praktický nácvik
26.	Organizace lanového družstva, ukázky a nácvik stěnového lezení, spárového lezení a komínového lezení
27.	Praktické skalní lezení pod dohledem instruktorů.

28.	Nácvik zachycení pádu spolulezce, slaňování, prusíkování ⁵¹ , jumarování ⁵² .
29.	Praktické skalní lezení pod dohledem instruktorů.
30.	Jarní víkendové soustředění – Domoradice, (nácvik zachycení pádu spolulezce ze země, posléze ze štanu ⁵³ , klasické horolezecké techniky, záchrana a sebezáchrana, zdravotvěda, pravidla sportovního lezení na pískovci, praktické lezení)
31.	Návštěva lanového centra (vysoké a nízké lanové překážky)
32.	Praktické skalní lezení pod dohledem instruktorů.
33.	Sokolčí – Zhodnocení a zakončení kroužku, praktické lezení (celý den)

V první části modelu je celý horolezecký kroužek organizačně uveden včetně vysvětlení a uvedení všech nutných pojmů, údajů a cílů. Opomenuty nejsou ani používané metody. V rozpisu jednotlivých bloků si lze dále všimnout, že je v něm zahrnuta většina cílů a kritérií, ke kterým se hlásí v současnosti budovaná dlouhodobá koncepce práce s dětmi a mládeží (viz. výše). Vedle standardních edukačních aktivit nejsou v tomto rozpisu opomenuty také doplňkové činnosti, které samotnou výuku a výchovu lezení zpestřují a dělají zajímavou. Těmito doplňkovými činnostmi jsou například beseda se zkušenými horolezci či návštěva lanového centra.

Další, velmi důležitou a v praxi hojně využívanou částí samotné výuky bývá vícedenní akce formou připomínající soustředění. Takovéto akce nejen že bývají oblíbené, ale jsou i z hlediska samotné výuky velmi přínosné. To protože dávají mnohem větší prostor pro intenzivní opakování a prohloubení již naučeného anebo se naopak na takovémto soustředění mohou teprve realizovat různé složitější výukové postupy a techniky. To vše samozřejmě záleží na prostředí, kde takováto vícedenní akce probíhá. Pro samotný kolektiv a následnou výuku je přínosný také stmelovací efekt, který s sebou takovéto akce nesou.

⁵¹**prusíkování** – specifická metoda výstupu po laně za pomoci tenkých lanových šňůr s navázanými uzly, tzv. prusíky.

⁵²**jumarování** – specifická metoda výstupu po laně za pomoci zvlášť k tomu určených technických pomůcek, tzv. jumarů.

⁵³**štanu** - slangový lezecký výraz pro jistící stanoviště, osazené fixním jištěním nebo zbudované prvolezcem.

Ideální je tedy minimálně jednu vícedenní akci do programu kroužku vložit. Pokud jich bude zorganizováno více (například zimní a letní), tak to bude pouze ku prospěchu věci. Vhodné je tento druh akce umístit do celkového programu na takovém místě, kdy už mají účastníci osvojené určité znalosti a dovednosti, které by právě na této akci mohli procvičovat. V praxi jsou také vícedenní akce využívány jako samotné zakončení a završení celého výukového programu, probíhajícího v časovém souladu se školním rokem.

Na závěr této části kapitoly je nutné upozornit na fakt, že výše uvedený model fungování lezeckého kroužku dětí a mládeže není teoretický, ale má reálný základ a všechny jeho části jsou v různé míře zastoupení uváděny do praxe. Je tedy možné tento model považovat za model reálný a praktický. V praktické části této práce je pak tento model porovnáván s aktuálně zjištěnými poznatky a poté konfrontován se závěry výzkumu.

4.3 Lezení ve školní výuce

Další oblastí, kde se mohou děti a mládež setkat zejména se základy lezení, je školní tělesná výchova (dále jen školní lezení). Školní lezení je v drtivé většině případů spjaté s využíváním umělých lezeckých stěn. To zejména proto, že samotná časová dotace tělesné výchovy jenom velmi obtížně dovoluje provozovat školní lezení na přírodních terénech. Značnou roli zde také hraje bezpečnostní hledisko, protože lezení na umělých stěnách při dodržení správných postupů je nesporně mnohem více bezpečnější nežli lezení skalní.

„V České republice je školní lezení výrazně méně rozvinuté než v zemích západní Evropy. Pomyslné prvenství v této oblasti drží Francie. V jejím případě se jedná zejména o široce rozpracované využití školního lezení na základním stupni škol, ale také v mateřských školách. Vedle Francie má nejlépe z hlediska didaktiky rozpracované zapojení školního lezení do tělesné výuky zejména Itálie, Německo a Rakousko. V těchto státech je lezení na mnohých školách běžnou, dá se říci že i tradiční součástí školní tělesné výchovy. Školní lezení ovšem není

jenom záležitostí nižších stupňů škol, ale je v široké míře také aplikováno ve školství středním a vysokém.⁵⁴

Na každém z obecně definovaných školských stupňů, tedy základním, středním a vysokém, má školní lezení jinou formu i obsah a plní jiné cíle.

Na základním stupni se zaměřením na mladší školní věk (6-11 let, vztahuje se částečně i na mateřský stupeň) je školní lezení definováno jako zábavná doplňková činnost v samotné, klasické tělesné výchově. Samotné lezení na umělé stěně jako takové tvoří pouze určitou část v celku, který si zde uvádíme jako školní lezení. Tento celek je dále tvořen především různými aktivitami pohybového nebo lezeckého charakteru. To jsou například překážkové či různé jiné "opičí" dráhy, hry na rozvoj důvěry, a poté samotné lezecké hry (viz. níže v části 5.5). U dětí staršího školního věku (11-15 let) z důvodu jejich vyšší fyzické a psychické vyspělosti samotné lezení absorbuje již větší část celku, jež je zároveň doplněn výše uvedenými hrami a aktivitami, ovšem již o něco náročnějšími. Pro celé školní lezení na základních školách by mělo platit, aby nebylo soutěživého charakteru, nýbrž aby bylo zábavné a pomáhalo nenásilně rozvíjet žáky formou překonávání jejich vlastních limitů.

Na středních školách má školní lezení opět podobu součinnosti samotného lezení a doplňkových aktivit nebo činností. Lezení již může být více zaměřeno na obtížnost, výkonnost a svou technickou stránku věci. Doplňkové aktivity jsou značně sofistikované a více se věnují příkladně zlepšování týmové spolupráce.

Školní lezení na vysokých školách je pak plně lezecky zaměřené. Jeho nejčastější formou je samostatný, většinou dobrovolně volitelný předmět. Ustupují zde doplňkové činnosti. Ty jsou nahrazeny edukační a metodickou složkou. V praxi to znamená, že v rámci prezenčního předmětu, který má mnohdy formu odborného kurzu (většinou na pokračování), jsou studenti vedeni k získání odborných lezeckých znalostí. Pozdější, navazující kurzy již studenty plně připravují pro to, aby mohli po jejich úspěšném absolvování sami lezení vyučovat, samozřejmě v rámci získané kvalifikace, která bývá doložena certifikátem.

⁵⁴Srov. NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. s.226, 227.

Jak už bylo uvedeno dříve, aby škola mohla do své tělesné výchovy zařadit školní lezení, musí mít možnost využívat umělou lezeckou stěnu. A to buďto svoji vlastní nebo za poplatek jinou stěnu v blízkosti školy. Výhoda vlastní školní stěny tkví v úspoře času a snadné dostupnosti. Školní umělá stěna se také může pro školu stát vítaným zdrojem financí. A to když škola stěnu zpřístupní veřejnosti, jiným školám nebo místnímu lezeckému oddílu, který třeba svou vlastní stěnu nemá. Dále může díky umělé stěně škola nabídnout vedle školního lezení v rámci výuky také volnočasový kroužek lezení. V konečném důsledku umělá stěna jako taková poslouží přinejmenším jako prostředek ke zviditelnění školy.

Aby umělá stěna na škole vůbec vznikla, je zapotřebí nemalých finančních prostředků jak na stavbu stěny samotné, tak na nákup lezeckého vybavení. Takovéto náklady se pohybují v závislosti na velikosti stěny, od desítek až po stovky tisíc korun. Školy takovými investičními prostředky běžně nedisponují, proto je vždy stavba umělé stěny financována z více zdrojů. Mimo samotnou školu to bývají různé sportovní granty, sponzorské dary, město či kraj.

S existencí umělé stěny na škole jsou také spjaté určité nevýhody a některé navýšené povinnosti. V první řadě se jedná o zvýšený pohyb osob v prostorách tělocvičny a jejím okolí (když je stěna přístupná veřejnosti), a s tím spojená nutnost vyšší bezpečnostní obezřetnosti, zejména zamykání šaten apod. Dále provoz umělé stěny částečně zatěžuje i administrativu školy, protože je nutné vést účetnictví vyplývající z případného vybírání vstupného či nájemného a nákladů vydaných na údržbu a provoz. Nutností je také existence funkce správce stěny, který zajišťuje její celkový chod.

Vedle těchto aspektů technického rázu, nutných pro provoz stěny, existují další povinnosti, které je nutné splnit, aby mohlo být vůbec lezení zařazeno do školní tělesné výchovy. První a zřejmě nejdůležitější je vypracování provozního řádu umělé stěny. Následuje nutnost podrobného seznámení všech zúčastněných s tímto řádem (vedení a pověření zaměstnanci školy, žáci, nájemci, veřejnost). Dalším nutným standardem je odborná kvalifikace těch pedagogů, kteří budou školní lezení vyučovat. Ve většině případů se jedná o pedagogy tělesné výchovy, zejména mladší ročníky, kteří se již během studií s výukou lezení setkali. To však

nestačí, protože podle závazných předpisů je pro výuku školního lezení nutná speciální kvalifikace, jenž není stále běžnou součástí pedagogických studií na vysokých školách. Z tohoto hlediska se jako nejvhodnější a všeobecně uznávaný jeví kurz sportovního lezení na umělé stěně. Absolvent tohoto kurzu je plně kvalifikován řídit výuku lezení na umělých stěnách. Samotný průběh hodiny tělesné výchovy, ve které je zařazeno lezení, se pak stává poměrně složitější na přípravu, náročnější na organizaci a klade větší důraz na bezpečnost a kázeň žáků.

Přese všechny výše uvedené nutné náležitosti, které je potřeba splnit, je školní lezení velmi vhodnou aktivitou, nabízející alternativu k samotné klasické školní tělesné výchově. Další přínosy samotné lezecké činnosti a doplňkových aktivit jsou spatřovány především v kladném vlivu na rozvoj mladého člověka jak po stránce fyzické a psychické, tak i po stránce sociální.

V českém školství, zejména na základním a středním stupni není školní lezení zdaleka tak rozšířené jako je tomu ve státech západní Evropy. Zatím neexistuje žádná celostátní ucelená koncepce, která by se školním lezením zabývala a snažila se o jeho zařazení do školní tělesné výchovy. To, zdali se bude lezení ve školách do budoucna objevovat ve větší míře, závisí zatím pouze na jednotlivých školách a na jejich ochotě lezení zařadit do svého edukačního kurikula.

4.4 Komerční výuka lezení a horolezectví

Mimo výuku horolezectví a lezení v rámci ČHS a v rámci školství je poslední větší oblastí této výuky (a potažmo výchovy) komerční, tedy privátní sektor. Jsou to především sportovně zaměřené cestovní kanceláře a různé agentury, firmy či školící střediska, která mají ve své nabídce různé lezecké kurzy, jako je například kurz lezení na skále nebo kurz lezení na umělé stěně. Tyto kurzy jsou zaměřeny hlavně na oblast lezení, ne na oblast horolezectví, kde je problematika výuky složitější a obsáhlejší. Také nutná akreditace školícího subjektu pro výuku horolezectví je značně vyšší, nežli u kurzů jednodélkového skalního lezení nebo lezení na umělé stěně.

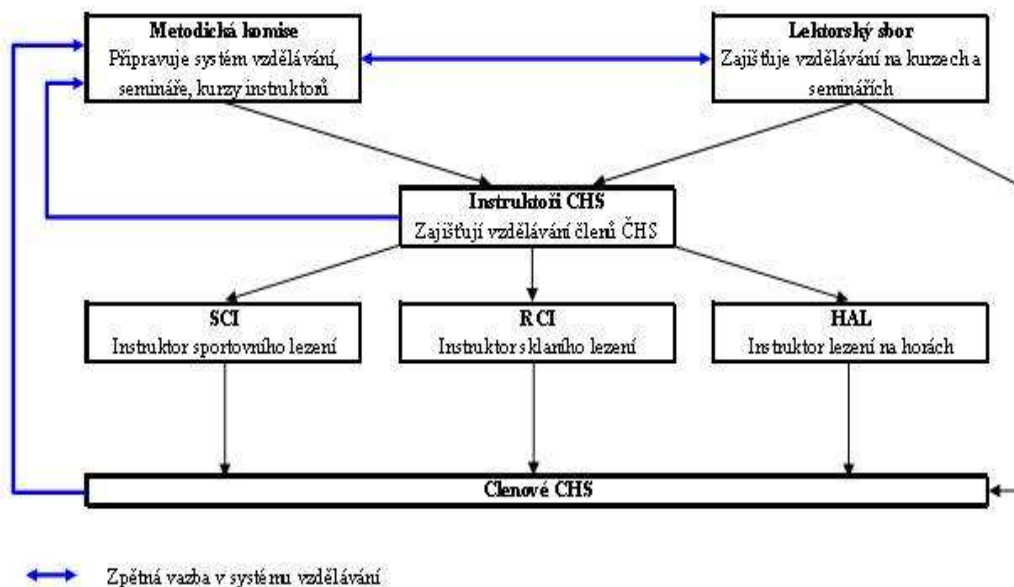
Všeobecně je tedy nabídka v komerční oblasti výuky lezení dosti obsáhlá. Nabízené produkty mají tedy formu jak kurzu, tak kurzu s akreditací nebo se svou povahou spíše blíží formě zájezdu. Všechny komerční výukové nabídky musí být vedeny vyškolenými instruktory s kvalifikací pro danou oblast zaměření. Kurzy samotné, zvláště ty, které jsou vyloženě vzdělávací a jsou zakončeny zkouškou, na jejímž základě je pak účastníkovi vystavena určitá licence, musí být akreditovány. Tuto odbornou akreditaci pro komerční sektor vystavuje ve většině případů Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. V menším procentu případů pak akreditaci vystavuje ČHS. Takto získané licence mají většinou omezenou platnost, po jejímž skončení je nutné absolvovat nějakou formu doškolení a získat prodloužení platnosti.

Pro kurzy skalního lezení (s i bez akreditace) pořádané komerčním sektorem v současné době platí, až na vzácné výjimky, zvláštní omezení. Toto omezení spočívá v zákazu provozování jakýchkoliv forem komerčního lezení ve státem chráněných krajinných oblastech a národních parcích. To pro příklad vylučuje až 95 % všech pískovcových skal z možnosti komerčního využití, což je samozřejmě z hlediska ochrany přírody v pořádku. Výjimky v tomto směru uděluje na základě podrobného zkoumání Ministerstvo životního prostředí se souhlasem příslušné oblastní správy ochrany přírody.

4.5 Pokračující výuka a vzdělávání v rámci ČHS

V rámci celého edukačního procesu ČHS existuje vedle systému základní oddílové výuky také nadstavbový systém vzdělávání. Tento samotný nadstavbový systém se skládá ze dvou částí a je metodicky připravován, organizován a poté realizován již přímo ústředním “tělem“ ČHS, tedy kompetenčně zejména metodickou, bezpečnostní a lékařskou komisí.

Níže uvedený obrázek názorně předvádí celkovou strukturu edukačního procesu a vykresluje vztahy, kterými jsou mezi sebou postiženy jeho jednotlivé složky a činitelé. Některé tyto specifické složky jsou vysvětleny níže.



55

„První část nadstavbového systému výuky a vzdělávání obsahuje soubor specificky zaměřených seminářů, které se vždy do hloubky věnují určitým tématům problematiky lezení či horolezectví.

Jde především o tyto témata:

- skialpinismus a laviny
- pokročilé skalní lezení
- skalní záchrana
- vícedělkové skalní lezení v horách
- první pomoc a záchrana v horách
- ledové lezení
- pohyb na ledovci

Těchto odborných seminářů se mohou zúčastnit pouze členové ČHS, jak sdružení v oddíle, tak individuální. Samotné semináře jsou vedeny opravdovými odborníky v dané oblasti, členy lektorského týmu ČHS. Po absolvování semináře jeho účastníci nezískávají kromě nově nabitých dovedností a znalostí žádnou odbornou, akreditovanou kvalifikaci.“⁵⁶

⁵⁵ ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Metodická komise a lektorský sbor.*

Dostupné na WWW: < <http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=77>>.

⁵⁶Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Semináře pro členy.*

Dostupné na WWW: < <http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=78>>.

Druhá část nadstavbového vzdělávání je oproti první části více náročnější, zdlouhavější a není jednorázového charakteru. Jejím cílem je školení nových instruktorů ČHS a jejich další vzdělávání. Celý tento proces se odehrává na třech úrovních vzdělání, které na sebe navazují (tj. splnění primární úrovně je nezbytné pro možnost splnění dalších, vyšších úrovní). Účastníkem může být opět pouze člen ČHS, avšak musí mít doporučení členského oddílu ČHS, který zájemce do kurzu vysílá.

„První, a tedy základní úroveň je Instruktor sportovního lezení (zkratka SCI). Kvalifikace tohoto kurzu umožňuje jeho absolventovi vyučovat pouze další členy ČHS na umělé stěně a na skalních sportovních terénech (tedy ne na tradičních terénech – pískovcové lezení) s pevným fixním jištěním. To vše pouze do délky jednoho lana (jednodélkové lezení). Kvalifikace je udělována na dobu 5 let. Před koncem této doby, nebo do jednoho roku po uplynutí této doby, je možné si tuto kvalifikaci obnovit na základě doškolení a přezkoušení. Zájemce o tento kurz musí doložit určité oficiální náležitosti (členství ČHS, věk 21 let, zdravotní stav), poté je vyzván k přijímací zkoušce, kde jsou ověřovány jeho nezbytné základní lezecké znalosti a dovednosti. Kurz probíhá v několika tematicky zaměřených blocích, které zaobírají veškerou nutnou teorií a praxí, zakončen je zkouškou“⁵⁷

„Druhou, navazující úroveň je Instruktor skalního lezení (zkratka RCI). Kvalifikace RCI v sobě obsahuje celou kvalifikace SCI a dále je její působnost rozšířena na možnost výuky členů ČHS na tradičních terénech, včetně pískovcového lezení, a na vícedélkové skalní letní lezení v horách neledovcového charakteru. Délka trvání kvalifikace je shodná s SCI, uchazeč opět dokládá určité náležitosti a skládá jak na začátku přijímací, tak na konci výstupní zkoušku. Kurz RCI je celkově náročnější než kurz SCI, přičemž znalosti nabyté na kurzu SCI jsou zde považovány za základní a dále prohlubovány a rozšiřovány.“⁵⁸

„Poslední, nejvyšší úroveň vzdělání, kterou je možno dosáhnout v rámci ČHS, je absolvování kurzu Instruktor horolezectví (zkratka HAL). Kvalifikace tohoto

⁵⁷Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů sportovního lezení SCI*. Dostupné na WWW:< <http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004942.pdf>>.

⁵⁸Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů skalního lezení RCI*. Dostupné na WWW:< <http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004943.pdf>>.

kurzu v sobě obsahuje kompletní kvalifikaci SCI a RCI a navíc dovoluje provozovat výuku členů ČHS v zimních horách a v ledovcových oblastech. Tento kurz již klade značné nároky na jeho účastníky ve všech možných směrech. Proto je tento kurz možné absolvovat nejdříve ve věku 23 let. Kurz opět probíhá blokově, částečně i v zahraničí (vysoké hory). Platnost kvalifikace je jako u předešlých kurzů 5 let, opět s možností prodloužení.⁵⁹

Celkově je tedy systém edukace v rámci ČHS značně rozsáhlý, zaobírá se všemi důležitými oblastmi horolezectví a poskytuje vzdělání a výuku ve všech možných úrovních. Je samozřejmě pravdou, že v určitých oblastech je ještě co dohánět, někde například chybějí ucelenější, celorepublikové koncepce rozvoje. Jako celek je ovšem edukační systém ČHS efektivní a je zde tedy dobrý výhled do budoucnosti českého horolezeckého sportu.

Pro zajímavost na závěr - vzdělání v rámci ČHS je sice kvalitní, ale i tak nepředstavuje naprostou špičku v horolezeckém vzdělání a kvalifikaci, které je možné v České republice dosáhnout. Nejvyšší možnou kvalifikaci, uznávanou celosvětově, nabízí pouze Česká asociace horských vůdců ČAHV, která je členem IFMGA⁶⁰. Touto kvalifikací je vzdělání Horského vůdce. Držitelé této kvalifikace jsou všeobecně profesionálně vzděláni v celkové oblasti horolezectví a mohou činnost horského vůdce vykonávat jako živnost. Dosažení této kvalifikace je extrémně náročné ze všech možných hledisek. Jenom samotná výuka na horského vůdce trvá dva a půl roku, přibližná cena se pohybuje kolem 300.000,- Kč. V současnosti je držitelem kvalifikace horského vůdce 13 Čechů.

⁵⁹Srov. ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů horolezectví HAL*. Dostupné na WWW:< <http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004944.pdf>>.

⁶⁰ IFMGA (International federation of mountain guides asociacion) - Mezinárodní federace asociací horských vůdců

„Není pravda že žiji abych lezl. Naopak, lezu abych žil.“

Reinhold Messner

5 Výuka – metodika

5.1 Úvod do metodiky

Předchozí kapitola je věnována výuce lezení a horolezectví z hlediska její organizace, systému, odstupňování a oblastí působnosti. Popisuje tedy výuku jak skutečně funguje, nastiňuje určité aktuální problémy a vyvstávají z ní jisté otázky pro výzkumnou část. Co avšak nepopisuje, je obsah samotné výuky a tedy hlavně její metodiku.

Horolezecká metodika je velmi obsáhlá problematika, dělí se na specifické oblasti podle disciplín, druhů a kategorií lezení a horolezectví. Úkolem této kapitoly není dopodrobna popisovat jednotlivé metodiky, ale pouze metodiku jako celek nastínit. Tento obecnější pohled na metodiku je nutný pro informační doplnění předchozí kapitoly.

„Samotná metodika, jak horolezecká, tak i jakákoliv jiná, je vlastně určité popsání, zachycení, zformalizování a nakonec doporučení určitého, osvědčeného postupu. V našem případě postupu výukového.“

Jak je uvedeno výše, metodika horolezectví a lezení je velmi obsáhlá. Čím je zájem jednotlivce o lezení a horolezectví širší, tím širší je i oblast metodiky. Vždyť lezec, který chce být nejenom dobrým a zodpovědným lezcem, ale třeba také horolezcem, musí mimo základní lezeckou metodiku dále zpracovat informace z mnoha oblastí. Těmito oblastmi jsou zejména geologie, geografie, meteorologie, fyziologie, biomechanika, ale také částečně i chemie či metalurgie, které se týkají lezecké výzbroje a výstroje.⁶¹

V následujících částech této kapitoly je stručně popsána historie horolezecké metodiky, její rozdělení, tvorba, současné hlavní metodické materiály a nakonec je jako příklad výukové metodiky popsána tematika lezeckých her.

⁶¹Srov: FRANK, T.; KUBLÁK, T. et al. *Horolezecká abeceda*. s. 15.

5.2 Historie metodiky

Zachycování a vydávání metodiky horolezectví a lezení jde ruku v ruce s jejich historií. Nejčastější forma zaznamenané metodiky byly a jsou různé spisy, učebnice či odborná pojednání.

„První metodická díla, pojednávající o alpinismu, se objevila již v 18. století. Avšak až s nárůstem obliby horolezectví (druhá polovina 19. století) se začínají objevovat skutečné, více odborné metodické učebnice. V tuzemsku ze zprvu jednalo o překlady z německých učebnic, ovšem posléze začala vznikat i první česká a slovenská díla. Zprvu se jednalo výhradně o metodiku alpinistickou, tedy horolezeckou. Lezení samotné tehdy nebylo ještě chápáno jako samostatná disciplína, pouze jako nácvik pro horské výstupy. Proto se metodika zaměřená pouze na skalní lezení objevuje až o něco déle.

Od počátku vydávání metodiky, až do dnešních dnů, bylo vydáno velké množství různých příruček a učebnic. Vedle těchto vyloženě metodicky zaměřených děl také vycházely knihy horolezecky populární či cestopisné. Takovéto knihy měly vždy na domácí scéně velký ohlas, všeobecně se do značné míry zasloužily o popularitu horolezectví a přilákaly k němu mnoho mladých zájemců. Na mezinárodní scéně jsou velmi populární knihy Reinholda Messnera, v tuzemsku pak knihy od Josefa Rakoncaje.⁶²

Také v současnosti jsou stále vydávány jak horolezecké populární knihy, tak metodické učebnice. V nedávné době vyšla jedna z nejobsáhlejších českých metodických učebnic vůbec. Jmenuje se *Horolezecká abeceda* a je to velice pečlivě propracovaný souhrn nejen lezecké a horolezecké metodiky, ale věnuje se také například problematice speleoalpinismu⁶³ nebo canyoningu⁶⁴. To jsou aktivity, které jsou s horolezectvím do značné míry spjaty.

⁶²Srov: FRANK, T.; KUBLÁK, T. et al. *Horolezecká abeceda*. s. 592.

⁶³**speleoalpinismus** – jedná se o obor činností, při kterém je nutné pohyb ve speleologickém prostředí realizovat za pomoci určitých lezeckých technik. Jsou to především výstupy a sestupy po laně a překonávání různých přírodních překážek.

⁶⁴**canyoning** – z anglického slova *canyon* – kaňon. Sport kombinující v sobě prvky horolezectví, speologie a kanoistiky. Náplní této aktivity je prostupování dolů nejrůznějšími kaňony, údolními průrvami a soutěskami, mnohdy přímo v aktivním vodním toku.

5.3 Obsahové rozdělení metodiky

Určitý nástin metodiky je uveden již v části 4.2.3, kde je v tabulce vyobrazen rozpis jednotlivých vyučovacích bloků lezeckého kurzu v průběhu školního roku. Při nahlédnutí do tohoto rozpisu je vidět, že jsou v něm obsaženy všechny hlavní důležité základní metodiky, ale také metodiky rozšiřující, jako je horolezectví. Jak napovídá název této části, metodika se dělí podle témat a obsahu, kterému se věnuje.

„V dělení lezecké a horolezecké metodiky mohou existovat rozdíly, ovšem všeobecně převažuje stejná struktura dělení. Obecně se tedy metodika, od základní po pokročilou, dělí následovně:

- Lana a uzlování: nejzákladnější metodika. Lano je základním prvkem všeho lezení, doslova na něm závisí lidské životy. Uzly jsou prostředníkem mezi lezcem a lanem. Výborná znalost ovládání lana a uzlů je pro každého lezce nezbytná.
- Výzbroj a výstroj: pouze kvalitní a funkční výzbroj a výstroj dává šanci že se výstup podaří a bude následovat šťastný návrat domů. V dnešní době je na výběr velké množství moderní výzbroje a opravdu široká nabídka velmi kvalitního oblečení. Základní orientace v této problematice je nutná. Každá disciplína či druh horolezectví si žádá částečně nebo úplně jinou výzbroj a výstroj. Největší požadavky jsou při zimních, horských lezeckých aktivitách.
- Horolezectví a skalní lezení: velká část metodiky, dělicí se dále na mnoho menších tematických oblastí. Samotné metodiky lezení a horolezectví ze sebe navzájem vycházejí, doplňují se a neustále na sebe působí. Základní znalost jedné si nelze osvojit bez základní znalosti druhé. Základní témata této metodiky jsou volné lezení, způsoby jištění, osazování jištění, slaňování, záchrana, sebezáchrana, komunikace při lezení, speciální výstupové metody.

- Zimní horolezectví: zde se jedná o speciální metodiky, která rozšiřuje metodiku horolezectví a skalního lezení o zimní prvky. Jedná se především o pohyb a lezení na sněhu a ledu. Tato problematika se týká zejména horského prostředí.
- Vysokohorská turistika: Nejedná se o horolezectví v pravém slova smyslu. Jde pěší horské výstupy a přechody, realizované v těžším až těžkém terénu, kde je základní znalost některých horolezeckých postupů mnohdy nutná ke zdárnému výstupu i bezpečnému sestupu. Zejména jde o jištěné překonávání nebezpečných úseků a bezpečný sestup pomocí lana.

Výše uvedená témata jsou hlavními oblastmi horolezecké metodiky. Ty jsou dále doplňovány metodickými základy z meteorologie, lavinové problematiky, pohybu na ledovcovém terénu, první pomoci, zdravotní a orientace v terénu.⁶⁵

5.4 Tvorba metodiky

I když by se mohlo zdát, že díky své opravdu značné šíři je již horolezecká metodika jako celek kompletně zpracována, není tomu tak. S neustálým vývojem lezení a horolezectví ve světě se neustále vyvíjí i metodika, která na tento vývoj musí reagovat. Stále jsou získávány nové a nové poznatky například z oblasti horské medicíny, bezpečnosti nebo vývoje nové výzbroje. Tyto nové poznatky pocházejí většinou přímo z praxe. Jedná se buď o zlepšení či rozšíření stávajícího metodického postupu či řešení nebo je to řešení zcela nové. Takovéto nové poznatky, aby mohly být schváleny jako vhodné a doporučené, jsou zkoumány příslušnými orgány k tomu ustanovenými. V případě ČHS (potažmo České republiky) to jsou především v části 4.2.1 uvedené odborné komise.

Náplní těchto činností m.j. není pouze schvalování nových poznatků, ale třeba díky spolupráci s lektorským sborem a instruktory ČHS i samostatná výzkumná činnost v oblasti metodiky. Schválené metodické poznatky, jako jsou i nové učebnice, doporučuje potom ČHS jako oficiální výukové materiály.

⁶⁵Srov: HILL, P.; JOHNSTON, S. *Manuál horolezce a horského vůdce*. s. 11-13.

5.5 Metodika využití hry jako součásti lezecké výuky

Pro názorný příklad využití metodiky je zde uvedeno využití hry v lezecké výuce. Hra byla zvolena z toho důvodu, že je využívána všeobecně napříč různými edukačními procesy a na různých úrovních vzdělání. Pro příklad je to určitě lepší, nežli nějaký detailní popis složité horolezecké metodiky.

Hra jako pedagogický pojem má a nebo by určitě měla mít své nezanedbatelné místo v každé výuce. Nejinak je tomu i u výuky lezení a horolezectví. Její hlavní přínos do výuky je odpočinek aktivní formou, zábavné procvičování naučeného, všeobecné zpestření a celkové navození pohody. V organizaci jednotlivé lezecké hodiny např. kurzu dětí nebo mládeže má hra svoji důležitou roli. Taková hodina by nikdy neměla probíhat jednotvárně, rozdělením úkolů účastníkům, po kterých bude následovat jenom nácvik a prosté lezení. Do takového hodiny, aby účastníky bavila a oni o lezení neztráceli zájem, musí být začleněny výše uvedené prvky. Proto je využití hry ve výukových lezeckých hodinách velmi vítané.

„Nejde ovšem o klasické sportovní hry, zde je hrou myšlena hra lezecká, nebo lezecké cvičení, které má charakter hry. Rozdíl mezi lezeckou hrou a cvičením bývá mnohdy nejasný.

Vedle již zmíněných kladných prvků, které hra do výuky přináší, je přínos lezeckých her zejména v tom, že účastníci si zábavnou formou vyzkoušejí, naučí či natrénují pohyby a situace, které se mohou vyskytnout při samotném lezení. Lezecké hry a cvičení slouží také jako lezecká rozcvička před samotným lezením, ovšem až po základním svalovém rozcvičení a zahřátí. Lezecká cvičení samotná pak mohou sloužit i jako vyloženě tréninková aktivita.“⁶⁶

Bezpečnost při provozování lezeckých her a cvičení je samozřejmostí, stejně tak jako jakýchkoliv jiných lezeckých aktivit. Při hrách a cvičeních ve větších výškách se používá standardní lezecké jištění pomocí lan a sedacích úvazků, v nižších výškách si pak vystačíme se žíněnkami nebo dopadovými matracemi.

⁶⁶Srov. BALÁŠ, J.; STREJCOVÁ, B.; VOMÁČKO, L. *Lezeme a šplháme: 68 her a cvičení na stěně a na náradí*. s. 39.

„Rozdělení lezeckých her a cvičení je tedy následující :

Podle typu použitého nářadí.

- hry a cvičení na lezecké stěně (vysoké a nízké)
- hry a cvičení na žebřinách
- cvičení na žebříku, laně a tyči

Podle obtížnosti. Zde je kladen důraz na vhodnost her a cvičení podle úrovně lezeckých schopností účastníků.

- málo obtížné (pro účastníky začínající, s žádnými či minimálními lezeckými zkušenostmi)
- středně obtížné (pro mírně až středně pokročilé účastníky, mající základní lezecké zkušenosti a ovládající úchopy a zaujímání odpočinkových pozic)
- vysoce obtížné (pro značně pokročilé lezce, mající značné lezecké zkušenosti, dostatečnou úroveň fyzické síly a vytrvalosti)⁶⁷

„Příklad lezecké hry na lezecké stěně:

Boj o životy

Zaměření: spolupráce, taktika, síla. **Obtížnost:** střední. **Počet účastníků:** 6-16.

Doba trvání: 10-20 minut. **Pomůcky:** šátky (provázky) podle účastníků.

Družstvo (2-4) o max. počtu 4 lezců. Soupeří dvě družstva proti sobě. Šátky, do poloviny zastrčené za zadní část kalhot lezců představují životy. Stěna je rozdělena půlící svislou čarou (lanem). Každé družstvo zaujme před startem postavení ve své polovině. Po zahájení se lezci pohybují po celém prostoru stěny, snaží se ukradnout životy soupeřů. Při ztrátě života lezec opouští stěnu, totéž při jakémkoliv dotyku země. Vítězí družstvo, které vyřadí všechny soupeře. Je zakázáno shazovat soupeře ze stěny. Clonit šátky je dovoleno.⁶⁸

⁶⁷Srov. BALÁŠ, J.; STREJCOVÁ, B.; VOMÁČKO, L. *Lezeme a šplháme: 68 her a cvičení na stěně a na nářadí*. s. 44-45.

⁶⁸Srov. tamtéž. s.79.

"Mnoho je divů na zemi, leč nad všechny divy světa je síla člověka."

Hermann Buhl

6 Výzkumná část

6.1 Cíle, úkoly a stanovení hypotéz

První část diplomové práce se teoreticky věnuje horolezectví a lezení z hlediska problematiky výchovy, výuky a z nich vycházejícího současného stavu. Tato empirická část diplomové práce vychází z části teoretické a je věnována stejným tématům. Zaměřuje se na praktické získání údajů o aktuálním stavu výchovy a výuky v horolezectví, jejich zpracování a vyhodnocení.

Cíle praktické části jsou tyto:

- zjistit současný zájem o lezení především u mládeže a dospívajících, ale také u dětí a dospělých, poměr pohlaví
- zjistit, zda není opomíjena výchova v lezení (pravidla, etika, ochrana přírody)
- zjistit formu a záběr výuky (tradiční a sportovní lezení, horolezectví, metodika, bezpečnost, závodní činnost, lezecké hry).
- zjistit, jaké doplňkové činnosti jsou při výuce využívány (lezecké soustředění, tábory, prožitkové akce, lanové aktivity)

Z těchto stanovených cílů vyplývají následující úkoly:

- vyhledání literárních pramenů a jejich obsahová analýza
- na základě analýzy stanovit cíle, úkoly a hypotézy (výzkumné otázky)
- sestavit dotazník
- distribuovat dotazník a shromáždit data
- analyzovat data výzkumu
- zpracovat a vyhodnotit získané výsledky
- komentář výsledků a doporučení k praxi

Na základě obsahové analýzy byly stanoveny tyto hypotézy:

- A. Předpokládáme že výchova a výuka lezení v oddílech probíhá organizovanou a pravidelnou formou (kroužek).
- B. Předpokládáme že oddíly většinou vedle kurzů mládeže organizují také kurzy lezení *děti a dospělých*⁶⁹.
- C. Předpokládáme, že lezecké kurzy dětí probíhají ve větší míře odděleně od kurzů mládeže.
- D. Předpokládáme, že v nynější éře popularity lezení je současný celkový zájem trvalý či roste, a zároveň, že celkový zájem u chlapců/mužů je vyšší nežli u dívek/žen.
- E. Předpokládáme, že výchova (osvěta pravidel, etika) je v menší míře zastoupena při procesu osvojení si základní lezecké problematiky oproti samotné výuce (metodika, praxe).
- F. Předpokládáme, že v dnešní době lezení více směřuje ke své sportovní dimenzi a pozice tradičního lezení oslabuje.
- G. Předpokládáme, že lezení na umělých stěnách již není chápáno pouze jako nácvik na skalní lezení, ale je chápáno jako plnohodnotná, samostatná disciplína lezení.
- H. Předpokládáme, že doplňkové činnosti (soustředění, tábory, lanové aktivity, besedy, aj.) jsou využívány většinou horolezeckých oddílů pracujících s dětmi a mládeží.

6.2 Metodika

Jako metody při zpracovávání výzkumné části diplomové práce jsem zvolil tyto:

- obsahová analýza literatury
- dotazník vlastní tvorby
- zpracování údajů z dotazníku, jejich vyhodnocení a porovnání hypotéz

⁶⁹Specifikace pojmů: děti (do 14 let), mládež (15 – 18 let), dospělí (18 a více)

Jako prostředek pro získání dat jsem zvolil dotazník. Je to velmi rozšířená, ověřená a snadno dostupná forma získání většího množství výzkumných dat, a to vše v relativně krátkém čase. „V odborné literatuře je výzkumná forma dotazníku charakterizována jako způsob písemného předkládání otázek a následného získávání písemných odpovědí.“⁷⁰

Dotazník samotný se skládá ze 3 částí. Jsou to tyto:

1. Úvodní část vstupní – obsahuje hlavičku dotazníku (název, autor), důvod zadání dotazníku, instrukce pro vyplnění a motivaci pro vyplnění.
2. Část vlastních otázek – identifikační údaje o respondentovi, vlastní otázky (uzavřené, polootevřené a otevřené), které na sebe tématicky a logicky navazují.
3. Závěrečná část – poděkování za vyplnění dotazníku

Po rozeslání dotazníku a následném obdržení zpět jsou získaná data tříděna, zpracována, hodnocena a jsou stanoveny výsledky. Poté jsou tyto výsledky porovnávány s výzkumnými hypotézami a na tomto základě je stanoven závěr výzkumu.

6.3 Organizace výzkumu

Dotazník je koncipován na základě odborné lezecké literatury a dalších blízkých zdrojů (pravidla lezení, atd.) Dále byl dotazník formován autorovou osobní znalostí problematiky a praxí (lezeckou a lezecky edukační).

Po svém dokončení byl dotazník z důvodu ověření vhodnosti a odstranění nedostatků předložen ke zhodnocení kvalifikovanému instruktorovi horolezectví ČHS. Bylo tak učiněno také z důvodu verifikace dotazníku.

Všem respondentům byl předložen stejný dotazník se všemi potřebnými instrukcemi a pokyny k vyplnění – příloha 1 a 2.

⁷⁰ Srov. GAVORA, P. *Výzkumné metody v pedagogice*, s. 53

Dotazník byl zaslán 74 horolezeckým oddílům ČHS (z celkového počtu 397), u kterých je na „www stránkách ČHS“⁷¹ uvedeno že pracují s mládeží. Kompletní dotazník s instrukcemi a žádostí o vyplnění byl zaslán elektronickou poštou na adresy uvedené v profilech jednotlivých oddílů.

Vzhledem ke značnému počtu oddílů z mnoha lokalit je možné výzkum ve sféře platnosti považovat za celorepublikový, ovšem pouze v oblasti kompetence a působení ČHS. Výzkum nebyl zaslán komerčním ani privátním subjektům zabývajícím se jakýmkoliv způsobem lezením a horolezectvím.

6.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Z celkového počtu 74 elektronickou poštou rozeslaných dotazníků se navrátilo:

- 27 vyplněných úplně či dostatečně
- 3 vyplněné neúplně či nedostatečně
- 23 nevyplněných z důvodu nefungující nebo již neexistující emailové adresy

Zbylých 21 odeslaných dotazníků se nevrátilo vůbec, bez zjevných objektivních důvodů. Jako jeden z důvodů, proč se tyto dotazníky nenavrátily se nabízí neochota respondentů dotazník vyplňovat či jejich nezáměr se výzkumu zúčastnit.

Pro následné vyhodnocení výzkumu a diskuzi budou brány jako relevantní čistý výzkumný vzorek pouze dotazníky vyplněné úplně či dostatečně, tedy **v počtu 27**. Na prosbu, která se vztahovala na doplnění nedostatečně vyplněných dotazníků nebylo ani v jednom případě reagováno.

Následující tabulka zobrazuje hrubý výzkumný vzorek (74 odeslaných dotazníků), jeho početní rozdělení a procentuální zastoupení jednotlivých stupňů vyplněnosti (tab. 1).

⁷¹ <http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=14>

Tabulka 1: Počet odeslaných dotazníků, jejich početní rozdělení a procentuální zastoupení podle stupňů vyplněnosti.

Dotazník	Počty	Zastoupení v %
Dostatečně vyplněný	27	36,5
Nedostatečně vyplněný	3	4
Nevyplněný navracený	23	31,1
Nenavracený	21	28,4
Celkem	74	100

6.5 Vyhodnocení výsledků a diskuze

Cílem dotazníku bylo získat údaje, které jsou po svém vyhodnocení porovnávány se stanovenými hypotézami, na základě čehož budou splněny výše uvedené cíle této praktické části diplomové práce.

Otázka č. 1:

*Vaše práce s mládeží probíhá formou: pravidelně organizovanou (kurz, kroužek)
nepravidelnou, občasnou*

Jak je patrné z formulace otázky, jejím cílem bylo zjistit, jakou formou probíhá v oddílech práce s mládeží. Jak je patrné z výsledkové tabulky (tab. 2), tak naprostá většina oddílů pracuje s mládeží pravidelně a systematicky, tedy formou kroužku, což bylo očekáváno.

Tabulka 2: Počty preferovaných forem práce s mládeží.

Forma práce s mládeží	Oddíly	Zastoupení v %
Pravidelně organizovaná (kroužek)	26	96,3
Nepravidelná, občasná	1	3,7
Celkem	27	100

Hypotéza A: Předpokládáme že výchova a výuka lezení v oddílech probíhá organizovanou a pravidelnou formou (kroužek).

Vzhledem ke zjištěným výsledkům, kdy 26 z 27 oddílů (96,3 %) provozuje práci s mládeží formou pravidelně organizovanou, se hypotéza A **potvrdila**.

Otázka č. 6: *Mezi novými zájemci o lezení převládají: chlapci/muži*
(děti, mládež, dospělí jednotlivě) dívky/ženy

V horolezectví vždy dominovali muži, byl to jejich sport. V určitých dobách byla tato dominance téměř absolutní. Muži dosáhli všech velkých horolezeckých výzev světa. Tato nerovnost byla zapříčiněna dřívějším nerovným postavením ženy ve společnosti a určitou roli zde hrají také fyzické rozdíly mezi pohlavími. V současnosti je dominance mužů potřena. Lezení i horolezectví je dnes již do značné míry feminizované a ženy-lezkyně již dosáhly mnoha významných lezeckých cílů. Avšak přes poměrně značnou feminizaci je lezení a ještě více horolezectví zůstává dodnes převážně mužským sportem. Úkolem otázky č. 6 bylo zjistit, jestli nově o lezení projevují zájem více chlapci nebo dívky, skrz uvedené věkové kategorie (tab.6). Ze získaných údajů tedy vyplývá, že celkově je zájem o lezení u chlapců/mužů více než jednou takový jako u dívek/žen.

Tabulka 6: Nový zájemci o lezení dle pohlaví a věkových kategorií.

Pohlaví / Kategorie	Děti	Mládež	Dospělí	Součet	Zastoupení v %
Chlapci/muži	19	16	21	56	69,1
Dívky/ženy	8	11	6	25	30,9
Celkem	27	27	27	81	100

Otázka č. 5 a otázka č. 6 se obě vztahují k hypotéze D.

Hypotéza D: Předpokládáme, že v nynější éře popularity lezení je současný celkový zájem trvalý či roste a zároveň že celkový zájem u chlapců/mužů je vyšší nežli u dívek/žen.

Jak je patrné z vyhodnocení otázky č. 5, zájem o lezecké kurzy je hlavně trvalý nebo roste. Vyhodnocení otázky č. 6 jasně ukazuje, že zájem o lezecké sporty je z větší míry na straně chlapců/mužů. Na základě vyhodnocení těchto dvou otázek je možné říci, že hypotéza D se **potvrdila**.

- Otázka č.7: *V průběhu samotného kurzu (mládež, dospělí) se věnujete více:*
- lezecké výchově (osvěta pravidel, lezecká etika, ochrana přírody)
 - lezecké výuce (metodika, teorie, nácvik, praxe)
 - zastoupení je rovnoměrné

Tato otázka zkoumá, jaká edukační oblast je v lezeckých kurzech více upřednostňována. Zároveň naráží na aktuální problém, který se týká zejména mladších lezeckých generací. Tím problémem je to, že právě mladí a mladší lezci dávají přednost přímé lezecké výuce před lezeckou výchovou. Jsou opomíjeni hlavní etické zásady lezení a horolezectví, ale i základní historie. Znalost pravidel bývá nedostatečná, stejně jako i osvěta ohledně ochrany přírody. Před toto všechno je stavěna snaha o dosažení co nejvyššího výkonu, poměřovaného stupnicí obtížnosti, ale už ne poměřovaného etikou a způsobem čistoty stylu. Ze získaných údajů (tab.7) je jasné, že samotná výchova není nikde přímo upřednostňována, což bylo očekáváno. Je dobré, že samotná výuka není ve většině případů dominantní. Ideální spojení, ke kterému směřuje většina odpovědí, je rovné zastoupení výchovy a výuky.

Tabulka č. 7: Zastoupení lezecký výchovy a výuky v lezeckých kurzech.

Edukační oblast	Počet kurzů	Zastoupení v %
Lezecká výchova	-	0
Lezecká výuka	8	29,6
Rovnoměrné zastoupení	19	70,4
Celkem	27	100

Hypotéza E: Předpokládáme, že výchova (osvěta pravidel, etika) je v menší míře zastoupena při procesu osvojení si základní lezecké problematiky oproti samotné výuce (metodika, praxe).

Většina respondentů praktikuje rovnoměrné zastoupení výchovy a výuky. Ovšem i přes to, je výuka určitým počtem respondentů (29,6 %) upřednostňována před výchovou, která není upřednostňována nikde. V tomto případě se tedy hypotéza E **potvrdila**.

respondenti dotazníku odpověděli, že lezeckou stěnu pro oddílovou činnost využívají. To nadále potvrzuje trvání tzv. “fenoménu“ lezeckých stěn. Zároveň je zřejmé že ve využívání lezeckých stěn se blížíme k úrovni zemí západní Evropy.

Tabulka č. 9: *Počty oddílů využívajících umělé stěny.*

Využívání lezecké stěny	Oddíly	Zastoupení v %
Ano	27	100
Ne	0	0
Celkem	27	100

Otázka č. 10: *Je podle Vašeho názoru lezení na umělých stěnách:*

- *plnohodnotnou lezeckou disciplínou*
- *disciplínou vhodnou pouze k závodění, nácviku skalního lezení nebo zimnímu tréninku*

Aktuální otázka dále zkoumá problematiku lezení na umělých stěnách. S nárůstem obliby umělých stěn a přesunutím veškerých významných lezeckých závodů právě na umělé stěny se z vlastního lezení vyčlenila další disciplína. Tou je, jak znění otázky napovídá, lezení na umělých stěnách. Úkolem této otázky je tudíž zjistit, zda je na oddílové scéně lezení na umělých stěnách chápáno jako plnohodnotná lezecká disciplína nebo pouze jako disciplína vhodná k tréninku, nácviku a závodění. Získané údaje opět (tab. 10) vydávají celkem jasné stanovisko, a to, že tato disciplína je pro většinu oddílů vhodná pouze jenom jako závodní, tréninková a nácviková.

Tabulka č. 10: *Přehled názorů oddílů na disciplínu lezení na umělé stěně.*

Názor	Oddíly	Zastoupení v %
Plnohodnotná disciplína	2	7,4
Disciplína tréninková, nácviková a závodní	25	92,6
Celkem	27	100

Hypotéza G: Předpokládáme, že lezení na umělých stěnách již není chápáno pouze jako nácvik na skalní lezení, ale je chápáno jako plnohodnotná, samostatná disciplína lezení.

Na základě získaných výsledků, kdy 92,6 % respondentů nepovažuje lezení na umělých stěnách za plnohodnotnou disciplínu, se hypotéza G **nepotvrdila**.

Otázka č. 11: *Co podle Vašeho názoru, upřednostňují zejména mladší lezci?*

- lezení na umělé stěně

- lezení na skály

Nynější otázka dále rozšiřuje náhled na problematiku umělých stěn. Lezecké stěny se začaly v ČR v menší míře objevovat po roce 1990, ve velkém pak zhruba od konce tisíciletí. To může být důvodem, proč například mezi staršími lezci nejsou tolik oblíbené a jsou jimi chápány maximálně jako pouhé sportovní náčiní. Jiná situace panuje u mladších lezců, kteří již na umělých stěnách “vyrůstali“. Proto je i jejich náhled na umělé stěny jiný. Mnohdy srovnávají tradici skalního lezení s lezením na umělých stěnách a staví je na stejnou úroveň. Získané výsledky (tab. 11) tento náhled mladých lezců většinou potvrzují.

Avšak tímto se nám dostávají do rozporu výsledky otázky č. 10 a otázky č. 11. Oddíly samotné považují lezení na umělé stěně za neplnohodnotnou disciplínu, naopak mladší lezci upřednostňují v lezení právě umělé stěny. Jako jediné možné vysvětlení se jeví opět hledisko věku. Instruktoři, kteří vedou kurzy oddílů, nebyli při svém dřívějším lezeckém dospívání ještě naplno zasaženi vlnou lezení na umělých stěnách. Naopak skalní lezení je pro ně to hodnotné. Mladší lezci pak díky širším možnostem využívat umělé stěny (které před tím nebyly tak rozšířené) právě je upřednostňují. Jako důvod navíc se nabízí snadnější dostupnost, vyšší bezpečí, ale také absence nutnosti brát ohled na etiku a pravidla lezení ve skalách, což je pro horolezectví a lezení jako celek potencionální riziko.

Tabulka č. 11: *Disciplíny, preferované mladými lezci v rámci oddílů.*

Preferovaná disciplína	Oddíly	Zastoupení v %
Lezení na skály	4	14,8
Lezení na umělé stěně	23	85,2
Celkem	27	100

Otázka č. 12: *Věnujete se při práci se zájemci o lezení (mládež, dospělí) kromě základů lezení také základům horolezectví (znalost výzbroje a výstroje, pohyb v horách, horolezecká rizika, atd.)?*

ano

ne

Úkolem této otázky je potvrdit tu skutečnost, že naprostá většina oddílů vedle primárních základů lezení zařazuje do svého výukového procesu také výuku základů horolezectví, které samo o sobě klade na zájemce vyšší požadavky na schopnosti, znalosti, psychickou a fyzickou odolnost. Výsledky (tab. 12) výuku základů horolezectví jednoznačně potvrzují.

Tabulka č. 12: *Počty oddílů, které se věnují mj. základům horolezectví.*

Výuka základů horolezectví	Oddíly	Zastoupení v %
Ano	27	100
Ne	0	0
Celkem	27	100

Otázka č. 13: *Je součástí Vašeho lezeckého výcviku také oblast první pomoci a základy zdravotní péče?*

ano

ne

Tato otázka zkoumá, jaký počet oddílů zařazuje do svých kurzů výuku první pomoci a základů zdravotní péče. To je výuková látka, která do problematiky lezení a horolezectví bezesporu patří, protože to jsou aktivity rizikové a při jejich provozování dochází ke zraněním, ať už vážným či mírnějším. Proto by každý lezec měl být s poskytováním první pomoci a základy zdravotní péče seznámen jak teoreticky, tak prakticky. Zjištěné výsledky (tab. 13) ukazují, že všechny oddíly mají výuku této problematiky ve svých kurzech zařazenou.

Tabulka č. 13: *Počty oddílů, které se věnují m.j. výuce první pomoci a základů zdravotní péče.*

Výuka první pomoci a základů zdravotní péče	Oddíly	Zastoupení v %
Ano	27	100
Ne	0	0
Celkem	27	100

Otázka č. 14: *Účastní se Vaši členové pravidelně (zejména děti a mládež) lezeckých a boulderingových závodů?*

ano

ne

Otázka je zaměřena na to, jaký počet mládežnických oddílů vysílá své členy na různé závody pod patronátem ČHS nebo na závody místního významu. Možnosti závodního lezení jsou v České republice nemalé, proto je žádoucí zjistit, jaká je na nich pravidelná oddílová účast formou vysílání svých členů. Níže uvedené výsledky (tab. 14) uvádějí, že značná nadpoloviční většina oddílů (74 %) se pravidelné závodní činnosti účastní.

Tabulka č. 14: *Zjištěné počty pravidelné závodní činnosti v oddílech.*

Pravidelná závodní činnost	Oddíly	Zastoupení v %
Ano	20	74
Ne	7	26
Celkem	27	100

Otázka č. 15: *Využíváte jako součást lezeckého výcviku různé doplňkové činnosti (soustředění, tábory, lanové překážky, slackline, besedy,) ?*

ano

ne

Využívání doplňkových činností při lezeckém výcviku v rámci kurzů je velmi žádoucí a značně populární. Mají na samotnou výuku a celkový průběh kurzů kladný vliv. Úkolem této otázky bylo zjistit, do jaké míry oddíly právě tyto doplňkové činnosti využívají a následně, přesně jaké činnosti využívají. Získané

výsledky jsou uvedeny níže (tab. 15). Další výsledky (tab. 16) pak ukazují, jaké jsou nejvyužívanější doplňkové činnosti v rámci oddílových kurzů.

Tabulka č. 15: *Využívání doplňkových činností v rámci oddílových kurzů.*

Doplňkové činnosti	Oddíly	Zastoupení v %
Ano	26	96,3
Ne	1	3,7
Celkem	27	100

Hypotéza H: Předpokládáme, že doplňkové činnosti (soustředění, tábory, lanové aktivity, besedy, aj.) jsou využívány většinou horolezeckých oddílů pracujících s dětmi a mládeží.

Na základě získaných výsledků, kdy bylo zjištěno, že naprostá většina mládežnických oddílů (96,7 %) využívá doplňkové činnosti, byla hypotéza H **potvrzena**.

Tabulka č. 16: *Nejčastěji využívané doplňkové činnosti*

Doplňková činnost	Počet praktikujících oddílů	Zastoupení v %
Tábor	13	18
Lezecké soustředění	18	25
Besedy	5	6,9
Jednodenní výjezdy do skal	24	33,4
Slackline	3	4,2
Lanové překážky	9	12,5
Celkem	72	100

Z tabulky č. 16 vyplývá, že nejvyužívanějšími doplňkovými činnostmi jsou jednodenní výjezdy do skal a lezecké soustředění.

ZÁVĚR

Jak vyplývá už ze samotného názvu, tato diplomová práce se věnuje problematice výuky a výchovy v horolezectví. Samotné horolezectví je velmi širokou problematikou, o níž byly napsány stovky a tisíce knih, spisů, učebnic či pojednání. Horolezectví a jeho odnož lezení provázeli člověka od nepaměti. Ovšem až v posledních dvou stech letech se lezení stalo cíleně vyhledávanou lidskou aktivitou. Člověk i přes to, že základy lezení má vrozené, se začal lezení věnovat metodicky, začal se ho učit. Jak se jeho okruh horolezeckého poznání rozšiřoval, bylo třeba se toho naučit stále více a více. Horolezectví je ve všech svých formách nebezpečnou činností. Proto právě vědomosti a znalosti, předávané kvalitní výukou, ale také citlivou výchovou jsou klíčem k jeho bezpečnému provozování a rozvoji. A právě tomuto procesu horolezecké edukace se věnuje tato diplomová práce.

Hlavním celkovým cílem této práce je popis a zkoumání současného procesu výuky a výchovy v České republice, se zaměřením na oddílovou činnost ČHS. Práce je rozdělena na dvě hlavní části. První a zároveň nejvíce obsáhlá je část teoretická. Druhá část se pak věnuje praktickému zkoumání vybraných jevů, které vyvstávají z první, teoretické části.

Pro pozdější pochopení celé problematiky výuky a výchovy bylo nejprve nutné se seznámit s horolezectvím a lezením ze všeobecného hlediska. Tedy co to vlastně je, jaké jsou jeho druhy, směry a historická východiska. Po tomto základním úvodu jsem se zaměřil na oblast horolezecké výchovy. Nejzákladnější složky této výchovy jsou znalost a pochopení pravidel, ctění etiky a ochrana přírody. Za zvlášť důležité považuji zmínění se o existujících etických problémech. Následně, ještě před samotnou výukou horolezectví, jsem se rozhodl uvést a rozebrat současný stav lezení a horolezectví. Znalost skutečných reálií je velmi důležitá pro pochopení fungování samotné výuky, protože skutečný stav výuky se odráží právě od reálných poměrů, které v horolezectví panují. Představení samotné výuky bylo pak realizováno nejprve z hlediska teorie, institucionálního zabezpečení a poté byl nastíněn praktický modelový příklad

kroužku lezení i s rozpisem jednotlivých aktivit v průběhu školního roku. Vedle popisu výukové oddílové činnosti jsem se také zaměřil na další důležitou oblast horolezecké výuky, tedy na oblast školní výuky lezení a horolezectví. Hlavní výukovou kapitolu, pojednávající o systému výuky, jsem na závěr teoretické části doplnil kratší kapitolou o metodice výuky.

První část práce měla tedy za úkol plně teoreticky seznámit s problematikou výuky a výchovy v horolezectví. Mám za to, že svůj cíl vcelku splnila a že v ní obsažené informace jsou nejen zadávajícími elementy pro výzkum praktické části, ale také ho pomáhají interpretovat.

Druhá část této práce je čistě praktická a je celkově věnována výzkumu, jeho metodice, organizaci a samozřejmě vyhodnocení.

Výzkum samotný byl realizován formou dotazníku. Ten byl rozeslán elektronickou poštou 74 oddílům ČHS, které se věnují práci s mládeží. Z toho tedy vyplývá že cílovou výzkumnou skupinou byly pouze mládežnické oddíly ČHS. Výzkum byl zaměřen pouze na zjišťování údajů o výuce a výchově v rámci oddílové činnosti ČHS a nikoliv tedy např. z oblasti školní výuky lezení, která je ovšem v teoretické části zmíněna. Z celkového počtu 74 odeslaných dotazníků jich bylo možno pro vyhodnocení výzkumu použít pouze 27.

Za cíl si praktická část kladla především zjištění zájmu o lezení a horolezectví podle věku a pohlaví a zjištění poměru výchovy a výuky. Dále jaké jsou preferované horolezecké disciplíny, zdali je vyvíjena oddílová závodní činnost, jestli se vyučuje také horolezecká metodika a zdravotní věda a zda jsou při výuce využívány doplňkové činnosti.

Na základě těchto cílů bylo stanoveno 8 výzkumných hypotéz. K většině hypotéz se vztahovala jedna dotazníková otázka, k některým otázky dvě. Počet potvrzených výzkumných hypotéz je 5 ku 3 hypotézám nepotvrzených. Výsledek výzkumu je tedy vyhodnocen následovně.

V rámci oddílů ČHS značně převládá činnost formou pravidelně organizovanou, tedy formou dlouhodobějších kurzů nebo kroužků. To se týká povětšinou dětí, mládeže i dospělých. Oproti očekávání však tyto kurzy probíhají spíše kombinovaně, než aby byly rozděleny podle věkových kategorií. Očekávání,

že zájem o kurzy či kroužky je konstantní nebo roste se potvrdilo, stejně jako že zájem je spíše na straně chlapců/mužů. Očekávané slabší zastoupení výchovy oproti výuce se nepotvrdilo, naopak se ukázalo že je většinou rovnoměrné. Překvapivě bylo oproti očekávání zjištěno, že je stále upřednostňována forma tradičního lezení proti formě sportovní.

Umělé lezecké stěny využívají všichni respondenti, ale většinou je lezení na umělých stěnách považováno pouze jako vhodný prostředek ke tréninku, nácviku a závodění, a ne jako plnohodnotné lezení. V rozporu s tímto je však zjištění, že převážná většina mladých lezců preferuje lezení na umělých stěnách před skalním lezením. V otázce metodiky mají pak všechny oddíly ve výuce zařazeny základy horolezectví, první pomoci a zdravotní péče. Závodní činnost vyvíjí 20 z 27 oddílů.

Využívání doplňkových činností v průběhu kurzů potvrdilo 26 oddílů. Nejčastější doplňkovou činností jsou jednodenní výjezdy do skal a vícedenní soustředění.

Podle mého názoru je současný stav oddílové výchovy a výuky v horolezectví z větší části uspokojivý. Jako největší problém shledávám absenci některých ucelených koncepcí rozvoje s celorepublikovou působností. Taková chybějící ucelená koncepce se týká například školení nových instruktorů a jejich následného dozdělávání. Naopak jsem velmi rád za početné využívání doplňkových činností k samotné horolezecké výuce, protože tyto činnosti mají velmi kladný efekt na výuku a výchovu. V otázce poměru zastoupení výchovy a výuky si myslím, že by se měl klást větší důraz na samotnou výchovu, než je kladen nyní, protože jenom uvědomělá lezecká komunita může posunout horolezecký sport správným směrem. To všechno při zachování a ctění tradic a ochrany přírody. Ze svých vlastních zkušeností a z výsledků výzkumu nemám žádné výhrady k samotné výuce. Je vidět, že panuje všeobecná snaha utvářet výuku jako komplexní souhrn mnoha metodik, což je jistě cesta správným směrem. Dále musím vyzdvihnout snahu oddílů účastnit se závodní činnosti. Díky tomu jsou objevováni mladí talentovaní lezci, někteří z nich budou později jistě reprezentovat naši zemi a svými kvalitními výkony přispívat k dobrému jménu českého lezení ve světě.

Lezení a horolezectví se v naší zemi těší velké oblibě, je pevně zakotveno svou historií a stále živými tradicemi. Je pouze na samotných lezcích, oddílech a na Českém horolezeckém svazu, aby se toto všechno zachovalo a rozvíjelo správným směrem a aby to po nás jednou mohly zdědit další horolezecké generace.

Doufejme, že i nadále budeme ve skalách a horách, jak u nás, tak ve světě slýchávat to známé české „hore zdar“!

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Knižní prameny

- 1) BALÁŠ, J.; STREJCOVÁ, B.; VOMÁČKO, L. *Lezeme a šplháme: 68 her a cvičení na stěně a na nářadí*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2272-6.
- 2) CRAIGH, G. *Everest: Padesát let historie zápasů o zdolání vrcholu světa*. Přel. T. Beránek. Praha: Ottovo nakladatelství, 2004. ISBN 80-7181-948-4.
- 3) CREASEY, M. et al. *Horolezectví*. Přel. P. Homola. Dobřejšovice: Rebo Productions CZ, 2000. ISBN 80-7234-148-0.
- 4) FRANK, T.; KUBLÁK, T. et al. *Horolezecká abeceda*. Praha: Epocha, 2007. ISBN 978-80-87027-35-6.
- 5) GAVORA, P. *Výzkumné metody v pedagogice: Příručka pro studenty, učitele a výzkumné pracovníky*. Brno : Paido, 1996. ISBN 80-85931-15-X.
- 6) HATTINGH, G. *Horolezectví*. Přel. D. Tomanová. 2. vyd. Praha: Svojtka, 2002. ISBN 80-7237-053-7.
- 7) HILL, P.; JOHNSTON, S. *Manuál horolezce a horského vůdce*. Přel. J. Endrýs. Praha: Ivo Železný, 2000. ISBN 80-237-3783-X.
- 8) METODICKÝ MATERIÁL, *Instruktor lanových aktivit II.třídy*. Olomouc: Project Outdoor, 2008. ISBN neuvedeno
- 9) NEUMAN, J. et al. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-292-0
- 10) PÁVKOVÁ, J. et al. *Pedagogika volného času*. 3.aktual. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6
- 11) PROCHÁZKA, V., ROTMAN, I. A NOVÁK J. *Horolezectví*. Praha: Olympia, 1990. ISBN 80-7033-037-6.
- 12) VOMÁČKO, L.; BOŠTÍKOVÁ, S. *Lezení na umělých stěnách*. 2. uprav. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2174-3.
- 13) WINTER, S. *Sportovní lezení*. Přel. L. Česnková. České Budějovice: Kopp, 2004. ISBN 80-7232-234-6.

Elektronické dokumenty

- 14) ČEPELKOVÁ, A. et al. *Zachovejme zákaz magnézia*. [online]. [Praha] 2008 [cit.2010-01-21]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=264>>.
- 15) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Stanovy ČHS 2007*. [online monografie]. [Praha] 2007 [cit.2010-01-17]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/022/002508.pdf>>.
- 16) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Organizační řád ČHS*. [online monografie]. [Praha] 2007 [cit.2010-01-18]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/039/004463.pdf>>.
- 17) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Pravidla lezení ve skalních oblastech České republiky*. [online monografie]. [Praha] 2007 [cit.2010-01-19]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/041/004708.pdf>>.
- 18) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Pravidla lezení v pískovcových skalních oblastech v Čechách*. [online monografie]. [Praha] 2009 [cit.2010-01-19]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/041/004708.pdf>>.
- 19) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Složení komise sportovního lezení mládeže*. [online]. [Praha] 2009 [cit.2010-02-27]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=72>>.
- 20) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Odborné komise*. [online]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-01]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=53>>.
- 21) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Komise mládeže*. [online]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=254>>.
- 22) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Metodická komise a lektorský sbor*. [online]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-04]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=77>>.
- 23) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Semináře pro členy*. [online]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-04]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=78>>.
- 24) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů sportovního lezení SCI*. [online monografie]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004942.pdf>>.

- 25) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů skalního lezení RCI*. [online monografie]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004943.pdf>>.
- 26) ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ. *Standard vzdělávacího procesu instruktorů horolezectví HAL*. [online monografie]. [Praha] 2009 [cit.2010-03-06]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/res/data/043/004944.pdf>>.
- 27) POLMAN,D. *Sportovní lezení na olympiádě?* [online]. [Praha] 2010 [cit.2010-02-27]. Dostupné na WWW: <<http://www.lideahory.cz/starsi-novinky/19-novinky/345-sportovni-lezeni-olympiada>>.
- 28) PROCHÁZKA, V. *111 let českého horolezectví*. [online]. [Praha] 2007 [cit.2010-01-05]. Dostupné na WWW: <<http://www.horosvaz.cz/index.php?cmd=page&id=228>>.
- 29) SLACKLINE. [online]. 2010 [cit.2010-03-01]. Dostupné na WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Slackline>>.

PŘÍLOHY

Příloha 1

Instrukce pro vyplňování dotazníku

Problematika horolezectví a lezení je velmi obsáhlá. Tento dotazník se zaměřuje na zjištění aktuálního stavu zájmu z řad nových zájemců a získání informací o průběhu výchovy a výuky lezení. Dále je zaměřen na preferované lezecké styly, závodní činnost a využívání doplňkových lezeckých aktivit. Veškerá získaná data z tohoto dotazníku budou sloužit jako podklad pro výzkumnou část mé diplomové práce.

Dotazník spolu s instrukcemi a žádostí o vyplnění Vám byl zaslán, protože jako oddíl ČHS se zabýváte prací s mládeží. Zjištěno na WWW stránkách ČHS.

Dotazník je rozeslán pomocí elektronické pošty a není nutné ho tisknout. Po vyplnění stačí uložit změny a odeslat zpět na e-mail, ze kterého Vám byl doručen (dhoine@centrum.cz). V dotazníku jsou použity dva druhy otázek. U většiny otázek po přečtení stačí za vybranou odpověď udělat pár mezer a poté znaménko pomocí klávesy X. U druhého typu otázek musíte doplnit odpověď sami. V případě jakékoli potřeby vysvětlení či doplnění informací se neváhejte obrátit na výše uvedený e-mail.

Děkuji

7. V průběhu samotného kurzu (mládež, dospělí) se věnujete více:

- lezecké výchově (osvěta pravidel, lezecká etika, ochrana přírody)
- lezecké výuce (metodika, teorie, nácvik, praxe)
- zastoupení je rovnoměrné

8. Kurz vedete a máte více zaměřen na:

- sportovní lezení
- tradiční lezení
- zastoupení je rovnoměrné

9. Pro výuku a nácvik lezení (zejména v zimě) využíváte lezeckou stěnu?
ano
ne

10. Je podle Vašeho názoru lezení na umělých stěnách:
- plnohodnotnou lezeckou disciplínou
- disciplínou vhodnou pouze k závodění, nácviku skalního lezení nebo zimnímu tréninku

11. Co podle Vašeho názoru, upřednostňují zejména mladší lezci?
- lezení na umělé stěně
- lezení na skály

12. Věnujete se při práci se zájemci o lezení (mládež, dospělí) kromě základů lezení také základům horolezectví (znalost výzbroje a výstroje, pohyb v horách, horolezecká rizika, atd.)?
ano
ne

13. Je součástí Vašeho lezeckého výcviku také oblast první pomoci a základy zdravotní péče?
ano
ne

14. Účastní se Vaši členové pravidelně (zejména děti a mládež) lezeckých a boulderingových závodů?
ano
ne

15. Využíváte jako součást lezeckého výcviku různé doplňkové činnosti (soustředění, tábory, lanové překážky, slackline, besedy,) ?
ano
ne

Pokud ano, prosím vypište které:

Děkuji za vyplnění dotazníku

ABSTRAKT

KOŘÍNEK, D. *Výuka a výchova v horolezectví*. České Budějovice 2010. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce doc. Michal Kaplánek, Th.D.

Klíčová slova: výuka, výchova, lezení, horolezectví, oddíl, pravidla, etika, ochrana přírody, Český horolezecký svaz (ČHS), umělá stěna, školní lezení, metodika, výzkum, hypotéza, teorie, praxe.

Předkládaná práce se věnuje výuce a výchově v horolezectví. Teoretická část práce nejprve představuje horolezectví jako celek, uvádí jeho historii a rozdělení. Následuje seznámení s výchovou, horolezeckými pravidly, etikou a ochranou přírody. Poté následují informace ze současného stavu horolezectví doplněné o teoretický, praktický a metodický popis horolezecké výuky.

Praktická část je zaměřena na získání konkrétních údajů o výuce a výchově v oddílech Českého horolezeckého svazu a ověření pravdivosti výzkumných hypotéz stanovených na základě teoretické části práce.

Celkově si práce klade za cíl představit proces výuky a výchovy v horolezectví a podat o tom aktuální informace, podpořené výzkumnou činností.

ABSTRACT

Training and education in climbing

Key words: training, education, climbing, mountaineering, club, rules, ethics, nature protection, Czech mountaineering association (CHS), indoor climbing wall, school climbing, methodology, research, hypothesis, theory, practice.

The work follows training and education in climbing. At first, the theoretic part introduce climbing like a unit and show its history and sections. Then follows education, climbing rules, ethics and nature protection. At last, there are present climbing informations, completed with theory, practise and methodology of climbing education.

The practical part is focused on concrete dates gaining about training and education in clubs of Czech mountaineering association and confirming the truth of research hypotheses made according to the theoretic part.

The work is generally aimed to introduce a process of training and education in climbing and give actual informations about it, prooved by research.