

ČLÁNKY

Zpravodaj brněnské CVVZ / sobotní večerní vydání

Editoriál



Milí váleči a povaleči,

je večer a my tu postupně finišujeme toto číslo. Za okny slyšíme, jak se opět valí kolo z kopce? „Tak kdo to je tentokrát?“ zableskne se nám v hlavách, ale na odpovědi není čas, musíme spěchat, potřebujeme to dotvořit.

A pak rychle na tisk a na ranní číslo. Není času nazbyt, musíme si pospíšit. Nádech, výdech. Prsty na klávesnicích tančí zběsilý tanec. To bude ještě tanec. PS: Omlouvám se, že jsem neodpovídal v anketě — zrovna jsem spal.

Gomi

Mravenec vás zve do koupelny

Jako každý rok je s námi na CVVZ brněnské nakladatelství Mravenec, které se specializuje na etapové hry a soubory her, diplomy, deníky a další tiskoviny pro vedoucí. Mravenčí stánek najdete na Univerzitní ulici.

„Letos máme hlavně nové etapovky — třeba Koupelna, nebo Město Ember. Ta není zrovna známá, ale spousta lidí už tu po ní nadšeně skočila. Taky jsme připravili hrníček her pro celotáborovky a her pro mláďata. A samozřejmě metodiky a dokumentace pro vedoucí.“ řekl nám pán mravenčího stánku Kačer. Chcete zjistit, jak se může celý tábor odehrát v jedné koupelně? Utíkejte k Mravencovi!

Evka

Workshop pro ty co rádi spí – kdekoli a kdykoli

Eliška Milěřová nebo taky Eli, studentka speciální pedagogiky a poradenství. Působí v občanském sdružení M2M a ráda relaxuje. Překvapuje vás to? Od člověka, který lektoruje workshop o relaxaci, by vás to nejspíš překvapovat nemělo. První pravidlo zní: „kdo má médu, ten mluví“ a tak i velcí kluci (dva z osmdeseti zúčastněných) „dlachní“ plyšáka a přiznávají barvu o tom, kde a jak relaxují. Budeme se na konci cítit odpočatě? Nechejme se překvapit. „Imaginaci lze vnímat jak formu relaxace, rozvoje či sebepoznání a terapie“, vysvětluje Eliška. První „nalaďovačka a zpřítomňovačka“ slouží k vycentrování a spočívá v pouhém uvědomování si vlastního těla. Vrhá naše tělo stín? Je vdechovaný a vydechovaný vzduch chladný nebo teplý? Myšlenková vlna uvolňuje naše tělo od hlavy až k patě. Přichází uvědomování. Co máme na sobě? Na čem stojíme? Jaký je to pocit? Zakořeňujeme se do země jako stromy a snažíme se procítit vlastní tělo. Základem je opět práce s dechem. A co vy? Ještě stačíte s dechem? Tak hlavně nezapomínejte, že je dobré občas hodit nohy nahoru a soustředit se jen sami na sebe. Uvolněte se a relaxujte. Čekají nás ještě dva perné dny, tak se držte!

Evka

Po kole-nou

CVVZkové kolo už ujelo přibližně 65 km. Blíží se tedy pomalu ke vzdálenosti, kterou jsme loni uváleli do Třebíče. Mnozí z vás se již zapojili, mnozí z vás s kolem zápasili, jiní naopak objevili dosud neužitý talent. A získali jste také mnoho cen v CVVZ tombole, jelikož za každé kolečko jste mohli vyfasovat jeden los. Připojte se ke koulení a zvyšte tak svoji šanci na výhru ve finálovém slosování. Zvládneme dojet až do Chrudimi?

Gomi



Nově vypsané programy

Přežití v extrémních situacích teoreticky

Zajímá-li vás, jak přežít nejen v extrémních situacích, přijďte na první teoretický blok v neděli, na který navazuje v neděli také praktický blok a druhý teoretický blok.

8:00–9:30 Baron Trenck 3

Osob: 20

Jak přežít v praxi

Popis: Láká-li vás vyzkoušet si přežití na vlastní kůži, určitě si nenechte ujít praktický blok odehrávající se venku. Stačí oblečení na ven. Pokud tě téma přežití zajímá, v neděli ráno je i teoretický blok.

14:00–17:30 před ZŠ Blažkova

Osob: 20

Začlenění tématu přežití do táborů a jiných programů

Popis: Kdo by se chtěl dozvědět něco o tom, jak začlenit téma přežití do táborů či jiných programů, nechť zaměří pozornost tomuto programu. Programy na téma přežití můžeš zažít i v neděli ráno a po poledni.

čas: 18–19:30 u Draka 4

Osob: 20

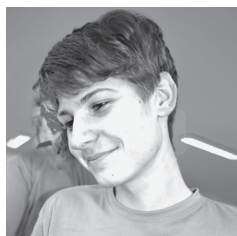
Evka

CVVZ očima organizátorů, fotografů a mravenečků

Kolik hodin spánku se skrývá za noční práci organizátorů? Aby program šlapal, někteří zůstávali vzhůru do hlubokého rána. Zcela náhodně jsme se některých ptali, kdy se oni dostali do svého spacáku.



Čmelda: Na dnešek? Spala jsem jednu hodinu.



Lukáš: Spal jsem asi tak čtyři hodiny.



Žloutenka: Tenhle kanál nepoužívejte! Hodinu a půl. Ozvala se tahle vysílačka?



Roman: Já jsem někde v rozmezí tří a čtyř hodin.



Jarik: Já mám tři hodiny. Tedy s tím, že jsme si mezi tím ještě telefonovali.



Terka: Já jsem Terka a spala jsem čtyři hodiny!

Učíme děti první pomoc

Má smysl učit první pomoc už ve školce? Lektorka Martina Šišáková na to říká: „proč ne“. I pětileté dítě dokáže vyhodnotit nebezpečnou situaci a přivolat záchranku. Můžeme je naučit všechno, co fyzicky zvládnou. Důležitým pravidlem je učit praxi, jít cestou ukázek a příkladů, nikoli suché teorie. A jak vlastně výuku první pomoci začít? Teorií nebo praxí? Obecně vzato nic není špatně, na druhou stranu ale záleží na motivaci konkrétní skupiny, abychom zaujali od těch nejmenších až po skupinku pubertáků nebo dospělých. Ze strany lektora je ideální pohodový přístup, na místě je i humor, samotný nácvik ošetření ale není radno zlehčovat. Pro starší žáky je zajímavá hromadná katastrofa, kde záleží i na komunikaci a týmové spolupráci. Lze využívat kazuistiky, maskování, divadelní scénky (chybné ošetření pacienta na principu Pata a Mata), počítačové programy (např. Hejbejte se kosti moje), hry se zdravotnickou tematikou (na principu klasických deskových her typu Byl jednou jeden život, gamebooku naživo nebo Černých historek, kterými děti procvičují zjišťování anamnézy). Pokud si některou z nich chcete vyzkoušet v praxi, zajděte na pondělní Epidemii, kde si ukázkou „prvopomocňácké“ aktivity vyzkoušíte na vlastní kůži. My si zkusili elektriku a molekuly s tematikou první pomoci a změřili si vlastní tepovou frekvenci. Jaká je ta vaše?

Evka

Peníze a (nebo) život?

Každý z nás má určitý životní cíl. U někoho jsou to peníze, u jiného třeba děti. Ale život nebývá vždy zrovna nakloněn lidským přáním a je pravda, že si za to občas může dotýčný sám. Na Jarikově programu byla možnost si zahrát hru „Finanční svoboda“, která právě tyto reálné procesy simuluje. Máte krásně rozjetý byznys? Bum, tragédie, změna cen akcií a najednou je z vás člověk s hypotékou a ještě třemi dětmi na krku. Mnohé je však na hráčích a tato deskovka tedy poměrně přesně ukazuje, že taktizovat se dá i v reálném životě, a pomůže jim poučit se z vlastních chyb, aniž by je vlastně udělali.

Gomi

Týmová práce v režii Kateřiny Palové

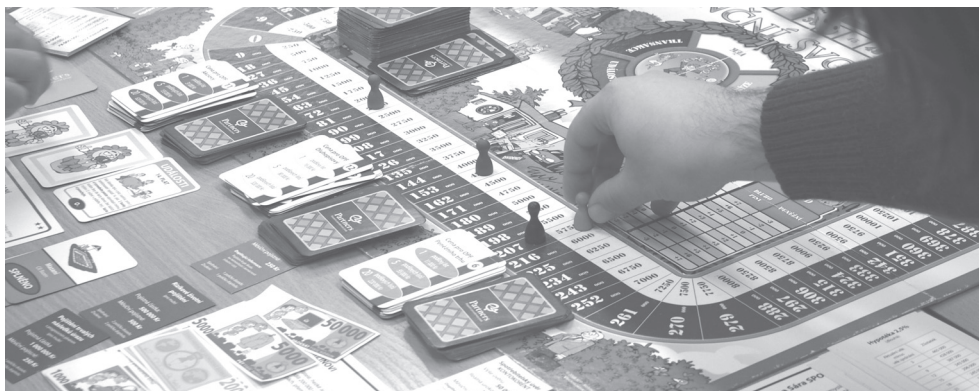
Víte co je to „Marshmallow challenge“? Představte si, že dostanete provázek, pásku, špagety a Marshmallowny a máte z nich v týmu postavit co nejvyšší věž. Kdo vás podrží a kvůli komu naopak celá věž spadne? Spolupráce a motivace jednotlivých článků týmu je v tomto případě klíčová. Pohlíďte si, kdo má ve vašem týmu roli podmaňovatele, objevovatele, sladovatele a zpřesňovatele. Každá z těchto rolí má v týmu svůj význam a na vás je, abyste odhalili, kdo jakou zastává. No a na závěr tu pro vás máme jednu výzvu. Pokud jste nikdy neviděli žirafa z Marshmallowů a zajímalo by vás, jak vypadá ta největší CCVZková, zajděte si k Zazděnému radnímu a pokochejte se. Má tam své čestné místočko na okenním parapetu naproti schodišti.

Evka

Bezhlavé blikání nebo skutečné focení?

Jitka Vrchotová se zabývá focením a rozhodla se předat své zkušenosti účastníkům CVVZ v rámci programu „Fotografování anebo od cvakání k opravdovému focení“. Jak na to? Chceme-li kvalitně fotit, rozhodně nesmíme podcenit přípravu. Nabít baterky, vyčistit kartu, postahovat programy typu Zoner, jako základ kvalitní práce s fotografií. Nechceme přece jen bezhlavě práskat jednu fotku za druhou. Dnes fotka není žádnou vzácností a „cvaká“ je kdekdo. Vynález digitální fotografie umožňuje fotit kvantitu. Jsou to ale pořád ještě kvalitní fotky? „Prezentujme fotografie, které jsou „publikovatelné!“ vyzývá Jitka. Předem si rozmysleme, co a kam jdeme fotit a podle toho zvažme, zda má smysl s sebou nosit například stativ. Uvědomme si, co je na dané fotce důležité. Nefotme příliš mnoho objektů. Aplikujme na focený prostor rozvržení na principu zlatého řezu. Žádné fotografické pravidlo není dogma. Musíme vědět, proč objekt fotíme tak, jak ho fotíme – na výšku, na šířku, z různých úhlů atd. Hrajme si s hloubkou ostrosti – objekt by měl z fotky vystupovat. Je nutné dívat se kolem sebe a soustředit jen na focení a způsob, jakým to dělám. Fotky z dovolené můžeme vnímat jako reportáž. Z takových lze udělat například fotokoláž. „Zoomovat je ideální hlavně nohama,“ říká lektorka. „Fotíte-li lidi, komunikujte,“ radí. „A taky dávejte pozor na rozlišení, menším ubíráte fotkám kvalitu.“ Nebezpečné jsou také automatické funkce – mají své limity. Nedovolují měnit citlivost ISO, vyvážení bílé – fotky jsou kvůli tomu studené. Základem je také třídění. „Nedávejme z ruky neroztříděné fotografie,“ apeluje. Jitce vyhovují fotky ve formátu RAW. Sama za sebe říká, že upravovat fotky není špatné, ale je nutné dělat to uvážlivě. Dozvídáme se, že rozdíl mezi fotkami vzniká také kvalitou tisku a dokonce i v elektronické podobě vypadá každá fotka jinak – a to podle druhu zařízení, na kterém si fotku prohlížíme. Co se týče kontrastu fotografie, nesmíme „přestřelit“. Protože jak se říká, všeho moc škodí. Takže fotte, ale s rozmyslem. A ještě něco – nezapomeňte poslouchat, co vám váš fotoaparát říká. Poradí vám. Poradí vám.

Evka



Prožeňte si svého instruktora

Ať jste soutěživí milovníci běhu či příznivci klidného vyklusávání s obdivováním okolní krajiny, zveme vás na ISOB – Instruktorový orientační běh. Hromadný sraz bude v neděli v 14:00 před ZŠ Milénova. Můžete samozřejmě docházet v průběhu celého tohoto programu, tedy od 14:00 až do 16:30. Cesta bude pro pozdější příchozí od ZŠ Milénova vyznačena fáborky.

Damita

Máte na CVVZ jiný názor než vaše dítě? Řešením je dětský koutek!

Vaše CVVZ vám v rámci širokého spektra služeb nabízí také pohlídnání vašich ratolestí. Zkušené lektorky se o dítku nejen postarají, ale nabídnou jim také pestrý program pro zabavení na dlouhé chvíle. Starší děti zde najdou také řadu deskových her.

Příjemné prostředí dětského koutku je připraveno každý den od 7:30 do 18:00, v pondělí pak od 7:30 do 12:00. Nachází se na ZŠ Milénova, v univerzitní ulici, v sekci Janáček. Služba je zpoplatněna částkou 50 Kč/ den. A to se pro nerušené vzdělávání a relaxování opravdu vyplatí!

Tírís



Proč a jak tvořit hry?

Hry jsou obrovskou náplní činnosti vedoucích. Přeci jen, co je oddíl jiného než uvedení Komenského školy hrou?

A pravděpodobně uznáte, že vytvořit kvalitní aktivitu není jen tak. Příprava potřebuje svůj čas a své prostředky. Jak se s tím poprat vám mohl pomoci program „Organizácia a tvorba hier. Programové rámce a drobné herné principy.“ Ten byl zaměřen převážně teoreticky. Byly zde rozebrány různé prvky her, jejich rozdělení a jejich následná konstrukce. Důležitým prvkem však byly i tipy a triky v souvislosti s jejich realizací a s myšlenkami tvůrce, když se hra zrovna (ne)povede.

Pokud však někdo hledal spíše inspiraci než teorii, dostal ji též. V samotném závěru programu byly uvedeny konkrétní příklady, které s dětmi užívá přímo lektor Dodo.

Evka



Redakce:

noviny@cvvz.cz

Šéfredaktor

Vojtěch Gomi Mrkývka

Redaktoři

Alena Kalmiel Nekvapilová
Anna Damita Jordánová
Tereza Tírís Navrátilová

Grafická úprava

Yveta Buchtová, yveta-design.cz

Noviny je možné volně šířit.

Čím více se o nás bude vědět, tím více článků se na CVVZ sejde, děkujeme!



Varování: Pozor na padáky!

Program „Psychomotorické hry“ sliboval rychlé a zábavné činnosti pro děti všeho druhu. Očekávání účastníků naplnil – došlo na hříčky s víčky, hříčky s kolíčky a tak všelijak podobně. Prapodivné věci se začaly dít, teprve když se lektorka Jana Bahníková vytasila s pestrobarevným padákem.

Jak spí správný organizátor? Na jedno oko, s vysílačkou pod polštářem a vždycky po ruce! A pozor, usínáme s úsměvem!



Krasy, kam se podíváš!

Neoficiálním a trochu děsivým maskotem CVVZ se stala zubatá krysa Jindřiška. Na akci se vloudila s transportem materiálu ze skladu občanského sdružení Moravian Larp. Většinu času zatím tráví na registraci a ještě se nerozhodla, jaké programy navštíví.

V pátek odpoledne se pokusila rozšířit si obzory: stát novým mazlíčkem náčelnice zdrojů Angi a výkonným manažerem náčelnice logistiky Čmely. Když dost rychle neutečete, její krysí šarm si získá i vás! Koneckonců, jak jsme se doslechli, šéfka skladu Mrqa si už jednu Krysu i vzala...



Padák se totiž jenom tváří jako nevinná herní pomůcka; ve skutečnosti jde o rituální předmět, který ohýbá realitu a pravděpodobnost! Tak například při hře „na žraloka“, kdy jeden účastník prolézal pod padákem a v roli žraloka měl ostatní s řevem chytat za nohy, začal žralok zničehonic mňoukat...

Za chvíli měli účastníci vyhodit padák do vzduchu tak, aby vyletěl na všech stranách rovnoměrně.

Potměšilá barevná plachta nejen že vyletěla – skončila přilepená na stropě! A to hned dvakrát za sebou. „Tohle jsem zatím viděla jen jednou v životě!“ přiznala se Jana.

Vzápětí padák spadl jednoho z účastníků a proměnil ho v Sochu svobody.

Dejte si pozor na padáky! Sice se budete skvěle bavit, ale nikdo neví, co se (z vás) může stát...



Borec na konec: pra- sečiny v mraveništi!

Tohoto ušlechtilého bělouše jsme potkali v mraveništi – místnosti pro ubytování mravenek. Má rád hru na klavír a kofolu.

