

Citát

Všechny knihy zežloutnou, ale kniha přírody má každý rok nové,
nádherné vydání.

Hans Christian Andersen

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA
ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**PEDAGOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

na téma

Návrh a ověření turistického průvodce Kožlanskem

Vedoucí práce: Mgr. Zdeněk Tomšíček
Vypracovala: Karolína Blechová
Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň, NŠ-TV

České Budějovice, duben 2007

UNIVERSITY OF SOUTH BOHEMIA

ČESKÉ BUDĚJOVICE

FACULTY OF EDUCATION

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION

GRADUATION THESIS

title

**Suggestion and testing of a tourist guide
of the Kožlany region**

Supervising Master: Mgr. Zdeněk Tomšíček
Author: Karolína Blechová
Study branch: First grade pedagogics, NŠ-TV

České Budějovice, April 2007

Bibliografická identifikace

Název diplomové práce:

Pracoviště: KTVS PF JU

Autor: Karolína Blechová

Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

Vedoucí práce: Mgr. Zdeněk Tomšíček

Rok obhajoby: 2007

Anotace:

Hlavním úkolem této diplomové práce je navržení a ověření turistických tras Kožlanska tak, aby vyhovovaly žákům 1. stupně základní školy, ale samozřejmě aby se daly využít i pro jiné stupně škol.

Pro vybírání tras na diplomovou práci jsem si zvolila právě Kožlanou oblast, protože je zajímavá svou kopcovitou krajinou, nádhernými hlubokými lesy a skýtá zhlédnutí i různých zajímavostí a památek, o kterých málokdo ví. Z důležitých historických památek stojí za povšimnutí klášter Plasy a Mariánská Týnice. Ostatní památky jsou menšího historického významu, avšak jsou rovněž půvabné. Například židovský hřbitov, zřícenina hradu Krašov a Krakovec, zbytky loveckého hrádku Angerbach aj.

Kožlany jsou malé, ale velmi zajímavé městečko. S městem jsou spjaty dvě historické osobnosti. Král Václav I. a druhý prezident Československé republiky Dr. Eduard Beneš. Obě osobnosti jsou zmíněny v turistických trasách.

Tyto trasy jsou zaměřeny na pěší turistiku, ale i na cykloturistiku právě kvůli nádherné přírodě kolem Kožlanska. Tato práce obsahuje i teoretickou část, ve které je pojednáno o problematice turistiky z hlediska jejího obsahu, významu a forem a také z hlediska jejího zastoupení v učebních osnovách pro 1. stupeň vzdělávacích programů základní škola, obecná škola a národní škola.

Každá z navržených turistických tras je charakterizovaná z hlediska její délky a obtížnosti, časové náročnosti, výchozího a cílového místa trasy, zajímavostí, které můžeme zhlédnout na trase a neměly by nám uniknout. Nalezneme zde i popis trasy doplněný mapou a fotodokumentací. U některých tras je i přidána pověst pro zpestření. Každá trasa je pojmenována, jednak z důvodu motivačního a jednak z důvodu přehlednosti.

V diplomové práci jsou uvedeny základní informace, které by měl učitel vědět, než vyrazí na cestu. Práce zahrnuje také hry v přírodě využitelné na trasách.

Klíčová slova:

trasy, cykloturistika, pěší turistika, Kožlansko, turistické mapy, vzdělávání přírodou, historické památky, odpočinkové činnosti, orientace v terénu

Cizojazyčné resumé:

The main aim of the present dissertation has been the proposition and the following verification of tourist routes of the Kožlany region, so that they would comply with the pedagogic/recreational needs of first grade pupils. The routes are also eligible for pupils of higher grades, without losing value or meaning.

I have chosen the Kožlany region for the vast majority of the tourist routes because of its unusual and picturesque scenery with slight terrain elevation and unpredictable landscape changes, thus being a surprisingly refreshing and interesting region to travel through. Besides differentiated terrain Kožlany is a region with a large wood covered area of remarkable beauty and historical monuments which are rarely mentioned yet deliver an unforgettable experience of history and greatness. Among the most important edifices are the monasteries of Plasy and Mariánská Týnice. Although other monuments have lesser historical importance than the mentioned monasteries, they do not fail to captivate with their uniqueness and splendor. Examples of such monuments and historical sites are the ruined fortresses of Krašov and Krakovec, the hunting chateau Angerbach, the Jewish cemetery in Kožlany and others.

The town of Kožlany is a small, but on the other hand a very interesting place. Two important historical figures are linked with the town, concretely the Czech king Vaclav I. and the second President of the Czechoslovak Republic, Dr. Edward Beneš. Both personalities are mentioned in the dissertation in concordance with their relevance to the tourist routes.

The routes have been conceived for hiking, some of them also for cycling tourism, taking in account the amazing nature around Kožlany. The dissertation further includes a theoretical part which concentrates on the content, forms and especially on the importance of tourism in education. It also deals with the representation of tourism related activities in the instructional basis for the first grade development programs for primary, general and national schools.

Each of the designed routes is thoroughly characterized according to its length, difficulty, duration, initial point, target point and the attractiveness of spots which should not be missed on the way. A detailed description of each journey's course with maps and additional photographic materials is to be found in the dissertation. Legends or fairy-tales are included in the case of some routes to make them more pleasant and meaningful for the travelling children, eventually adults. Every route has a specific name to keep a clear overview of all the routes as well as to motivate the possible travellers.

The dissertation provides a wide range of materials and facts that will help the teacher orientate in the concrete journey and pass new knowledge to his pupils. A variety of games that could be relevantly played in the course of the journey are offered as well.

Key words:

tourist routes, cycling tourism, hiking tourism, Kožlany region, tourist maps, education through nature, historical monuments, leisure activities/games, fiend orientation

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a že jsem vyznačila všechny prameny, ze kterých jsem čerpala.

V Českých Budějovicích dne 2007

.....
podpis diplomanta

Poděkování:

Děkuji Mgr. Zdeňkovi Tomšíčkovi za jeho odborné vedení a rady, které mi poskytoval při vypracování této diplomové práce.

Obsah:

	strana
1. Úvod.....	10
2. Metodologie.....	11
2.1 Cíl práce.....	11
2.2 Úkoly práce.....	11
2.3 Metodika práce.....	12
3. OBSAH TURISTIKY.....	13
3.1 Pohybová složka turistiky.....	13
3.2 Kulturně poznávací činnost.....	13
3.3 Odborně technické znalosti a dovednosti.....	14
4. VÝZNAM TURISTIKY.....	16
4.1 Výchovný význam.....	16
4.2 Vzdělávací význam.....	16
4.3 Zdravotní význam.....	16
5. FORMY TURISTICKÉ ČINNOSTI.....	17
5.1 Vlastní formy turistické činnosti.....	17
5.2 Přípravné formy turistické činnosti.....	19
5.3 Doplnkové formy turistické činnosti.....	19
6. NĚKTERÉ DRUHY TURISTIKY.....	20
6.1 Pěší turistika.....	20
6.1.1 Časový rozvrh.....	21
6.1.2 Organizace a vedení turistické cesty.....	21
6.2 Cyklistika a cykloturistika.....	22
6.3 Lyžařská turistika.....	25
6.4 Vodní turistika.....	25
6.5 Další druhy turistiky.....	26
7. VYBAVENÍ PRO TURISTIKU.....	27
7.1 Turistická výstroj a výzbroj.....	27
8. CO VŠECHNO DĚLAT V PŘÍRODĚ.....	31
8.1 Aktivity v přírodě.....	31
8.2 Sporty v přírodě.....	31
8.3 Turistika a putování.....	31
8.4 Pobyt v přírodě a táboření.....	32
8.5 Cvičení v přírodě a lanové překážkové dráhy.....	32
8.6 Hry v přírodě, iniciativní a týmové hry.....	33
8.7 Poznávání, pozorování a ochrana přírody.....	33
8.8 Lov a sběr plodů.....	33
8.9 Pracovní činnost a služba.....	33
8.10 Umělecko-tvořivá činnost.....	34
9. ORIENTACE V PŘÍRODĚ.....	35
9.1 Podle mapy.....	35
9.2 Základní navigační dovednosti.....	36
9.2.1 Orientační smysl.....	37
9.2.2 Zorientování kompasu.....	37
9.2.3 Stanovení směru k zeměpisnému severu.....	37

9.2.4	Zorientování mapy.....	38
9.2.5	Azimuty a polohové čáry.....	39
9.2.6	Z mapy na kompas.....	39
9.2.7	Z kompasu na mapu.....	40
9.2.8	Obcházení překážek.....	41
9.3	Navigace podle přírody.....	42
10.	HRA JAKO METODA I VÝCHOVNÝ PROSTŘEDEK.....	43
10.1	Dělení her.....	43
10.2	Podstatné rysy hry.....	44
10.3	Výchovný význam her v přírodě.....	45
10.4	Výběr hry.....	46
10.5	Příprava hry.....	46
10.6	Uvedení hry.....	47
10.7	Vedení hry.....	48
10.8	Bezpečnost.....	48
10.9	Ohled na přírodu.....	49
11.	TURISTIKA V UČEBNÍCH OSNOVÁCH 1. STUPNĚ ZŠ.....	50
11.1	Vzdělávací program Obecná škola.....	50
11.2	Vzdělávací program Základní škola.....	51
11.3	Vzdělávací program Národní škola.....	53
12.	CHARAKTERISTIKA KOŽLANSKA.....	56
12.1	Charakteristika oblasti.....	56
13.	PŘEHLED NAVRŽENÝCH TURISTICKÝCH TRAS.....	62
13.1	Za historickými budovami Kožlan.....	63
13.2	Po stopách Dr. Eduarda Beneše.....	66
13.3	Po stopách hrnčífů.....	68
13.4	Za krásami Plas.....	70
13.5	Putování za králem Václavem I.....	75
13.6	Židovský hřbitov.....	79
13.7	Územím trilobitů.....	84
13.8	Z Potvorova k Odlezelskému jezírku.....	89
13.9	Plaskou kotlinou.....	92
13.10	Za architekturou čisteckého mostu.....	96
13.11	Kouzlo starých mlýnů.....	99
13.12	Za kostelem sv. Petra a Pavla.....	102
13.13	Za krásami Mariánské Týnice.....	105
13.14	Za chříčskými památkami.....	109
13.15	Na hrad Krakovec.....	113
13.16	Na hrad Krašov.....	119
14.	ZÁVĚR PRÁCE.....	126
15.	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	127
16.	SEZNAM PŘÍLOH.....	128

1. ÚVOD

Příroda je proti nám ve výhodě, může existovat bez nás, my bez ní zahyneme.

Jaromíra Kolářová

Aby tento citát mohl nabýt platnosti, musíme děti od prvopočátku vychovávat k lásce k přírodě a prostředí, v němž žijeme, učit děti žít v souladu s přírodou a chránit ji. To by měla mít za úkol škola v souladu s rodinou.

Rodiče by měli dítěti od malička dávat tuto lásku častým pobytem v přírodě a učit ho, jak s přírodou splynout. Důležité je rodičovské působení na rodinných vycházkách, výletech a na dovolené. Ve školním věku dítěte velkou část tohoto působení přebírá škola. Toto činí prostřednictvím výuky, školních vycházek, exkurzí, cvičení v přírodě, výletů, pobytových akcí, školy v přírodě aj.

K nejoblíbenějším tělovýchovným činnostem ve škole patří bezesporu turistika. Školní trasy Kožlanskem, které popisují ve své diplomové práci, jsou voleny tak, aby motivovaly děti k pohybu venku a svou lásku k přírodě dále přenášely v budoucnosti do své vlastní rodiny. Děti musíme naučit nejenom se v přírodě pohybovat, chovat a orientovat, ale také přírodu chránit.

Problém spočívá v tom, že poslední dobou děti přestávají sportovat a raději svůj volný čas tráví u počítačů a televizních obrazovek. (Tím nechci počítače zatratit, protože jsou pro novou i současnou generaci velice důležité). Proto je důležité aby se škola snažila dětem tento nedostatek alespoň částečně nahradit.

Kožlansko je málo známá oblast i přesto, že se zde narodil druhý prezident Československé republiky Dr. Eduard Beneš. Nachází se v překrásné krajině, do níž zasahuje i chráněná krajinná oblast Křivoklátsko.

Nechme se unášet trasami hrnčírů, mlynářů, králů a mnichů a přeji vám krásné zážitky z pobytu a pohybu v nádherné přírodě.

2. METODOLOGIE

2.1 Cíle práce

Hlavním cílem diplomové práce je navrhnout a ověřit systém turistických tras Kožlanska, které by byly využitelné pro děti 1. stupně ZŠ (jsou použitelné však i dětmi z 2. stupně, respektive 3. stupně SŠ) podle předepsaných osnov základní školy pro 1. stupeň ZŠ.

Spektrum navržených turistických tras splňuje požadavky vymezené 1. stupněm ZŠ a tudíž je využitelné všemi ročníky 1. stupně ZŠ. Úseky těchto tras vedou místy, které jsou podle mého názoru nejatraktivnější a tudíž budou splňovat i ty náročnější požadavky v rámci obsahu turistiky. Jediný problém může nastat ve chvíli, kdy bude třeba zajistit přesun do určitého místa, poněvadž všechny trasy nezačínají a nekončí ve stejném místě. Pokud se ale podaří zvládnout i toto, stane se z „povinného“ výletu výlet, na který jen tak nezapomeneme. Uvidíme překrásné dílo přírody a je jen na nás, jak tento zázrak budeme vnímat.

Tato práce nám také alespoň částečně přibližuje zmíněnou oblast obrazovou a textovou formou. Nyní nám už jen zbývá vzít batoh na záda a přesvědčit se, zda tato oblast je skutečně taková, jaká zůstala v očích těch, kteří zde již byli.

2.2 Úkoly práce

Pro splnění výše uvedených cílů bylo nutné stanovit následující dílčí úkoly, které definují samotnou diplomovou práci.

1. Teoretické zpracování zadané problematiky

- vymezení problému a zvolení metod práce
- vyhledání a shromáždění potřebných pramenů a literatury
- studium a rozbor získaných pramenů (písemných, grafických, atd.)
- vytipování a sestavení turistických tras

2. Praktické ověření navržených tras

- technická a organizační příprava (zajištění případných únikových tras, vytvoření časového harmonogramu, zajištění dopravy, stravování)
- shromažďování aktuálních informací získaných v terénu
- zaznamenávání potřebných informací o jednotlivých trasách (kilometráž, turisticky atraktivní místa, možnost odpočinku, občerstvení, atd.)
- přehodnocení tras a jejich případné korekce

3. Konečné zpracování získaných údajů

- zhodnocení a utřídění všech získaných teoretických i praktických poznatků
- doplnění a případné opravení údajů a informací (odborná literatura, průvodce, atd.)
- vlastní písemné a grafické zpracování nashromážděných materiálů včetně příloh

2.3 Metodika práce

Použité metody práce:

Metody získávání dat

- obsahová analýza písemných pramenů (odborná literatura, průvodce, atd.)
- rozbor grafických pramenů (mapy, fotodokumentace)
- rozbor pramenů získaných z rozhovorů
- praktické ověřování a získávání dat v terénu

Metoda kilometráže

Tato metoda spočívá v tom, že během absolvování navržené trasy jsou průběžně zaznamenávány vzdálenosti všech orientačně důležitých míst od výchozího místa trasy. Údaje jsou získávány pomocí cyklocomputeru, který je zaznamenává s přesností na stovky metrů. Tyto údaje nám říkají, po kolika ušlých kilometrech se dostaneme do určitého místa na konkrétní trase.

3. OBSAH TURISTIKY

Současný obsah turistiky vychází z dlouhodobého vývoje obsahu a činnosti v turistických a tělovýchovných organizacích. Na obsah turistiky má vliv i cestovní ruch a další prvky kulturní a hospodářské činnosti. Obsah turistiky tvoří složka pohybová, kulturně poznávací a také odborně technické znalosti a dovednosti.

3.1 Pohybová složka

Pohybová složka zahrnuje speciální tělesná cvičení charakteristická pro přesun v jednotlivých druzích turistiky. Jsou základem speciální přípravy turistů. Dále sem patří obecně rozvíjející tělesná cvičení, která tvoří náplň pohybových aktivit v přírodě a jsou základnou pro všestrannou tělesnou přípravu. Součástí pohybové složky je též nezbytná tělesná práce v rámci pobytu v přírodě a při přesunech v ní.

3.2 Kulturně poznávací složka

Kulturně poznávací složka obsahuje poznávání přírody a tvořivé činnosti člověka či komunity. Využití specifických metod umožňuje získávání poznatků a osvojování si vědomostí o přírodě a oblasti tvořivé činnosti člověka v jejím průběhu a zároveň poznávání společenských procesů a jevů. Splnění této úlohy je jedním z hlavních motivů turistické činnosti.

(B. Sýkora a kol., 1986, s. 46)

Cíle poznávání mohou být rozlišné a volně můžeme hovořit o poznávání kulturních i přírodních hodnot.

Jsou to:

- ◆ *Přírodní oblasti* - národní parky, chráněné krajinné oblasti, přírodní parky, národní přírodní rezervace, přírodní rezervace, národní přírodní památky, přírodní památky
- ◆ *Stavební památky* - hrady, zámky, církevní památky, městská a venkovní sídla, rozhledny a rozhledy, technické památky
- ◆ *Místa spojená s historií našeho životního prostoru*

- ◆ *Oblasti charakteristické odlišnou kulturou* - Folklorní oblasti (Moravské Slovácko, Haná, Valašsko, Chodsko, Soběslavská a Budějovická blata)
 - Vinařské oblasti – Jižní Morava (vinné sklípky u Petrova u Strážnice, Křížový sklep v Příměticích ve Znojmě, muzea-Valtice, Mikulov)
 - Čechy (Praha, Mělník, Roudnice, Velké Žernoseky, Most, Čáslav)
- ◆ *Místa spojená s významnými osobnostmi*
- ◆ *Památky zapsané do světového kulturního a přírodního dědictví lidstva*
- ◆ *Skanzeny lidové architektury* - Rožnov pod Radhoštěm, Veselý kopec u Hlinska, Kouřim, Přerov nad Labem, Třebíz, Strážnice
- ◆ *Národní kultovní místa* - např. hora Říp, Praha, Karlštejn, Sněžka, Český Ráj, Moravský kras. (J. Neuman, 2000, s. 52-57)

3.3 Složka odborně technických znalostí a dovedností

Složka odborně technických znalostí a dovedností zahrnuje vědomosti a dovednosti potřebné pro pobyt a pohyb v přírodě s ohledem na cíle turistické činnosti. Patří k nim zejména znalosti organizace a přípravy cest, znalosti a dovednosti topografie a orientace, znalost všech nebezpečí v přírodě, základní znalosti meteorologie, znalosti výživy a dovednosti přípravy jídel, dovednost budování stanů a různých přístřešků, znalosti výzbroje a výstroje, znalosti i dovednosti první pomoci při úrazech a onemocněních. Odborně technické znalosti a dovednosti rozšiřují všeobecné vzdělání turistů, jejich význam přesahuje rámec turistických činností a má praktické využití.

Obsah odborně technické činnosti se uplatňuje v teorii a praxi turistiky v těchto tematických celcích:

- a) výstroj a výzbroj jednotlivce a skupiny, ošetřování, údržba, základní opravy materiálů, amatérská výroba a stavba lodí, mazání lyží, doprava, apod.
- b) stravování, vaření, využití ohně
- c) stanování a bivakování

- d) táboření (výstavba, organizace a vedení táborů, základen)
- e) topografie a orientace
- f) hygiena a první pomoc
- g) zdroje nebezpečí, jeho prevence a předpověď počasí v turistice
- h) tábornická tvořivost a dovednost
- i) značení turistických cest, lyžařské a vodácké značení
- j) dopravní předpisy a značky cestovního ruchu a jízdy na řekách s lodní dopravou
- k) vědomosti a dovednosti související s ochranou přírody

Odborně technickou činnost uplatňujeme postupně nejdříve v klubovně, učebně, během krátkodobých forem (vycházek, výletů, stanování), individuálně, potom kolektivně i s využitím soutěží v náročnějších a dlouhodobých formách turistiky. Mnohostranné a specifické uplatnění nachází při pobytu v přírodě zejména ve formě táboření, kde se v širší míře aplikují tábornické dovednosti a tvořivost, které během turistických cest mají omezený prostor a rozsah. (B. Sýkora a kol., 1986, s. 51-52)

4. VÝZNAM TURISTIKY

V turistice rozlišujeme tři hlavní významy:

4.1 Výchovní význam

- všestranně působí na osobnost člověka, vedle tělesných cvičení obsahuje kulturně poznávací činnosti a odborně technické znalosti, vytvářejí se tak předpoklady k mnohostranné tvůrčí aktivitě lidí
- rozvíjí morálně volní vlastnosti - provedení náročné túry přispěje k sebepoznání, podporuje samostatnost, rozhodnost, odvahu, houževnatost, obětavost, víru ve vlastní síly
- rodinné formy turistiky pomáhají k upevnění vztahů mezi členy rodiny
- společné zážitky posilují přátelství, vytváří aktivní vztah k ochraně přírody a rozvíjí vztah k ekologii

4.2 Vzdělávací význam

- zlepšovat vědomosti v kulturně poznávací činnosti, rozvíjet odborně technické znalosti a dovednosti, rozšiřovat pohybové vzdělání
- obohacuje poznání o znalosti z mnoha oborů lidské činnosti, učí novým dovednostem (např. zacházení se speciálním vybavením)
- rozšiřuje znalosti ze zeměpisu, dějepisu, přírodopisu, dějin umění a kultury

4.3 Zdravotní význam

- zdravé přírodní prostředí podporuje účinnost tělesných cvičení, zvyšuje i nespecifickou odolnost organismu
- pobyt v přírodě (svěží vzduch, sluneční záření, estetické vjemy) přispívá k vytváření dobré nálady, tlumí negativní emoce, uvolňuje psychické napětí, usnadňuje překonávání konfliktních situací
- turistika je vhodná pro nejrůznější skupiny obyvatel, pro začínající sportovce, lidi s nízkou úrovní tělesné zdatnosti, pomáhá prodlužovat aktivní stáří, apod.

5. FORMY TURISTICKÉ ČINNOSTI

Turistická činnost má své zvláštní formy. Rozeznáváme formy vlastní (hlavní), přípravné a doplňkové.

5.1 Vlastní formy turistické činnosti

Jsou charakteristické zastoupením všech složek obsahu v jejich náplni. Dělíme je na krátkodobé a dlouhodobé.

Ke **krátkodobým formám** patří *vycházky a výlety*, které mohou mít všestranné zaměření. Uskutečňují se po celý rok, přičemž v přípravě klademe důraz na jejich programovou stránku.

Vycházka bývá půldenní a celodenní. Je to krátkodobý pobyt trvající zpravidla dvě až pět hodin. Spojuje se zde pobyt v přírodě s přesunem podle zvoleného druhu turistiky.

Výlety nazýváme túrami. Jsou to podniky celodenní, nejméně šestihodinové, ale můžou být i dvoudenní. Krátkodobé formy můžeme provádět bez větších nároků na přípravu a vybavení. (B.Sýkora a kol., 1986, s. 74)

Do přírody bychom měli chodit co nejčastěji a po celý rok. Přírodní prostředí dává nejlepší příležitost pro pohyb a zároveň v něm poznáváme mnoho nového (pozorujeme rostliny, živočichy, apod.). Každá cesta do přírody by člověka měla potěšit a přinést mu nové zážitky, zkušenosti a poznatky.

K **dlouhodobým formám** turistické činnosti řadíme turistické cesty, které realizujeme buď jako turistické *putování*, kde počítáme s existujícími turistickými zařízeními a objekty, nebo jako putovní *táboření*, spojené s přenocováním ve vlastním stanu a pobytem v přírodě. Dále sem patří pobyty v přírodě, a to táboření (zimní a letní), karavanink i pobyt v turistických chatách a rekreačních zařízeních, mají-li turistický program.

Vlastní formy se uskutečňují ve třech fázích - v přípravě, realizaci a hodnocení.

1) Příprava každé jednotlivé formy vyplývá ze zvoleného cíle, z fyzické a technické zdatnosti účastníků a úrovně jejich odborně technických znalostí. Bereme též ohledy na jejich zájmy. Pamatujeme zejména na datum uskutečnění, místopisný popis trasy, celkovou i denní kilometráž, časový propočet, celkový program v oblasti pohybové, kulturně poznávací a odborně technické složky.

- program v oblasti kulturně vzdělávací činnosti je jedním z vedoucích motivů plánované formy. V přípravě pamatujeme na to, aby celá skupina mohla poznat navštívenou oblast všestranně, v souladu s obsahem kulturně poznávací činnosti. A současně, aby vybraní jednotlivci měli možnost sledovat své speciální zájmy ve zvolené oblasti.
- V odborně technických vědomostech závisí příprava programu na způsobu nocování a stravování. Dále je důležitá technická příprava, která těsně souvisí se stanovením trasy a časovým rozvrhem i s dalším obsahem odborně technických vědomostí.
- organizační stránka spočívá ve způsobu oznámení a vedení přípravy akce
- materiálně technická část – výstroj a výzbroj účastníků, potřebný společný materiál (sportovní nářadí, potřeby pro orientaci a práci v kulturně poznávací činnosti)
- finanční plán – kalkulace společných výdajů. Při krátkodobých akcích je vhodná finanční rezerva.

V přípravě respektujeme přiměřenost plánovaných cílů a úkolů v rámci zvolené formy.

2) Realizace zvoleného programu forem turistické činnosti v jednotlivých druzích turistiky a při pobytu v přírodě souvisí s využívanými speciálními tělesnými cvičeními a též se zvláštnostmi kulturně poznávací činnosti a odborně technických vědomostí.

3) Hodnocení má významný výchovný dosah a současně je předpokladem vytyčování dalších cílů a úloh.

5.2 Přípravné formy turistické činnosti

Mají za úkol připravit turisty k úspěšné realizaci turistické činnosti ve vlastních formách. Více či méně se orientují na jednu nebo dvě složky obsahu turistiky.

Podle převládající složky obsahu je dělíme na formy:

- a) **s převládající pohybovou složkou**, zaměřenou na tělesnou přípravu. K těmto přípravným formám patří výcvikové a tréninkové hodiny, ranní cvičení, výběhy do terénu, tělovýchovné chvílky apod.;
- b) **s převládající složkou kulturně poznávací činnosti**: sem patří např. besedy, přednášky, výstavky, promítání diapozitivů, filmů apod. V přípravných formách zaměřených na kulturně poznávací činnost sledujeme především přípravu na vlastní činnost v této oblasti.
- c) **s převládající složkou odborně technických vědomostí**: pracovní schůzky, přednášky, semináře, instruktáže nebo např. cvičení v orientaci a topografii

5.3 Doplnkové formy turistické činnosti

- doplňují vlastní a připravené formy turistické činnosti

- závažná je jejich motivace a přínos ke zpestření činnosti

Mezi doplňkové formy patří turistické soutěže (orientační běh, turisticko-branné závody, vodácké turistické jízdy zdatnosti, výletní soutěže v turistice na kole, apod.), turistické srazy, exkurze, náročné dálkové pochody, značkování turistických cest, turistické štafety apod.

(B. Sýkora a kol., 1986, s. 76)

6. NĚKTERÉ DRUHY TURISTIKY

V této části se zabýváme jen druhy turistiky, které použijeme při našich turistických cestách (pěší turistika a cykloturistika) + některými dalšími využitelnými druhy turistiky.

6.1 Pěší turistika

Pěší turistika je nejrozšířenější druh turistiky; využívá chůze jako nejpřirozenějšího pohybu převážně v přírodním prostředí, je nenáročná z hlediska speciálních dovedností a vybavení. Všechny formy pěší turistiky jsou vhodné pro rekreaci nejrůznějších skupin populace. Pěší turistiku lze využívat ve školách a všech dalších organizacích mládeže.

K **základním formám** řadíme vycházky, výlety, túry, delší turistické pochody a vícedenní putování spojené s nošením vybavení pro přenocování a stravování.

K **výkonnostním formám** pěší turistiky patří také dálkové pochody, dálkové etapové pochody a přechody horských hřebenů, pomocí nichž se plní podmínky výkonnostních odznaků pěší turistiky nebo pěší zápočtové cesty vyšších stupňů obtížnosti. Předpokladem účasti na výkonnostních formách je dobrá tělesná kondice, znalost odborně technických dovedností a odpovídající vybavení.

Výkonnostní i zdravotní aspekt zdůrazňují různé rekreační programy a různě zaměřená intenzivní chůze (walking). (J. Neuman 2000, s. 95)

Při turistické chůzi s délkou kroku 75 – 85 cm a frekvencí 90 – 120 kroků za minutu dosahuje chodec rychlosti 4 – 6 km v hodině.

Turistická chůze jako vytrvalostní činnost je tělesné cvičení významné pro rozvoj srdečně cévní zdatnosti. Jde tu zejména o schopnost zužitkovat zásoby aerobní energie, ale současně odráží i svalovou kondici. Tepová frekvence (počet stahů/úderů srdce za 1 minutu) je ve významném vztahu s příjmem kyslíku do těla.

Z hlediska účinnosti musí turistická chůze nižší intenzity trvat déle, aby se dosáhlo přiměřené odezvy organismu, tj. zlepšení srdečně cévního systému. Turistika má v tomto směru velké možnosti, jelikož umožňuje déletrvající pohybovou činnost vyšší intenzity (vyšší rychlost, členitost terénu, výstupy).

Při výstupu nenašlapujeme na patu, ale na přední část chodidla a až potom na celé chodidlo. Paže často zasunujeme pod popruhy batohu, čímž zlepšujeme plynulost krevního oběhu a dýchání. Dýchání při chůzi má být rytmické.

6.1.1. Časový rozvrh

Základem denního časového rozvrhu je čistý čas, který závisí na zdatnosti skupiny a na členitosti terénu. Při pěší turistice počítáme 12 minut na 1 km a za každých 100 m stoupání připočítáme 10 minut. V pěší turistice počítáme minimálně s jednohodinovou rezervou (zdržení následkem překážky, úrazu, aj.).

6.1.2. Organizace a vedení turistické cesty

Při organizaci přesunu v pěší turistice dbáme především na bezpečnost a na racionální střídání pohybu a odpočinku, tím vytváříme základní předpoklady pro splnění plánovaných cílů cesty.

Denní výkon při túře nemá přesahovat 8 hodin, přičemž při organizování odpočinků postupujeme podle následujících zásad:

- asi po 10 – 15 minutách od začátku chůze zařazujeme kratší přestávku, jejímž účelem je úprava výstroje, popř. zátěže.
- po každé hodině chůze dáváme 5 – 10 minutový odpočinek. Po 3 – 4 hodinách chůze zařazujeme delší odpočinek (je třeba nechat zotavit a ošetřit nohy).
- delší odpočinky (1,5 – 2 hodiny) se zařazují zpravidla v poledne, čímž se také v letním období vyhneme nepřízní poledního vedra. Kromě přípravy oběda využíváme tuto přestávku i pro různé úkoly odborně technické a kulturně poznávací činnosti.

Obdobně postupujeme i při dálkových pochodech, které je možno považovat za náročné túry. Při vícedenních cestách zařazujeme obvykle po třetím dnu přesunu volný (odpočinkový) den, který však nemá být dnem pasivního odpočinku.

V přesunech při túrách méně zdatné a nezkušené turisty zařazujeme za vedoucího skupiny, aby mohl sledovat stupeň jejich únavy a na tomto základě stanovit

taktiku a rychlost chůze. Zdatnější účastníci pochodují vzadu a jako poslední jde zástupce vedoucího, který nesmí nechat nikoho za sebou. Na komunikacích se volí pochodový útvar a pochoduje se za sebou po pravé straně. Menší skupina se může pohybovat v zástupu i po levé straně. Jde-li v terénu jen malá skupinka, pohybuje se volně, je-li účastníků víc, jdou v zástupu.

Vedoucí musí být připraven na nepředvídané překážky (indispozice nebo zranění účastníků, poškození výstroje, náhlá změna počasí, apod.) a musí na to připravit i účastníky cesty. Při výskytu podobné situace rozhodne o dalším postupu, např. zkrácení nebo přerušování cesty. (B. Sýkora a kol., 1986, s. 86)

6.2 Cyklistika a cykloturistika

Cyklistika a všechny další způsoby využívání kola zažívají rozvoj v souvislosti s potřebou dnešního člověka vracet se do přírody. Jízdní kolo nabízí aktivní pohyb a oproti chůzi zvyšuje naši mobilitu a zároveň umožňuje poměrně intenzivní vnímání okolního prostředí. Jízda na kole má výrazný pozitivní vliv na zdraví člověka a nenarušuje životní prostředí. Zatím u nás není dostatek stezek, které by byly přednostně určeny pro jízdu na kole, proto bezpečnost jízdy na frekventovaných cestách stále zůstává problémem.

Pod pojmem „cyklistika“ můžeme chápat nejen sportovní, ale i turistickou, rekreační, dětskou, užitkovou i dopravní funkci jízdního kola. Pro turistické využití kola se běžně používá termín cyklosturistika. Při ní je významná kulturně poznávací činnost, která ji odlišuje od rekreačních i sportovních forem využívání kola.

(J. Neuman, 2000, s. 102)

Neustále se měnící podmínky jízdy vytvářejí velké zásoby nových reflexních spojení. Cyklista je nucen analyzovat vývoj dopravní situace a okamžitě reagovat přibrzděním, změnou směru nebo zrychlením. Zvláště proměnlivost podmínek při jízdě po lesních a polních cestách a v městské dopravě zvětšuje zásobu podmíněně reflexních spojů. Cyklistika je přípravou budoucích automobilistů.

Charakteristika pohybu

Cyklickému pohybu dolních končetin při jízdě na kole říkáme šlapání. Je uskutečňováno svalovými skupinami kyčelního, kolenního a hlezenního kloubu. Svaly trupu a paží vykonávají statickou práci. Zpevňují držení těla a pomáhají udržovat rovnováhu při jízdě.

Při jízdě na kole se vytvářejí nová nervová spojení, nový dynamický stereotyp. Snahou cyklisty je, aby složením sil svalů vznikla výsledná síla působící ve směru tečny v každém bodě kružnice, kterou opisuje osa pedálu.

Začátečník, který nezvládá ekonomický způsob šlapání, se rychleji unavuje. Nejobvyklejší chybou začátečníků je přenášení odrazového charakteru pohybu z chůze a běhu na práci nohou při jízdě na kole. Pro vytvoření správného stereotypu je nutno seřadit vhodnou polohu sedla, správně upevnit chodidlo na pedálu a při nácviku používat vhodný převod, umožňující frekvenci otoček klik v rozmezí 80-90 za minutu při turistické jízdě po rovině. (B.Sýkora a kol., 1986, s.98) viz šlapání dále.

Udržování technického stavu kola a běžné závady

Pro bezpečnou jízdu udržujeme kolo v co nejlepším technickém stavu. Základní zběžná prohlídka před každým vyjetím se skládá z kontroly:

- nahuštění pneumatik,
- utažení kol ve vidlicích,
- funkce brzd.

Abychom předcházeli poruchám, stále přiměřeně dotahujeme všechny šroubky, občas kontrolujeme upevnění ložisek a také řetěz.

Výběr vhodné velikosti kola

Kolo pro dospělé se liší od kola pro mládež v podstatě jen ve dvou rozměrech - ve výšce rámu a v délce představce řídítek. Velikost předního a zadního kola je stejná.

Výška rámu má odpovídat tělesné výšce. K výšce postav 165 - 180 cm se hodí rám výšky 58 cm. Nižším postavám odpovídá rám 52-56 cm vysoký. Pro cyklisty nad 180 cm je vhodné používat kolo s rámem 60-62 cm vysokým. Ke středním a nižším ráům se hodí krátké představce a pro nejvyšší rámy máme používat dlouhé představce. (B.Sýkora a kol., 1986, s. 101)

Posed

Základní zkouška posedu (platí pro všechny typy kol) se provádí tak, že cyklista si sedne na kolo a dá paty na pedály. Správně by měl mít při postavení klik rovnoběžně se sedlovou trubicí nohu na spodním pedálu volně napnutou.

Rovina sedla by v této chvíli neměla být výše než 15 cm nad horní rámovou trubicí (platí pro silniční kola, u horských může být vzdálenost větší). Z bezpečnostních důvodů musí být sedlovka zapašována alespoň 6 cm v sedlové rámové trubce.

Šlapání

Ideální je tzv. kulaté šlapání, kdy síly působí na pedál plynule podle tečny ke kruhu otáčení. Pata přitom neklesá pod úroveň špičky na celé dráze pohybu. Šlapání tedy nenapodobuje odraz jako při chůzi, ale plynule spojuje tlak nohy přední a tah nohy zadní. Správné šlapání je provázeno kyvadlovým pohybem v kyčelním, kolenním a hlezenním kloubu. Učíme se ho při jízdě v sedle na lehké převody s frekvencí šlapání kolem 90 otáček za minutu.

Základní pravidla brzdění

Je dobré brzdit oběma brzdami současně, včas a plynule. Nebrzdit prudce v zatáčce (hlavně přední brzdou) a na sypkém povrchu. Za deště ztrácí brzdy značně svoji účinnost, zvláště nekvalitní brzdové špalíky prokluzují po směsi vody a špíny. Po takové jízdě je dobré vyčistit brzdové špalíky a ráfky. Při rychlé jízdě v terénu i pro zvýšení účinku brzd musíme umět posunout těžiště dozadu, někdy i za sedlo. Při velmi prudkých sjezdech je to nutnost, jinak bychom přepadli přes řídítka.

Organizace skupiny

V zájmu bezpečnosti a plynulosti jízdy by mělo být dodržováno toto pořadí:

vedoucí - slabší členové družstva – průměrní členové družstva – zdatní členové družstva (zdravotník a mechanik). Před vyjetím je dobré určit zodpovědného a zdatného člena skupiny, který pojede poslední a bude zárukou, že se skupina nerozdělí. Pokud vedoucí kontroluje skupinu pohledem vzad, signalizuje mu poslední člen skupiny, že je vše v pořádku. Výhodou je, když je dobře viditelný (barevný dres, přilba).

Z hlediska bezpečnosti jízdy na silnici pro motorová vozidla by skupina měla mít maximálně 10 členů, i když současné předpisy pro školní akce povolují 15 členů. Větší se špatně předjíždí. Mezi skupinami by měla být minimálně 100 m mezera. Pokud jsou děti mladší než 10 let nebo méně zkušené, je lepší mít na jednu skupinu dva dospělé vedoucí.

Pořadí a rozestupy během jízdy rekreačních cyklistů by se měli udržovat stejné, na rovině 2-3 m. V prudkých sjezdech a na špatné silnici se rozstup zvětšuje podle podmínek i na 10-15 m. Jízdu v závěsu (méně jak 1 m) praktikujeme jen s velmi zkušenými cyklisty.

Při zastavení musí vedoucí počítat s velikostí družstva. Rozestupy kontroluje každý člen. Tempo i při změně jezdce v čele skupiny má zůstat stejné. Podřizuje se slabším. Do kopce je třeba zvolit takové tempo, aby na vrcholu stoupání byla skupina pohromadě a mohlo se plynule pokračovat dále.

Je důležité si předem domluvit signály, které budou používány.

(J. Neuman, 2000, s. 108)

6.3 Lyžařská turistika

Lyžařská turistika umožňuje poznávat život a krásy zimní přírody, zejména v horských oblastech. Je zdrojem tělesného osvěžení a zvyšování tělesné odolnosti vůči ztíženým klimatickým podmínkám zimního počasí. Získáváme při ní nové dovednosti a znalosti pro pohyb na lyžích a pro pobyt v náročném terénu a obtížných sněhových podmínkách. Základním lokomočním způsobem lyžařské turistiky je chůze a běh na lyžích. Lyžařská turistika plně poskytuje seberealizaci sportovně založených osob, ale rovněž plného využití začátečníky, dětmi i staršími osobami. Velký význam má lyžařská turistika i v tom, že se uskutečňuje v prostředí horských oblastí, které jsou relativně nejvíce oproštěny od negativních vlivů civilizace.

6.4 Vodní turistika

Vodní turistika splňuje všechny předpoklady, které od tělovýchovné činnosti vyžadujeme. Svým obsahem a svými formami rozvíjí iniciativu, cílevědomost, sílu vůle, odvahu, rozhodnost a vytrvalost, vede k samostatnosti a k houževnatosti. Ve vodní

turistice jsou úměrně zastoupeny její tři hlavní složky: tělesná příprava, kulturně poznávací činnost a odborně technické znalosti.

6.5 Další druhy turistiky

Mezi další druhy patří *mototuristika, karavanink, krasová turistika, turistika na motorových lodích, turistika na sportovní plachetnici, turistika na koních a vysokohorská turistika.* (Sýkora a kol. , 1986, s. 109-126)

7. VYBAVENÍ PRO TURISTIKU

Vybavení pro turistiku, aktivity a sporty v přírodě prochází v posledních letech výraznou inotací. Mnoho nových syntetických materiálů vytlačuje materiály tradiční. Projevilo se to v oblékání, v potřebách na přespávání, v obuvi, batozích i v množství pomůcek pro nejrůznější sporty v přírodě.

7.1 Turistická výstroj a výzbroj

Turistickou výstroj tvoří turistické oblečení a turistická obuv. Chrání tělo před tepelnými ztrátami, vlhkem, před účinkem slunečního záření, před přehřátím nebo úrazem.

Oblečení

Kvalitní oblečení je důležité především tehdy, když vyrazíme do přírody na delší a náročnější akci. Základním principem vhodného oblékání je oblékání do více vrstev. Z energetického hlediska je optimální udržovat tělo na dolní hranici tepelného komfortu, což umožňuje právě oblékání do více vrstev (nejlépe do pěti), z nichž každá má díky moderním materiálům svou vymezenou funkci.

První vrstvu tvoří spodní prádlo a ponožky. Základní funkcí první vrstvy je transportovat vlhkost od těla a udržovat suchou pokožku. Vrstva by měla být příjemná na tělo. Pro aktivní pohyb proto vybíráme z materiálů na bázi speciálních umělých vláken (např. Moira, Meraklon, Litex, Craft, Climatex). Nepoužíváme bavlnu, protože místo aby vlhkost rychle transportovala pryč od těla, vsákne ji a dlouho schne. Spodní prádlo by mělo být přiléhavé, ani příliš těsné, ani volné.

Druhou vrstvu můžeme nazvat „vrstvou civilní“. Její základní funkcí je transportovat vlhkost dál a také částečně tepelně izolovat. Díky této vrstvě můžeme plynule reagovat na mírné změny teploty okolního prostředí. Patří sem různá trička, košile, roláky. Dobré materiály druhé vrstvy jsou lehké, nenasákavé, prodyšné, rychle schnoucí a jsou totožné s materiály první či třetí vrstvy.

Třetí vrstva je tepelně-izolační a její hlavní funkcí je tepelná izolace. Vlněné svetry jsou dnes nahrazovány umělými vlákny (převážně na bázi polyesteru) a vžilo se pro ně označení „fleece“ (flís). Reprezentují je materiály Polartec, BiPolar, Trevira, Thermovelours. Kvalitní „fleece“ je lehký, tvarově stálý, transportuje vlhkost dál od těla, tepelně izoluje a velice dobře schne, avšak není vůbec odolný proti větru. Z materiálu třetí vrstvy se vyrábí bundy, kalhoty, rukavice, čepice i botičky do spacího pytle.

Čtvrtá vrstva chrání před větrem a musí být dostatečně volná. Využijeme zde i obyčejnou šušťákovou bundu, z novějších materiálů je to Pertex, Tactel apod. Zajímavostí je oblečení z materiálu třetí vrstvy s vloženou větruvzdornou membránou (WindStopper, Windbloc). Z tohoto materiálu se šijí bundy, kalhoty, ale i čepice, čelenky a rukavice.

Pátá vrstva nesmí promoknout. Tato vrstva izoluje proti vodě, má být nepropustná, avšak prodyšná. Patřily by sem i staré známé „igelitové“ pláštěnky, jejich nevýhodou však je jejich absolutní neprodyšnost. Vyplatí se investovat do oblečení z kvalitního materiálu, jeho funkčnost a životnost bývá několikanásobně vyšší než u levných materiálů.

radý k nákupu oblečení:

- Výrobky, o nichž výrobce tvrdí, že jsou nepromokavé, musí mít šité spoje přelepeny nepropustnou páskou.
- Počítáme s tím, že pod oblečení čtvrté a páté vrstvy se musí vejít vrstvy předchozí, tomu musí odpovídat jejich dostatečná velikost.

Praktické rady, jak se oblékat:

Kombinovat vrstvy: např. v létě a dešti při túře oblékneme pouze první vrstvu a pátou. V teple nosíme první vrstvu nebo případně první dvě vrstvy, a když se ochladí a zafouká, přidáme větrovku (čtvrtá vrstva).

V zimě přidáme třetí vrstvu, a dokud neprší nebo nepadá mokrý sníh, mělo by nám toto oblečení stačit (oblečení 5. vrstvy šetříme na horší časy). Prší-li nebo padá

mokrý sníh, necháme na sobě podle teploty co nejméně vrstev (1.-3.,nejlépe jen první), přidáme 5. vrstvu a zvolníme krok. Počítáme s tím, že i v nejdokonalejších oblecích páté vrstvy se při intenzivním pohybu silně zpotíme.

Obuv

Obuv je jedna z nejdůležitějších součástí turistické výstroje. Pro pěší turistiku se používá jednak nízká turistická obuv, jednak vysoká turistická obuv. Pro volbu obuvi je důležitý terén, náročnost túry (délka, převýšení), roční období a individuální vlastnosti (hmotnost, zdatnost) turistu.

Nízká turistická obuv (botasky) se používá hlavně při vycházkách, pochodech, dálkových pochodech a dalších akcích v nenáročném terénu. *Vysokou turistickou obuv* (pohorky) lze použít i pro akce, na kterých se obvykle používá obuv nízká. Pohorky jsou však nepostradatelné v horském terénu a v zimním období. Pro turistiku se nehodí obuv volná, obuv s vysokým podpatkem, s hladkými podešvemi apod. Při koupi obuvi je třeba dbát na její dostatečnou délku a šířku (při delší chůzi se chodidlo prodlužuje a rozšiřuje) a dostatečnou výšku pro palec a nárt.

Rady pro výběr bot:

- Pro chůzi po přírodních pěšinkách, snadným terénem jsou nejvhodnější lehké trekové boty (odlehčené pohorky, vhodné pro běžnou turistiku) nebo outdoorovky (boty pro všestranné sportování v přírodě).
- Pro náročný terén, občas i se sněhem, v chladu a mokru je nutný hrubý vzorek podrážky, tuhá podešev a tomu odpovídající pevný svršek. Vysoké nároky jsou kladeny na nepromokavost i tepelnou izolaci boty. Hodí se pevné trekové boty a pohorky.
- Pro pohyb převážně po sněhu a v mrazu jsou nejvhodnější pohorky a duplexy.

(J.Neuman, 2000, s. 64-69)

Výzbroj

Turistická výzbroj jsou předměty a potřeby umožňující provádění turistiky příslušného přesunového prostředku. Lze ji dělit na osobní (kterou má každý člen kolektivu) a kolektivní (společnou pro několik členů nebo celou skupinu).

Do turistické výzbroje zahrnujeme:

- přesunový prostředek příslušného druhu turistiky (např. loď, lyže, kolo), včetně příslušenství (např. pádlo, běžecké hole)
- turistické zavazadlo (např. batoh, lodní pytel)
- potřeby pro přenocování a táboření (např. stan, spací pytel, spací podložka, sekera)
- potřeby pro vaření (vařič, nádobí, zápalky)
- potřeby pro orientaci v terénu (mapa, busola)
- další drobné potřeby (svítilna, potřeby pro opravy)

8. CO VŠECHNO DĚLAT V PŘÍRODĚ

Jestliže se se třídou či samostatně vydáme do přírody provozovat turistiku, je důležité vědět, co chceme dělat a hlavně, co všechno se dělat dá. Nabízím v tomto ohledu následující možnosti:

8.1 Aktivity v přírodě

K nim řadíme především činnosti, které jsou spjaty se šetrným využíváním přírodního prostředí nebo s překonáváním přírodních překážek. Tyto aktivity jsou využívány jako prostředek a výzva pro jednotlivce a malé skupiny. Při aplikaci odpovídajících metod a přístupů skrývají výchovný potenciál využitelný k rozvoji osobnosti.

8.2 Sporty v přírodě

Zahrnujeme sem sportovní disciplíny, které se odehrávají převážně v přírodním prostředí a jsou charakterizovány specifickou formou soutěže se zřejmou snahou o dosažení nejvyššího výkonu.

Vedle zvyšování kondice a zlepšování pohybových funkcí klademe důraz na zapojení všech smyslů, podporujeme neobyčejnost zážitků a zkušenosti, aktivaci celé osobnosti v bezprostředním jednání, možnosti spolupráce s ostatními a porozumění sobě samému. Chceme, aby účastníci akcí a kurzů objevovali a posilovali sociální vazby při skupinové činnosti, získávali ekologicko-hodnotový pohled na svět a setkávali se se skutečnou přírodou.

8.3 Turistika a putování

Turistika je v českém pojetí komplexem činností spojených s aktivním pohybem (cestováním) a pobytem v přírodě a vyžadujících řadu odborných znalostí a dovedností.

8.4 Pobyt v přírodě a táboření

Oba pojmy jsou často používány ve spojitosti s turistickou činností. Při bližší analýze však lze vyvodit, že i zde se jedná o samostatnou oblast, jež je rozvíjena četnými dobrovolnými organizacemi.

Nyní chápeme pojem pobyt v přírodě spíše ve vztahu k táboření (camping). Vždy zde převažovaly snahy přiblížit se přírodě či změnit chod všedního života a obohatit ho poznáváním přírody a chvílemi, které strávíme ve společnosti přátel a blízkých. V Českých zemích sehrál velkou roli tramping, později scouting, woodcraft a YMCA. Mnohdy bylo táboření spojováno jen s mládeží. V posledních letech se však nabídka a zájem rozšířily na všechny věkové kategorie.

Táboření je široký pojem, který zahrnuje individuální táboření, tábory putovní, spojené s různými druhy turistiky a putováním, i tábory stálé.

Mezi stálé tábory lze zařadit:

- Tábory školní – školy je využívají ke konci školního roku a o prázdninách.
- Denní tábory
- Speciálně zaměřené tábory – jsou zde např. programy rozvíjející znalosti pro pobyt v přírodě, programy zaměřené na jeden druh sportu, nebo se táborový program spojuje s výukou jazyků či rozvojem technických, případně uměleckých vloh účastníků. Existují tábory pro osoby trpící určitou chorobou, určitým druhem tělesného nebo duševního postižení a také tábory pro starší osoby.

8.5 Cvičení v přírodě a lanové překážkové dráhy

Jedná se o tělesná cvičení rozvíjející základní pohybový fond člověka a přispívající také k osobnostnímu růstu. Nejde tedy jen o určité pevné pohybové struktury, ale především o kombinaci různých pohybových úkolů při překonávání umělých i přírodních překážek, které v sobě skrývají určitou dávku rizika, vyžadují překonání strachu, projevení rozhodnosti a tvořivého přístupu při řešení vzniklých situací.

8.6 Hry v přírodě, iniciativní a týmové hry

Celková teorie her je velmi rozsáhlá a zabývá se jí mnoho disciplín. Často je hra dávána do protikladu vážného, užitečného či praktického chování. Obecně se uznává její význam pro rozvoj osobnosti a její role jako nepostradatelného prostředku výchovy. Patří sem především hry v přírodě a iniciativní hry. Hry etapové, psychologické, společenské a ekohry.

8.7 Poznávání, pozorování a ochrana přírody

Nejdůležitější je propojení různých přírodovědných oborů s poznávací činností a ekologickou výchovou. Při poznávání a pozorování přírody se stále promítá dávná touha člověka poznávat sebe i své okolí. Tyto činnosti jsou prostředkem, pomocí kterého vstupujeme do kontaktu s přírodou a podporujeme uvědomělé pochopení role přírodního prostředí v našem životě.

8.8 Lov a sběr plodů

Je to spíše podoblast spojená s poznáváním přírody. Sbíráání plodů, rostlin, pozorování a lov zvěře představují prapůvodní lidské činnosti, které vedly k uchování i rozvoji lidského rodu. V dnešní době tyto činnosti spojují práci, poznávání i prožitek přímého kontaktu s přírodou. Neméně důležité je znovuobjevování léčivých sil přírody (léčivé rostliny, složení stravy apod.). Některé znalosti a dovednosti zprostředkovávají techniky přežití.

Do rekreace v přírodě patří *houbaření, sběr plodin, rybaření i myslivost.*

8.9 Pracovní činnost a služba

Aktivity spojené s prací i ovládním nářadí jsou nedílnou součástí táboření. Pracovní činnost je důležitým programovým bodem kurzů, škol i výchovných organizací. Tzv. služby v kuchyni, jídelně i při úpravě střediska nebo tábora mají svůj hlubší význam. To platí i o různé pomoci v zemědělství, v lesních závodech, v přírodních parcích, ale i v domovech důchodců nebo v domovech mládeže.

Zajímavé souvislosti může poskytnout i zkušenost z tzv. *experimentální archeologie*, zahrnující pobyt a pracovní program ve speciálně připraveném prostředí

vybrané historické etapy vývoje lidstva; může představovat obdělávání půdy, jídlo, oděv i zvyky např. z doby bronzové.

8.10 Umělecko – tvořivá činnost

Program kurzu, který zahrnuje aktivity v přírodě a klade si výchovné cíle, by měl vždy hledat inspiraci i v tomto okruhu lidské činnosti. Estetické zážitky nejsou izolované, ale naopak souvisejí s celou soustavou vztahů člověka ke skutečnosti. Směry jako *arteterapie*, *estetoterapie* naznačují podíl umělecké činnosti na rozvoji osobnosti.

V tomto okruhu činnosti provozujeme osvědčené druhy tvorby: zpracování dřeva, modelování z hlíny, úpravu samorostů, pletení z přírodních materiálů, tvorbu totemů, kreslení přírodních motivů, fotografování, zachycování zvuků přírody, dia - a videopořady, dramatickou tvorbu, tanec, hudební tvorbu a produkci, vyprávění i poezii. (J. Neuman, 2000, s. 25-30)

9. ORIENTACE V PŘÍRODĚ

9.1 Podle mapy

Mapa: reprezentuje obrovské množství uspořádaných informací o krajině, kterou zobrazuje. Z pestré nabídky jsou pro naše účely, tedy pro hry, soutěže a putování v přírodě, nejlepší mapy turistické a mapy pro orientační běh, využijeme i mapy pohledové.

Měřítko:

Na každé mapě by mělo být uvedeno měřítko, které stanovuje vztah mezi vzdáleností na mapě a odpovídající vzdáleností ve skutečnosti. Měřítko je zpravidla vyznačeno jak zápisem v podobě poměru, tak stupnicí.

Příklady typických měřítek map a jejich uplatnění:

1:10 000 (10 cm = 1 km) plán města	1:250 000 (1 cm = 2,5 km) automapa určité oblasti	1:75 000 000 (1 cm = 750 km) dvoustránková mapa celého světa v atlasu
1:50 000 (2 cm = 1 km) topografická turistická mapa	1:1 000 000 (1 cm = 10 km) automapa celého území státu	

Poměr:

Poměr (např. 1:50 000) udává vztah mezi vzdáleností na mapě a odpovídající vzdáleností ve skutečnosti. Na mapě v měřítku 1:50 000 tedy odpovídá každá jednotka měřená na mapě 50 000 jednotkám ve skutečnosti. Jinak řečeno, taková mapa představuje skutečný svět zmenšený na 1/50 000 své velikosti.

Z toho plyne, že i 1 cm na mapě v měřítku 1:50 000 odpovídá 50 000 cm (neboli 500 metrů, čili půl kilometru) ve skutečnosti.

Měření vzdáleností na mapě:

Pro měření vzdáleností na mapě lze použít různé metody. Přímé vzdálenosti je možné změřit pravítkem a výsledek převést z centimetrů na kilometry pomocí poměru (např. 12 cm na mapě v měřítku 1:50 000 bude ve skutečnosti 6 km). Můžete si také udělat značku tužkou na okraj přiloženého papíru a poté porovnat se stupnicí na mapě.

Chcete-li změřit jinou než přímou vzdálenost – např. celkovou délku klikatě se vinoucí cesty, silnice či úseku řeky – budete k tomu potřebovat odlišný postup. Nejsnazší metodou je použití mapoměru, ale svůj účel splní i kousek provázku, drátu či zubní nitě kopírující cestu na mapě, ze kterého potom můžete odečíst vzdálenost na stupnici či pravítku. Žádná z těchto metod ovšem zpravidla nedokáže vystihnout všechny zákruty a zacházky na trase a proto doporučujeme takto získanou vzdálenost navíc zvětšit o dalších 10 procent.

Je-li vaše mapa vybavena sítí tvořenou kilometrovými čtverci, nejjednodušší – jejíž výhodou je, že k ní nepotřebujete vůbec žádné pomůcky – jen odhadnout vzdálenost prostým součtem čtverců sítě. Mějte přitom na paměti, že délka úhlopříčky čtverce o délce strany 1 km je zhruba 1,4 km.

Určení severu:

zeměpisný sever – je na mapách vyznačen čarou zakončenou hvězdičkou

magnetický severní pól – ukazuje buď šipka nebo zkratka MN a sever souřadnicové sítě je vyznačen pomocí křížku či zkratky GN.

9.2 Základní navigační dovednosti

Je mnoho způsobů, jak se zorientovat v přírodě. Vyjmenuji teď jen ty nejpodstatnější, které jsou nezbytné.

Kromě základních dovedností – tj. navigace s pomocí kompasu a mapy – se vám nabízí i možnost navigace podle vodítek poskytovaných přírodou, které zařadím do další kapitoly.

Je důležité ovládat více způsobů navigace, protože, kdo má např. systém GPS nebo busolu, a tento přístroj se rozbije, je důležité se umět zorientovat jinak. Třeba podle Slunce a hvězd. A když se obloha zatáhne, přijde vhod kompas či busola.

9.2.1 Orientační smysl:

V přírodě stejně jako všude jinde je důležité mít orientační smysl. Lze si ho snadno vypěstovat – všimněte si prvků a orientačních bodů v okolní krajině a soustřeďte se na směr, kterým se pohybujete. Není na tom nic tajemného – jde jen o pouhé umění pozorovat. Jakmile začnete být k těmto skutečnostem pozornější, vaší myslí se vedení poznámek o aktuální poloze a směru cesty stane druhou přirozeností.

9.2.2 Zorientování kompasu:

Nejdříve musíte být dobře obeznámeni s busolou a jejími součástmi – deskou, krytem, orientační šipkou, orientačními čarami a šipkou ukazující směr cesty. Jestliže to víte, jdeme dále.

Nezákladnější věcí, kterou můžete s pomocí kompasu provést, je nalezení magnetického severu. Otáčejte krytem kompasu tak dlouho, dokud se na stupnici neobjeví S (000°). Držte kompas vodorovně a nechte střílku ustát. Odstraňte z dosahu všechny kovové objekty, které by mohly funkci kompasu narušit. Červený konec střílky by teď měl ukazovat směr k magnetickému severu.

Natočíme-li teď kompas tak, aby se střílka kryla s orientační šipkou, bude i směrová šipka mířit ve směru magnetického severu.

9.2.3 Stanovení směru k zeměpisnému severu:

Chcete-li určit směr, kterým leží zeměpisný sever, otočte krytem kompasu tak, aby se označení severu na stupnici kompasu nacházelo nad zahroceným koncem směrové šipky. Pak proveďte opravu deklinace stejným způsobem, jako když přenášíte směr z kompasu na mapu. Je-li tedy aktuální deklinace např. 10° západním směrem, nastavte stupnici kompasu na 010°; je-li deklinace 15° východním směrem, nastavte kompas na 345°.

Natočte kompas tak, aby se střelka kryla s orientační šipkou. Šipka ukazující směr cesty bude mířit ve směru zeměpisného severu.

9.2.4 Zorientování mapy:

Mapa by měla být umístěna tak, že pozice objektů zakreslených na mapě odpovídá jejich rozmístění ve skutečnosti, a severní konec mapy leží ve směru zeměpisného severu.

Zorientování mapy jde provést dvěma způsoby:

- pomocí kompasu - použijeme výše uvedený postup pro stanovení směru k zeměpisnému severu. Poté, co provedeme opravu deklinace, přiložte kompas k mapě tak, aby delší strany přístrojové desky byly rovnoběžné s liniemi souřadnicové sítě a šipka ukazující směr cesty mířila k severnímu okraji mapy. Mapou s kompasem nyní otáčejte, dokud severní (červený) konec střelky nebude v zákrytu s orientační šipkou. Vaše mapa je v tomto okamžiku zorientovaná v souladu s okolní krajinou.
- podle orientačních bodů v krajině – sledujte orientační body a charakter krajiny kolem vás a uvádějte je do souvislostí s jejich zobrazením na mapě.

K zorientování mapy podle orientačních bodů stačí vybrat si nějaký význačný bod či prvek krajiny ležící ve směru vaší cesty. Držte mapu před sebou a otáčejte jí tak dlouho, dokud zobrazení vámi zvoleného orientačního bodu na mapě nebude ležet na spojnici mezi vámi a tímtéž orientačním bodem ve skutečnosti.

Je-li mapa správně zorientovaná, můžete uvést další orientační body na mapě spolu

s odpovídajícími objekty v terénu do patřičných souvislostí.

Brzy samozřejmě zjistíte, že vede-li vaše cesta jakýmkoli jiným směrem než severním, je nutné při zorientování držet mapu pod určitým úhlem, šikmo či vzhůru nohama (míříte-li na jih), na což si však lze brzy zvyknout a čtení mapy vám nebude ani v této poloze činit obtíže.

9.2.5 Azimuty a polohové čáry:

Azimut, neboli pochodový úhel, je směr daného bodu, linie či kursu, zpravidla vyjádřený velikostí úhlu, jenž měřený objekt zaujímá vůči severu zeměpisnému, magnetickému nebo severu souřadnicové sítě.

Přímý azimut představuje směr od pozorovatele k měřenému objektu; zpětný azimut se měří opačným směrem, od objektu k místu pozorovatele, z čehož vyplývá, že přímý a zpětný azimut téhož objektu se navzájem liší o 180° . Např. přímý azimut stromu, měřený pozorovatelem, je 320° , zpětný azimut (směr od stromu k pozorovateli) je 140° ($320^\circ - 180^\circ = 140^\circ$).

9.2.6 Z mapy na kompas:

Tuto metodu můžete uplatnit vždy, znáte-li svou polohu a máte-li namířeno k cíli, který se v tomto okamžiku nachází mimo váš dohled, nebo tehdy, hodláte-li se vedením cesty pod určitým kursem vyhnout hrozícímu nebezpečí. Toto je použitelné např. ke stanovení nejkratší cesty přes jednotvárnou pláň či blata, popřípadě míříte-li k cíli ukrytému za stromy nebo za kopcem.

- Přiložte kompas k mapě tak, aby okraj desky kopíroval směr vaší cesty a orientační šipka mířila k jejímu cíli.

- Otáčejte krytem kompasu, dokud orientační čáry nebudou rovnoběžné s liniemi souřadnicové sítě mapy. Značka S na kompasu by měla ukazovat k severnímu okraji mapy. Polohu střelky můžete v této fázi zanedbat.
- Je-li nutné, proveďte opravu deklinace azimutu – východní deklinaci odečítejte a západní přičítejte pootočením krytu o příslušný počet stupňů odpovídajícím směrem. (Vlastníte-li kompas vybavený automatickým kompenzátorem deklinace, můžete tento krok přeskočit.)
- Držte kompas před sebou tak, aby orientační šipka mířila směrem od vás. Otáčejte se na místě, dokud střelka kompasu nebude v zákrytu s orientační šipkou. severní (červený) konec střelky by přitom měl ukazovat stejným směrem, jako severní konec orientační šipky. V tomto okamžiku stojíte čelem ve směru, kterým se nalézá cíl vaší cesty.

9.2.7 Z kompasu na mapu:

K přenesení azimutu, získaného měřením v krajině, jednoduše uplatněte výše uvedený postup obráceně. Můžete jej využít k vyznačení azimutu nějakého orientačního bodu do mapy, za účelem pomocného vodítka pro identifikaci neznámého objektu.

Toto měření se ovšem v jednom bodě zásadně liší. Provádíte při něm totiž měření zpětného azimutu (tj. azimutu VAŠÍ POLOHY vůči zvolenému orientačnímu bodu).

- Držte kompas před sebou tak, aby orientační šipka ukazovala k bodu, jehož azimut měříte. Zaměřte kompas pohledem podél hrany přístrojové desky, abyste dosáhli větší přesnosti.
- Nechte kompas ustálit a natočte kryt kompasu tak, aby se orientační šipka kryla se střelkou. SEVERNÍ konec šipky by však tentokrát měl ukazovat stejným směrem, jako JIŽNÍ (bílý) konec střelky; tím získáte zpětný azimut místo přímého.
- Je-li to nutné, proveďte opravu deklinace – východní deklinaci přičítejte a západní odečítejte pootočením krytu o příslušný počet stupňů odpovídajícím směrem. (S kompasem s automatickým kompenzátorem deklinace můžete tento krok přeskočit.)

- Přiložte kompas k mapě tak, aby se okraj přístrojové desky kryl se zobrazením objektu, jehož azimut měříte. Polohu střelky v této fázi můžete zanedbat. Posuňte kompas tak, aby orientační čáry byly rovnoběžné se severo-jižními liniemi souřadnicové sítě mapy a severní konec orientační šipky ukazoval k severnímu okraji mapy.
- Zakreslete do mapy čáru vybíhající od měřeného objektu ve směru orientační šipky. Ta představuje zpětný azimut a vy se nacházíte v jednom z bodů této přímky.

Důvodem, proč při tomto měření upravujeme polohu orientační šipky podle jižního konce střelky, je, že při tomto postupu si ušetříte práci s měřením přímého azimutu a následným odečítáním 180° pro získání hodnoty zpětného azimutu.

9.2.8 Obcházení překážek:

Při sledování kursu určeného kompasem se může stát, že narazíte na překážku, která vás přinutí dočasně změnit směr cesty. Takovou překážkou může být jezero, útes, neprůchodný kamenitý terén, nebo řeka či strž, kterou lze překročit pouze na místě ležícím stranou sledovaného kursu.

Malé překážky:

Jde-li o překážku rozměrů natolik malých, že můžeme pozorovat situaci na druhé straně překážky – například představuje-li překážku na vaší cestě řeka, kterou je možné překročit po mostě nalézajícím se o něco dále po proudu – lze se za účelem překonání takové překážky uchýlit k následujícímu postupu, využívajícímu pomocného orientačního bodu.

Zadívejte se na druhý břeh řeky a zvolte si libovolný orientační bod, ležící ve směru vámi sledovaného kursu. Poté překročte řeku po mostě a vraťte se zpět proti proudu, dokud nebudete mít vámi zvolený pomocný orientační bod před očima. Vydejte se k němu a pokračujte v cestě sledující původní kurs.

Velké překážky:

U některých velkých překážek, jakými jsou například kopce, útesy nebo neprůchodné oblasti lesa, není možné získat žádnou znalost o tom, jak vypadá situace na druhé straně. V takovém případě budete muset překážku obejít s pomocí kompasu.

Ve chvíli, kdy dosáhnete překážky, změňte nastavení kompasu tak, aby ukazoval kurs ležící v úhlu 90° nalevo či napravo od původně zamýšleného směru, poté se vydejte k nejbližšímu okraji překážky a krokováním stanovte vzdálenost, kterou jste takto urazili. Vraťte kompas do původního nastavení a pokračujte podél překážky, dokud ji neobejdete.

Teď nastavte na kompasu kurs svírající s vaším původním kursem úhel 90° v opačném směru než při první změně nastavení, a odkrojujte tímto směrem stejnou vzdálenost, jakou jste urazili podél překážky na prvním úseku cesty. Nakonec vraťte kompas zpět do původního stavu. (Neil Wilson, 2002, s. 19- 49)

9.3 Navigace podle přírody

- 1) *Orientace podle mechů a lišejníků* - Mechy a lišejníky jsou na severní straně kmene stromu. Není to však nejspolehlivějším ukazatelem směru.
- 2) *Orientace podle slunce*
- 3) *Orientace podle stínu*
- 4) *Určení směru s pomocí hodinek* - Náramkové hodinky s ručičkami lze použít k přibližnému stanovení směru podle Slunce. Natočte hodinky tak, aby malá ručička ukazovala směrem ke Slunci. Směr k jihu najdete tak, že rozdělíte úhel mezi malou ručičkou a dvanáctkou na dvě poloviny. (Platí pro severní polokouli) (Neil Wilson, 2002, s. 69-72)

Existuje ještě mnoho postupů, podle kterých se můžeme orientovat. Vybrala jsem jen ty nejdůležitější.

10. HRA JAKO METODA I VÝCHOVNÝ PROSTŘEDEK

Jedním zaměřením her jsou **hry v přírodě**, které jsou součástí komplexu pohybových her a zahrnují všechny hry a soutěže, které se provádějí v přírodním prostředí a nepatří k samostatným sportům.

Pojem hry v přírodě nahrazuje jiné užívané názvy, jako polní hry, hry v terénu, bojové hry, apod. K tomu se dostanu později.

Ke hrám v přírodě řadíme:

- a) hry, které se realizují s využitím terénu a přírodních předmětů
- b) hry přenesené z tělocvičen a hřišť a improvizované v přírodním prostředí (B.Sýkora a kol., 1986, s. 133)

10.1 Dělení her

Každý autor má jiné dělení her. Jedno z hledisek, podle kterého můžeme členit hry:

- Místo, prostředí i čas, kde a kdy se nejvíce hrají – hry v terénu, lese, na louce, hry v klubovně, hry ve vodě, táborové hry, hry ve městě, noční hry.
- Množství a uspořádání účastníků – hry pro jednotlivce, páry, skupiny, týmy, pro velké skupiny, hry v kruhu.
- Formy a zaměření činnosti – např. soutěživé hry, společenské hry, hraní rolí, hry s pravidly (s určenou strukturou), hry málo strukturované, kooperativní hry, hry na náhodu, pohybové hry, zábavné hry, simulační hry, poznávací hry, psychohry, didaktické hry, hry na koncentraci.
- Použité pomůcky a materiály – míčové hry, stolní hry, hry s maskami, hry s loutkami, výtvarné hry.
- Charakter a trvání činnosti – pomalé, napínavé, časově krátké.
- Náročnost na přípravu a zkušenosti vedoucích – jednoduché bez přípravy, nutnost předcházející zkušenosti, dlouhodobá příprava.

Hry se pak dělí na:

- Seznamovací hry
- Zahřívací a kontaktní hry
- Hrátky a zábavné soutěžení
- Hry na důvěru
- Iniciativní a týmové hry
- Hry na rozvoj komunikace a spolupráce
- Závěrečné hry a rituály
- Hry pro reflexi a závěrečné hodnocení
- Hry s dramatizací nejrůznějších námětů (historie, filmy, romány, události na kurzu, apod.)

S uvedenými typy se prolínají také hry, které se převážně opírají o přírodní prostředí:

- Hry v přírodě
- Ekohry

U nás podává zasvěcené informace dílo M. Zapletala.

Některé hry mám uvedeny v příloze. (J. Neuman, 2000, s. 145)

10.2 Podstatné rysy hry

Hra je pradávným fenoménem, který můžeme chápat v jeho celistvosti jako formu chování živočichů a lidí. Hra je také základní existenční forma činnosti, pomocí níž může člověk měnit sám sebe. Hra se uskutečňuje ze svobodného rozhodnutí a předpokládá plné nasazení každého hráče. Hra má rysy dobrodružnosti, které jsou založeny na objevování a překonávání sebe samého, na momentech překvapení a napětí, neboť jednotlivé fáze hry nejsou beze zbytku předpověditelné. Hru hrajeme tak dlouho, dokud nám přináší zážitky a potěšení.

Hra má zvláštní vztah k životní realitě, ať se od skutečného života odlišuje více, nebo méně, vždy něco ze života napodobuje, zrcadlí nebo modeluje. Hra je prostředím pro aktivní učení, v němž má učící se plnou svobodu pro své chování a objevování nových souvislostí. Hra poskytuje účastníkům bezpečný prostor, v němž jsou chráněni před důsledky svého jednání, což se podstatně liší od neúprosnosti skutečného života, kde člověk musí brát v úvahu materiální i sociální důsledky svého chování. Otevřenost

herních situací dává velký prostor pro pohled na problémy novým způsobem, neopakovatelná atmosféra podporuje získávání cenných zážitků a zkušeností, pomáhá k překonávání ostychu a strachu. Zvyšuje se pocit sebedůvěry. Podporuje tvořivost a fantazii, přispívá k rozvoji motorických schopností a dovedností.

Hra má mnoho společných rysů se sportem a aktivitami v přírodě. Na významu nabývá zvláště tehdy, když ji správně začleníme do programu a kvalitně zhodnotíme.

(J. Neuman, 2000, s. 145)

10.3 Výchovný význam her v přírodě

Nezastupitelný výchovný účinek je u her v přírodě ještě umocněn některými specifickými faktory. Nejdůležitějším znakem, který zvyšuje výchovné působení hry ve srovnání s ostatními tělovýchovnými činnostmi, je její *spontaneita* a vysoká *emotivnost*. Hra je nejoblíbenější formou činnosti dětí mladšího školního věku.

Dobře vedená hra poskytuje řadu výchovných efektů:

- a) Umožňuje pedagogovi pozorovat a hlouběji poznávat jednotlivce. V zápalu hry se každý projevuje přirozeně, odhalí více než při jiné činnosti svůj charakter. Poznání svěřence je základním předpokladem účinné výchovy.
- b) Umožňuje silné působení kolektivu na jednotlivce. Pocit sounáležitosti s kolektivem zvyšuje sebeovládání, spojuje individuality v celek, rozvíjí sociální cítění a učí spolupráci.
- c) Umožňuje rozvoj pohybových schopností se zájmem a intenzitou, jaké běžně nedosáhneme v hodinách tělesné výchovy, a to i u dětí pohybově méně disponovaných a výkonnostně slabších.
- d) Umožňuje maximální využití času pro aktivní pohyb s minimálními nároky na vybavení.
- e) Hry na větších lesních plochách navozují situace, kdy hráč musí samostatně jednat a rozhodovat, prokázat odvahu a houževnatost, učí se dodržovat pravidla i tehdy, není-li pod přímým dohledem.

- f) Hry, v nichž úspěch závisí na konkrétních znalostech a dovednostech, zvyšují zájem o jejich získávání, umožňují jejich prohloubení a upevnění zábavnou formou.

Kromě výchovného a vzdělávacího významu her je nutné zdůraznit i jejich mimořádný efekt v oblasti *aktivního odpočinku*. Hra přináší, kromě pohybové složky, psychické uvolnění, zábavu, napětí, seberealizaci. Hry v přírodě se uplatňují ve školní tělesné výchově jako součást cvičení v přírodě a turistiky, branných cvičení.

(B.Sýkora a kol., 1986, s. 133)

10.4 Výběr hry

Při výběru posuzujeme hru z těchto hledisek:

- ◆ je-li vtipná a zajímavá pro danou skupinu
- ◆ odpovídá-li věku, vědomostem a psychickým i tělesným schopnostem skupiny. Roli hraje i rozdílná mentalita hochů a dívek.
- ◆ odpovídá-li hráčské zkušenosti skupiny
- ◆ máme-li k dispozici odpovídající terén
- ◆ důležitá je i vhodná doba a počasí, uvážíme i celkovou dobu, kterou máme k dispozici, aby hra nemusela být předčasně ukončena

(B. Sýkora a kol., 1986, s. 135)

10.5 Příprava hry

Příprava každé hry je tvořivý proces. Na počátku každé hry stojí námět, idea, motivace nebo legenda, které vytvoří celkový rámec hry. pro další přípravu hry je nutné pevně stanovit rámec, ve kterém se bude hra rozvíjet - prostorové a časové ohraničení, charakter skupiny – počet a stáří hráčů.(J. Neuman, 2000, s.148)

Příprava musí být precizní, dobře promyšlená, včas dokončená. Vedoucí si ujasní a doplní pravidla, určí rozlišení družstev, zapojí do přípravy pomocníky, zajistí všechny pomůcky (včetně náhradních).

Dobrá je pro začátečníky písemná příprava hry:

- seznam přípravných činností (ukrytí zpráv, vyznačení území, úprava stanovišť aj.)
- seznam všech pomůcek pro hru včetně potřeb vedoucího (píšťalka, stopky, papír, tužka, hodinky aj.)
- seznam pravidel
- všechny pokyny ke hře. (B. Sýkora a kol., 1986, s. 136)

Uvedení hry musí předcházet domluva se skupinou, vysvětlení pravidel spolupráce i příprava pomůcek.

10.6 Uvedení hry

Působivým úvodem je vyprávění legendy, na niž se navážou pravidla hry. Motivačně působí také přehrávání scén navozující herní situaci. Skupina může společně vytvořit dílo, které udá zaměření hry. Někdy může přijít ke skupině hráčů „cizinec“, který jim sdělí zaměření a hlavní pravidla hry. Hráči obdrží novinovou zprávu nebo dopis, které budou lemovat celou hru.

Následuje podrobnější popis hry. Osvědčují se jasná a stručná pravidla. Před hrou musí být vyjasněny všechny sporné body, odpovězeny všechny dotazy hráčů. Praktický a srozumitelný je názorný plakát. Sporná místa lze přehrát nanečisto. Hru nesmíme objasňovat v časovém tlaku. Pravidla jasně stanovují hranice pro jednání hráčů, zároveň však musí ponechat určitou vůli pro tvořivé provedení hry. Hráči musí pravidlům rozumět. Některá hra vyžaduje vyrovnanost hrajících skupin, kterou může ovlivňovat vedoucí hry nebo volení kapitáni. Rozdělení do skupin lze provést pomocí her např. *Molekuly*, kdy vedoucí vyvolá číslo označující počet členů hrajících skupin. Družstva hráčů lze určit pomocí hry *Farma zvířat* (nebo *Noemova archa*), kdy vedoucí rozdává papírky s názvy několika zvířat, která se mají pomocí zvuků nalézt. Skupiny lze tvořit losováním, taháním karet, lístků, podle určitých druhů bonbonů, které si vytáhne každý z pytlíku, podle data narození, podle rozpočítávání, podle stejných znaků – barva očí, barva trička apod. Někdy je rozumné provést rozdělení do skupin ještě před vysvětlováním pravidel, ulehčí se tak přebírání rolí ve skupinách.

(J. Neuman, 2000, s. 148)

10.7 Vedení hry

Vedoucí si musí uvědomit, že i když nehraje, je jeho chování hráči pozorováno a slouží často jako příklad. Nasazení vedoucího se projeví i v úspěšném průběhu hry.

Vedoucí hry by si měl zachovávat přehled o průběhu hry. Složitější hry proto nedovolují, aby se vedoucí zúčastnil hry. Může však vystupovat např. v převleku ve zvláštní roli. Vedoucí reaguje pružně na herní situaci, je připraven hru přerušit, upřesnit pravidla, tlumit rivalství, podpořit slabší hráče. Vedoucí se zdržuje výrazně negativních hodnocení výkonů hráčů nebo skupiny. (J. Neuman, 2000, s.149)

Vedoucí musí zajistit naprosto stejné podmínky hrajícím stranám (stejný terén, stejný počet členů v družstvech, náčiní apod.). Pokud to jde, soutěžíme nejméně dvakrát s výměnou rolí, stran, místa, náčiní. (B. Sýkora a kol., 1986, s. 137)

Je důležité si zajistit **prostory hry** - důkladně se seznámit s terénem.

Trvání hry - v dlouhodobější hře musíme dbát na střídání klidu a akce, aby hra neztratila na svém spádu.

Závěr hry - Určení závěrečného bodu hry umožňuje hráčům zakončení jejich role ve hře. Závěr hry by měl pomoci udržet hráčskou atmosféru, soutěživost a nadšení. Hru můžeme uzavřít dokončením vyprávění nebo dohráním scény. Celkové zarámování hry sehrává roli i v závěrečném hodnocení. Spíše než vítězství jedné skupiny bychom mohli postavit do popředí společný prožitek celé skupiny. V příhodný okamžik provede vedoucí zpětné hodnocení hry tak, aby byl všem účastníkům jasný smysl hry i to, co v ní sami prožili a získali. K ukončení hry nezbytně patří i likvidace všech značek a předmětů, které narušují přírodu (krepové papíry, kartičky). (J. Neuman, 2000, s. 149)

10.8 Bezpečnost

Vždy se vedoucí snaží předem seznámit s prostředím, kde budeme hry provádět, bereme v úvahu i noční akce. Označíme možné zdroje nebezpečných situací – skály, lomy, strmé břehy u řeky, ohrazené plochy, silnice aj. máme s sebou vždy lékárničku pro případ první pomoci.

10.9 Ohled na přírodu

Při hrách v přírodě vedeme hráče k tomu, aby respektovali přírodu kolem. Musíme si uvědomit, že každou hrou působíme v přírodě rušivě, snažíme se proto negativní vlivy co nejvíce omezit. Přitom jsou důležité zásady:

- ◆ Respektujeme pravidla ochrany přírody pro danou oblast.
- ◆ Domlouváme se s majiteli pozemků.
- ◆ Vyvarujeme se zbytečnému hluku, nelámeme větve a netrháme květiny.
- ◆ Vyhýbáme se hustým porostům, kde se ukrývá zvěř, zvláště v době hnízdění a vyvádění mladých.
- ◆ Vyhýbáme se nově zalesněným plochám, osetým polím a nepokoseným loukám.
- ◆ Nenecháváme žádné odpadky, vše si odnášíme s sebou. Nepoužíváme žádné sprejové barvy na stromy.
- ◆ Nepoužíváme v terénu automobily. (J. Neuman, 2000, s. 151)

Různé nabídky her naleznete v příloze.

11. TURISTIKA V UČEBNÍCH OSNOVÁCH 1. STUPNĚ ZŠ

11.1 Vzdělávací program Obecná škola

Úkolem tělesné výchovy je zvyšování výkonnosti, ale především vedení k radosti z pohybu a navození potřebných ve své podstatě hygienických návyků nutných ke kompenzaci dnešního i budoucího statického zatížení při práci. Pro získání zájmu dětí o pohybové aktivity, jejich rozvíjení a zajišťování má škola vedle rodiny rozhodující význam. Pohybová aktivita je jedním z nejúčinnějších prostředků kompenzace převážně jednostranného pracovního zatížení žáků ve škole. Proto se doporučuje integrovat TV v co největší míře do jejich denního i týdenního režimu. Je vhodné zavést alternativu se zdůrazněním funkce prožitku pohybu, resp. vlastního těla (např. tanec), což je možné považovat za zpřístupnění TV i méně nadaným, nebo zájmově jinak orientovaným žákům. Vzdělávací program obecná škola doporučuje zrušit klasifikaci TV. Za objektivnější považuje slovní hodnocení. Za rozhodující opatření považuje zavedení unifikovaného motorického testu (UNITEST). Každý žák ho musí absolvovat ve školním roce dvakrát.

Realizace tělesné výchovy na obecné škole představuje své základní formy: *povinnou a zájmovou*.

1. FORMY POVINNÉ:

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| - Tělesná výchova | 2 vyučovací hodiny týdně |
| - Kurz základního plavání | nejméně 20 hodin |
| - Zdravotní tělesná výchova | 2 vyučovací hodiny týdně |
| - Pohybově rekreační program | 25 minut denně podle potřeby |
| - Tělovýchovné chvílky | |

2. FORMY ZÁJMOVÉ:

- | | |
|---------------------------|--------------------------------|
| - Zájmová tělesná výchova | 3 vyučovací hodiny (2x60 min.) |
| - Tanec (taneční výchova) | 2 x 60 minut |
| - Turistika | 2 x 60 minut |

- Základy sportovní specializace
(od 4. ročníku) 2 x 60 minut
- Zdokonalovací plavecký kurz

Významně jsou rozšířeny možnosti pro zdravotně oslabené žáky, zejména v oblasti zájmové TV - turistika, tanec, podle podmínek plavání. Předložený návrh umožňuje využívání místních podmínek škol – např. turistika, kterou může řídit učitel s jinou aprobačí.

(MŠMT ČR: Návrh učebních osnov Obecné školy, Portál, Praha 1993)

11.2 Vzdělávací program Základní škola

Tělesná výchova umožňuje žákům poznat vlastní pohybové možnosti a přednosti i zdravotní a pohybová omezení, rozumět jim, respektovat je u sebe i jiných a aktivně je využívat nebo cíleně ovlivňovat.

Cílem tělesné výchovy je:

- aby si žáci osvojili nové pohybové dovednosti, kultivovali svůj pohybový projev i správné držení těla a postupně usilovali o optimální rozvoj zdravotně orientované zdatnosti;
- aby se žáci orientovali v základních otázkách vlivu pohybové aktivity na zdraví a průceschopnost člověka, v problematice zjišťování potřebných ukazatelů zdatnosti a pohyblivosti a uměli své poznatky využít při začleňování pohybu do denního režimu;
- aby zvládali základní organizační, hygienické a bezpečnostní zásady pro provádění zdravotně vhodné a bezpečné sportovní či jiné pohybové činnosti ve známém i méně známém prostředí;
- kladně prožívali osvojené pohybové činnosti a využívali je s pomocí dospělých nebo samostatně jako prostředek překonávání aktuálních negativních tělesných či duševních stavů a dlouhodobější zdravotní prevence i jako předpoklad pro vytváření trvalého vztahu k pohybovým aktivitám;

- si uvědomovali význam sociálních vztahů a rolí ve sportu a jiných pohybových aktivitách a uměli je využít pro hodnotné pohybové využití i přátelské meziosobní vztahy.

Všechny naznačené cíle by měly ústít do *pozitivního vztahu žáka k pohybovým aktivitám*.

Učivo povinného předmětu tělesná výchova je členěno do samostatných na sebe navazujících etap.

Obsah předmětu tělesná výchova je převážně vyučován v koncentrovaných tematických blocích. Učivo je rozlišováno na učivo *základní* a učivo *rozšiřující*. Učivo základní má učitel pracující podle tohoto programu možnost nabídnout *všem žákům*, aby zajistil naplnění vzdělávacího standartu a konkrétních vzdělávacích cílů. Učivo rozšiřující (nezávazné) má možnost v případě rozšířené časové dotace předmětu, vyšší pohybové úrovně žáků a lepších podmínek školy nabídnout *celé třídě, skupinám žáků nebo jednotlivcům*. Výběr základního i rozšiřujícího učiva je plně v pravomoci učitele, učitel také vytváří konkrétní vzdělávací program pro jednotlivé ročníky (třídy).

Učební plán stanovuje pro tělesnou výchovu ve všech ročnících 2 vyučovací jednotky v týdnu. Zároveň však umožňuje zařazovat i třetí vyučovací jednotku tělesné výchovy.

Turistika a pobyt v přírodě

Učivo tohoto tematického celku je zpravidla realizováno při činnostech v přírodě. Navazuje na poznatky a dovednosti z jiných předmětů. V podstatě jde o jejich aplikaci a spojení s pohybovými činnostmi v přírodním prostředí.

Co by měl žák 1. a 2. ročníku umět (vědět)

- ví, že turistika a pobyt v přírodě patří k nejzdravějším pohybovým aktivitám;
- zvládá základní techniku chůze (i se zátěží);
- umí se připravit na turistickou akci (obléct, sbalit batoh) – i za pomoci dospělých;
- dovede se orientovat v přírodě podle značek a výrazných přírodních úkazů;

- uvědomuje si možná nebezpečí při přepravě, putování, táboření a chová se podle toho (s pomocí učitele);
- dovede ošetřit drobná poranění, dovede pomoci při přípravě a likvidaci tábořiště.

Co by měl žák 3. – 5. ročníku umět (vědět)

- ví, že turistika a pobyt v přírodě je vhodná víkendová a prázdninová činnost;
- umí se převážně samostatně připravit na turistickou akci, naplánovat jednoduchou pochodovou trasu, volit oblečení;
- umí se vhodně chovat v dopravních prostředcích;
- zvládá základy jízdy na kole a chování v silničním provozu jako cyklista i chodec;
- zvládá základní pohyb v mírně náročném terénu (v různém období roku) i se zátěží;
- dovede se orientovat podle mapy (s pomocí učitele);
- umí se chovat ohleduplně k přírodě;
- zvládá základy stavby a likvidace tábořiště, dovede připravit jednoduchý pokrm a nápoj (s pomocí učitele);
- dovede ošetřit i větší poranění v improvizovaných podmínkách;
- dovede spojit turistiku s další pohybovou a poznávací činností a zpracovat o akci jednoduchou dokumentaci.

(MŠMT ČR: Vzdělávací program Základní škola, Fortuna 1996)

11.3 Vzdělávací program Národní škola

Cílem tělesné výchovy je vytvořit kladný vztah žáků ke zdravotně orientované zdatnosti a celoživotní pohybové aktivitě. V rámci mezipředmětových vztahů a v souladu s výchovou ke zdraví a ekologickou výchovou je tělesná výchova chápána jako součást výchovy ke zdravému životnímu stylu. Orientuje se zejména na výchovu ke správnému dennímu režimu s pohybovou aktivitou zaměřenou na dosažení přiměřené úrovně zdravotně orientované zdatnosti a na komplexní relaxaci a regeneraci ve spojení se zdravou výživou.

Bezpečnost didaktického procesu v tělesné výchově zajišťuje učitel. Při pohybových činnostech v přírodě je třeba, aby volil terén a překážky úměrné možnostem žáků. Učitel nebo pedagogičtí pracovníci pověřeni doprovodem odpovídají za bezpečnost žáků při přesunu do místa výuky a zpět. Při výletech a cvičeních v přírodě připadá na jednoho pedagoga nejvýše 25 žáků.

Organizace tělesné výchovy v 1. – 5. ročníku

Tělesná výchova je součástí celodenního programu třídy a není vázána pouze na určitou konkrétní vyučovací jednotku. Její prvky prostupují i jinými vyučovacími předměty a jsou součástí rekreačních přestávek. Učivo není vzhledem k rozdílným podmínkám škol členěno do jednotlivých ročníků.

Náplň jednotlivých vyučovacích hodin stanovuje učitel na základě vlastního rámcového plánu, vycházejícího z konkrétních podmínek školy a fyzické i psychické vyspělosti žáků. Přihlíží přitom k zájmům žáků. Individuální předpoklady a zájmy žáků jsou rozvíjeny v nepovinných předmětech zdravotní tělesná výchova a zájmové pohybové aktivity, jejichž zaměření a obsah stanoví škola a vyučující.

Vzdělávací cíle: postoje, dovednosti a schopnosti, vědomosti (1. – 5. ročník)

Tělesná výchova je organizována tak, aby probouzela v dětech radost z pohybu a zdravou soutěživost. Je zaměřena na rozvoj pohybových schopností, zejména na koordinaci pohybu. Učí děti orientovat se v prostoru a čase. Pěstuje v dětech vůli, cílevědomost, samostatné rozhodování, zdravou rivalitu a snahu vyniknout, ale i smíření se s porážkou a uznání soupeřových kvalit. Pomáhá rozvíjet cit pro spravedlnost, kolegiální i kolektivnost. Navozuje návyky správného držení těla, vede žáky k odhadu své síly a účelné relaxace.

V kmenovém učivu *pohybové činnosti v přírodě* se žáci učí základní turistické dovednosti a vědomosti, učí se základům orientace v přírodě podle mapy a buzoly, jsou schopni určit světové strany, učí se základy bruslení a lyžování.

Na toto kmenové učivo navazuje kmenové učivo pro 6. – 9. ročník ***turistika a pobyt v přírodě***, kdy se žáci učí zásady táboření a pobytu v přírodě, čtení turistické mapy, orientace v přírodě, stavba a rušení tábořiště, zacházení s nožem, pilou, sekerou, chůze v terénu do 20 km, orientační běh, jízda na kole, na pramici, na kánoji, windsurfing, jízda na lyžích, na snowbordu, pravidla silničního provozu pro chodce a cyklisty.

(Vzdělávací program Národní škola, SPN, Praha 1997)

12. CHARAKTERISTIKA KOŽLANSKA

12.1 Charakteristika oblasti

Kožlansko, tj. město Kožlany a přilehlé oblasti se nachází na západě České republiky, a to asi 40 km od Plzně, na rozhraní okresů Plzeň-sever a Rakovník. Je to mírně zvlněný kraj, v němž se střídají mohutné pásy lesů s rozlehlými lány polí a luk. Středem bývalého okresu kralovického protéká malebným údolím prudká říčka Střela. Vlévá se do Mže, která vroubí Kožlansko na jihovýchodě hlubokým, z dálky patrným údolím, za nímž se tímž směrem na obzoru táhnou Brdy. Do Mže se vlévá říčka Javornice, která sytí velký rybník pod Kožlany a protékajíc se směrem k jihovýchodu, přijímá neveliký hradecký a kožlanský potok, potůčky hedecký, hedčanský, krakovecký a tvoří romantické údolí. (Klír, J.; Majer, A., 1966, s. 2)

Kožlany leží na trase silnice II/229, která vede z Kralovic do Rakovníka. Město se nachází v rekreační oblasti v hezkém krajinném útvaru. Rekreační oblast Vožehův rybník je vyhledávanou a navštěvovanou lokalitou, příjemné prostředí v této oblasti využívají mnozí obyvatelé severních a středních Čech, v létě sem zejména ze severních Čech míří stovky houbařů. Vyhledávanými oblastmi pro rekreaci již zmíněné údolí Střely a Berounky.

Základní údaje:

Statistické údaje:

Kožlany patří do Plzeňského kraje a řadí se do okresu Plzeň – sever.

Ke Kožlanům patří okolní obce: Dřevec, Buček, Hodyně a Hedčany.

Kožlany se dělí na pět částí. Jejich katastrální výměra je 2919 ha a je zde 1407 obyvatel z nichž je 706 mužů a 701 žen. Průměrný věk obyvatel je 36,5 let.

Nachází se zde: Základní a Mateřská škola, pošta, ze zdravotnických zařízení je zde praktický lékař a někteří odborní lékaři, nejbližší policie se nachází v Kralovicích, je zde kanalizace, vodovod, plynofikace

Geografické informace:



Nadmořská výška: 413 m
Souřadnice WGS 84: N 49° 59.379´
E 013° 32.892´

Podkladem Kožlanska je útvar prahorní, který se vyznačuje nerosty břidlicí, žulou, svorem, porfyrem a vápencem. Zvětralá žula se mění v ornici ne moc úrodnou. Žula se používá jako štěrk na silnice. Červený porfyr, prostupující pásmo prahorních břidlic, dává zvětráním zásoby ohnivzdorné hlíny, zvláště v okolí Dřevce a Kožlan. Dnes již jsou zásoby vytěženy. (Klír, J.; Majer, A., 1966, s. 2)

vodstvo:

Údolími pod Kožlany protíká Hradecký a Kůzovský potok, který se pod kopcem Angerbach stéká v říčku Javornici. Řeka Javornice se dále vlévá jako levý přítok do řeky Berounky.

Na Kůzovském potoce se rozkládá rekreační středisko s Vožehovým rybníkem, který je vyhledáván ke koupání a rybolovu.

Dalším rybníkem je Farský rybník, který se nachází pod farou.

Doprava:

Je možná autobusová, ale i vlaková.

Historie města Kožlany

Městečko Kožlany vzalo původ za Přemysla Otakara I.. Okolo roku 1230 náležely Kožlany klášteru plaskému, který je koupil od královské komory. Roku 1238 si král Václav I. vzal Kožlany zpět a v náhradu dal klášteru ves Žihli. Václav I. vystavěl lovecký hrádek Angerbach.

Dne 12.8.1351 Karel IV. zvláštním majestátem ves Kožlany povýšil na městečko s právem trhů. Zároveň byly Kožlany přivtěleny k Angebrachu (=Týřov) a s ním ke Křivoklátu, který byl královským hradem. Král Jiří z Poděbrad daroval Kožlany a hrad Týřov Joštovi z Gusidle. Za věrnost a dobré služby udělil král Vladislav II. Joštovi erb a právo založit pivovar.

Za Rudolfa II. patřily Kožlany ke královskému hradu Zbirohu. Listem ze dne 14.2.1600 slevil Rudolf II. kožlanským z dávek. Roku 1601 koupil Kožlany jeho mladší bratr Jindřich Jakub, jenž kožlanským dovolil, aby si postavili radní dům, školu dal pod řízení a ochranu obce.

Třicetiletou válkou Kožlany velice utrpěly. Také ještě kolem roku 1700 se městu vedlo zle následkem nepřátelských pochodů, neúrody a velkých daní. V tu dobu patřily Kožlany Václavu Josefu Lažanskému z Bukové, jenž je od pánů Týřovských koupil roku 1702. Poslední potvrzení privilegií kožlanských stalo se roku 1733 Marií Terezií, tehdejší jejich majitelce Marii Gabriele Lažanské z Chudenic. Roku 1768 obec vyhořela, stejně tak i roku 1773 a 1789.

Roku 1848, jak připomíná kronika, se ustavila také v Kožlanech národní garda, kterou vedl mlynář Václav Zimmerhagl.

V Kožlanech se roku 1884 narodil Eduard Beneš, druhý prezident československé republiky.

Znak města

Když král Vladislav II. obnovoval v roce 1472 povýšení Kožlan na městečko, dal jim zároveň i znak. Vodorovně rozdělený štít nese v horní polovině bílého kozla s černými chlupy od pasu nahoru. Kozel má rohy obrácené vpřed, na předních nohách železné rukavice a v nich drží válečnou sekeru. V dolní polovině jsou střídavě malované čtyři diagonální pruhy, dva bílé a dva modré.



Okolí Kožlan

Kožlany sousedí na západě s městem Kralovice, na severozápadě s Hradeckem, na severovýchodě s Břežany, na východě s Hedčany, na jihovýchodě s Černíkoviciemi a na jihu s Dřevcem. Na sever od města začíná přírodní park Jesenicko. Severovýchodně od města na ostrožně nad soutokem Javornice a Hradeckého potoka jsou zbytky středověkého hradu Angerbach.

Turistické a kulturní zajímavosti

Muzeum Kožlanska (Muzeum dr. Eduarda Beneše)

Toto muzeum se nachází v budově bývalé obecní školy. Je zde expozice věnovaná hrnčířské tradici zdejšího města a nachází se zde také pamětní síň kožlanského rodáka Dr. Eduarda Beneše.

Kostel sv. Vavřince

Kostel sv. Vavřince se nachází v těsné blízkosti výše uvedeného muzea Dr. Eduarda Beneše. Byl založen v letech 1240 - 1250 za krále Václava. Farním kostelem se stal již roku 1283. Roku 1430 byl Tábority zničen. Opraven byl až pány Tyršovskými. Při opravě v roce 1571 byly z původního gotického kostela zachovány jen zdi v základech a gotický presbytář. Pozornost zasluhují původní vzácné gotické malby ze 14. století na omítce klenby a stěn celého presbytáře i na samotném kameni. Byly objeveny teprve roku 1949 a odborně restaurovány spolu s obrazem sv. Vavřince od Petra Brandla.

Zbytky hradu Angerbach

Nepatrné zbytky loveckého hrádku z roku 1240, postaveného na příkaz Václava I. Jednalo se o přechodný typ mezi hradištěm a hradem. Po požáru v roce 1420 se stal zříceninou. Zajímavá je zemní místnůstka na uložení zásob. Kožlany byly založeny v polovině 13. století jako lovecký královský hrádek, který patřil k nedalekému Týřovu. Je to bezvěžový typ hradu.

Tyto zbytky hradu jsou volně přístupné.

Hrad Angerbach stával pod městečkem Kožlany na zalesněném ostrohu obtékaném z jedné strany Javornicí a z druhé Hradeckým potokem. V době existence hradu se rozlévala voda obou toků doširoka a vytvářela pod ním bažinu a nepřístupné údolí. Dnes protíná toto údolí s velkým rybníkem silnice, vedoucí z Rakovníka přes Kralovice do Plzně.

- socha sv. Josefa a socha Madony u předsíně kostela
- radnice čp. 135
- bývalý hostinec u pivovaru čp. 278
- dům s bývalou hrnčářskou dílnou čp. 299
- dům čp. 101 – rodný dům dr. Eduarda Beneše
- areál židovského hřbitova

Kulturní a turistické zajímavosti v okolí Kožlan

Mariánský Týnec - areál bývalého probošství

Mariánský Týnec byl zřejmě původně zemanský dvorec. Při dvorci byla pravděpodobně ves s románskou kaplí, o níž je zmínka již roku 1186. Protože byla kaple zasvěcena P. Marii, nazvali pozdější majitelé ves Týnec Mariánský. Po husitských válkách, kdy byl Týnec spálen, přestavěl opat Adam bývalou kapli v prostornější kostelík. Za třicetileté války byl kostelík zpuštěn a roku 1650 opět opraven. Roku 1680 zde došlo pod vedením Jiřího Radima

ze Dřevce ke vzpouře sedláků proti vrchnosti. Toto dodnes připomíná mohutná lípa na rozcestí v Týnci. Roku 1711 se opat Eugen Tyttl z Dobříše rozhodl postavit zcela nový a velký chrám. Projektantem této stavby byl G. Santini, jeden z nejslavnějších stavitelů té doby. Stavba však byla dokončena až za opata Fortunáta Hartmana, a to roku 1764. Teprve pak byl zbořen starý kostel. Po zrušení kláštera v Plasích docházelo k postupnému chátrání stavby; 17. ledna 1920 se zřítily kopule s freskami. Z příspěvků Spolku pro záchranu Mariánské Týnice byla pokryta většina stavby na ochranu před

nepřízní počasí. Po roce 1950 zde začal pracovat vlastivědný kroužek na obnovách místností pro muzeum, ve kterých pak vyrostlo okresní muzeum Plzeň-sever, dnešní Muzeum a galerie severního Plzeňska. V posledních letech probíhá rekonstrukce celého areálu, jejíž vrcholem by mělo být obnovení hlavní kupole.

Muzeum a galerie severního Plzeňska

Tato instituce se nachází v areálu bývalého kláštera v Mariánském Týnci. Její nedílnou součástí je stálá expozice vývoje severního Plzeňska a pamětní síň sochařky Marie Uchytlové. Během roku se zde pořádá několik výstav, odborných seminářů, koncertů a dalších kulturních akcí.

Další turistické zajímavosti

Mezi další zajímavosti v okolí města patří perla západočeského baroka - město Manětín s ojedinělým souborem figurálních plastik a barokním zámekem, dále nejmenší město v Evropě - Rabštejn nad Střelou, Plasy s klášterním konventem a barokní obrazárnu nebo zříceniny hradů Krašov a Libštejn v údolí řeky Berounky. V okolí města jsou samozřejmě značené turistické trasy, všechny výše uvedené lokality jsou navíc dostupné i pro cykloturisty.

Známí kožlanští rodáci:

Dr. Eduard Beneš – druhý československý prezident

Vojtěch Beneš - politik

Antonín Šnajdauf - básník

Josef Klír - malíř

Antonín Krátký

Josef Holý – hudební skladatel

Václav Levý - sochař

Václav Kopta – houslový virtuos

Josef Čapek – předseda pařížského Sokola

(<http://www.magics-h.cz/Kozlany/>)

13. PŘEHLED NAVRŽENÝCH TURISTICKÝCH TRAS

13.1 Za historickými budovami Kožlan

Délka trasy: 1 km

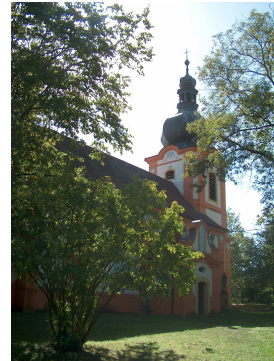
Trasa určená pro: pěší

Forma trasy: vycházka

Obtížnost trasy: minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Staré lázně** – Jsou zde od roku 1891. Byly to vanové lázně. Na tehdejší dobu to byl obrovský pokrok a díky nim městečko daleko pokročilo.
- 2) **Stará škola = muzeum**
- 3) **kostel sv. Vavřince + socha sv. Josefa a socha Madony u předsíně kostela** - Kostel sv. Vavřince se nachází v těsné blízkosti výše uvedeného muzea Dr. Eduarda Beneše. Byl založen v letech 1240 - 1250 za krále Václava I. Farním kostelem se stal již roku 1283. Roku 1430 byl Tábority zničen. Opraven byl až pány Tyršovskými. Při opravě v roce 1571 byly z původního gotického kostela zachovány jen zdi v základech a gotický presbytář. Pozornost zasluhují původní vzácné gotické malby ze 14. století na omítce klenby a stěn celého presbytáře i na samotném kameni. Byly objeveny teprve roku 1949 a odborně restaurovány spolu s obrazem sv. Vavřince od Petra Brandla.
(<http://www.magicsh.cz/Kozlany/>)
- 4) **socha sv. Jana Nepomuckého** z roku 1737 východně od kostela
- 5) **fara**
- 6) **radnice čp. 135**
- 7) **bývalý pivovar** - dnes se v budově nachází městská knihovna

Popis trasy:

Od školy se vydáme vpravo směrem na Kralovice, až dojdeme k poště. Pod poštou zahneme vlevo a druhý dům jsou **staré lázně** (0,2) - pokračujeme vlevo uličkou kolem domů a pak ulicí Dr. Eduarda Beneše až ke **staré škole**, kde je dnes muzeum (0,5). Zde se nachází i **kostel sv. Vavřince** u kterého nalezneme **sochy sv. Josefa a Madony** u předsíně kostela a **sochu sv. Jana Nepomuckého** východně od kostela. Od kostela pokračujeme po cestě vpravo, kde se nalézá **fara** (0,55). Vrátime se zpět ke kostelu, kde sejdeme po cestě z kopce na malé náměstíčko. Před námi stojí kožlanská **radnice** (0,7). Vydáme se zpět směrem ke škole a cestou mjíme vlevo **bývalý pivovar** (dům s věžičkou)(0,75), který dnes slouží jako městská knihovna. Dojdeme opět ke škole.(1 km)



fara



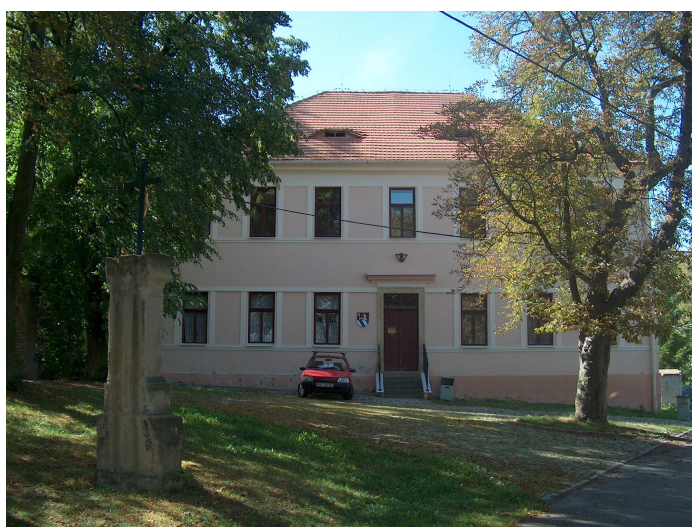
bývalý pivovar



radnice



muzeum - stará škola



muzeum

Trasa č. 1 – 1 km



13.2 Po stopách Eduarda Beneše

Délka trasy: 1,5 km

Trasa určená pro: pěší

Forma trasy: vycházka

Obtížnost trasy: minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Rodiště Dr. E. Beneše**
- 2) **Busta Dr. E. Beneše**
- 3) **Muzeum**, v němž je jedna místnost určena Dr. E. Benešovi

Muzeum dr. Eduarda Beneše je umístěno v budově bývalé obecní školy. Dozvíte se zde o hrnčířské tradici města a prohlédnete si pamětní síň kožlanského rodáka Dr. Eduarda Beneše.

Popis trasy:

Od školy se vydáme vpravo směrem na Kralovice, až dojdeme k **rodišti Dr. E. Beneše** (na domu je pamětní deska) (0,2) – pokračujeme v cestě dál - odbočíme vlevo do parku k **bustě** (0,5) – Projdeme parkem směrem k sokolovně, po 40m odbočíme vpravo na ulici Dr. E. Beneše - vlevo a po silnici jdeme až k **muzeu** (1,2) – u muzea zahneme vlevo dolů na náměstíčko k hlavní silnici (1,3)- odbočíme vlevo na chodník, po kterém dojdeme až ke škole (1,5) (po cestě mineme městskou knihovnu)

Pozn. : Kdo bude mít chuť, může z náměstíčka dále pokračovat na křižovatce vpravo směrem na Chříč, kde asi po 400m dojdeme po silnici ke hřbitovu, v němž nalezneme hrob rodičů Dr. Eduarda Beneše. Potom pokračovat zpět ke křižovatce na níž zabočíme vlevo. Dojdeme až ke škole.



pamětní deska



muzeum



hrob rodičů Dr.E. Beneše

Trasa č.2 – 1,5 km



13.3 Po stopách hrnčírů

Délka trasy: **2,9 km**

Trasa určená pro: pěší

Forma trasy: vycházka

Obtížnost trasy: minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti na trase:

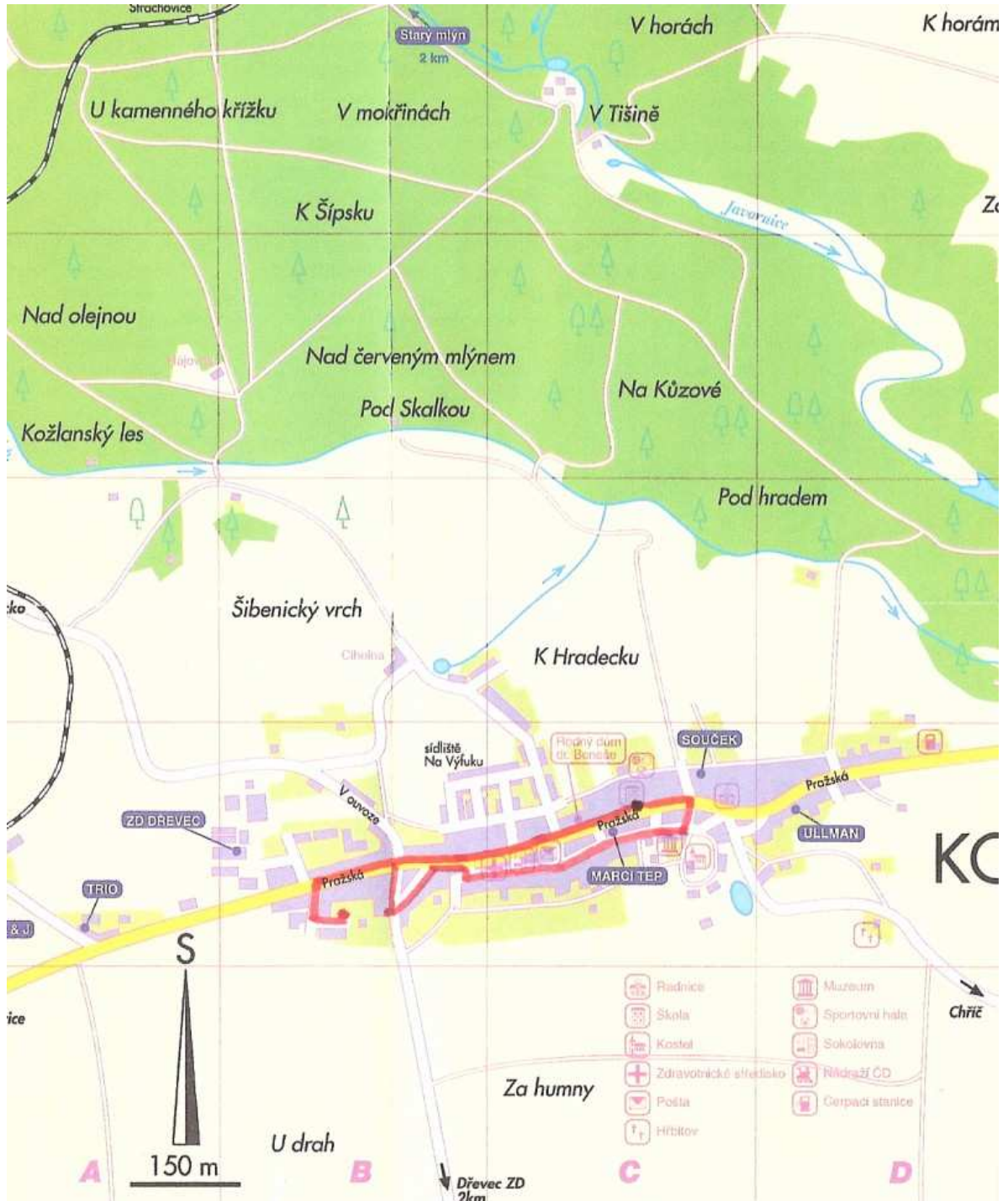
- 1) **soukromé hrnčířství pana Rabštejnka** – po dohodě je možnost návštěvy a ukázky.
- 2) **Keramo Kožlany**
- 3) **Muzeum** – Dříve tato budova bývala stará škola a později zde bylo založeno muzeum Dr. E. Beneše. Jedna místnost je určena keramice.

Popis trasy:

Od školy jdeme směrem na Kralovice – v horní části Kožlan odbočíme vlevo do ulice Na Mazancích (0,9), kde skoro na konci ulice odbočíme u cedule Hrnčířství vlevo (1,0), po 70 metrech dojdeme k soukromému **hrnčířství pana Rabštejnka**. – vrátíme se zpět na křižovatku, kde zahneme vpravo a pokračujeme po silnici (1,3) - odbočíme vpravo směrem na Dřevce (1,5) - dojdeme ke **Keramu** (1,6) - po pár metrech odbočíme u autobusové zastávky vlevo na cestu, kterou dojdeme až k parku – projdeme jím, odbočíme vpravo do ulice Dr. E. Beneše kterou dojdeme k **muzeu** (2,6) – od muzea vlevo, dojdeme na hlavní silnici na níž zabočíme vlevo na chodník – škola (2,9)



Trasa č. 3 – 2,9 km



13.4 Za krásami Plas

Délka trasy: 3,3km

Trasa určená pro: pěší turistiku, ale kdo chce, dá se jet i na kole

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: nenáročná

Výchozí místo trasy: Plasy u autobusové zastávky

Cílové místo trasy: Plasy u autobusové zastávky na Kralovice



Zajímavosti:

- 1) **Plasy** – viz níže
- 2) **Hrobka Metternichů** - Původně gotický kostelík sv. Václava, který byl za opata O. Trojera r. 1690 přestavěn do slohu barokního. R. 1824 byl za kancléře Metternicha upraven do slohu empírového.
Kníže Metternich kostelík použil pro zřízení své rodinné hrobky.
- 3) **Kostel Nanebevzetí Panny Marie** - Přístupný po dohodě s farářem. Stavba zachována na původním románském půdorysu včetně románského zdiva (asi 1/3 hmoty).
Kostel zdobí Hlavní oltář z r. 1666 s bohatou figurální výzdobou od J. Škréty. Dále severní transept s dvěma oltáři a jižní transept také s dvěma oltáři.
Velmi významným prvkem jsou řezané lavice a zpovědnice z doby opata Trojera. Mezi další skvost patří raně barokní varhany z dílna A. Starcka.
- 4) **Sýpky** - Velice zajímavá je budova sýpky s raně gotickou královskou kaplí sv. Václava a sv. M. Magdalény. Budova sýpky je barokní, třípatrová, zve střední části s věží s barokním hodinovým strojem ze 17. století. Věž je vysoká 47 metrů a je ukončena trojitou helmicí s dvěma lucernami, kde jsou umístěny zvony.
- 5) **Konvent** - K nejunikátnější části kláštera patří budova konventu. Barokní přestavba byla dokončena v roce 1739. Na úpravách se podíleli tehdejší významní stavitelé a umělci Carlo Lurago, Jan Baptista Mathey, Jan Blažej Santini (1677 -1723), Petr Brandl, Matyáš Bernard Braun a Karel Škréta. Celý konvent je postaven na dubových pilotách (jejich množství se odhaduje na 5100 ks), na kterých je položen rošt z dubových trámů. Unikátní větrací a především přetlakový vodní systém udržuje dubovou konstrukci neustále pod vodou, aby byla zachována její pevnost a stabilita. Autorem celého návrhu by J. B. Santini.
V prohlídkovém okruhu je možné shlédnout ambitové chodby, dvě kaple (sv. Bernarda a sv. Benedikta), nemocniční křídlo, barokní pisoáry, knihovni sál, čítárnu a zimní refektář.
- 6) **Pivovar, pila a mlýn**
- 7) **hospodářský dvůr s věží sv. Floriána** - na věži nalezneme sluneční hodiny
- 8) **Stará huť + socha sv. Jana Nepomuckého** - Socha sv. Jana Nepomuckého je umístěna před budovu bývalé plaské hutě, ve které je výstavní síň plaské litiny. Výstavní síň byla za velké účasti plaských občanů (verkováků), zástupců Plzeňského kraje a Národního památkového ústavu slavnostně otevřena dne 26.5.2005. Od tohoto dne je výstavní síň otevřena i pro širokou veřejnost. Autorem expozice je Karel Rom. (<http://www.plasy.cz/Sekce/Pamatky.aspx>)

- 9) **Rostlinná a živočišná říše**
- 10) **Řeka Střela** – pramení u Prachomet ve výšce 678 m, ústí do Berounky, délka toku je 97,4 km.
- 11) **Studánka Prelátka** – Je to hlubinný pramen, který je místními lidmi nazýván také „Prdlavka“. Má vynikající minerální složení a je to pitná voda i pro kojení. Sloužila po 646 let Plaskému klášteru, pak panství V.K.L. Metternicha ale i pracujícím na Velké louce. V současné době byla v 70 letech minulého století znovu objevena studenty gymnázia v Plasích, v 80 letech se o ni postaral pan Miloslav Patejdl a v roce 2003 obnovu studánky realizoval pan Pavel Vorlík z Kožlan. Patronát nad studánkou má v současné době Mateřská škola v Plasích.
- 12) **U rybníka nalezneme na stromě vodníka, u něhož je krásná pověst.**

Naučná stezka v Plasích měří 3250 m a má 9 informačních stání a 4 přírodní fitcentra.

Informační stání: 1. Historie Plas

2. Historie kostela sv. Václava, sýpky a konvent

3. Historie pivovaru, prelatury, pily a mlýna

4. Plaská litina

5. Charakteristika rostlinné říše – flóra

6. Řeka Střela a povodně

7. Živočišná říše – fauna

8. Velká louka – anglický park

9. Přírodní zajímavosti severního Plzeňska

F – Fitcentrum

Popis trasy:

Pro upřesnění zde popis uvádím, jinak se stačí orientovat podle turistického značení.

Z Kožlan se autobusy dostaneme přímo do Plas (přestupujeme v Kralovicích).

Naše pěší trasa začíná u autobusové zastávky za mostem (naproti spořitelně), kde je informační tabule číslo 1. Vracíme se zpět směrem na Kralovice, přejdeme most a dojdeme po pravé straně k druhé informační tabuli, kde nalezneme **Hrobku Metternichů** – odbočíme vlevo mezi **klášter a sýpku**. Zde se už vydáme po *žluté turistické značce*. – Projdeme kolem **zámku** – inform. tabule číslo 3, vyjdeme nahoru na silnici a vydáme se vlevo. Přibližně po 60 m dojdeme ke **staré hutí** (1,2), kde je informační tabule číslo 4. Podejdeme huť a po silnici dojdeme po 600 m k inform. tabuli číslo 5. kousek se vrátíme a po pravé straně přejdeme lávku přes řeku Střelu. Zde je šestá inform. tabule (2,05) - vydáme se vlevo, kde už jdeme po lesní cestě – dojdeme ke **studánce Prelátce**, kde teče pitná voda a po přejití lávky se nalézáme u sedmé informační tabule. (2,4)- vlevo se vydáme po nádherné lesní cestě až dojdeme k velké louce (inform. tabule 8). Zde nalezneme i informace ke studánce (2,9)- cestou dojdeme k deváté inform.tabuli- stále pokračujeme po silničce - nepřecházíme lávku, projdeme kolem jezu a dojdeme až k parkovišti, naproti němuž je autobusová zastávka směrem na Kralovice. (3,3 km).

Poznámka: Je to nádherná cesta, která je převážně v přírodě a najdeme zde i louky, které se dají využít k hraní her.

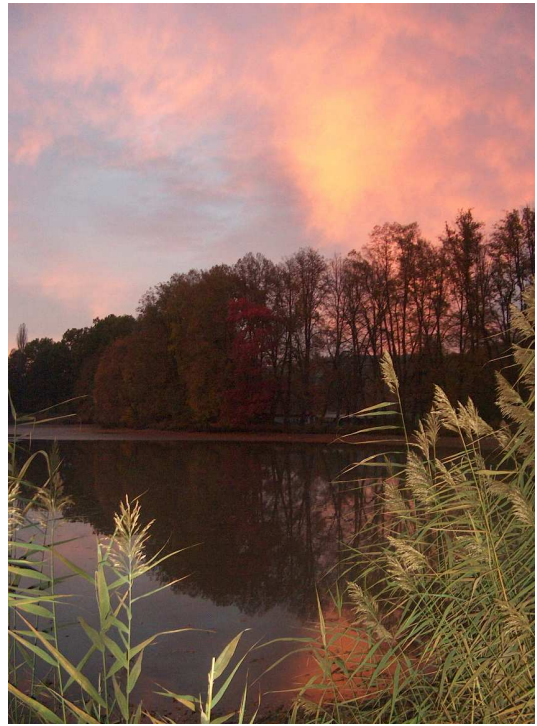
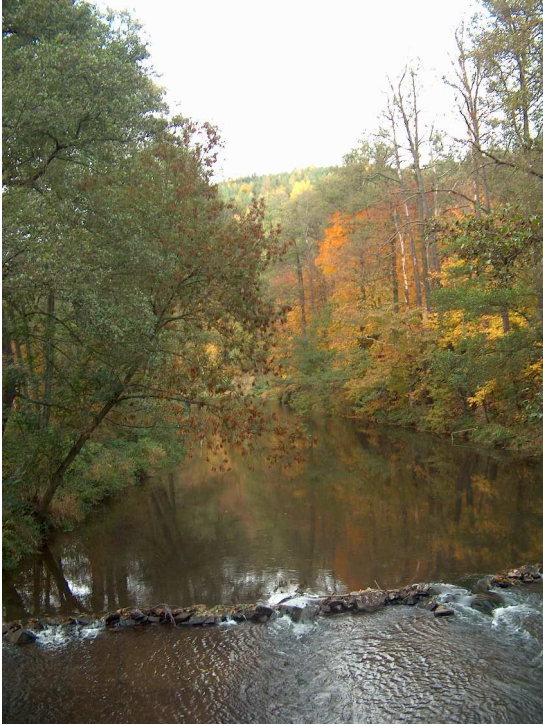
Historie Plas:

Město Plasy je situované 20 km severně od Plzně. Leží v dlouhém údolí vytvořeném řekou Střelou. Základem sídelního vývoje Plas byl knížecí dvorec, který kníže Vladislav II. věnoval r. 1144 nově založenému cisterciáckému klášteru, do něhož přišli řeholníci z bavorského Langheimu. Odlehlost místa položeného v údolí u řeky vyhovovala cisterciáckým řádovým požadavkům. Konventní kostel a konvent byl budován v letech 1154 – 1204. Z bohaté výzdoby slohového období románského zbývají části zdiva kostela Nanebevzetí Panny Marie a královské kaple a části hospodářského dvora. Klášter byl do husitských válek na vzestupu a ovládal již ve 14. stol. 70 vesnic. Kolem kláštera vznikla ves. V době reformace klášter živořil, obrat nastal až po třicetileté válce. Barokizace konventního kostela, pobořeného ve válkách, proběhla kolem r. 1661 – 68 ještě velmi střídmě. Následovala výstavba sýpek a prelatury. Za opata Eugena Tyttla (1700 – 1738) se staly Plasy jedním z vedoucích center stavební kultury v Českém království. Dokladem toho je monumentální výstavba v Plasích a okolí. Opati zde vybudovali rozsáhlý areál, který lze právem nazvat perlou západních Čech. Po zrušení kláštera v r. 1785 zůstaly centrem panství Náboženského fondu, později panství K.V.L. Metternicha. Utilitaristické zásahy Metternichů vedly k částečné destrukci menších klášterních architektur a ke změně komunikace procházející městem. Metternich zde vybudoval rodinnou hrobku a huť na litinu. Ve 20. stol. se postupem času z Plas stává centrum kultury, školství a turistického ruchu. Sídlo se výrazně rozrůstá a v roce 1960 dostává statut města. V současné době jsou Plasy centrem mikroregionu Dolní Střela a východiskem mnoha turistických a cykloturistických tras. Historické památky evropského významu a krásná příroda vytvořily z Plas nejvýznamnější centrum turistického ruchu severního Plzeňska.



Plasy r. 1712

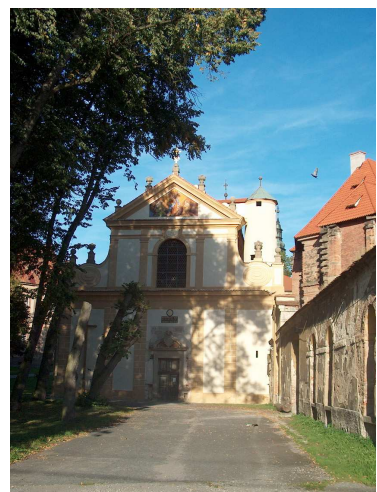
Dle rytiny P. Mauritia Vogta



studánka



Hospodářský dvůr



kostel sv. Václava



zámek



stará huť

13.5 Putování za králem Václavem I.

Délka trasy: **3,9 km**

Trasa určená pro: pěší turistiku

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Angerbach** – lovecký hrádek krále Václava I. Nepatrné zbytky loveckého hrádku z roku 1240, postaveného na příkaz krále Václava I. Jednalo se o přechodný typ mezi hradištěm a hradem. Po požáru v roce 1420 se stal zříceninou. Toto místo je volně přístupné.
(<http://www.hrady.cz/index.php?OID=110>)
- 2) **Kožlanský vodopád** – je to odtok Vožehova rybníka.
- 3) **Vožehův rybník** - Vožehův rybník vznikl přehrazením toku Javornice 1 km východně od Kožlan. Je oblíbeným výletním letním místem nejen obyvatel Kožlan. U rybníka se nachází rekreační zařízení.
- 4) **U Křížku**

Popis trasy:

Kožlany (škola) - po 100 m vlevo, projít brankou – rovně polní cestou – pod serpentýnami zahne vpravo na luční cestu (0,9), kterou dojdeme až do tábora – na konci tábora vlevo přes lávku (1,4) – pokračujeme po pravém břehu Hrádeckého potoka asi 200m – odbočit vlevo na lávku (1,6) – rovně cestou lesem – na vrcholu kopce zabočit vpravo na úzkou pěšinu (1,8) – projdeme kolem posedu až dojdeme k místu, kde na dvou kopcích stával **lovecký hrádek Angerbach** (2,2) – sejeme kopec po pěšině dolů k chatám(2,3) – vlevo kolem tenisového kurtu dojdeme po 100m ke **kožlanskému vodopádu** – vrátíme se zpět k tenisovému kurtu (2,5) - přejdeme můstek a pokračujeme vpravo po silnici (2,6) – vpravo po „nadbíhače“ do kopce (2,8) – zahne opět vpravo a jdeme po pěšině kolem silnice až na začátek Kožlan k benzínové pumpě (3,2) – před benzínovou pumpou vpravo na polní pěšinu - asi po 50 m odbočíme vlevo. Touto cestou dojdeme zadem ke škole (3,9)

Poznámka: Od vodopádu vyjdeme nahoru k Vožehovu rybníku, kde je možnost občerstvení a koupání.



Bližší podrobnosti o historii hradu Angerbach:

Hrad Angerbach stával pod městečkem Kožlany na zalesněném ostrohu obtékaném z jedné strany Javornicí a z druhé Hradeckým potokem. V době existence hradu se rozlévala voda obou toků doširoka a vytvářela pod ním bažinu a nepřístupné údolí. Dnes protíná toto údolí s velkým rybníkem silnice, vedoucí z Rakovníka přes Kralovice do Plzně.

První zmínka o Kožlanech je z r. 1230, kdy je král Václav I. postoupil cisterciáckému klášteru v nedalekých Plasích za 200 hřiven stříbra. V r. 12380 však vyměnil Kožlany s plaským klášterem za ves Žihli. V příštích letech zde dal postavit lovecký hrad, uvedený v pramenech poprvé v l. 1240 a 1245 pod jménem Nový hrádek, ale r. 1250 již Angerbach. R. 1313 držel ve Kožlany Ota z Kožlan, snad levoboček Viléma Zajíce z Valdeka. Ota byl pravděpodobně i správcem hradu, kde snad i sídlil. R. 1351 povýšil Karel IV. ves Kožlany na městečko s právem týdenního trhu. Tehdy sídlil na hradě purkrabí. V r. 1360 postoupil Karel IV. hrad Angerbach a městečko Kožlany s vesnicemi Zavidovem, Chmelišťnou, Vsesulovem, Broumy, Újezdcem a Mlečicemi za 1000 kop grošů rýnskému knížeti Janovi, levobočku bavorského vévody Rudolfa II.

V r. 1361 však náležely Kožlany s Angerbachem opět Karlu IV. Po jeho smrti v r. 1378 připadly pod správu královského hradu Týřova. R. 1422 připsal král Zikmund celé Křivoklátsko i s Týřovem přednímu vůdci katolické strany Alešovi Holickému ze Šternberka. Proti němu podnikali až do r. 1424 výpady husitští hejtmané bratři Absolon a Žibřid, pocházející z Chříče nedaleko Kožlan. V těchto bitkách byl pravděpodobně vypálen i hrad Angerbach pod Kožlany a od té doby je zříceninou.

Hrad pod Kožlany je uváděn v listinách, knihách a katastrálních mapách pod jménem Angerbach, Angerpach nebo Handrbach či Handrboch. Tuto zříceninu zakreslil na své mapě Chorographia totius domini Plassensis M. F. Vogt, řeholník kláštera v Plasích (zemřel 1730). Také J. Schaller uvádí „rozpadlý Angerpach“ s Kožlany. Jeho existenci obšírně zdůvodnil a popsal V. Kočka v l. 1918 a 1930.

Protože však rovněž hrad Týřov nad Mží, pod jehož správu náležel hrad Angerbach u Kožlan od r. 1361, byl uváděn pod německým jménem Angerbach, docházelo k častým záměnám. Teprve archeologický průzkum pod vedením dr. Tomáše Durdíka z Archeologického ústavu ČSAV dosvědčil, že Angerbach u Kožlan byl na rozdíl od středověké pevnosti Týřova jen loveckým hradem.

Angerbach u Kožlan byla hrázděná stavba, opevněná příkopy a sypanými valy, které jsou dokladem přechodu slovanského hradištního opevnění ke středověkému. Obytná budova byla postavena na špicí ostrohu a odděloval ji příkop a val, na němž stála jiná budova, chráněná dalším příkopem a valem. Přes příkopy vedly dřevěné mosty. Vstup do hradiště byl pouze ze západní strany, z lesa zvaného Královská hora. Dnes je celé hradiště zarostlé jehličnatým lesem, vysázeným r. 1891, a základy hradu jsou přikryty nánosem hlíny a jehličí. Kámen ze zříceniny byl rozebírán a využit na stavbu obecního mlýna pod Angerbachem a na jiné stavby. Dosud jsou však dobře zachovalé valy a příkopy. (<http://www.hrady.cz/index.php?OID=110>)



kožlanský vodopád :o)



Pohled na Angerbach

13.6 Židovský hřbitov

Délka trasy: 4,2 km

Trasa určená pro: pěší turistiku

Časový typ: 4 hodiny

Obtížnost trasy: náročnost minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy

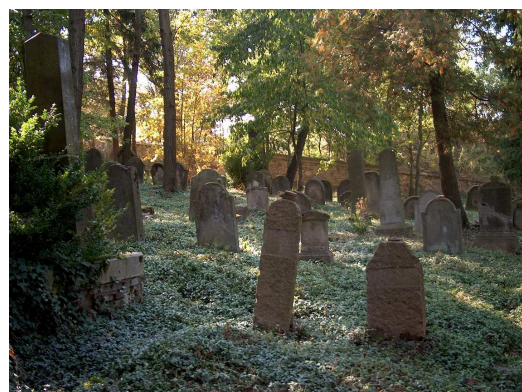


Zajímavosti:

- 1) **Cihelna**
- 2) **Židovský hřbitov** - Židovské osídlení je tu doloženo před rokem 1672 a pravděpodobně okolo roku 1700 byl založen zdejší židovský hřbitov. Na ploše hřbitova, ohrazené dochovanou zdí, je několik desítek náhrobních kamenů starých i novějších.(URL - <http://www.turisturaj.cz/?cid=185&idsubjekt=P069>)
- 3) **lom = Šibeniční vrch**

Popis trasy:

Od školy směrem na Kralovice se vydáme až k odbočce vpravo na Vejfuk (0,2) – po cestě rovně až dojdeme ke **staré cihelně** (1,2) - pokračujeme po cestě a na další odbočce zahneme vlevo k **židovskému hřbitovu** (1,5) kam dojdeme po 100 m – vydáme se vlevo po cestě kolem tajemných zdí hřbitova, která nás zavede do **lomu**, kde byl dřív **Šibeniční vrch** (1,7) – po cestě do kopce dojdeme na asfaltovou silnici, na níž se dáme vlevo a jdeme až na hlavní silnici – vydáme se opět vlevo (2,2) – po této silnici dojdeme až do Kožlan (3,2) – na křižovatce odbočíme vlevo směrem na Rakovnick (3,5) – škola (4,2)



židovský hřbitov

Židovský hřbitov v Kožlanech

Přesto, že je ze všech jmenovaných nejrozsáhlejší a velmi dobře zachovaný, příliš se o něm neví. Nalézá se na svahu Šibeničního vrchu, severně od horní části městečka. Větší část kopce je dnes vyhlodána těžbou kamene, severní úbočí je však zarostlé lesíkem, uprostřed kterého, ohrazen kamennou zdí, je hřbitov ukryt. Sloužil jako místo posledního odpočinku příslušníků zdejší komunity, ale i židovským obyvatelům soustředěným v okolních vsích.

Vznik židovské obce v Kožlanech spadá podle Václava Kočky do období po třicetileté válce. Na přelomu 17. a 18. století zde žilo šest rodin v šesti domech, celkem 45 osob. Obec měla vlastního učitele. V té době bylo zřejmě založeno i pohřebiště na Šibeničním vrchu, konkrétní zprávy však chybí. V kožlanské gruntovní knize z let 1738-1796 je zapsána kupní smlouva mezi obcí a Josefem Popperem, podle které 22. prosince 1788 kupují židé na věčné časy od obce kožlanské za 50 zlatých místo pod Šibeničním vrchem, které "již dříve užívali". Podle jiného zápisu v písemnostech městského archivu pak v roce 1821 prodal kožlanský měšťan Jakub Škudera židovské obci za 31 zlatých 436 sáhů pole na rozšíření hřbitova. V obou případech však partnerem pro jednání byla židovská obec v Kůzové, nikoliv v Kožlanech. Pro vysvětlení se musíme vrátit na počátek 18. století.

Městečko Kožlany náleželo k panství chříčskému, které roku 1701 koupil majitel Manětína Václav Josef Lažanský. Po jeho smrti v r. 1715 dědila majetek vdova Marie Gabriela, rozená Černínová z Chudenic, se syny. V roce 1733 pak došlo k porovnání - synové dostali Manětínsko a vdova panství chříčské.

Marie Gabriela neměla židy v oblibě. Svou roli zde snad sehrály okolnosti kolem vraždy Šimona Abelese a údajné vazby této ve své době velmi známé a v protižidovské propagandě náležitě využitě události na Manětín. Židé byli obviňováni i ze založení požáru města v roce 1712. Hraběnka židy z Manětína vykážala a později ve své pozůstalosti stanovila, že je zde žádný držitel nesmí trpět. Je ovšem nutno poznamenat, že různá diskriminační opatření postihovala židovské obyvatelstvo v té době všeobecně - připomeňme například tzv. numerus clausus a familiantský zákon z let 1726-1727, vymezující nejvyšší povolený počet židovských rodin v Čechách i na Moravě či omezující právo uzavřít sňatek jen na nejstaršího syna z rodiny. I když v případě události v Manětíně je záměna příčiny a důsledku zřejmá, Marie Gabriela zcela v duchu doby na svém protižidovském stanovisku nikdy nic nezměnila, a když se stala majitelkou Kožlan, stali se židé nevídanými i zde a městečko byli nuceni opustit. Nestěhovali se však daleko - podle Kočky dílem do Kůzové, dílem do Strachovic. Protože obě tyto vsi jsou pro židovské osídlení oblasti významné, zmíníme se o nich podrobněji.

Strachovice náležely ke statku šipskému. V roce 1670 koupil Šípy Jan Antonín Mund na Slabcích a vystavěl na místě za husitských válek zaniklé vsi Hluboká poplužní dvůr, mlýn a dvě chalupy, ve kterých usadil židovské rodiny. V roce 1698 se stal majitelem Jiří František Strachovský a místo dostalo dnes užívané jméno Strachovice, ale ještě v polovině 19. století se užívalo i názvu Židovna - Judenhäuser. Další majitel, Karel



lom

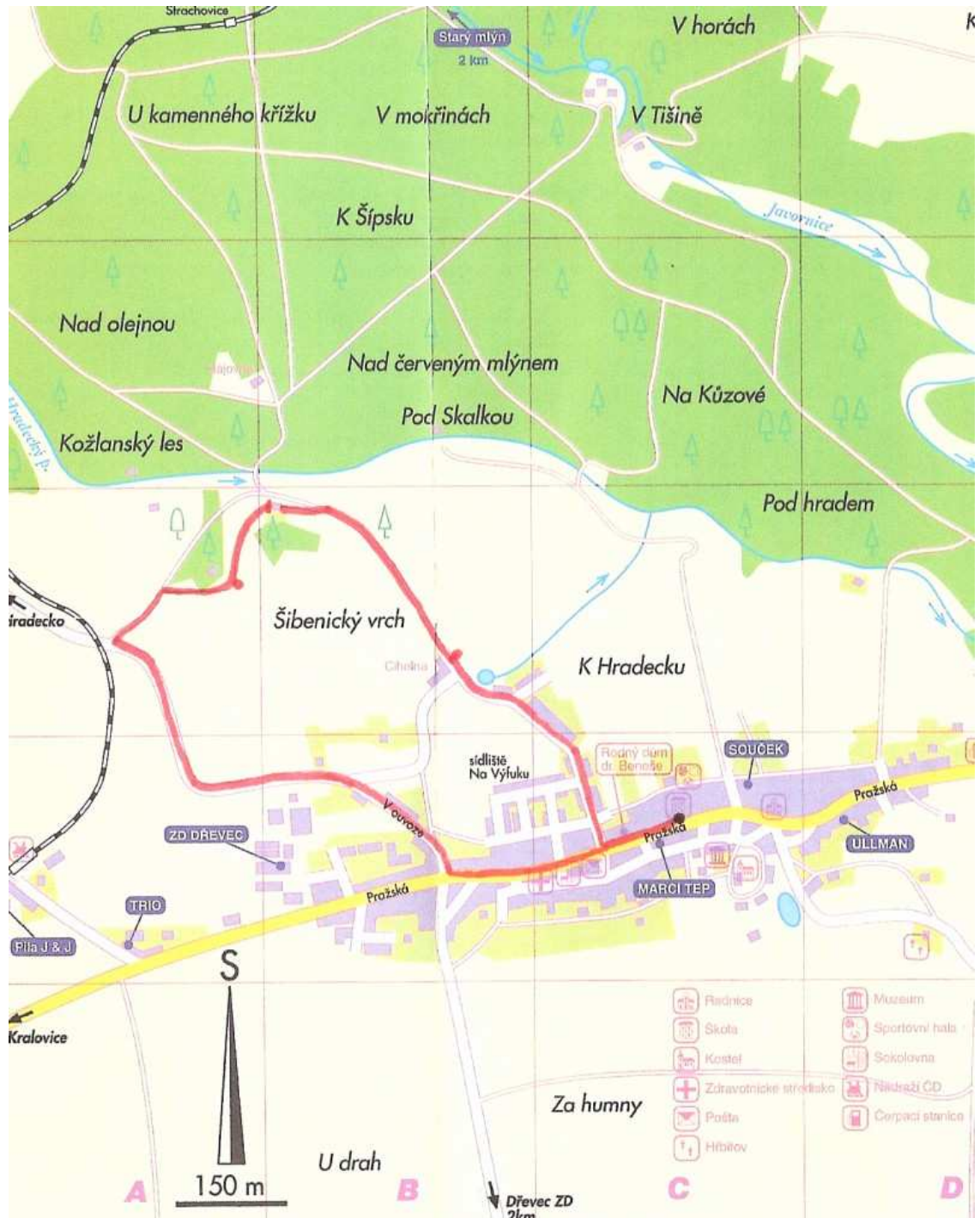


cihelna



šibeniční vrh = lom

Trasa č. 6 – 4,2 km



13.7 Územím trilobitů

Délka trasy: 5,3km

Trasa určená pro: pěší turistiku

Časový typ: polodenní výlet

Obtížnost trasy: střední

Výchozí místo trasy: Parkoviště pod hájovnou Slap

Cílové místo trasy: naleziště zkamenělin



Zajímavosti:

- 1) **Skryje** – Malebná vesnička, v níž je naleziště trilobitů.
- 2) **Skryjské jezírko** – (270 m.n.m.) Skalní průrva zbirožského potoka. Je zde informační tabule Přírodní rezervace jezírka.
Z ptáků se zde vyskytuje konipas bílý a horský. Pod vodou sbírá hmyz skorec vodní, vzácně zde loví drobné ryby ledňáček říční.
Velké množství hmyzu je potravní příležitostí pro pstruhy potoční, jelce proudníky nebo vzácné vranky obecné a raky říční.
K nejčastějším druhům bezobratlých pod vodní hladinou patří blešivec obecný, pod kameny se vyvíjí nymfy jepic, pošvatek, vážek, motýlic a chrostků.
Ve stinném údolí a na vlhkých stráních v okolí jezírek rostou např. kapradiny, udatka lesní a vraní oko čtyřlísté.
- 3) **vyhlídka do údolí**
- 4) **geologické muzeum** ve Skryjích
- 5) **busta Joachima Barranda** – Joachim Barrand popsal, v polovině 19.století, nálezy velkých paradoxidních trilobitů, řadu zajímavých druhů ostnokožců a další, do té doby neznámé zkameněliny. Také objevil jednotlivá vývojová stádia trilobitů od droboučkových mláďat až po dospělé.
- 6) **Kostel sv. Michaela Archanděla**- První zpráva o kostele sv. Michaela Archanděla ve Skryjích pochází z roku 1350. Za třicetileté války byl zničen a vypálen švédskými vojsky. Teprve v roce 1696 ho nechal opravit hrabě z Valdštejna, nový majitel křivoklátského panství. Postavil novou zvonici, která byla dosud dřevěná, a v roce 1712 vybuodoval od základu novou stavbu. Další opravy skryjský kostel dočkal roku 1839.
Přístupno v návštěvních hodinách.
- 7) **nejstarší vrstvy skryjského středního kambria**
- 8) **naleziště zkamenělin** – celosvětově proslavené naleziště zkamenělin z období středního kambria. (<http://www.balkan-obce.cz/skryje/poloha.htm>)

Popis trasy:

Od kozlanské školy se dostaneme najatým autobusem k parkovišti pod hájovnou Slap – přejdeme silnici a vydáme se po *modré turistické značce* (která vede až ke Skryjím) po luční cestě až k lesu (0,3) – v lese přejdeme lávku a pokračujeme kolem Zbirožského potoka až ke **Skryjskému jezírku s informační tabulí** (pozor,kousek sestup po skále)(1,2) – přes lávku stále po modré kolem potoka – odbočení vpravo, kde se kousek od potoka vzdálíme (1,4) – cestou uvidíme **vyhlídku na údolí** (2) – dojdeme

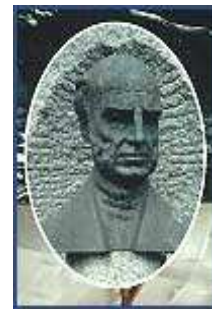
do Skryjí (3), kde na křižovatce zabočíme vpravo po modré turistické značce – na další křižovatce doleva (3,6) – zas doleva až dojedeme ke geologickému **muzeu** (3,8) – pokračujeme dále, dostaneme se na hlavní silnici, kterou přejdeme a dostáváme se ke **kostelu** a k informačním tabulím (3,9). Pokračujeme po silnici z kopce směrem na Týřovice. Cestou po pravé straně uvidíme **nejstarší vrstvy skryjského středního kambria**. Pod kopcem před mostem uvidíme po pravé straně informační tabuli o **nalezišti zkamenělin** (5,3), ke kterému se dostaneme buď cestičkou za inf. tabulí, nebo se kousek vrátíme zpět po silnici, kde k nalezišti vede cesta (je zde ještě pravděpodobnost nalezení zkameněliny trilobity). Po „archeologickém průzkumu“ se zpět do Kožlan vrátíme autobusem, který zde na nás bude čekat.

Poznámka:

- K nalezišti zkamenělin se také můžeme dostat lesní cestou po levé straně kousek pod Skryjemi. Mineme však nejstarší vrstvy skryjského středního kambria.
- Pozor - vandalové přemalovávají barvy tur. značek



Skryjské jezírko



Joachim Barrand

Skryje

Nejstarší písemné zprávy o existenci Skryjí pochází z první poloviny 13. století, kdy ves patřila benediktinskému klášteru v Kladrubech. Později ale lokalita přešla do světských rukou. Noví majitelé pocházeli z řad nižší šlechty a vlastnili zpravidla jen část vsi. Roku 1375 se tak o Skryje dělili bratři Jaroslav, Oldřich a Zbyněk. Na počátku 15. století jsou jako majitelé zmiňováni Petr ze Skryjí, Jan Stebňák a Mikuláš z Husí se synovci Sezemou a Janem. Největší pozornost si bezesporu zaslouží Mikuláš z Husí. Jeho postava je nerozlučně spjata s husitskou revolucí, ve které se Mikuláš stal jedním z představitelů radikálního křídla kališníků. V této souvislosti existuje teorie, podle které chtěl Mikuláš vybudovat ze Skryjí západočeskou obdobu Tábora. Ve skutečnosti však zůstávala ves i nadále rozdělena mezi několik vlastníků. Roku 1430 to byli Jan Bobovský z Říčan a Jan Šrák ze Skryj. Vdova po Janu Šrákovi prodala roku 1437 svůj díl Skryjí Janu a Jindřichovi z Kralovic. Druhou část vsi odkoupili roku 1453 od sestry Jana Bobovského Borňové ze Slabec. Krátce poté získali obě části Skryjí páni z Ensidle, kteří ves připojili ke svému týřovskému panství. Týřovští z Ensidle pak vlastnili Skryje až do počátku 17. století. Roku 1601 je vyměnili s Rudolfem II. za jiné vesnice, a Skryje se tím dostaly pod pravomoc

Křivoklátu. Součástí křivoklátského panství zůstaly Skryje až do zrušení vrchnostenského systému.

Za necelých dvacet let po připojení vesnice ke Křivoklátu vypukla třicetiletá válka, která měla pro celou oblast katastrofální následky. Časté průtahy vojsk s sebou přinášely plenění a vraždění, takže obyvatelé Skryjí se museli dlouhodobě ukrývat v okolních lesích. Zatímco ve 2. polovině 16. století žilo ve vsi 8 sedláků a 5 chalupníků, v roce 1630 zde byli jen 3 poddaní a 8 pustých statků. Skryje se však s následky války poměrně brzy vyrovnaly, neboť již roku 1651 zde existovalo 12 usedlostí se 74 obyvateli. Konsolidující se vesnice pak roku 1658 přechází s celým křivoklátským panstvím do rukou Schwarzenberků. Ti roku 1673 zakázali dovážet skryjskému krčmáři pivo ze Zvíkovce. Ani další majitel Arnošt Josef z Valdštejna nepřinesl obyvatelům vsi příliš mnoho radosti. Roku 1695 obyvatele Skryj zatížil novými platebními povinnostmi a omezil jim přístup do panských lesů.

Neutěšená situace poddaných vyvolala roku 1738 na Křivoklátsku protirobotní vzpuru, které se aktivně účastnili i obyvatelé ze Skryj. Odmítali robotovat a 24. srpna se na křivoklátské vrchnostenské kanceláři dožadovali lepších podmínek. K nejodvážnějším řečníkům tohoto jednání patřili Václav Kos a Václav Hůla ze Skryjí. Odpor poddaných však byl nakonec zlomen a Kosovi a Hůlovi byly vyměřeny tělesné tresty.

V době protirobotních nepokojů již patřilo křivoklátské panství, a tedy i Skryje, Fürstenberkům. Ti se během 18. a 19. století snažili o povznesení celé oblasti zaváděním progresivních prvků do hospodaření. Proto také usilovali vybudovat přes Křivoklátsko koněspřežnou železnici. Projektování a vyměřování železnice bylo roku 1833 svěřeno francouzskému inženýrovi Joachimovi Barrandovi. Ten se v okolí Skryjí setkal s bohatými nalezišti zkamenělin. Barranda objev natolik ovlivnil, že studiu zkamenělin věnoval zbytek svého života. Výsledkem jeho práce bylo vedle množství nasbíraného materiálu i několik desítek dílo popisujících více než 3 560 druhů zkamenělin. Barranda tak položil základy české paleontologie a začlenil Skryje mezi světová naleziště fosilií. Výzkum skryjských lokalit samozřejmě neskončil smrtí Barranda roku 1883. V závěru 19. století prováděli geologický rozbor skryjských lokalit J. Kušta, K. Feistmantel a J. Jahn. V jejich práci pokračoval v 1. polovině 20. století R. Kettner. Ten své dlouholeté výzkumy shrnul v rozsáhlé studii o skryjsko-týřovickém kambriu, která překonala starší Barrandovy závěry. Zájem o místní naleziště nepoklesl ani po 2. světové válce. Pozornost si zde zaslouží činnost M. Šnajdra zaměřená na studium skryjských trilobitů. Od 60. let se pak komplexním zpracováním skryjských zkamenělin věnuje skupina pracovníků Akademie věd pod vedením L. Marka. Tento výzkum pokračuje prakticky až do současnosti.

Výsledkem práce několika generací paleontologů je odkrytí řady nalezišť skryjských zkamenělin. První lokalita "Pod hruškou" je na levém břehu Berounky, v blízkosti mostu, u silnice do Týřovic.

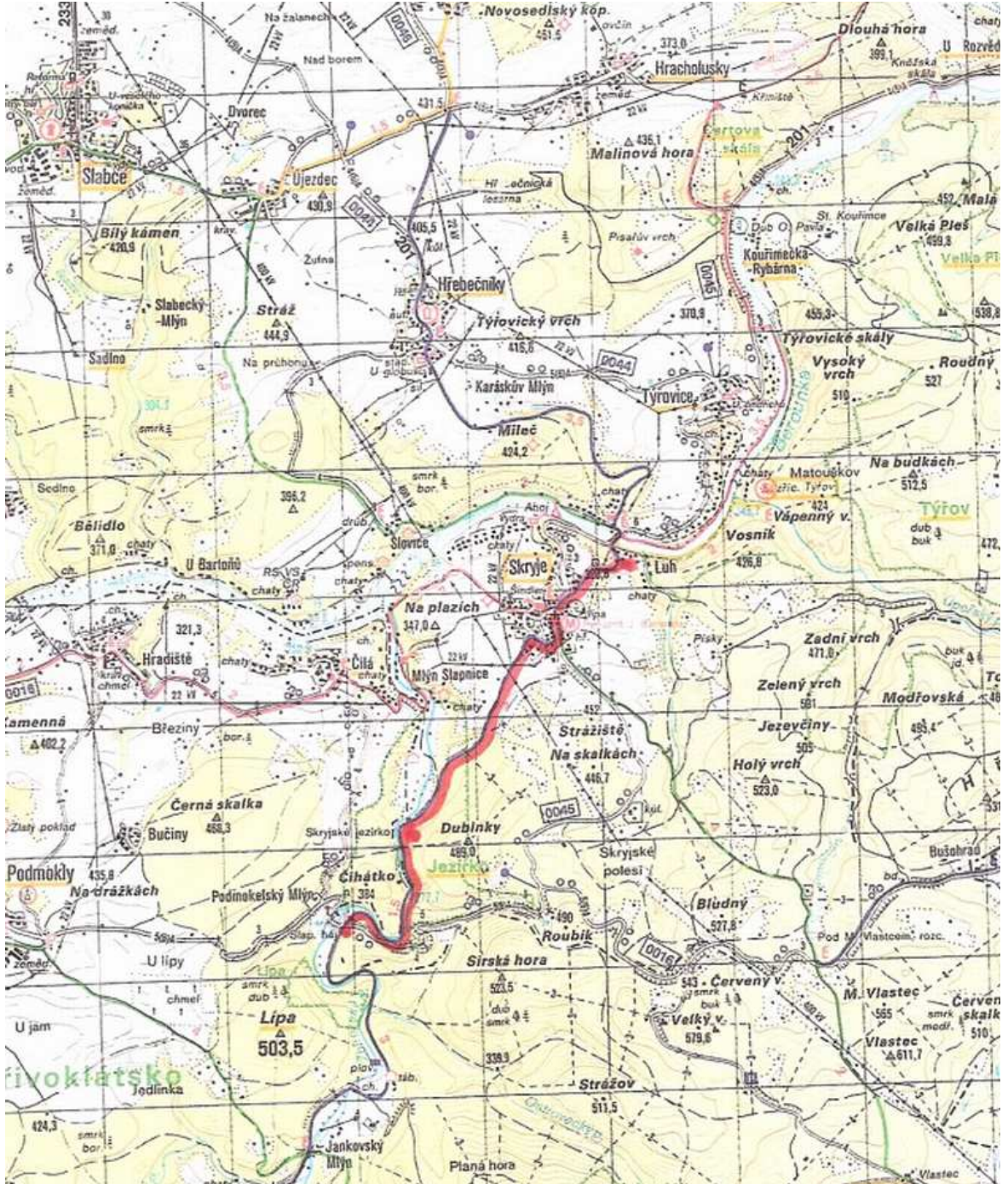
Další levobřežní naleziště "Ústí Karáskovy rokle" a "Pod trním" se nachází podél Karáskova potoku. Objevy na pravé straně Berounky jsou často situovány do svahu mezi osadou Luh a Skryjemí. Jižněji se nalézají lokality podél Zbirožského potoka "Dlouhá hora" a "Podmokelský mlýn". Ze vzdálenějších nalezišť pak stojí za pozornost místo zvané "Biskoupky", v blízkosti stejnojmenné osady. Část objevů z těchto lokalit je dnes umístěna ve skryjském geologickém muzeu, které vzniklo v 50. letech 20. století v budově místní školy. Muzejní expozice však není jediným

hmotným dokladem dějinného vývoje oblasti. V samotném středu obce se nachází kostel archanděla Michaela. Kostel je sice ve Skryjích zmiňován již v pol. 14. století, ale dnešní stavba vznikla teprve roku 1713. Je to jednolodní barokní objekt se čtvercovým presbytářem. V blízkosti kostela se patrně nacházela tvrz. Existenci zdejší tvrze dokládají písemné zprávy z počátku 15. století. O jejích následujících osudech toho však mnoho nevíme. Tvrz zřejmě zanikla v 2. pol. 15. století v souvislosti s připojením Skryjí k týřovskému panství.

K místním památkům minulosti patří v neposlední řadě i roubené stavby lidové architektury (čp. 7 a 13). Především pak usedlost čp. 4. Ta se vedle obytné části skládá i ze špýcharu a kolny. Skryje jsou však nerozlučně spojeny i s některými přírodními a historickými zajímavostmi v okolí. Východně od obce se nachází zřícenina Týřova, který patřil k nejvýznamnějším královským hradům. Dalším pozoruhodným místem jsou Skryjská jezírka na Zbirožském potoce.

(<http://www.balkan-obce.cz/skryje/poloha.htm>)

Trasa č. 7 – 5,3 km



13.8 Z Potvorova k Odlezelskému jezírku

Délka trasy: 7,5 km

Trasa určená pro: pěší turistiku

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: mírně obtížná

Výchozí místo trasy: Potvorov u kostela sv. Mikuláš

Cílové místo trasy: Mladotice



Zajímavosti:

- 1) **Potvorov** – V této vesnici vzdálené asi 8 km od Kralovic nalezneme románský kostel sv. Mikuláše, barokní faru, roubené stavby a pro milovníky kuriozit si zde kromě kostela můžeme prohlédnout i hraniční mezník klášterních panství, který je přímo na návsi.
- 2) **Románský kostel sv. Mikuláše** v Potvorově – Tribunový kostel, patří mezi nejzajímavější stavby v románského slohu v Čechách. Je zbudován kolem r. 1240 (někteří autoři uvádějí vznik stavby v letech 1160 až 1170, v roce 1204 již byl evidován, na informační desce před kostelem je však uváděn rok 1240). Je postaven z kvádrů načervenalého pískovce. Vchod do kostela tvoří krásný románský portál. Původně byl opevněn a ve válečných dobách skýtal útočiště lidu z okolí. Za husitských válek byl kostel zrušen, byla stržena klenba a po dlouhý čas zůstával bez střechy a věže. Nynější nízká věž a rovný strop pochází až z r. 1826. Vzácný románský portál je u vstupu zakryt nevkusnou předsíní r. 1741. K oddělené chrámové lodi přiléhá na východě polokruhovitá apsida a v západní části tribuna, posklenutá 2 křížovými klenbami. V presbytáři a na tribuně jsou nástěnné malby z doby kolem r. 1250 /Majestas domini/ a z 15. stol. /Pás světců/ , objevené r 1898, když blesk odrazil omítku. Hlavní barokní oltář z r. 1673 a jeden zvon nese letopočet 1489.
- 3) **Barokní fara** v Potvorově
- 4) **Roubené stavby** čp. 6, 7, 8 v Potvorově
- 5) **Odlezelské jezírko** – vzniklo v r. 1872, když po průtrži mračen byl zahrazen Mladotický potok sesuvem skalnaté stráně. Zničeno bylo i 5 km železniční tratě. Svěho druhu je to nejmladší jezero u nás. Jeho délka je 500 m a hloubka 8 – 9 m.
- 6) **Výhled do údolí** za Chrášťovicemi
- 7) **Kaple P. Marie** v Mladoticích - Kaple vznikla počátkem 15. století a byla zasvěcena sv. Hedvice. V letech 1708-1710 byla kaple od základů přestavěna. 14. září roku 1710 pak opat Tyttl kapli slavnostně požehnal. Zasvěcena byla Panně Marii. Dnes je nově opravena.

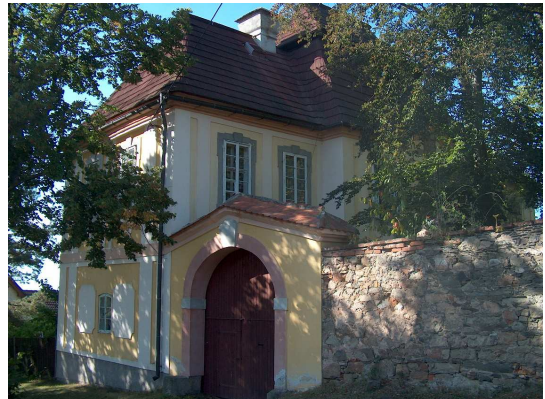
Popis trasy:

Do Potvorova se musíme dopravit autobusem z Kožlan (nejlepší je zařídit si vlastní autobus, který vás i později vyzvedne v Mladoticích a odveze zpět do Kožlan).

Autobus nás vysadí u románského **kostela sv. Mikoláše**, od kterého půjdeme směrem na náves. Po pravé straně mineme **barokní faru**. Na křižovatce zahneme vpravo. Mineme **roubené stavby čp. 6, 7, 8**. Pokračujeme po *modré tur. značce* k **Odlezelskému jezírku**. Dva kilometry za Potvorovem se cesta prudce svažuje do údolí. Po 2,5km vyjdeme u rozcestníku U Spálenků. Podél potoka se vrátíme 300 m k Odlezelskému jezírku. Od jezírka se vrátíme k rozcestníku, u kterého opustíme modrou tur. značku a pokračujeme směrem po proudu potoka po jediné lesní cestě, která nás svede k můstku u letního tábora. Po překonání potoka dorazíme polní cestou do Chrástovic (4,5), kde na návsi odbočíme na silnici doleva směrem na Mladotice, které jsou vzdálené 3 km. Za vsí se nám otevře hezký výhled na celé údolí Odlezelského jezírka. Dojdeme do Mladotic (7,5), kde spatříme **Kapli Jména Panny Marie**. Zde na nás bude čekat pronajatý autobus, nebo je možnost jet vlakobusem do Kralovic a z nich autobusem nebo vlakem do Kožlan.



Románský kostel sv. Mikuláše



Barokní fara

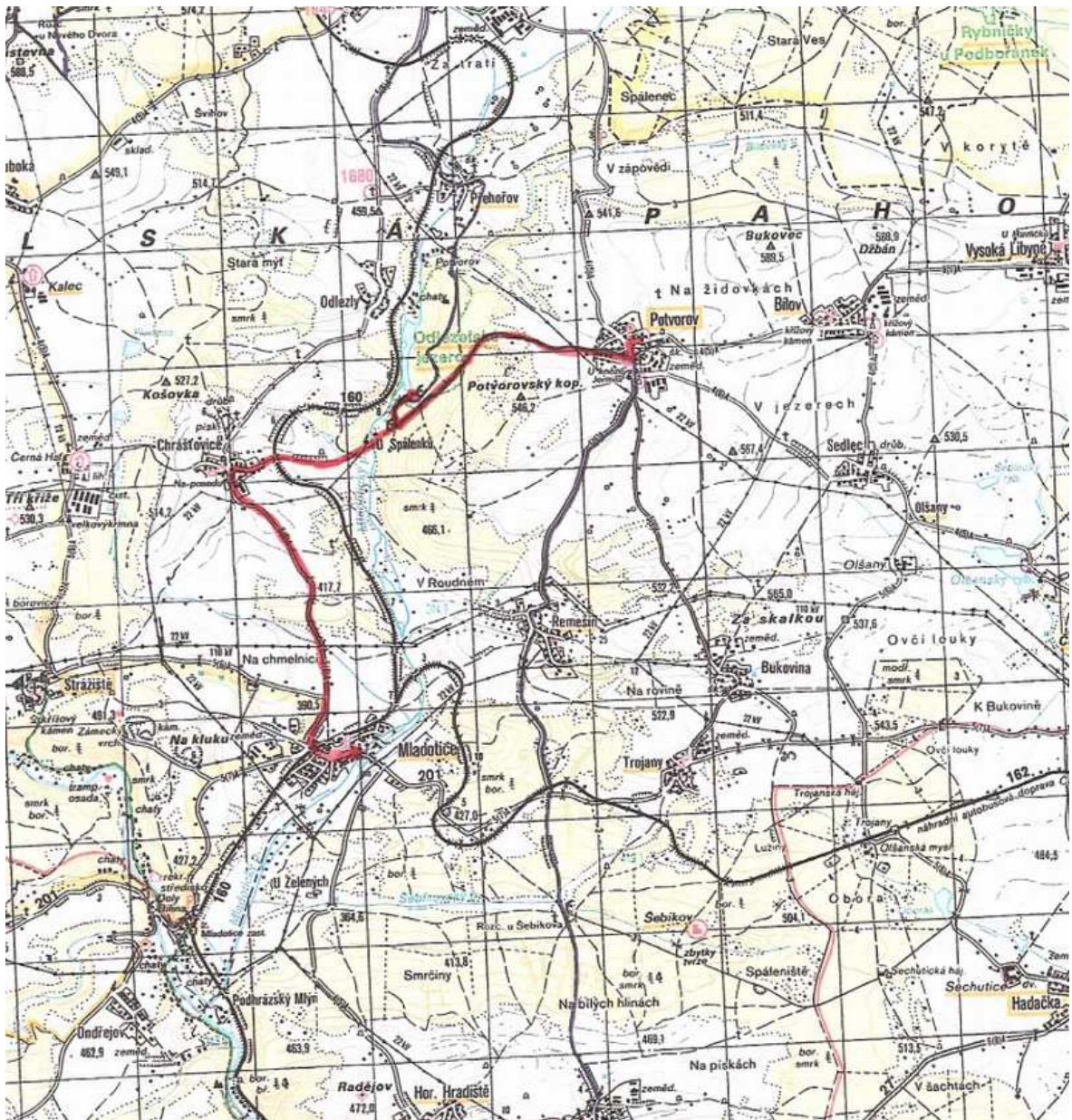


Odlezelské jezírko



Kaple Jména Panny Marie

Trasa č. 8 – 7,5 km



13.9 Plaskou kotlinou

Délka trasy: 8 km

Trasa určená pro: pěší turistika

Časový typ: celodenní

Obtížnost trasy: středně obtížná

Výchozí místo trasy: Sokolka

Cílové místo trasy: Křižovatka Žebnice



Roubené patrové špýchary

Zajímavosti:

- 1) **Hrobka Metternichů** - Původně gotický kostelík sv. Václava, který byl za opata O. Trojera r. 1690 přestavěn do slohu barokního. R. 1826 byl za kancléře Metternicha upraven do slohu empírového. Kancléř Metternich kostelík použil pro zřízení své rodinné hrobky. V hrobce jsou uloženy ostatky rodiny Metternichů včetně ostatků kancléře Metternicha. Prohlídku Metternichovy hrobky je nutné předem objednat na telefonním čísle: 373 322 139 - paní Jana Urbanová
- 2) **Sýpky** - Velice zajímavá je budova sýpky s raně gotickou královskou kaplí sv. Václava a sv. M. Magdalény. Budova sýpky je barokní, třípatrová, zve střední části s věží s barokním hodinovým strojem ze 17. století. Věž je vysoká 47 metrů a je ukončena trojitou helmicí s dvěma lucernami, kde jsou umístěny zvony.
- 3) **Konvent** - K nejunikátnější části kláštera patří budova konventu. Barokní přestavba byla dokončena v roce 1739. Na úpravách se podíleli tehdejší významní stavitelé a umělci Carlo Lurago, Jan Baptista Mathey, Jan Blažej Santini (1677 -1723), Petr Brandl, Matyáš Bernard Braun a Karel Škréta. Celý konvent je postaven na dubových pilotách (jejich množství se odhaduje na 5100 ks), na kterých je položen rošt z dubových trámů. Unikátní větrací a především přetlakový vodní systém udržuje dubovou konstrukci neustále pod vodou, aby byla zachována její pevnost a stabilita. Autorem celého návrhu by J.B. Santini. V prohlídkovém okruhu je možné shlédnout ambitové chodby, dvě kaple (sv. Bernarda a sv. Benedikta), nemocniční křídlo, barokní pisoáry, knihovni sál, čítárnu a zimní refektář.
- 4) **Zámek** - Prelatura
Původně reprezentační sídlo opata, později upravena kancléřem Metternichem na letní sídlo. Dochoval se nádherný tzv. Zámecký sál, který zdobí stropní freska - Vítězství nad pohanstvím od Lišky. Nad dvěma krby lze vidět další dvě fresky - Jákobův sen a Samson a Dalida.
V současné době se tento sál využívá pro koncertní vystoupení a výstavy.
- 5) **Informační tabule**- Charakteristika rostlinné říše – flóra
Poznámka: U plaských památek jsou vždy informační tabule se zajímavostmi.
- 6) **Vesnice Žebnice - barokní komplex** – Dominantou obce je kostel sv. Jakuba Většího s přiléhající barokní farou. Obě budovy patří k velmi cenným architektonickým památkám a společně se souborem původních dřevěných

lidových staveb, z nichž vynikají roubené patrové špýchary v č. 31 a 34, patří k nejcennějším areálům v oblasti Plzně – severu.

Nad malebnou obcí je rozmístěno několik pamětních křížů, v nové době opravených a při cestě do Plas je i smírčí kříž.

Popis trasy:

Z Kožlan na Sokolku se dostaneme linkovým autobusem.

Od Sokolky se vydáme pěšky vlevo po lesní cestě, která je značena *červenou turistickou značkou*. Po 2,5 km vyjdeme u budovy archivu okresu Plzeň-sever a po levé straně vidíme ZŠ a gymnázium. Pokračujeme stále po *červené tur. značce* až k hlavní silnici. Po levé straně máme **hrobku Metternichů** a naproti nám stojí **Konvent, přilehlé sýpky a plaský zámek**. Přejdeme silnici a Lipovou ulicí pokračujeme až ke **staré huti**, kde je informační tabule. Podejdeme huť a dojdeme k **rozcestníku Peklo** (4,1) (kousek dále informační tabule - Charakteristika rostlinné říše - flóra), od kterého jdeme po *modré tur. značce* lesní cestou až do malebné vesnice **Žebnice** (6,5) (POZOR: modrá tur.značka vede vpravo v první zátočině serpentýn), kde nalezneme **kostel sv. Jakuba Většího s barokní farou a původní roubené patrové špýcharky č. 31 a 34**. Silnicí směrem na Plasý dorazíme na křižovatku s autobusovou zastávkou (8 km), kde končí naše trasa a vrátíme se autobusem zpět do Kožlan.

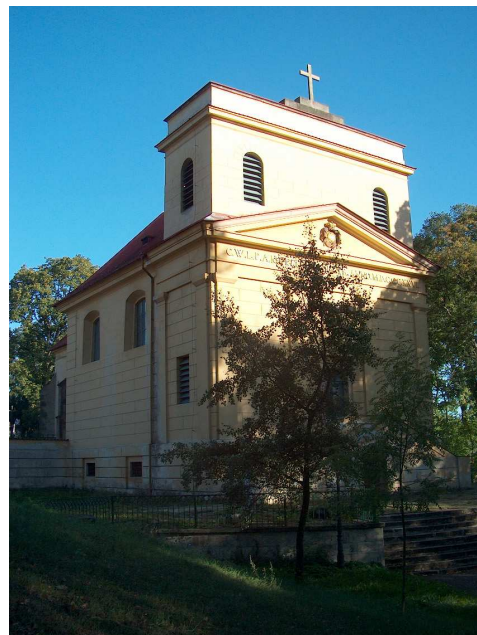
Poznámka: Je to příjemná cesta, která se dá projet i na kole.

Únikové trasy:

Z Plas se můžeme vrátit autobusovou dopravou. Z vesnice Žebnice také.



sýpky



hrobka rodu Metternichů



plaský zámek



stará huť

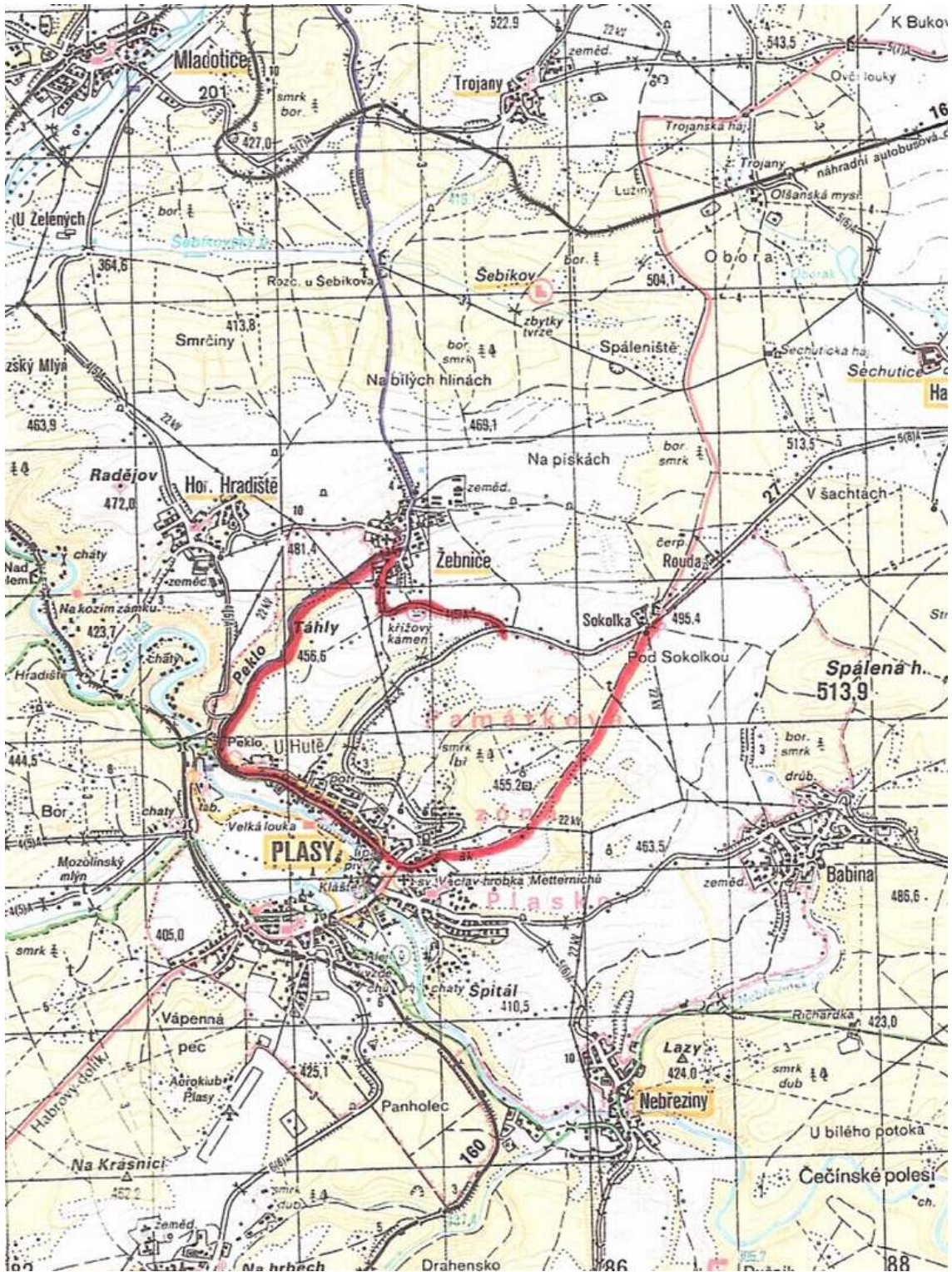


kostel sv. Jakuba Většího v Žebnici



barokní fara v Žebnici

Trasa č. 9 – 8 km



13.10 Za architekturou čisteckého mostu

Délka trasy: 9 km

Trasa určená pro: pěší turistiku

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: středně obtížná

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Starý mlýn**
- 2) **Valcha** –v dřívějších dobách si sem kožlanští obyvatelé dávali prát prádlo
- 3) **Čistecký most**- železniční most je ve výšce 26 m a je dlouhý 105 m . Je zde trať ČD 162 z roku 1899 (50° 01' 05" s. š., 13° 32' 00" v. d.)
- 4) **Kočkův mlýn** – V 18. století mlýn dostavěl Šindler. Mlýnářem se na něm stal Jiří Kočka. Jeho rod zde byl do roku 1978 - nejstarší mlýnský rod v povodí Javornice. Mlýn byl posazen na Kůzovský potok, který naplňoval dva rybníčky-mlýnské nádrže, z nichž přitékala voda vantroky na mlýnské kolo. Mlýn byl později vodou smeten a byl zde postaven mlýn nový- od základů zděný. Později se z něho stalo rekreační středisko. (Sklenář, J. 1997)
- 5) **Hájovna**

Popis trasy:

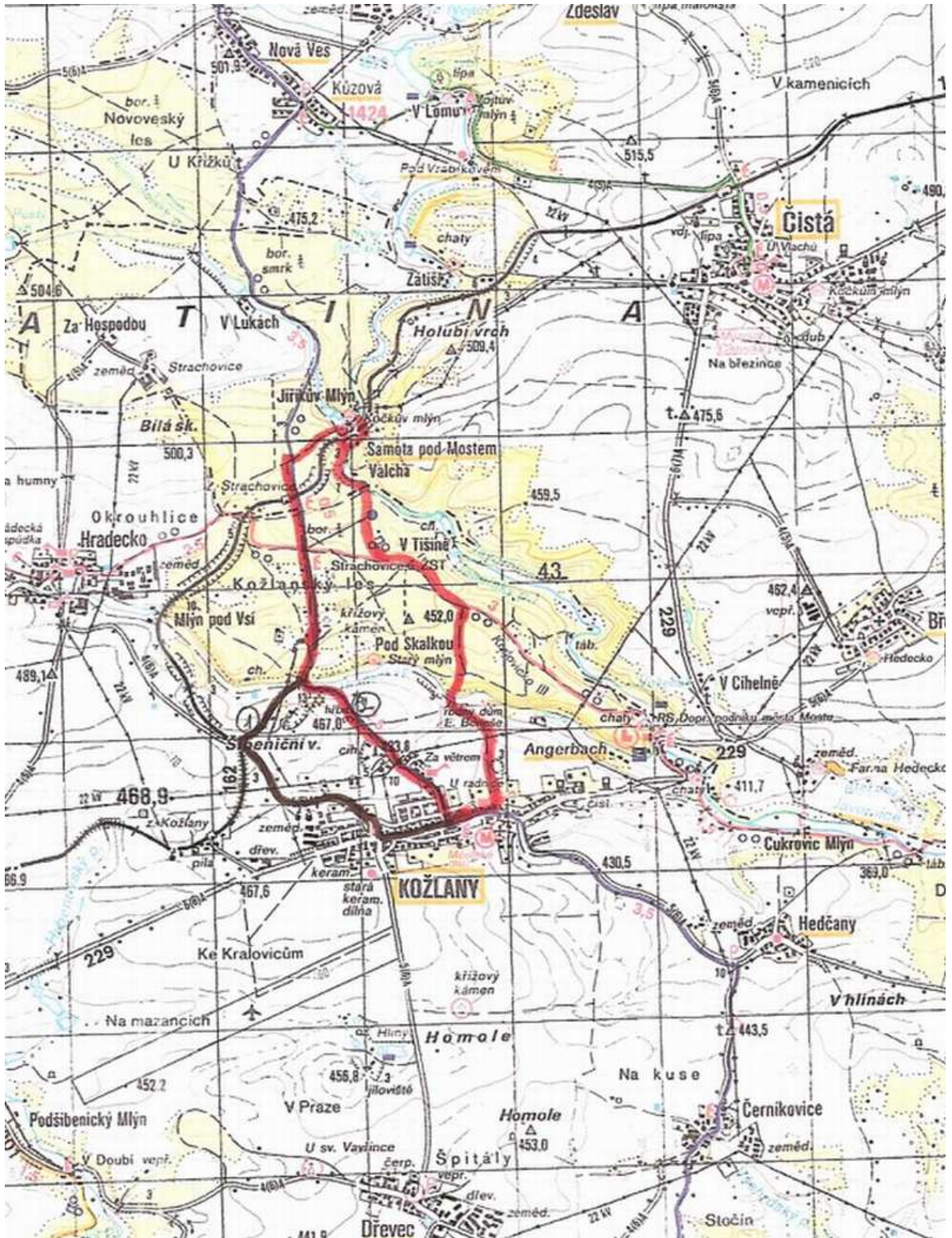
Vyrážíme od školy – projdeme brankou a vydáme se po cestě směrem k lesu. Před zátočinou zahneme vlevo, přejdeme lávku (0,8) a kolem strouhy jdeme k lávce, za níž je les. Vyjdeme po cestičce stráž a pokračujeme lesem po cestě. Na rozcestí odbočíme vlevo (1,6). Zde je *červená tur. značka*, po níž jdeme až k odbočce ke **Starému mlýnu**(U Bubeníčků) vpravo kde červ. tur. značka končí – před mlýnem zahneme vlevo (2,5) - před **valchou** jdeme kolem lesa vlevo (3,05) - stále vidíme valchu, jdeme kolem Kůzovského potoka, přejdeme lávku a už se před námi objevuje **Čistecký most** (3,5) – podejdeme most, zamíříme k rekreačnímu středisku neboli ke **Kočkovu mlýnu** vlevo jdeme přes most a do kopce. Mineme chatičky rekreačního střediska (když vyjdeme k nim, rozprostře se před námi krásný pohled na celý Čistecký most a na údolí. Úžasné je, když zastihnete vlak). Dojdeme až k trati, kde odbočíme vpravo na cestu.- Na rozcestí rovně (kdo si to chce zkrátit, odbočí vlevo) (4,3)- zahrnout vlevo- přejít koleje (5,0) a asi po 200 metrech zabočíme vpravo a na další křižovatce jdeme rovně (5,2) - přijdeme k **hájovně** od které jdeme rovně z kopce (6,0). Dole pod lesem se můžeme rozhodnout. Buď půjdeme vlevo na Výfuk a potom zahneme vlevo na cestu ke škole, nebo vpravo, kde se napojíme na silnici , odbočíme vlevo až dojdeme do Kožlan, kde na křižovatce (8,2) odbočíme vlevo ke škole (9,0 km).



Starý mlýn



Trasa č. 10 – 9 km



13.11 Kouzlo starých mlýnů

Délka trasy: 9 km

Trasa určená pro: cykloturistiku

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: středně obtížná trasa

Výchozí místo: Kožlany u školy

Cílové místo: Kožlany u školy



Starý Strakův mlýn

Zajímavosti:

- 1) **U Křížku**
- 2) **Výhled na Angerbach-**
Angerbach – lovecký hrádek krále Václava I.
Nepatrné zbytky loveckého hrádku z roku 1240, postaveného na příkaz Václava I. Jednalo se o přechodný typ mezi hradištěm a hradem.
Po požáru v roce 1420 se stal zříceninou.
Toto místo je volně přístupné.
- 3) **Cukrovic mlýn** - První zpráva o mlýně je z roku 1535. Byl to vodní mlýn.
- 4) **Nový Strakův mlýn** – Nový mlýn přebudoval František Zimmerhagl z Kožlan, ale do chodu ho dal až Antonín Straka Nový Strakův mlýn začíná svoji činnost až po skončení mletí na starém mlýně od roku 1939. Voda je přiváděna z mlýnské nádržky od starého mlýna potrubím pod zemí, o průměru 60 cm do vlastní mlýnské nádržky nového Strakova mlýna. Mletí končí v letech 1956-57. Později byl mlýn předělán k rekreačním účelům a odkoupila ho od Dopravních podniků Elektrárna Počerady. Dnes je v soukromém vlastnictví.
- 5) **Starý Strakův mlýn-** Dříve nazýván Vožehův mlýn. Neví se, kdy byl postaven. V roce 1539 je zapsána trhová smlouva mezi Kozlanami (dřívější název Kožlan) a mlynářem Janem Vožehem o koupi obecní louky. Po zániku královského hrádku Angerbachu, se cesta kolem mlýna stala terčem lapků a lupičů. Další větší rod mlynářů je rod Zimmerhaglů, pak mlýn získává Antonín Straka. Mlýn měl mlýnské kolo a byl jednou vypálen a potkávaly ho velmi často povodně. Po skončení mletí v tomto mlýně se část strojů stěhuje do Nového Strakova mlýna. (mlýny: Sklenář, J., 1997)
- 6) **Starý mlýn – Teš** (U Bubeníčků)
- 7) **Hájovna**
- 8) **Židovský hřbitov** - Židovské osídlení je tu doloženo před rokem 1672 a pravděpodobně okolo roku 1700 byl založen zdejší židovský hřbitov. Na ploše hřbitova, ohrazené dochovanou zdí, je několik desítek náhrobních kamenů starých i novějších.(URL - <http://www.turisturaj.cz/?cid=185&idsubjekt=P069>)
Více nalezneme u trasy Židovský hřbitov.
- 9) **Stará cihelna**

Popis trasy:

Od školy vlevo po chodníku směrem na Rakovník – za Kožlanami odbočíme **U křížku** vpravo (1,0) na luční cestu, kterou dojdeme k chatám – **Výhled na Angerbach** (1,2) - u chat se napojíme na *červenou tur. značku* a dáme se na křižovatce vpravo (1,6) - Dojdeme k **Cukrovič mlýnu** (2,2) - vrátíme se k rozcestí a pokračujeme po cestě rovně (2,9) – **Nový Strakův mlýn** (3,1) – jdeme dál, na silnici se vydáme vpravo (3,3) - po pravé straně vidíme **starý Strakův mlýn** (3,5) – za 100 m zahneme vlevo k Vožehovu rybníku (3,6) – po cestě zamíříme k lesu, v kterém se dáme na prvním rozcestí vpravo (4,1) – přejedeme dvě lávky a dorazíme do rekreačního areálu (4,5). Projedeme areál a na protější straně vyjedeme po široké lesní cestě nahoru na hlavní cestu (*červená tur. značka*), která vede od Vožehova rybníka. Po 400 m odbočíme opět vpravo a užší cestou dojedeme ke Starému mlýnu-Teš (6,1). Vjedeme na hlavní cestu, která vede od mlýna směrem do kopce. Jedeme rovně po *modré tur. značce*, po níž dorazíme k **hájovně** (7,2) – pojedeme vlevo z kopce až na louky na kterých se cesta dělí (7,4). Vydáme se vlevo, projedeme kolem židovského hřbitova, kolem staré cihelny, až vjedeme do Kožlan, do ulice Na Výfuku. Asi 100m před hlavní křižovatkou odbočíme vlevo na prašnou cestu kolem zahrad, kterou se dostaneme po 200 m ke škole (9 km).



Výhled na Angerbach



Cukrovič mlýn

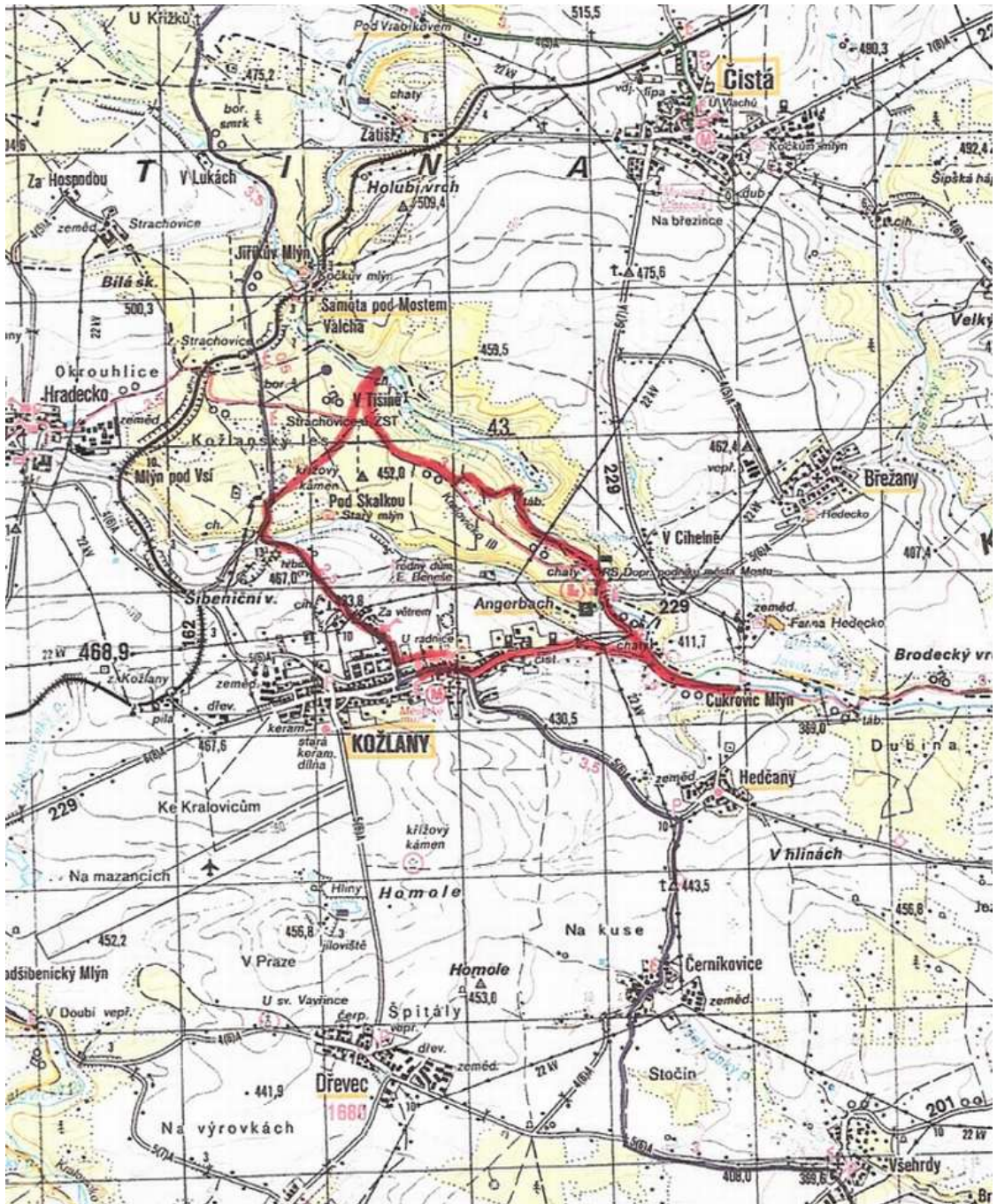


Starý mlýn- Teš



Nový Strakův mlýn

Trasa č. 11 – 9 km



13.12 Za kostelem sv. Petra a Pavla

Délka trasy: 14,6 km

Trasa určená pro: cyklotrasa

Časový typ: polodenní

Obtížnost trasy: středně obtížná

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Kostel sv. Petra a Pavla + hrobka Gryspeků** – Přestavbu kostela v letech 1575-1581 zahájil Florián Gryspek z Gryspachu. Z původního gotického kostela, zmiňovaného již roku 1250, byl presbytář s křížovou klenbou s původním zdivem spodních pater věže, vklíněné do severovýchodního kouta lodi, začleněn do nové stavby v renesančním stylu. Původní šířku lodi vyznačují slepé arkády v přízemí a rozpon klenby. Autorem kralovického kostela je pravděpodobně Bonifác Wolmut. Současně s přestavbou kostela si dal Florián Gryspek zřídit hrobku s kaplí, která byla připojena k jižnímu boku lodi. V hrobce byla uložena těla Floriána Gryspeka, jeho manželky Rosiny a dalších 15 členů rodu. Jako mnoho renesančních staveb, také kralovický kostel byl bohatě vyzdoben sgrafity. Tato byla renovována v roce 1894 na presbytáři kostela i na kapli. V kostelní věži byly tři zvony, z nichž se po válečných rekvizicích zachoval jen renesanční odlitý Brikcím z Cimperka. Další vzácností v kostele jsou varhany (samozřejmě funkční), původem ze 17. století. (Bukačová, I., 1983)
- 2) možnost návštěvy **mlékárny** v Kralovicích
- 3) zděná **kaplička sv. Vavřince** ve Dřevci
- 4) **usedlost čp. 13** na obvodu podlouhlé návsi s fasádou se secesními motivy ve Dřevci
- 5) **smírčí kříž z 16. století** z pískovce s jednoduchým křížem ve Dřevci
- 6) **smírčí kříž z 18. století** s nápisem Barbora Hibernerowa 1761, rytinou lebky a zkřížených hnátů ve Dřevci
- 7) **kamenná sloupková boží muka z konce 18. století** při rozcestí na západním okraji vsi Dřevce
- 8) **Hliny** - Jezírka, která vznikla zatopením míst po těžbě keramické hlíny.

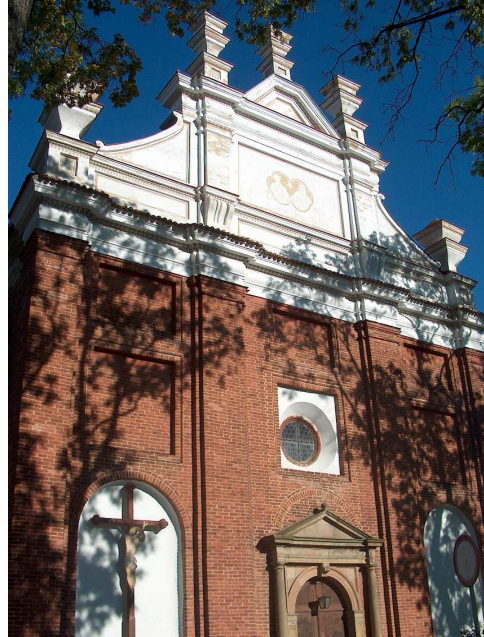
Popis trasy:

Od školy jedeme směrem na Kralovice a před autobusovou zastávkou odbočíme vpravo do ulice V Ouvozu. Po této silnici dojedeme asi 100 m před Hrádecko, kde na křižovatce odbočíme vlevo na Kralovice. Přijedeme do Kralovic na křižovatku u **mlékárny** (NET mlékárna Kralovice) (5,7), kde přejedeme silnici a dáme se vlevo. Po 230 metrech odbočíme vpravo na Mírovou ulici, dojedeme až na konec ulice, odbočíme vlevo a jedeme Školní ulicí stále rovně. Za letním kinem odbočíme vlevo na Dělnickou ulici a pak vpravo. Touto ulicí Boženy Němcové se dostaneme k hlavní silnici, kde už

vidíme **kostel sv. Petra a Pavla** (6,9), v němž nalezneme i **hrobku Gryspeků**. Od kostela jedeme vlevo Havlíčkovou ulicí na Masarykovo náměstí. Zde se dáme vpravo a dojedeme na hlavní křižovatku, kde jedeme rovně a po 150 metrech odbočíme vlevo na Dřevce. Dole v údolí odbočujeme z hlavní silnice vlevo směrem na Dřevce. Ve Dřevci si povšimneme **kapličky** (11,7) na křižovatce, u které se dáme vlevo na Kožlany (mezi Dřevcem a Kožlany nalezneme **Hliny**). V Kožlanech na křižovatce opět vlevo, odkud dojedeme až ke škole (14,6).



kaplička sv. Vavřince ve Dřevci

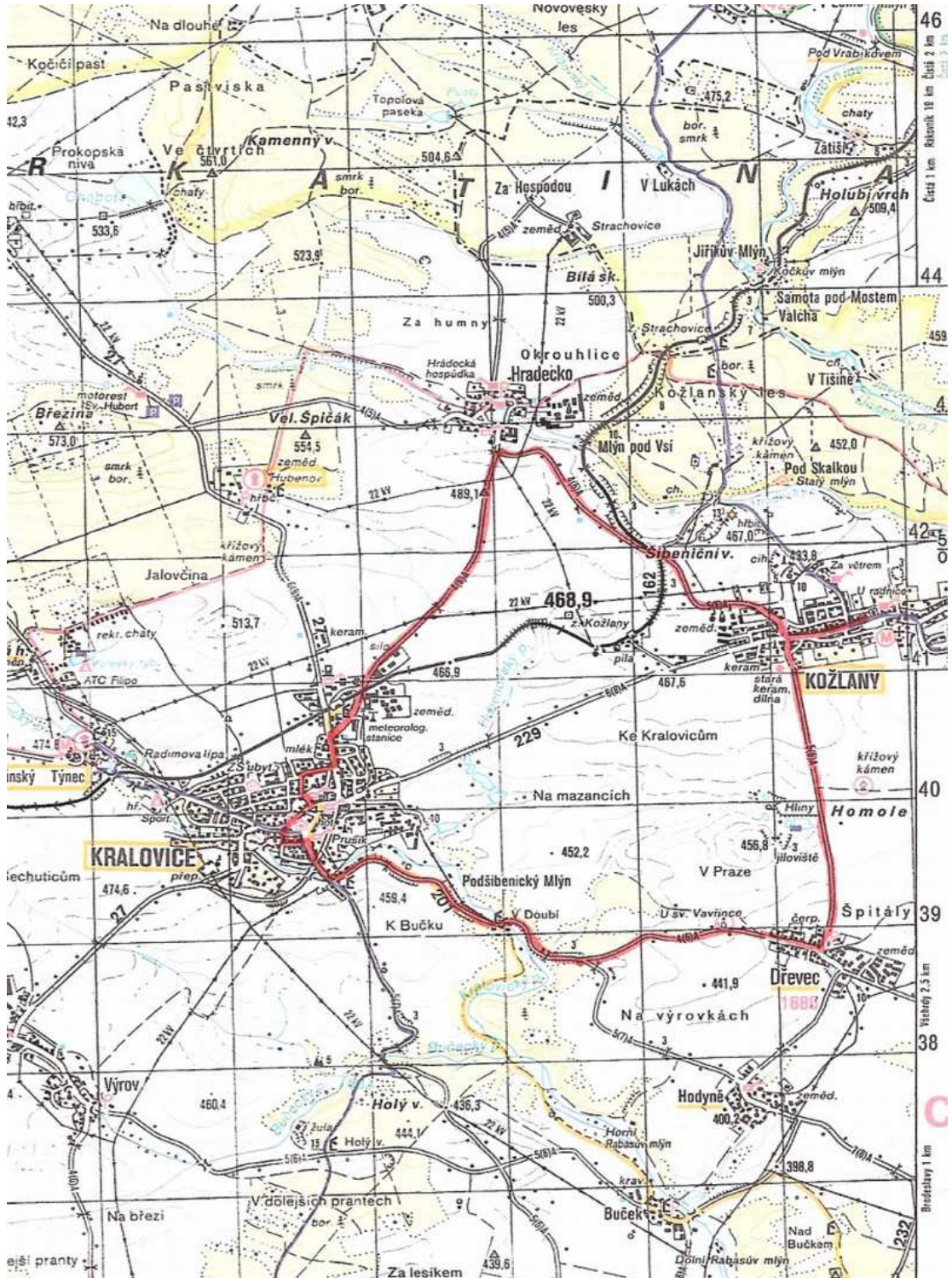


kostel sv. Petra a Pavla



kostel sv. Petra a Pavla

Trasa č. 12 – 14,6 km



13.13 Za krásami Mariánské Týnice

Délka trasy: **17 km**

Trasa určená pro: cyklotrasa

Časový typ: celodenní

Obtížnost trasy: minimální

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

1) Mariánská Týnice

- prohlídka muzea okresu Plzeň- sever
- prohlídka kláštera a nádvoří
- prohlídka kostela
- prohlídka aktuální výstavy ve velkém sále

Mariánská Týnice leží nedaleko Kralovic. Kostel Zvěstování Panny Marie s proboštstvím a ambitem (ve kterém je fresková výzdoba od F. J. Luxe) byly postaveny podle projektu Jana Blažeje Santiniho v letech 1711 – 1768. Jeho základní kámen položil opat Eugen Tyttl.

Půdorys chrámu je v symbolu řeckého rovnoramenného kříže s centrálním čtvercovým prostorem. Dnes v objektu sídlí Muzeum a galerie severního Plzeňska se stálými expozicemi a etnografickými a umělecko historickými sbírkami. Stálá historická expozice je po celou sezonu doplňována pořádáním výstav a kulturně společenských akcí.

Popis trasy:

Od školy jedeme směrem na Kralovice a před autobusovou zastávkou odbočíme vpravo do ulice V Ouvozu. Po této silnici dojedeme asi 100 m před Hrádecko, kde na křižovatce odbočíme vlevo na Kralovice. Přijedeme do Kralovic na křižovatku u **mlékárny** (NET mlékárna Kralovice) (5,7), kde přejedeme silnici a dáme se vlevo. Po 230 metrech odbočíme vpravo na Mírovou ulici, dojedeme až na konec ulice, objedeme parkoviště, dáme se vpravo Novou ulicí - na křižovatce vpravo a pak vlevo ulicí Bedřicha Smetany. Vyjedeme u hlavní silnice na které jedeme vpravo až do Mariánského Týnce, kde vidíme nádhernou **Mariánskou Týnici** (8,8). Od kláštera nepojedeme zpět po silnici, ale vydáme se východně po pěšině směrem ke koupališti. Od koupaliště jedeme kolem potoka, podjedeme kamenný mostek a po 1,5 km přijíždíme do Kralovic. Vyjedeme v Manětínské ulici u budovy policie České republiky. Pokračujeme až na náměstí Osvození, projedeme pěší zónou, odbočíme vpravo a na křižovatce jedeme rovně do Kožlan a ke škole (17 km).

Únikové trasy:

Kralovice – Kožlany (autobusová nebo vlaková doprava)

Mariánská Týnice – bližší informace

Osada Týnec je poprvé zmiňována v darovací listině Romana z Týnce plaskému klášteru v roce 1230. Plaští cisterciáci zde vybudovali poutní kostelík, pro nějž byla v 1.pol. 16.stol. zhotovena soška P. Marie a anděla Zvěstování. Po 30.leté válce byl značně zchátralý objekt opraven v duchu raně barokním, přistaven ambit a v roce 1699 opatem Ondřejem Trojerem zřízeno probošství. Za opata Eugena Tyttla bylo přistoupeno k výstavbě nového areálu, jehož projektantem se stal J. B. Santini. Základní kámen byl položen v roce 1711, stavba však nebyla nikdy podle projektu dokončena. Dominuje jí kostel Zvěstování Panny Marie postavený na půdorysu řeckého kříže, a na jihu k němu přiléhá jednopatrová budova probošství na půdorysu písmene T sestávající z tzv. spojovacího a hlavního křídla. V bývalém refektáři v 1.patře je dochována fresková výzdoba znázorňující darování Mariánské Týnice plaským mnichům, večeri cisterciáků s patronkou řádu P. Marií a portréty opatů. Ke kostelu na západní straně přiléhá ambit zdobený freskami F.J.Luxe znázorňující výjevy ze života P.Marie a cisterciáckého řádu (sv. Bernard z Clairveux). Po zrušení plaského kláštera Josefem II. přešel objekt do správy Náboženského fondu a poté do majetku Metternichů. Během té doby značně zchátral a počátkem 20. let 20. stol se propadla kupole na kostele. Poté se oprav ujímá Spolek pro záchranu Mariánské Týnice a na jeho činnost navazuje po r. 1950 nově zřízené muzeum. Rekonstrukce probíhá do dnešní doby.
(<http://www.hrady.cz/index.php?OID=1275>)



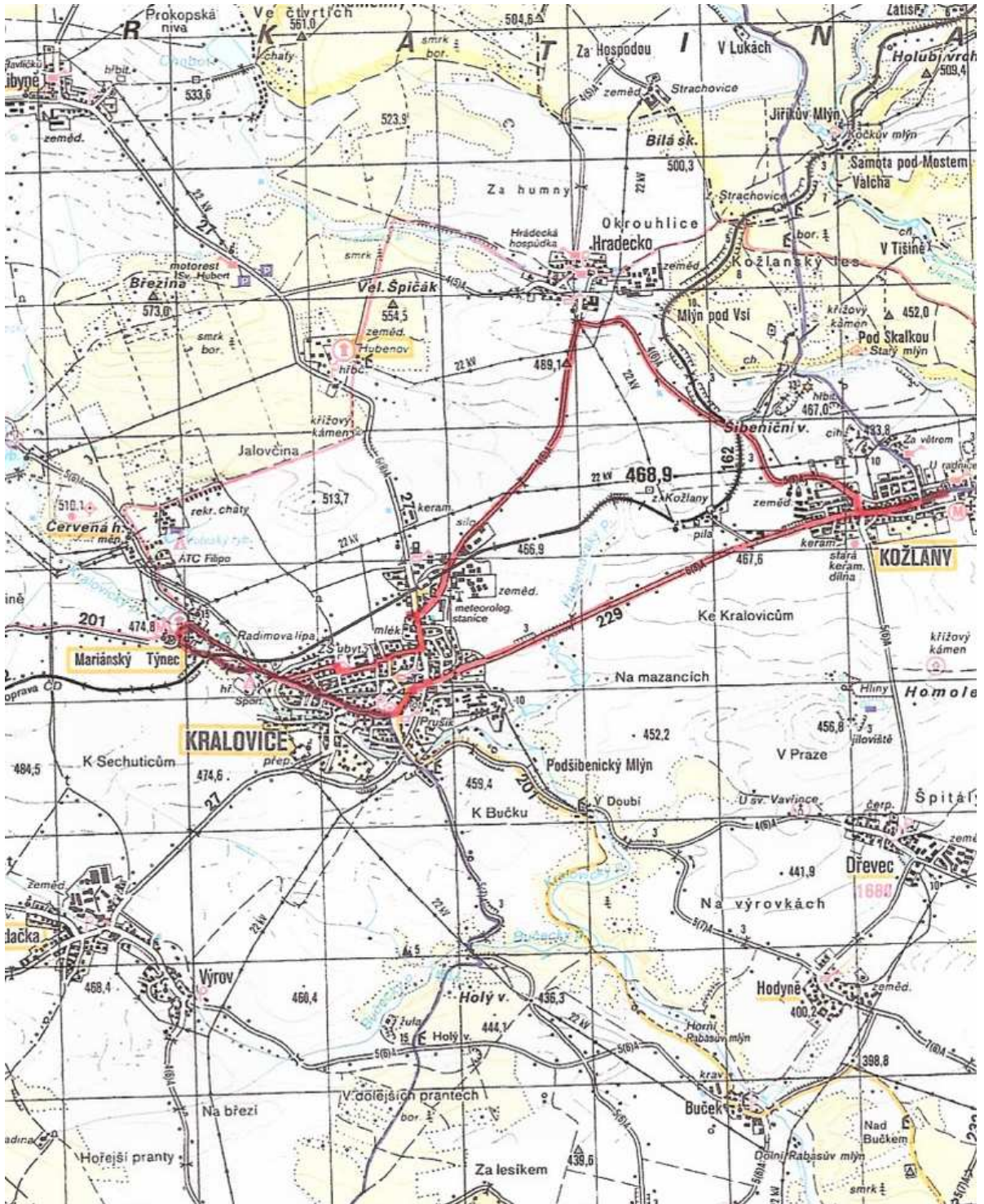
Strašidlo v Týneckém mlýně

Nedaleko Mariánské Týnice stával před lety starý mlýn. Bývaly v něm zlaté časy, které pozdější majitelé, když mlýn přestavěli a opravili, již nikdy nezažili. Mlýn býval tehdy mleči přeplněn, neboť se rádi přicházeli pobaviti s roztomilým mužíčkem, který je obveseloval veselými šprýmy. Nikdo jej však mimo domácí chasu neznal. Panímáma těžce nesla jeho návštěvy, neboť musela stále po něm vysušovat lužánky vody. Chtěla se ho zbaviti. Jednou v zimě za velikého mrazu přišel mužíček opět a klepal na dveře u mlýnice. Mlynářka poznala mužíčka po hlase a neotevřela. Vymlouvala se, že klika zamrzla a radila, aby ji dýcháním rozehřál. Mužíček přimrzl rty na železo a jazyk si utrl. Utekl a již se ve mlýně neobjevil. Panímáma se chlubila mlečům, jak vyzrála na vodníka. V tom okamžiku zhasl oheň v krbu a do světnice hrčela voda. Tak se pomstil vodník mlynářce. Po okolí se rozkřiklo, že ve mlýně straší, a nikdo tam nejezdil. Ale i vody mlynáři ubývalo, neboť ji vodník přestal naháněti na mlýn a odstěhoval se jinam.

Zaznamenal František ZETEK

(<http://kronikaregionu.wz.cz/archiv/?file=a06&title=|%20O%20lkaj%EDc%EDm%20d uchovi%20a%20jin%FDch%20kralovick%FDch%20stra%B9idlech>)

Trasa č. 13 – 17 km



13.14 Za chříčskými památkami

Délka trasy: 19,7 km

Trasa určená pro: cykloturistika

Časový typ: celodenní

Obtížnost trasy: střední

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Strakův nový mlýn**
- 2) **Cukrovič mlýn**
- 3) **Chříč** - Ve vsi, která se poprvé připomíná r. 1318 stávala tvrz ze které se již nic nedochovalo. Dnes zde můžete nalézt pozdně barokní dvoukřídlý zámek z r. 1766 jehož třetí křídlo bylo zbořeno někdy v r. 1820. K zámku je přistavěn kostel sv. Jana Nepomuckého. Nedaleko Chříče byla nalezena žíla antimonové rudy, která se zde těžila až do roku 1886.
- 4) **chříčský zámek**- je v soukromém vlastnictví a veřejnosti není přístupný pozdně barokní dvoukřídlý zámek z r. 1766 jehož třetí křídlo bylo zbořeno někdy v r. 1820.
- 5) **kostel sv. Jana Nepomuckého**
- 6) **přírodní zámecké divadlo**- z 50. let minulého století

Popis trasy:

Trasa začíná v Kožlanech u školy, od které se dáme vlevo směrem na Rakovník. Dojedeme na konec Kožlan a pokračujeme po silnici až k levotočivé zatáčce, od které vede po pravé straně silnička k **Strakovu novému mlýnu** (1,3). Odbočíme vpravo, na polní cestu, projedeme kolem rybníka a pak stále rovně, až dojedeme k **Cukrovič mlýnu** (2,2). Najdeme zde tur. ukazatel od kterého se vydáme po *červené tur. značce* lesem. Po 3,5km se dostaneme pod Slatinu (5,7), odkud se vydáme vpravo po silnici směrem na Slatinu (7,0). Pokračujeme po silnici až do Chříče (9,0). Na začátku obce (u značky Chříč) odbočíme vlevo na cestu, kterou se asi po 100 m dostaneme ke **kostelu sv. Jana Nepomuckého** a k **zámku**. Vrátime se zpět na silnici, dojedeme na náves, kde se dáme na křižovatce vlevo směrem na Zvíkovec. V první pravotočivé zatáčce odbočíme vlevo na cestu. Po 100 m míjíme zámecký park s **přírodním divadlem** z 50 let minulého století. Pokračujeme dále po cestě a po 90 m dojedeme na křižovatku cest s odpočinkovým místem a se sochou **sv. Jana Nepomuckého** (10,4). Jedeme vlevo kolem fotbalového hřiště směrem k lesu. Na kraji lesa u značky CHKO Křivoklátsko (zde je krásný výhled na krajinu kolem toku řeky Berounky) zahneme vlevo a po 100 m se lesní cestou dostaneme k hlavní silnici, na které se vydáme vpravo na Slatinu, kde na křižovatce zahneme na Kožlany a dojedeme po silnici zpět ke škole (19,7).

Něco z historie vesnice Chříč

Ves Chříč se v pramenech objevuje poprvé v r. 1318, kdy náležela Buškovi z Krašova. R. 1447 ji od Otíka ze Šanova koupil Sezema z Malšína za 170 kop grošů, a tehdy se zde také poprvé připomíná tvrz, v níž r. 1471 Otík zemřel. Od r. 1475 byl majitelem vsi Chříče, tvrze a dvora Zikmund z Rncmaule, v r. 1531 je koupil Václav ze Strojetic a v r. 1540 Lažanští z Bukové. R. 1560 tu hospodařili bratři Šebestián a Oldřich Katanští, kteří k chříčskému statku přikoupili r. 1565 tvrz Dubjany a ves Studenou.

Šebestián a Oldřich Katanští chříčskou tvrz přestavěli a postavili při ní nový dvůr. R. 1567 se oba bratři o majetek rozdělili a Chříč připadla Šebestiánovi. Pro dluhy ji však musel r. 1585 prodat Janu Týřovskému z Ensidle na Hřebečnickách a Skryjích. Když Jan r. 1609 zemřel, připadla Chříč s veškerým majetkem podle odkazu jeho strýci Jindřichu Jakubovi Týřovskému. Na statku však byl dluh ve výši 8900 kop, a proto musel Jindřich Jakub prodat tvrz Hřebečnický a ves Novosedlí a zastavit ves Milíčov.

Jindřich Jakub Týřovský dal přestavět (pokud tak neučinil již Jan Týřovský) starou tvrz na zámek (pravděpodobně renesanční), o němž se poprvé dovídáme v r. 1616 a pak v r. 1651. Jeho potomci hospodařili na Chříči až do r. 1701, kdy ji museli pro dluhy prodat hraběti Václavu Josefovi Katanskému z Bukové na Manětíně. Po jeho smrti v r. 1715 se stala majitelkou veškerého majetku vdova Marie Gabriela, rozená hraběnka Černínová z Chudenic, se syny Karlem Josefem a Maxmiliánem Václavem. Oba bratři si ponechali Manětín a matce postoupili Chříč s příslušenstvím za 370 000 zlatých. Marie Gabriela se stala v r. 1738 představenou ústavu šlechticů v Praze, jemuž před svou smrtí odkázala polovinu chříčského panství. Druhou polovinu určila synovi Maxmiliánu Václavovi a dcerám Marii Anně, provdané za hraběte Pellegriniho, a Marii Josefě, provdané za hraběte Pöttinga. Na panství však byl dluh 450 000 zlatých, a proto byla dána jeho polovina do dražby. Nakonec ji koupil r. 1764 rovněž ústav šlechticů a stal se tak majitelem celého chříčského panství.

Ústav šlechticů v l. 1766 – 1768 chříčský zámek přestavěl na trojkřídlou pozdně barokní budovu a současně k němu vybudoval v r. 1769 kostel a pod zámkem školu.

Při církevních reformách císaře Josefa II. byl ústav šlechticů připojen r. 1787 k tereziánskému ústavu na Pražském hradě a chříčské panství tak přešlo do státní správy. Zařízení zámku bylo prodáno v dražbě, dvůr s pozemky a ostatní budovy byly pronajaty. Ale císař Leopold II. ústav šlechticů r. 1791 opět osamostatnil a vrátil mu jeho bývalý majetek.

R. 1820 vypukl ve dvoře oheň, který se rozšířil i na zámek, jehož jižní křídlo vyhořelo a muselo být odstraněno.

Ústav šlechticů byl majitelem chříčského panství až do r. 1906, kdy je prodal hraběti Štěpánu Götzendorfovi-Grabowskému za 2 200 000 zlatých. R. 1910 je koupil Gustav Fischer a r. 1911 Karel Černohorský, který držel zámek s dvorem až do r. 1931. Posledním soukromým majitelem byl František Pokorný.

Při združstevňování se stal dvůr se zámkem majetkem státního statku a nyní patří JZD, jemuž slouží jako závodní jídelna, kanceláře a byty.

Zámek je dvoukřídlá jednopatrová budova v pozdně barokním slohu, jejíž fasáda je rozdělena lizénami a kompozitními hlavicemi. Kolem oken je ozdobné ostění. U západního křídla zámku je kostel. K objektu přiléhají hospodářský dvůr a zahrada, která je vyzdvížena vysokého nad náves jako terasa. Je ohraničena ozdobným kamenným zábradlím se soškami. Za návsí, která je dnes rozšířena a parkově upravena, vede do zámku schodiště.

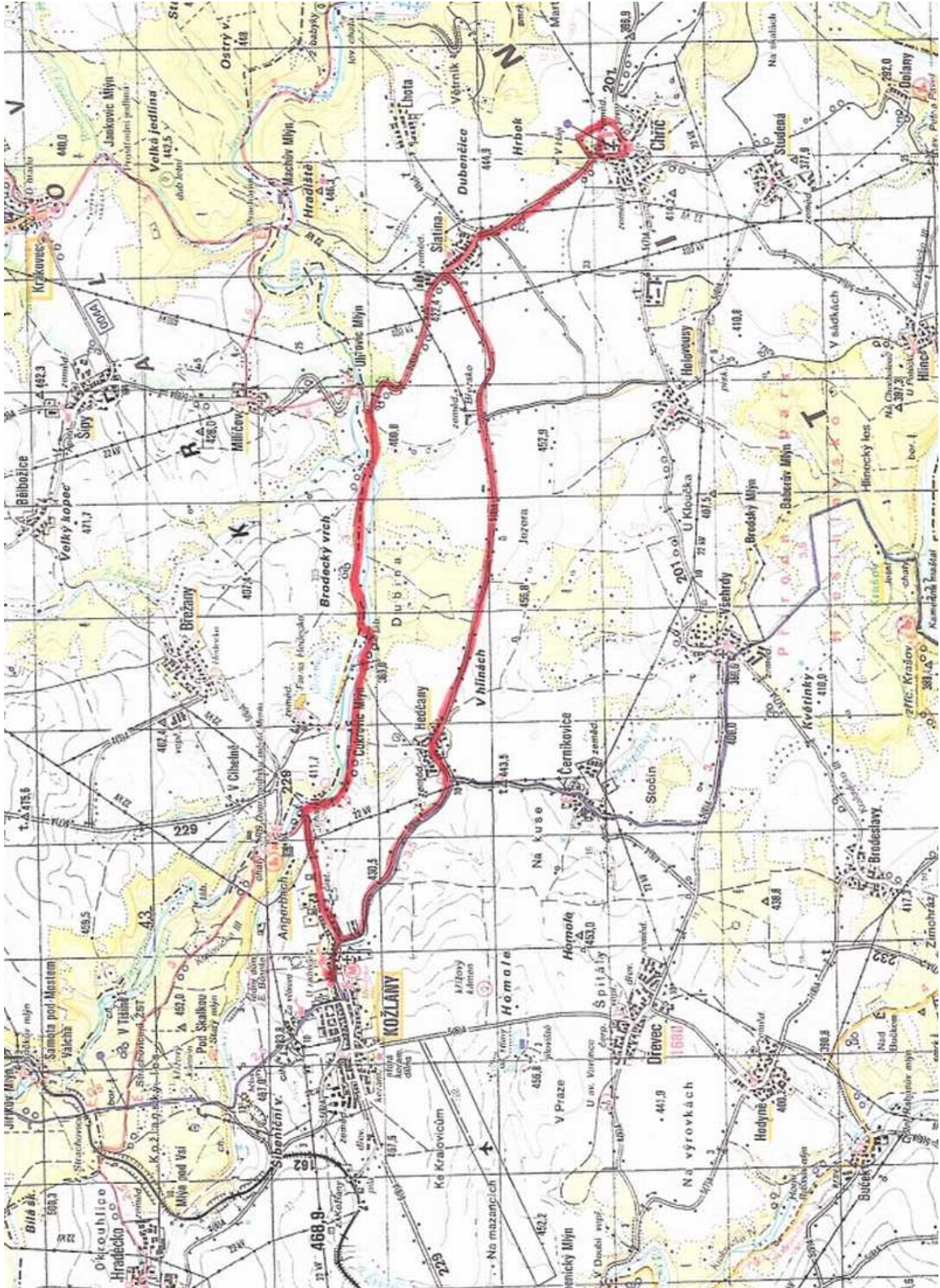


Chříčský zámek



kostel sv. Jana Nepomuckého

Trasa č.14 – 19,7 km



13.15 Na hrad Krakovec

Délka trasy: 20 km

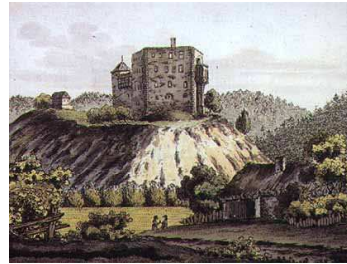
Trasa určená pro: cykloturistika

Časový typ: celodenní

Obtížnost trasy: střední

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany u školy



Zajímavosti:

- 1) **Strakův nový mlýn** – Nový mlýn přebudoval František Zimmerhagl z Kožlan, ale do chodu ho dal až Antonín Straka. Nový Strakův mlýn začíná svoji činnost až po skončení mletí na starém mlýně od roku 1939. Voda je přiváděna z mlýnské nádržky od starého mlýna potrubím pod zemí, o průměru 60 cm do vlastní mlýnské nádržky nového Strakova mlýna. Mletí končí v letech 1956-57. Později byl mlýn předělán k rekreačním účelům a odkoupila ho od Dopravních podniků Elektrárna Počerady. Dnes je v soukromém vlastnictví.
- 2) **Cukrovic mlýn** - První zpráva o mlýně je z roku 1535. Byl to vodní mlýn.
- 3) **Uhrovic mlýn** – První zmínka je z roku 1327. Kolem roku 1350 patří k hradu Krašov. Mlynářská činnost končí mlynářem Moravou v době druhé světové války. Později je pak z mlýnské usedlosti vybudováno rekreační středisko. Teď je v soukromém vlastnictví.
- 4) **Machův mlýn** - Kolem roku 1500 se mlýn nazýval Suchanovský, podle mlynáře Suchanovského. Pak to byl Rotporkův mlýn, Správkův mlýn a nakonec Machův mlýn. Mlýn přestává mlít po smrti Aloise Macha po II. světové válce. Stalo se z něj rekreační středisko.
- 5) **Hrad Krakovec** - Hrad vystavěn kolem roku 1383. V 16. století byl renesančně upraven a ještě počátkem 2. poloviny 17. století dále opravován. Po požáru v roce 1783 byl definitivně opuštěn a postupně se měnil ve zříceninu.
Přístupno v návštěvních hodinách.
pozn. : Na Krakovci se natáčel film *At žijí duchové!*
- 6) **Kostel v Břežanech**
- 7) **Strakův starý mlýn** - Dříve nazýván Vožehův mlýn. Neví se, kdy byl postaven. V roce 1539 je zapsána trhová smlouva mezi Kozlanami (dříve se tak jmenovaly Kožlany) a mlynářem Janem Vožehem o koupi obecní louky. Po zániku královského hrádku Angerbachu, se cesta kolem mlýna stala terčem lapků a lupičů. Další větší rod mlynářů je rod Zimmerhaglů, pak mlýn získává Antonín Straka. Mlýn měl mlýnské kolo a byl jednou vypálen a potkávaly ho velmi často povodně. Po skončení mletí v tomto mlýně se část strojů stěhuje do Nového Strakova mlýna. (mlýny: Sklenář, J., 1997)

Popis trasy:

Trasa začíná v Kožlanech u školy, od které se dáme vlevo směrem na Rakovník. Dojedeme na konec Kožlan a pokračujeme po silnici až k levotočivé zatáčce, od které vede po pravé straně silnička k **Strakovu novému mlýnu** (1,3). Odbočíme vpravo, na polní cestu, projedeme kolem rybníka a pak stále rovně, až dojedeme k **Cukrovič mlýnu** (2,2). Najdeme zde tur. ukazatel od kterého se vydáme po *červené tur. značce* lesem. Po 3,5 km se dostaneme pod Slatinu – směr na Rakovník. Dojedeme po silnici až k **Uhrovič mlýnu** (tur.ukazatel), před malým mostem zahneme vpravo na luční cestu, kde se už odpoutáme od turistických značek (5,6). Po cestě přebrodíme potok a po loukách se dostaneme k dalšímu brodu. na konci třetí louky odbočíme vpravo na lesní cestu. Opět následuje brod (7,5). po 300 m dojdeme lesní cestou k **Machovu mlýnu**, kde je možnost občerstvení a vykoupání v bazénu (7,8). Jdeme vpravo po hlinité cestě (jakoby se kousíček vrátíme) a napojíme se opět na *červenou tur. značku*. Po 2,7 km dojdeme pod Krakovec, kde je možnost opékání buřtů. (pro bližší přiblížení cesty od Machova mlýna ke Krakovci: mineme dva tur. ukazatele a přebrodíme 7 brodů). Na **Krakovec** se dostaneme buď rovně po silnici, nebo se za můstkem dáme vpravo a po 30m je vlevo mezi domy cesta kolem kopce.

Cesta zpět je dlouhá 9 km.Od Krakovce jedeme horem kolem hospody po silnici přibližně po 150 m odbočíme vlevo zkratkou na Šipy - přejedeme most, následuje prudký kopec, za kterým už jsou Šipy. Na křižovatce odbočíme vpravo směrem na Rakovník a tak po 60 m před rybníkem vlevo ke statku, který z poloviny objedeme a vydáme se po cestě rovně (první polní cesty vpravo do kopce si nevšímáme).Na polní křižovatce rovně, opět přejedeme brod (15,8). Na další křižovatce vpravo – dojedeme do Břežan (kde nalezneme kostel), které projedeme a na křižovatce odbočíme vlevo (17,1). Projedeme údolím, v němž je možnost koupání v malém čistém rybníku a na křižovatce se dáme vlevo. Po pravé straně mineme Vožehův rybník, po levé straně **Strakův starý mlýn**, u kterého zahneme vpravo na luční cestu (Nadbíhačku) - zde kolo vytlačíme až k silnici, po které dojedeme do Kožlan (20).

Úniková trasa:

1. Od zatáčky doleva, když vyjedeme na silnici, nejedeme dolů k Uhrovič mlýnu, ale nahoru do Slatiny, odkud jede do Kožlan autobus.
2. Krakovec – Lubná – Kožlany (autobusové spojení)

Poznámka: Tato trasa vede nádhernou přírodou plnou luk, lesů a brodů, kde je možnost sportovního vyžití, hraní her v přírodě, poznávání mnoha druhů rostlin a stromů. První polovina trasy k hradu Krakovec není vůbec obtížná. Obtížnější je spíše druhá polovina trasy. Proto je možnost pro menší náročnost trasu obrátit.

Bližší informace k historii zříceniny hradu Krakovec:

Mezi četnými hrady a jejich zříceninami v povodí Berounky zaujímá Krakovec zvláštní místo. Nevyniká rozlohou ani zachovalostí a výbavou svých komnat, neupoutává mohutným opevněním, vysokými věžemi ani romantickou polohou. Jeho strohá pravouhla siluleta s prázdnými otvory mnoha oken na první pohled spíše připomíná prostý opuštěný dům, který lze v odlehlém údolí snadno přehlédnout. Zavítá-li však návštěvník přesto do této končiny lesnatého Rakovnicka a vstoupí do romantické zříceniny hradu, dýchne na něj zvláštní kouzlo tohoto místa, jež si mnohé připoutá. Při

návratech do zdí Krakovce zde pokaždé nalzááme něco nového, zajímavého, každý detail z rukou středověkého kameníka působí ve zdejší podmanivé atmosféře jaksí mocněji a trvaleji než jinde. Krakovec byl postaven pro předního muže královského dvora a purkrabího hradu Křivoklát, Jíru z Roztok, na konci 14.století. Jedinečná ukázka architektury doby Václava IV. Poslední útočiště mistra Jana Husa před odjezdem do Kostnice.

Tento velmi výstavní hrad je znám především jako poslední útočiště Jana Husa před jeho odjezdem do Kostnice.

Hrad Krakovec byl v 16. století renesančně upraven a ještě počátkem 2. poloviny 17. století dále opravován. Po požáru v roce 1783 byl definitivně opuštěn a postupně se měnil ve zříceninu.

Krakovec stojí z hlediska stavebního vývoje na počátku přechodu od hradů k mladším zámkům, k nimž by vývoj v Čechách dospěl, kdyby nebyl přerušen výbuchem husitské revoluce. Představuje jeden z vrcholů české hradní architektury 14. století.

Prohlídka hradu Krakovce, jeho odvážně klenutých prostor, temných sklepů, torza nádherné kaple, výjimečných architektonických detailů ve Vás, stejně jako krajina kolem, zanechá hluboký dojem.



Pověst hradu Krakovec:

M.J. Hus se loučí s vlastí

Hradu Krakovci bylo souzeno, aby se stal posledním útočištěm mistra J. Husa, když byl prohlášen za kacíře a vypuzen z Prahy.

Z Táborska, z Ústí Sezimova po smrti svého příznivce Jana z Ústí přijel na Krakovec, přijav pozvání pana Lefla z Lažan. S těžkým srdcem loučili se s ním jeho přátelé, leč Hus rád zavítal do nového kraje, aby i tady rozšířil svoje myšlenky a zanítil v českých srdcích plamen nadšení pro obrodu náboženského života a zvroucnění víry.

Svou činnost kazatelskou zahájil v zámecké kapli, čině tu výklady evangelia, avšak brzy, zrovna tak jako na Kozím hrádku u Tábora, počal kázati po široširém kraji. Vyhledával shromáždění lidu, kázal na návsi a pod lipami, o poutích, svatbách a posvícení – a všude hrnuli se k němu vděční posluchači, jak o tom svědčí slova kronikářova:

„Kudyž se kolivěk obrátil, tam za ním lidé v zástupech šli a jeli a na vozech se všech stran k němu se vezli.“

Měl-li sám Kristus nepřátele – našli se i tací, kteří mu do tváří plili – měl je i věrný sluha boží, mistr Jan. Kterýsi kněz, který přijal pohodlný úřad kuchmistra, rozšířil o něm pomluvy, že byl z Ústí Sezimova vypuzen. Hus ve zdech Krakovce psal pádnou odpověď knězi „kuchmistrovi“ i všem těm, kdož pro dobré bydlo a světské panování všelikých výnosných úřadů si hledí, místo co by o věci duchovní, o spásu svých duší a všeho lidu měli pečovati.

Spor Husův s papežem a církví v té době vrcholil a šel k svému truchlivému zakončení. Byly činěny přípravy k sněmu kostnickému a tu Hus byl vyzván císařem Zikmundem, aby se dostavil před sněm a hájil tu svou při. Hus neodmítl, žádal jen na císaři průvodní list, glejt, kterým by mu byla zabezpečena svobodná cesta do Kostnice a nazpátek. Šlo mu o to, aby mohl předstoupiti před sněm a tu své učení, o jehož správnosti byl skálopevně přesvědčen, svobodně mohl hájiti. Věděl, že nebude lehké brániti se proti nařčení četných nepřátel z kacířství a bludů, a proto se důkladně připravoval k obraně.

Pan Lefl z Lažan byl mu dobrým přítelem a hostitelem, avšak přece, když dlel o samotě ve své komnatě, nejednou byl na mysli sklíčen. Byl si jist, že pravda a právo jsou na jeho straně, avšak proti němu stály církevní a světská moc, obě kruté a nelítostné, trestající bezohledně každého, kdo se opovážil činiti si právo řídit se vlastním rozumem. A tu v předtuše, že jsou to poslední dnové, jež prožívá v milované vlasti, píše Hus svou závěť a posílá Pražanům písemné rozloučení.

Dojemné je čísti, co po sobě zanechává mistr Jan, kterého nepřátelé jeho neštítili se vinit z obročnictví:

„Mistře Martine (Martin byl jeho žákem a chráněncem), bratře nejdražší v Kristu! Hleď, abys byl vzdělavatelem stánku duchovního, jsa nakloněn k chudým a ponížený, a abys neprojídal statků v hodech...Suknici šedivou kdybys chtěl nechati si pro sebe na památku. Ale ty se štítíš, myslím, šedivé barvy. Tedy dáš ji tomu, komu se ti lépe bude zdáti...“

S Pražany pak se loučí:

„Věrní a milí přátelé! Víte, že jsem s vámi po dlouhý čas věrně pracoval, káže vám slovo boží bez kacířství a bez bludů, a mým přáním bylo, jest a bude až do mé smrti vaše spasení...Modlete se, ať mi Bůh dá vytrvalost a aby ochránil mě bez poskvrny. A jestliže k jeho chvále a k vašemu prospěchu moje smrt má býti, necht' mi ji dopřeje bez strachu podstoupiti. Je-li však život můj k našemu lepšímu, necht' mě vám opět navrátí, abychom ještě spolu v zákoně jeho se poučili a budoucím bratřím po sobě dobrý příklad zůstavili. Možná, že se již v Praze před smrtí neužijeme. Jestliže mě Bůh vám navrátí, tím veseleji se shledáme. Bůh milosrdný rač vás ve všem dobrém zachovati, abyste ve svornosti plnili vůli jeho!“

Napsav tyto listy, z nichž dopis mistru Martinovi měl býti otevřen teprve po smrti Husově, přichystal se na cestu. Dne 11. října 1414 za pláče lidu opouštěl Krakovec a nastoupil cestu do Kostnice v průvodu o více nežli 30 koních a dvou vozech. Doprovázeli ho Jan z Chlumu, Václav z Dubé, Jindřich Lacembok, bakalář Petr z Mladenovic, který si o cestě činil pečlivé záznamy, a ještě několik věrných přátel. Smutně jel průvod, neboť, ačkoliv dosáhl Hus od arcibiskupa prohlášení, že ho z kacířství neviní, přece tížily přátele Husovy obavy o život milovaného mistra.

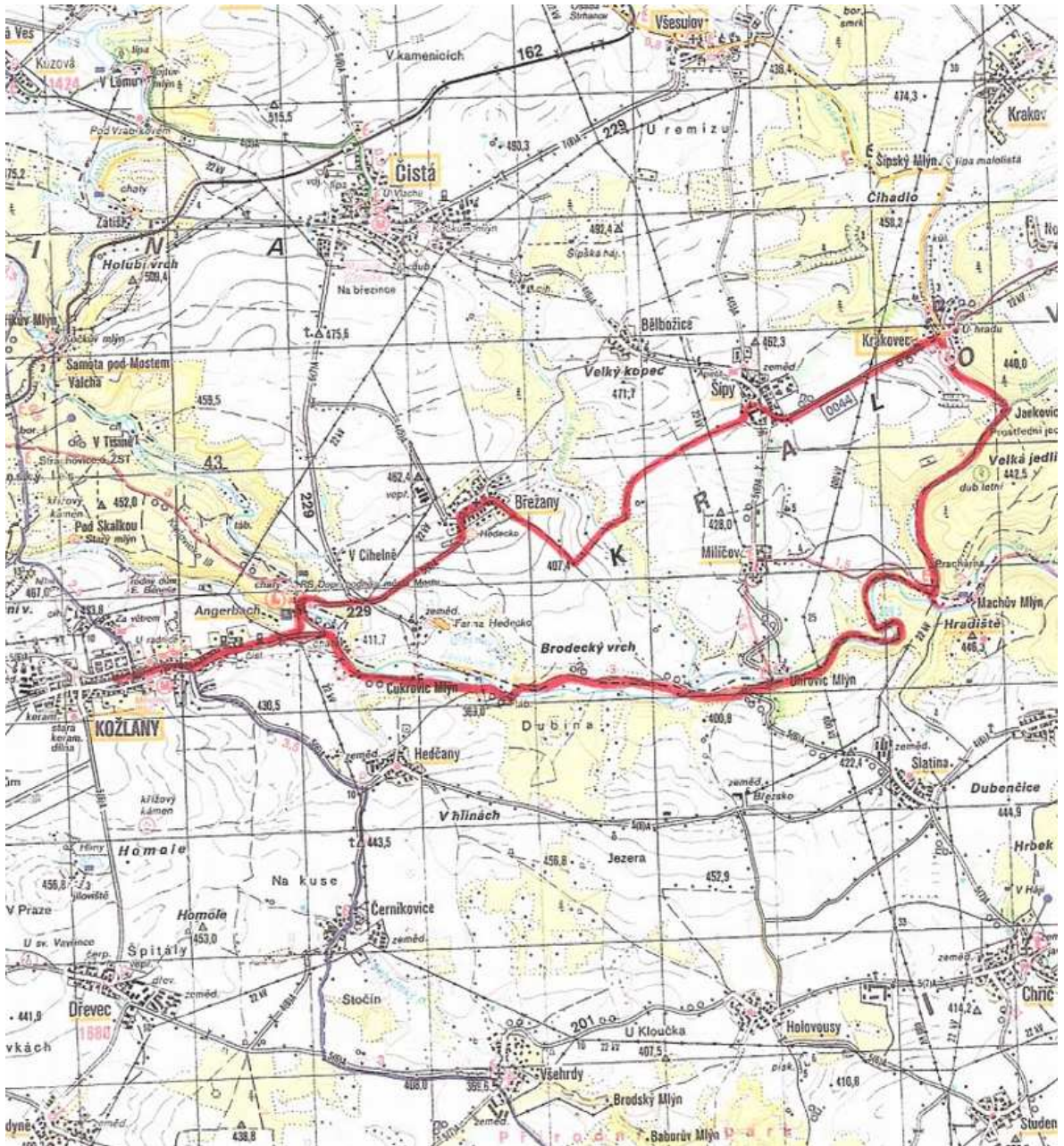
A jako by za všechny věrné Čechy mluvil, pronesl jeho přítel krejčí Ondřej Polák pohnutým hlasem slova rozloučení: „Bůh buď s tebou! Zdá se mi, že se nevrátíš.“

Zmizela zraku Husovu kotlina s potoky a hradem na ostrohu, vzdalovaly se osady s lidem dychtícím po jeho slovech. Krakovec zůstal pouhou vzpomínkou na věrná, přátelská srdce. V dále za obzorem čekala chladná a zrádná cizina, v níž byl veliký syn národa pokořen hrubým násilím a spálen v prach a popel.

(<http://www.hrady.cz/index.php?OID=185>)



Trasa č. 15 – 20 km



13.16 Na hrad Krašov

Délka trasy: 20 km

Trasa určená pro: cykloturistika

Časový typ: celodenní

Obtížnost trasy: vyšší

Výchozí místo trasy: Kožlany u školy

Cílové místo trasy: Kožlany od školy



původní podoba hradu Krašova

Zajímavosti:

- 1) **Křížek** na křižovatce na Všehrdu
- 2) **Kostel sv. Prokopa ve Všehrdech** - Kostel sv. Prokopa je zmiňován již roku 1250. Ve 14. století se stal kostelem farním a byl jím až do roku 1659, kdy ves přešla pod farnost v Kozojedech. Původně gotický kostel z poloviny 14. století byl dle návrhu J. B. Santiniho v letech 1730–1732 přestavěn stavitelem M. O. Kondelem v duchu barokní gotiky. Z této přestavby také pochází znak plaského opata Evžena Tytla na západním průčelí. Ve věži kostela je osazen renesanční zvon Brikcího z Cynperka z roku 1589.

Zajímavé jsou také gotizující hřbitovní branky a márnice. (URL-[http://cs.wikipedia.org/wiki/Všehrdu_\(okres_Plzeň-sever\)](http://cs.wikipedia.org/wiki/Všehrdu_(okres_Plzeň-sever)))

- 3) **Zřícenina hradu Krašov** – Hrad byl založen kolem r. 1232 na skalnaté ostrožně nad soutokem řeky Berounky a Brodeslavského potoka jako šlechtické sídlo Jetřicha z Krašova. Dobou svého založení se tedy řadí mezi první šlechtické hrady v Čechách.

V průběhu následujících zhruba čtyř set let vystřídal několik majitelů, až jej roku 1678 koupil cisterciácký klášter v Plasích a během 18. století jej upravil na letní sídlo mnichů. Po zrušení kláštera se hrad během krátké doby proměnil ve zříceninu.

Je to moderní gotická pevnost. K hradu se váže celá řada legend.

Tato zřícenina hradu je volně přístupná.

- 4) **Barokní statek Rohy** - Hospodářský dvůr Rohy z 16. století byl založen pány z Kolovrat, za svou dnešní barokní podobu vděčí přestavbě provedenou plaskými cisterciáky. V areálu je hodnotná především hlavní budova a kamenná stodolou s tesanými portály se znaky plaského kláštera z roku 1735. Západně od dvora roste památný Rožský dub.

(URL- <http://cs.wikipedia.org/wiki/Bohy>)

- 5) **Hliny**- Jezírka, která vznikla zatopením míst po těžbě keramické hlíny.

Popis trasy:

Vyjíždíme od školy vlevo na Rakovnick. U radnice odbočíme vpravo a za hřbitovem jedeme první odbočkou vpravo polní cestou, kterou dojedeme ke křižovatce na Dřelec a Všehrdu (křížek) (3,9). Pojedeme na Všehrdu (vlevo a na křižovatce rovně dolu). Po silnici dojedeme ke **kostelu sv. Prokopa**, zahneme vpravo - kolem autobusové zastávky, kde je tur. ukazatel a dáme se rovně na polní cestu po *modré tur. značce* (6,0)

po které se dostaneme po 3,5 km na zříceninu hradu Krašov (cestou ze Všehrd na Krašov uvidíme krásný pohled do údolí, pod Krašovem u řeky vzpomínkovou cedulí pro vodáky). V lese pod Krašovem před vzpomínkovou cedulí zahneme vlevo nahoru do kopce - dojdeme k informační ceduli Přírodní rezervace Krašov, před níž se dáme vpravo do velmi strmého kopce přibližně 200 m po *žluté tur. značce* (zde je nutno počítat s tím, že učitelé pomohou dětem s jejich koly). Dojdeme na zříceninu hradu **Krašov** kde je i tur. ukazatel (10,0). Po prohlédnutí volně přístupné zříceniny a nádherného výhledu do údolí na řeku Berounku se vydáme *po žluté tur. značce* na **statek Rohy** (po cestě je naučná stezka Krašova, jen jí projedeme obráceně), kde na křižovatce pojedeme vpravo - zde se odpoutáme od tur. značek. Na další opět vpravo na Brodeslavy, do kterých dojedete za 1,1 km. V Brodeslavech se dáme vlevo na Hodyni kolem kapličky, na křižovatce vpravo až dojedeme do Hodyně (15,0). Na konci Hodyně vpravo na Dřevce. Ve Dřevci vlevo, pak u kapličky vpravo na Kožlany a po 2,2 km se dostaneme do Kožlan (v polovině cesty ze Dřevce na Kožlany vlevo od silnice můžeme nalést **Hliny**). Na křižovatce vpravo a dojedeme až ke škole (20).

Únikové trasy:

1. Z Brodeslav nejedeme po silnici na Hodynou, ale zahneme za obcí vpravo na lesní cestu, po které se dostaneme ke kožlanskému hřbitovu, od něhož jedeme ke škole.
2. Hodyně-Kožlany (autobusové spojení)

Bližší informace z historie zříceniny hradu Krašov:

Hrad založil před rokem 1232 Jetřich z rodu Hroznatovců. V držení pánů z Krašova zůstal až do poloviny 14. století. V 15. a na počátku 16. století jej drželi pánové z Kolovrat. V 16. století byl přestavěn v renesanční zámek. Od druhé poloviny 17. století se stal Krašov majetkem plaského kláštera, který ho pro své potřeby nechal barokně upravit. Po zrušení kláštera roku 1785 rychle zpustl. Okolo roku 1800 byl již zříceninou. V letech 1970-71 probíhal na Krašově archeologický výzkum.

Dispozice hradu je dvojdílná, nejstarší podobu předhradí však doposud neznáme. Dvojdílné bylo od počátku i nevelké jádro za enormně mohutným šíjovým příkopem. Přední část jádra, ve které se nacházela čtverhranná cisterna vysekaná do skály, měla zřejmě lehčí opevnění doposud neznámé podoby. Zadní část obtáčela hradba, z níž vedle brány vystupovala nevelká věžice s břitem. V zadní části při straně nad řekou stál malý sálový palác. Plocha předhradí leží výše než jádro a tato skutečnost vedla záhy, zjevně již ve druhé polovině 13. století, k první přestavbě. Přední část jádra dostala zděnou hradbu, na čelní straně, kde byla prolomena vstupní branou, zvýšenou do štítové podoby. Volně za ní v ploše nádvoří stál nový okrouhlý bergfrit. V další fázi výstavby byla pozornost věnována rozšíření obytné plochy. Při boční frontě zadní části jádra vznikl nový dvouprostorový palác a nároží mezi oběma paláci zaujala čtverhranná, nejspíše věžovitá stavba.

Datování této stavební činnosti je za současného stavu vědomostí značně složitě, díky nepočteným dochovaným detailům lze uvažovat nejspíše o průběhu 14. století. Zcela bez opor jsme při úvahách o časovém zařazení výstavby nové první brány a parkánu,

který od ní běžel před čelem a podél jižní strany přední části jádra. Nejspíše se tak stalo ještě před nástupem palných zbraní. Jejich rozvoj si vyžádal v průběhu druhé poloviny 15. století zlepšení obranyschopnosti hradu. Tíha obrany se vzhledem k terénní konfiguraci přenesla na čelo rozměrného předhradí. To zajišťoval masivní val, na němž se na nejvyšším místě nacházela dnes zaniklá obranná stavba, nejspíše bateriová věž.

Nebezpečnou, výše ležící výšinu za Brodeslavským potokem zablokovala předsunutá bašta. Předhradí, s boční stranou zajištěnou dalším příkopem a valem, bylo zastavěno množstvím různých objektů, mezi nimiž nalezneme pivovar se spilkou a sladovnou (k jeho provozu zřejmě náležel i dosud dochovaný rozměrný sklep), kovárnu, krčmu, lázeň, cihelnu a musíme předpokládat i další běžné hospodářské objekty. Součástí hospodářského provozu hradu byl i mlýn o jednom složení, stojící ve svahu pod předhradím. Voda na jeho kolo na horní vodu byla vedena z rybníčků před předhradím, naháněných pomocí rozsáhlejšího vodního díla.

Krašov náleží mezi nejstarší české šlechtické hrady. Zadní část jeho jádra přísluší bergfritovému typu, u něhož byl zřejmě z úsporných důvodů bergfrit nahrazen věžicí s břitem.

Absence velké věže byla v nepříznivé terénní situaci záhy pocíťována zjevně značně silně, a proto došlo v druhé fázi k výstavbě regulérního bergfritu, který odsunul starší věžici do role zajištění brány. Tato přestavba je zároveň jednou z prvních přestaveb nedávno založeného šlechtického hradu, signalizujících rychle stoupající možnosti a požadavky šlechtických majitelů. Koncem 15. století představoval Krašov přední šlechtickou rezidenci. Rozsáhlé předhradí a hospodářské vybavení umožňovalo podnikání ve vlastní režii. Toto předhradí náleží k nejlépe dochovaným na našem území.

Pověsti a legendy k hradu Krašov:

Jak Krašov ke svému jménu přišel:

Kněžně Libuši a Přemyslovi Oráčovy se narodila dcera, které dali jméno Krasava. Zakladatelem hradu byl příslušník rodu Mžanů Jaroslav, jenž na tomto místě vystavěl utajený hrad pro svoji milou Krasavu, protože rody byly znepráteny. Byla to jediná cesta, jak milenci mohli být spolu. Kněžna Libuše, zdrčená ztrátou své dcery, se jí vydala hledat od Prahy údolím Berounky. Z posledních sil svou dceru volala: „Krašo – mé dítě – Krašo!!“ a ozvěna v tom kouzelném údolí ji vrátila: „Krašov!“ - „-ašov!“ – „-ov-v-v-v!“ A po této ozvěně byl pojmenován utajený hrad, kde byla Libušina dcera nalezena s Jaroslavem a jejich potomkem, na Krašov. Od té doby byli opět oba rody spřáteny.

Pověst o krkavcích na Krašově:

Za starých časů, kdy sloužil ještě hrad Krašov jako letní sídlo plaských cisterciáků, pracoval tu na nějaké zednické práci z vesničky Dolany starý zedník jménem Bláha. Opravoval starý komín, který pamatoval ještě slavné krašovské rytíře a tu k svému překvapení našel za komínem černokněžnickou knihu. Vzal si ji tajně s sebou domů a tam pak v ní četl. Přečetl sotva stránku knihy a v tom přiletělo k němu do chalupy hejno krkavců a oblévalo mu kolem hlavy. Posedali na stůl, na lavici, na zem, na záda sedli a

krákorali do uší. Z toho jejich strašného krákorání zedník Bláha jakoby slyšel: „Pane, co chceš, co poroučíš, co máme dělat?“

Bláha se polekal, praštil s knihou o zem a utekl ven. Ale krkavci jako poslušní sluhové za ním a bylo jich stále více a více. Zedník běžel k jednomu blízkému kouzelníkovi a ten věděl hned, co se stalo a jak Bláhovi pomoci. Poručil těmto zlým duchům, aby z jednoho pole pod Bohy nad Berouňkou všechno kamení, co tam leží, vynesli a dále sloužili kouzelníkovi. Podle jiných starých vypravěčů kouzelník krkavce zažehnal a knihu si ponechal. Jiní zase říkali, že kouzelník knihu spálil a zedníka napomenul, aby se takových knih nevyšmál a nečetl v nich, když není zlým duchům zapsán.

Podkrašovský vodník

Svého času příslušely Třímány ke křickému panství v rakovnickém kraji. Proto třímanští sedláci jezdívali na robotu na Ptyč. Přes řeku Berouňku používali prámu na přívoze pod Třímány.

Když roboty byla zrušena, prám již nikdo neopravoval, tak vzal za své. Také jez, který míval vorová vrata, byl by po létech velkými vodami zničen a dnes není po něm ani památky. Od té doby se datuje, že z třímanského přívozu /dnes u Klečánek/ se odstěhoval vodník k Podkrašovskému mlýnu.

„Já jsem sice toho hastrmana nikdy neviděla“, vypráví prababička Macákojc z Tříman, „ale nynějšího Slávy Konvalikojc babička, Tóna Chlupsojc, provdaná Konvalinková, mně o tom povídala. Ona byla dcerou hajnýho z Bohů a přivdala se k nim do rybárny pod Krašovem.

Když tam přišla, byla upozorněna, že k nim chodí vodník a že se mu nesmí nikdy ublížit, ani jej pohněvat, nebo by se stalo velké neštěstí. Však to známe, jak se umí každý vodník strašně mstít.

Pode mlýnem při strouze bývaly velmi staré vykotlané vrby a tam míval vodník svůj brloh. Velmi často vysedával za teplých nocí na jedné z nich a při měsíčku šil.

S Rybákojc rodinou býval velmi zadobře – všichni s ním dobře vycházeli. Vždyť už i jejich rodiče jej považovali za příslušníka rybářského cechu a měli ho dokonce rádi. Každého roku, když před vánocemi lovili ryby, nevěděli si s nimi rady. Tak se jim totiž vodník odměňoval za jejich dobrotu – ale o tom se nesmí moc povídat. Až jednou, když si nová hospodyně vzala služku, bylo po starém přátelství.

Vodník navštěvoval rybárnu každý večer a potom vždy usínal na prahu přede dveřmi. Každé ráno byla po něm na zápraží velká louže. Služku to strašně mrzelo i zlobilo, že musí po něm uklízet a přemýšlela, jak by se ho zbavila. Jednoho večera si připravila hůl a jednou v noci, když vodník na zápraží usnul a chrápal, pustila se s kuráží do něj a pořádně mu natloukla. Vodník se strašně rozzlobil a na útěku pohrozil služce, že se jí pomstí. A hned první noc odvázal dobytek a vypustil z chléva. Dalo to moc práce sehnat zase všechny dobytek do chléva. To se tak často opakovalo, že služka dala výpověď a šla na hodinu pryč, ale i vodník brzo zmizel.“

Dle vyprávění babičky – Růženy Macákové /nar. 1874 zem. 1969/
(Vorel, J., 1994)





pohled ze zříceniny hradu do údolí řeky Berounky

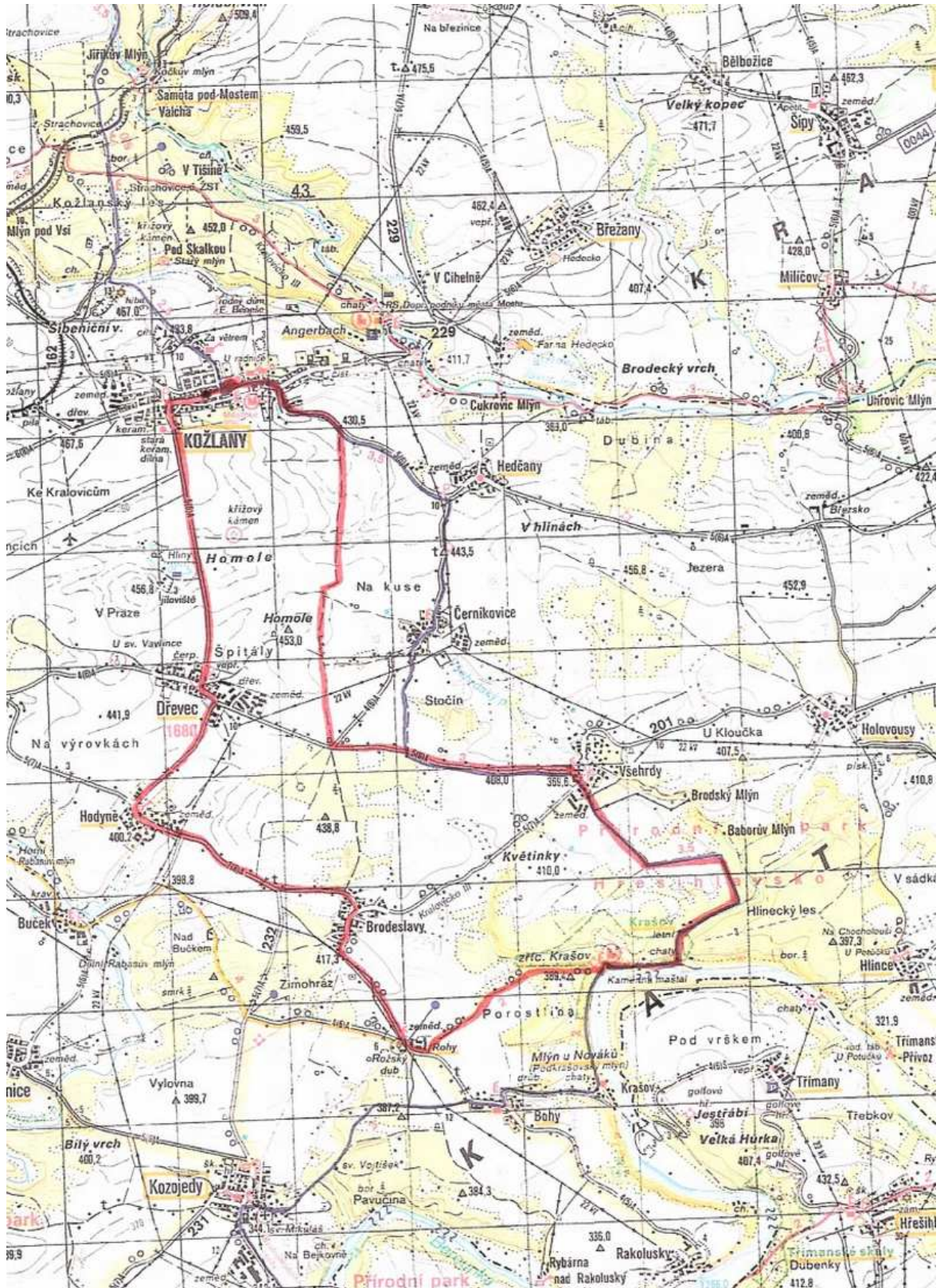


kostel ve Všehrdech



barokní statek Rohy

Trasa č. 16 – 20 km



14. ZÁVĚR PRÁCE

Nádhernou přírodou Kožlanska bylo navrženo již zmíněných 16 turistických tras. Trasy jsou řazeny od krátkých městských vycházek až po delší pěší i cyklistické výlety. U některých tras je nutné využít zvláštní, či linkový autobus.

Všechny trasy jsem se školními dětmi absolvovala. Příjemným zjištěním jsou informace žáků, že tyto trasy již nyní procházejí a projíždějí se svými rodiči. Nejvíce oblíbené jsou trasy: Na hrad Krakovec, Na hrad Krašov a Územím trilobitů.

Každá trasa obsahuje délku trasy, pro jaký druh turistiky je určena, časový typ trasy, obtížnost trasy a výchozí a cílové místo trasy, zajímavosti, popis trasy a plánek. K jednotlivým trasám jsem pro větší přehlednost a názornost přímo přikládala fotodokumentaci. Děti i dospělí by měla více motivovat. U některých tras je připsána pověst, která se váže k jednotlivým místům či upřesnění historie daného místa. V příloze jsou přidány hry, které si může pedagog vybrat a zařadit do jednotlivých tras.

Práce obsahuje i stručný výčet toho, co by měl malý turista znát, než se vypraví poprvé na cestu do přírody. Tyto body jsou však pouze informativní, protože nejsou smyslem mé práce.

Praktická část diplomové práce byla příjemná i pro mne, protože jsem poznala nová místa, která byla pro mě utajená a doufám, že se budou líbit i vám. Přeji příjemnou cestu a šťastný návrat.

15. Seznam použité literatury

- BUKAČOVÁ, I. (1983): 800 let Kralovic. Praha, ČTK Repro.
- KLÍR, J.; MAJER, A. (1966): Kožlansko turistický průvodce. Praha, knihtisk n. p.
- LUDVÍK, M. (1986): Malá encyklopedie turistiky. Praha, Olympia.
- MOSER, F. a kol. (1986): Pěší turistika. Praha, Olympia.
- MŠMT ČR (1996): Vzdělávací program základní škola. Praha, Fortuna.
- MŠMT ČR (1993): Návrh učebních osnov Obecné školy. Praha, Portál.
- MŠMT ČR (1997): Vzdělávací program národní škola. Praha, SPN.
- NEUMAN, J. a kol.(2000): Turistika a sporty v přírodě. Praha, Portál.
- SKLENÁŘ, J. (1997): Voda-mlýny a mlynáři na Kralovicku a Manětínsku.
- SÝKORA, B. (1986): Turistika a sporty v přírodě. Praha, SPN.
- VOREL, J. : Hrad Krašov. Kralovice, soukromé nakladatelství.
- VOREL, J. : Klášterní poklad a jiné plaské pověsti. Kralovice, soukromé nakladatelství.
- WILSON, N. (2002): Jak se orientovat a přežít v přírodě. Praha, Svojtka Co.
- ZAPLETAL, M. (2003): Velká encyklopedie her I.- Hry v přírodě. Praha, Olympia.

Mapy:

- Turistická mapa Plzeňsko, Kartografie Praha, Praha, 2004
- Turistická mapa Povodí Střely, Edice Klub českých turistů, Praha, 2002
- Turistická mapa Křivoklátsko a Rakovnicko, Edice Klubu českých turistů, Praha, 2005
- Plán města Kožlany, Euroverlag, Plzeň

Internetové adresy:

- <http://www.kozlany.unas.cz/>
- <http://www.obecni-urad.net/source/index.php?ID=615/>
- <http://www.magics-h.cz/Kozlany/>
- <http://www.magics-h.cz/DBK/>
- <http://www.kozlany.cz/>
- <http://www.kozlany.turistik.cz/cs/>
- <http://www.cs.wikipedia.org/wiki/Ko%C5%BElany/>
- <http://www.hrady.cz/index.php?OID=110/>
- <http://cs.wikipedia.org/wiki/Bohy/>
- <http://kronikaregionu.wz.cz/archiv/?file=a06&title=|%20O%20kaj%EDc%EDm%20duchovi%20a%20jin%FDch%20kralovick%FDch%20stra%B9idlech/>

16. Seznam příloh

Příloha č.1: Tabulka tras

Příloha č.2: Tabulka doporučených norem max. zatížení dětí a mládeže v pěší turistice

Příloha č.3: Výběr her

Příloha č.4: Fotodokumentace Kožlan

Tabulka tras

Trasa č.	Délka trasy v km	Název trasy	Výchozí místo	Cílové místo
1 (městská)	1	Za historickými budovami Kožlan	Kožlany	Kožlany
2 (městská)	1,5	Po stopách Dr. Eduarda Beneše	Kožlany	Kožlany
3 (městská)	2,9	Po stopách hrnčářů	Kožlany	Kožlany
4	3,3	Za krásami Plas	Plasy	Plasy
5	3,9	Putování za králem Václavem I.	Kožlany	Kožlany
6	4,2	Židovský hřbitov	Kožlany	Kožlany
7	5,3	Územím trilobitů	hájovna Slap	pod Skryjemi
8	7,5	Z Potvorova k Odlezelskému jezírku	Potvorov	Mladotice
9	8	Plaskou kotlinou	Sokolka	křižovatka Žebnice
10	9	Za architekturou čísteckého mostu	Kožlany	Kožlany
11 cyklotrasa	9	Kouzlo starých mlýnů	Kožlany	Kožlany
12 cyklotrasa	14,6	Za kostelem sv. Petra a Pavla	Kožlany	Kožlany
13 cyklotrasa	17	Za krásami Mariánské Týnice	Kožlany	Kožlany
14 cyklotrasa	19,7	Za chříčovskými památkami	Kožlany	Kožlany
15 cyklotrasa	20	Na hrad Krakovec	Kožlany	Kožlany
16 cyklotrasa	20	Na hrad Krašov	Kožlany	Kožlany

Doporučené normy maximálního zatížení dětí a mládeže v pěší turistice

Délka trvání	Věk	Celkové výkony						Rychlost pochodu km/h
		začátečníci		pokročilí		vyspělí		
		délka km	zátěž kg	délka km	zátěž kg	délka km	zátěž kg	
Jeden den	4-5	6	-	-	-	-	-	do 2,0
	6-7	7	-	8	-	9	-	2,5
	8-9	8	2,0	10	2	12	2,0	3,0
	10-11	10	4,0	12	5	14	6,0	3,0
	12-13	12	6,0	15	7	18	8,0	3,5
	14-15	15	7,5	18	9	21	10,5	4,0
	16-18	20	9,5	25	12	30	14,5	4,5
Dva dny	10-11	15	4,0	20	5	24	6,0	3,0
	12-13	20	6,0	25	7	30	8,0	3,5
	14-15	25	7,5	30	9	35	10,5	4,0
	16-18	36	9,5	45	12	54	14,5	4,5
	12-13	28	6,0	35	7	42	8,0	3,5
Tři dny	14-15	33	7,5	40	9	47	10,5	4,0
	16-18	48	9,5	60	12	72	14,5	4,5

Příloha č.3
VÝBĚR HER

Seznamovací, zahřívací a kontaktní hry

Hra na jména, Tanec na kládě, Molekuly, Vstávání, Gordický uzel, Zasedání

◆ **Seznamování v kruhu**

Všichni účastníci vytvoří dva soustředěné kruhy. Hráči se v nich postaví čelem proti sobě a postupně se po jednom pozdraví – podají si ruku a upřeně se podívají navzájem do očí. Hra je vhodná pro první kontakt s neznámými lidmi.

◆ **Stíny**

Hra pro dvojice, kdy druhý přesně kopíruje pohyby z dvojice. Možno využívat i různých předmětů nebo překážek. Role se poté vymění.

◆ **Křičená přísloví**

Všichni sedí v jednom kruhu. Jeden dobrovolník jde za dveře. Kruh se rozdělí na čtyři části. Vybereme nějaké české přísloví, rozdělíme na čtyři části – každá skupina bude křičet pouze svoji část. Přivoláme dobrovolníka, ten si stoupne doprostřed kruhu a poslouchá. Vedoucí odpočítá a všichni křičí svou část přísloví současně. Úkolem je zjistit, o jaké přísloví jde.

◆ **Čáročáry**

Hráči rozmístění v kruhu mají připraven papír a tužku. Během jedné minuty namalují na papír, co je napadne. Po jejím uplynutí se výtvar každého posouvá k sousedovi po pravici, a to vždy opakovaně po signálu, přičemž se časový interval zkracuje. Hra končí v okamžiku, kdy se kresba, postupně doplňovaná všemi účastníky, vrátí k původnímu hráči.

Hry na důvěru

Tento typ her má své místo v první části akce. Hry na důvěru navodí ve skupinách atmosféru vhodnou pro řešení dalších obtížných úkolů. Také tento typ her by neměl na akci v přírodě chybět. Z mnoha úspěšných her lze připomenout následující hry: *Cesta tmou*, *Lidský žebřík*, *Pendl*, *Pád důvěry*.

◆ Cesta zpět

Noční hry, kdy všichni zúčastnění mají zavázané oči a ve společném „hadu“ jsou odvedeni na vzdálenější místo v okolí střediska, kde jsou opuštěni vedoucím, který je vedl. Jejich snahou je dostat se zpět do střediska.

Hry iniciativní, kooperační a problémově orientované

Dávají šanci k uplatnění každému účastníku. V tomto typu her jsou skupině předkládány problémy, které má v rámci zadaných pravidel vyřešit. Plnění úkolů vyžaduje mobilizaci sil všech členů skupiny.

Monstrum, *Ostrov*, *slepý čtverec*, *Pavoučí síť*, *Vysoké břevno*, *Obrův prsten*, *Přechod řeky*.

Do programu můžeme také vložit hru, která využívá orientačních dovedností a dovoluje různé taktické postupy.

◆ Strategie

Soutěží pětičlenné týmy, každý tým může využívat mapu (OB) a buzolu. Rozhodující pro výsledek je spolupráce všech členů družstva a stanovení správné taktiky. Cílem je získat v průběhu hry co nejvíce bodů i s cílovou prémie. Hra začíná společným startem všech týmů. Každý člen týmu má vlastní kartu, do které zapisuje nalezené kontroly (trojmístný či čtyřmístný kód).

System kontrol:

- základní s bodovou hodnotou podle vzdálenosti 1-5 bodů, počet 10 kontrol
- obtížnější prémiové s jednotnou hodnotou 20 bodů, počet 10 kontrol

Na každé osobní kartě mohou být zapsány pouze dvě základní kontroly. Každá další je škrtnuta. Počet prémiových kontrol není omezen, ale do výsledku týmu se počítá maximálně deset kontrol za celý tým.

Kromě bodového zisku za nalezené kontroly lze ještě získat body za:

- odevzdání mapy do deseti minut po startu – 10 bodů
- odevzdání buzoly do deseti minut po startu – 10 bodů

Hra končí po devadesáti minutách na přesně stanoveném místě. Penalizace za pozdní příchod do cíle: pět bodů za každou započatou minutu.

Hry v přírodě

1) Malé hry v přírodě- časově kratší hry, které lze hrát v okolí táborů, škol a středisek.

Hu-tu-tu, Pašerácká stezka, Rozstříhaná zpráva, Boj o životy, Ztracená čísla, Blbárna, Co do lesa nepatří aj.

◆ Letadla v mlze

Vhodným prostředím pro hru je louka. Hraje několik družstev se stejným počtem hráčů. Hráči v každém týmu se rozpočítají a nejdříve si zavážou oči všichni hráči s číslem 1. Vedoucí s píšťalkou si najde místo, odkud bude pískat. Hráči se pokoušejí dostat poslepu k píšťalce co nejrychleji. Kdo je u ní první, získává nejvíce bodů, další o bod méně, až poslední má nulu. Podobně pokračují hráči s dalšími čísly. Vítězí družstvo s nejvyšším počtem bodů.

◆ Rozstříhaná zpráva

Ke hře potřebuje vedoucí text zprávy rozstříhaný na několik kousků. Obsah zprávy může být např.: shromážděte se u rybníka. Složte a předneste dvě sloky básně, ve které použijete slova les, oheň, život, klid, krása. Najděte a přineste 10 listů rostlin, které znáte, apod. V určeném prostoru jsou schovány lístečky s textem. Lístečky jsou na zemi a na stromech do výše očí. Hráči se snaží lístečky co nejrychleji najít a sestavit z nich logické znění dalších úkolů. V závěru pak zhodnotíme rychlost a kvalitu provedení úkolu, který rozstříhaná zpráva obsahovala.

◆ Boj o vlajky

Hrací území tvoří pole rozdělené napůl středovou čarou. Na každé straně ve stejné vzdálenosti od sebe a proti sobě jsou dvě kruhová pole, v jejichž středu je předmět – vlajka. Proti sobě hrají dvě družstva. Úkolem je sebrat vlajku soupeřícímu družstvu a pronést ji na svoje území, kde už hráč nemůže být chycen. Je-li útočník chycen (dotekem) některým z obránců na jejich území, zůstává stát na místě, a má-li vlajku, vrací ji soupeři. Zpět do hry se může vrátit pouze po vysvobozujícím doteku spoluhráče.

◆ Stříhaná

Vytvoříme na zemi alespoň 2-3 násobek značek (v řadě nebo kruhu), než je počet hráčů ve skupině. Jeden z hráčů si stoupne na první značku. K němu přijde další a stříhají spolu *kámen, nůžky, papír* do rozhodnutí. Jestliže vyhraje hráč na značce, posune se o značku dál a hráč, který s ním prohrál, zaujme jeho původní značku. V opačném případě hráč na značce zůstává dále a hráč, který není na značce, se posouvá o značku vpřed. Tímto algoritmem postupují i další hráči a dostávají se do hry. Kdykoli se ocitají dva hráči na jedné značce, stříhají si o místo. Vyhrává ten, kdo jako první opustí poslední značku.

Hra může mít i různé varianty, kdy všichni začínají hrát na základní úrovni a stříháním postupují dále. Úrovně mohou být motivovány jako vývoj v živočišné říši (prvok-červ-žába-slepice-opice-člověk) nebo postup na společenském žebříčku (otrok-voják-rolník-řemeslník-pán-císař).

2) **Velké hry v přírodě**- vyžadují velký prostor a umožňují rozehrání taktických postupů.

Tento druh her vychází z několika základních schémat, z nichž si můžeme hry vybírat a podle kterých můžeme hry tvořit:

- Hledání pokladu – podle zpráv a znamení dosáhnout co nejrychleji vymezeného prostoru a tam najít odměnu.
- Pašerácké hry, pašeráci a celníci- přenášení zpráv, věcí i převádění lidí přes určité území.
- Boj a střed dvou nebo více skupin, útočníci a obránci, zloději a policajti.
- Pozorování, vidět, pozorovat a nebýt viděn – plížení, nepozorovaně přejít území.
- Nalézání a přemísťování předmětů, vyhledávání a určování – míst, rostlin, plodů, nerostů apod.
- Lov, honba, pronásledování, čtení stop (liška, medvěd, laň apod.)

Honba za pokladem, Mart'ani (Obrana území), Zpráva z expedice, Bludičky.

◆ **Hráz** - fyzicky náročná hra

Rozdělíme skupinu na čtyřčlenná družstva. Jsou vytvořeny tzv. čtyři běžecké okruhy; první je nejkratší, postupně delší až k čtvrtému nejdelšímu. Každé družstvo má postavit co nejvyšší věž z přírodního materiálu. Na startovní povel vyběhají všichni na první okruh. Podmínkou je, že se všichni ve družstvu drží za ruce. Po oběhnutí prvního kola zůstává jeden z družstva a začíná stavět. Po druhém kole mu při stavbě pomáhá další z družstva. Pro poslední z jednotlivých družstev je na konci okruhu připraven fáborek. Jakmile ho někdo přinese do cílového prostoru, končí se stavbou věže, Tzn., že věž do finále dostavují tři hráči.

Hry společenské, dramatizace, psychohry

◆ **Hra s diapositivy**

Hráči jsou rozděleni do menších skupin. Během jedné hodiny jsou promítány diapositivy s obrázky z naší republiky – památky, příroda, kultura atd. Během hry se

může skupina navzájem domlouvat. Výsledky si hodnotí skupiny samy při opětovném promítání po ukončení hry, doplněné doprovodnými odpověďmi.

◆ **Hudební měsíce**

Každý hraje sám za sebe. Vedoucí pouští skladby s hudebním vyjádřením jednotlivých měsíců, mezi nimiž je ponechána přiměřená mezera. Úkolem je poznat, který měsíc přísluší určité melodii.

Obdobou je určování emocí a nálad podle uvedené hudby.

◆ **Country bál**

Účastníci se během jednoho večera naučí několik jednoduchých country tanců a na závěr si s využitím vhodných doplňků oblečení a výzdoby prostředí vyzkouší atmosféru skutečného bálu.

Závěrečné hry a ceremoniály

Jsou zařazovány do posledních dnů dlouhodobější akce v přírodním prostředí.

◆ **Pantomimická kreaace**

Skupiny, které po dobu akce spolupracovaly, mají ztvárnit svůj celkový dojem z kurzu a naznačit, co vše si odnášejí do života. Na představení je určen pevný čas 2-10 minut. Lze využít hudby, kulis, převleků.

◆ **Olympijské hry**

Uvádějí se na různé motivy, nejčastější je motiv původních starořeckých her. Je to tradiční akce v závěru kurzů, kdy soutěží proti sobě jednotlivá družstva (státy, města, kmeny) v řadě tradičních disciplín, např. ve střelbě lukem na cíl, hodu břemenem do dálky, prolézání žebříku, hodu vajíčkem ve dvojici, přetahování lanem, závodech na chůdách apod., nebo v některých originálních disciplínách, které si účastníci sami vymýšlejí.

(J. Neuman, 2000, s. 151-157)

HRY NA LOUCE A V LESE

◆ **Na hlídače** – velmi poutavá hra pro menší děti

Osamělý stromek na louce představuje jabloň. Jeden hráč si lehne nedaleko něj do trávy a tváří se, jako by spal. Ostatní se opatrně přiblíží ke stromu, zatřesou s ním a volají:

„Strejdo, na jablkách jsou zloději!“ Hlídač se probudí, vyskočí a začne ostatní prohánět. Koho chytí, ten se stává pro příští hru hlídačem.

◆ **Na čísla**

Rozdělte oddíl na dvě družstva. Každé družstvo se posadí na jednu koncovou čáru, čelem k soupeřům, a hráči si rozdělí pořadová čísla. Vedoucí pak vyvolá některé číslo, například sedm. To je povel, aby všichni vyskočili. Obě sedmičky běží přes celé herní území na koncovou čáru, kde před chvílí seděli soupeři, oběhnou metu (praporek nebo kámen) a vracejí se zpátky ke svým. Ostatní hráči se mezitím rozptýlili v herním území a překázejí sedmičkám soupeřů v pohybu. Mohou se jim jen pasivně stavět do cesty, i s roztaženýma rukama, ale nesmějí je chytat, ani do nich strkat nebo jim dokonce podrážet nohy.

Běžci, kteří mají přiděleno vyvolané číslo, rychle kličkují mezi soupeři, aby byli co nejdříve zpátky. Když se blíží k cíli, stahují se ke koncové čáře i jejich spoluhráči a usedají. Družstvo, které dříve celé sedí v řadě na původních místech, získává bod. Rozhodčí pak vyvolá jiné číslo. Vyvolávejte čísla napřeskáčku a tak, aby se všichni vystřídali jednou nebo dvakrát v běhu kolem mety.

◆ **Bojové přetahy**

Podél rovné čáry se rozmístí dvě stejně početná družstva, každé na jedné straně, čelem proti sobě. Obě se snaží přetáhnout soupeře přes čáru na svou stranu. Kdo se dostane celým tělem na území protivníků, je zajat a odchází z boje. Družstvo, které je vyřazeno dřív, prohrává.

◆ **Ťukaná** – hra s oblázky a kameny

Položte metr před čáru větší kámen a pak hodte svůj kámen tak, aby ťukl do cílového kamene. Za přímý zásah si hráč počítá dva body, za nepřímý zásah jeden bod (letící kámen se nejdříve dotkne země a teprve potom ťukne do cílového kamene).

Když se všichni vystřídají, odsune vedoucí cílový kámen o metr dál a všichni na něj znovu postupně hodí svůj kámen. Tentokrát se odměna zvyšuje o jeden bod, kdo zasáhne cíl přímo, dostane tři body, kdo nepřímě dva body.

Ve třetím kole je cílový kámen vzdálen tři metry, ve čtvrtém čtyři metry, v pátém pět metrů. A odměny za zásah se vždy zvyšují o jeden bod, takže v pátém kole získáváte za přímý zásah šest bodů, za nepřímý pět bodů. Spočítáme, kdo kolik bodů vybojoval a sestavíme pořadí.

◆ **Slepí proti vidoucím**- hra s šátkem

Vyznačte na louce čtverec desetkrát deset metrů. Pak rozdělte hráče do dvou družstev. Jedno družstvo si zaváže oči šátkem a chytá členy druhého družstva, kteří se pohybují ve vymezeném prostoru a nesmějí překročit jeho hranice. Každý z vidoucích musí nejdéle jednou za deset sekund na sebe upozornit tlesknutím. Kdo dostane od některého ze slepců babu, je vyřazen a odchází za hraniční čáru. Slepí se při pronásledování soupeřů nesmějí brát za ruce a vytvářet spojené řady. Až budou všichni pochytáni, vymění si obě strany úlohy.

◆ **Pátračka**- hra v lese

Hrajte v nepřehledném terénu, velkém asi 100x100 metrů. Uprostřed tohoto území vyznačte metu, kolem které se shromáždí všichni hráči. Příslušníci prvního družstva se postaví do kroužku, zavrou oči a počítají zvolna do třiceti. Když dojdou ke třicítce, sborově zahoukají. Mezitím se druhé družstvo rozběhlo na všechny strany. Každý mohl utíkat od mety, dokud se nezvalo houkání, ohlašující, že první družstvo dopočítalo a vyráží do terénu. pokud už nevyužili cestou výhodného úkrytu, musí se hráči z druhého družstva schovat do tří sekund po tomto signálu a nesmějí už měnit stanoviště.

Pátrači mají na hledání soupeřů jen pět minut. Za každého soupeře, kterého v této lhůtě najdou, dostanou bod. Po pěti minutách oznámí píšťalka vedoucího, že hledání končí. Všichni hráči se vrátí k metě a družstva si vymění úlohy. Vítězí to, které vypátrá víc schovaných protivníků.

◆ **Velké hledání** (ekohra)

Vytvoříme několik menších skupin vášnivých sběratelů přírodnin. Každé skupině předáme seznam věcí, které má v daném časovém úseku posbírat a předložit k posouzení vedoucímu (např. jeden trn, semeno, 5 listů z různých stromů, něco, co vydává zvuk, nejdelší stéblo, apod.). Po uplynutí času hodnotíme přinesené sběry a srovnáváme některé položky. Např. jaké druhy semen či listů skupiny donesly apod. Diskutujeme o tom, co se nejobtížněji hledalo. Tuto hru můžeme uskutečnit v delším časovém intervalu, např. při půldenním nebo celodenním putování. Posbírané přírodniny můžeme uspořádat, nalepit a připravit jako výstavu s doprovodným textem ke každé položce. Účastníkům při těchto hrách zdůrazníme, že nesmějí při hře poškozovat přírodu. (Zapletal, M., 2003)





KOŽLANY