

VEŘEJNÝ DOKUMENT

Zásady bezpečného sportovního programu Tary Campu

Verze 1.0 | Účinnost od 1. ledna 2027 | Poslední aktualizace 10. září 2026

Sportovní aktivita nemůže být zcela bez rizika. Naším úkolem je rizika předvídat, omezovat a včas reagovat.

Zásady platí pro parkour, rozcvičky, překážkové dráhy, míčové hry, soutěže a další pohybové aktivity na Tary Campu. Program přizpůsobujeme věku, zkušenostem, zdravotnímu stavu, počasí a konkrétním podmínkám v místě.

Instruktor může změnit, přerušit nebo zrušit aktivitu, pokud ji v dané chvíli nepovažuje za bezpečnou. Dítě může odmítnout konkrétní prvek, pokud se na něj necítí. Výkon ani natáčení nejsou důvodem ke zvýšení přijatelného rizika.

Příprava aktivity

Před zahájením programu odpovědný instruktor zkontroluje místo, vybavení a organizaci skupiny. Posuzuje nejen samotný prvek, ale také rozběh, dopad, okolní provoz, čekající děti a možnost rychle přivolat pomoc.

- Určí odpovědnou osobu, bezpečný prostor a způsob dohledu.
- Zkontroluje stabilitu překážek, stav žíněnek a dopadových ploch, povrch, ostré hrany, kluzká místa a volný prostor kolem stanoviště.
- Vyhodnotí počasí, teplotu, viditelnost a další podmínky, které mohou aktivitu ovlivnit.
- Ověří, že děti mají přiměřené oblečení a obuv a odložily předměty, které by mohly způsobit zranění.
- Seznámí děti se základními pravidly, hranicemi prostoru, signálem pro zastavení a místem, kde bezpečně čekají.

Dohled nad skupinou

- Počet dětí a stanovišť musí odpovídat tomu, co instruktoři skutečně zvládnou sledovat.
- Volný trénink probíhá pouze ve vymezených stanovištích s určeným dohledem. Děti se nesmějí nekontrolovaně rozptýlit mimo přehled týmu.
- Instruktor stojí tak, aby viděl prováděný prvek, dopad i děti, které čekají.
- Při přesunu se děti přepočítávají a odpovědnost se při střídání skupin výslovně předává.
- Dítě, které aktivitu dočasně neprovádí, zůstává na určeném bezpečném místě a nezůstává bez dohledu.

Postupný nácvik

Nový prvek se učí po krocích. Instruktor sleduje techniku i to, jak dítě reaguje na zátěž. Přechod k náročnější variantě není automatický a může být kdykoliv odložen.

1. Instruktor prvek stručně vysvětlí a ukáže bezpečný způsob provedení.
2. Děti absolvují přiměřenou rozcvičku a přípravná cvičení.
3. Nácvik začne jednodušší variantou, nižší výškou nebo rozdělením pohybu na části.
4. Podle potřeby se použije jištění, dopomoc, žíněnka, matrace nebo jiná vhodná dopadová plocha.
5. Instruktor povolí samostatné provedení až tehdy, když jsou splněné podmínky pro konkrétní dítě a konkrétní místo.
6. Po pokusu dá dítěti věcnou zpětnou vazbu. Nezesměšňuje chybu a nesrovnává děti způsobem, který vytváří tlak nebo ponížení.

Jištění a fyzický kontakt

Dopomoc nebo jištění provádí osoba, která daný postup ovládá. Kontakt musí být nezbytný, přiměřený a předvídatelný. Instruktor dítěti předem vysvětlí, kde a proč se ho může dotknout, a pokud to situace dovoluje, vyžádá si jeho souhlas. Nesouhlas dítěte respektuje a zvolí jinou variantu nebo prvek ukončí.

Žíněnky a dopadové plochy

Žíněnka sama o sobě nezaručuje bezpečí. Je jedním z prostředků, který se používá podle druhu prvku, výšky, povrchu a úrovně dítěte. Musí být správně položená, stabilní, bez mezer a mimo jiné rizikové předměty. Pokud vhodné zabezpečení nelze vytvořit, prvek se neprovádí.

Zdravotní stav a psychická pohoda

- Instruktor respektuje zdravotní omezení sdělená zdravotníkem nebo vedením campu.
- Při bolesti, závratí, nevolnosti, dušnosti, nepřírozeném pohybu nebo jiné neobvyklé reakci dítě okamžitě přestává cvičit a je předáno zdravotníkovi.
- Únava, strach a ztráta soustředění jsou důvodem ke snížení zátěže, změně úkolu nebo přerušení aktivity.
- Děti mají prostor na pití, odpočinek a postupné zotavení po zátěži. Režim zohledňuje věk a aktuální podmínky.
- Návrat po úrazu nebo zdravotních potížích se řídí doporučením zdravotníka a případně lékaře, ne přáním dítěte rychle pokračovat.

Chování instruktora

- Instruktor učí děti. Nevyužívá jejich čas k vlastnímu tréninku a nepředvádí rizikové prvky jen pro efekt.
- Nevytváří soutěžní tlak, který vede dítě k pokusu nad jeho schopnosti.
- Nepoužívá fyzickou zátěž jako trest a nenutí dítě trénovat přes bolest, strach nebo vyčerpání.
- Během dohledu se nevěnuje telefonu ani jiné činnosti, která snižuje jeho pozornost, s výjimkou nezbytné pracovní komunikace nebo přivolání pomoci.
- Neumožní dítěti provést prvek jen proto, že jej dítě dříve zvládlo jinde nebo že si jej přeje natočit.

Úraz a nebezpečná událost bez zranění

1. Aktivita se zastaví a místo se zabezpečí tak, aby nevzniklo další zranění.
2. Poskytne se první pomoc v rozsahu schopností a přivolá se zdravotník. Při závažném stavu se bez odkladu volá tísňová pomoc.
3. O události je informována hlavní vedoucí a podle povahy situace rodič dítěte.
4. Událost se věcně zaznamená. Uvádějí se pozorovaná fakta, poskytnutá pomoc a přijatá opatření.
5. Před obnovením aktivity tým zkontroluje místo, vybavení a organizaci. Nebezpečné události bez zranění se využívají ke změně postupu dříve, než dojde k úrazu.

Role dítěte a rodiče

Dítě má dodržovat pokyny, používat určené vybavení a říct dospělému o bolesti, strachu, poškozené překážce nebo nebezpečném chování. Rodič předává pravdivé a aktuální informace o zdravotním stavu a omezeních dítěte. Tím se však odpovědnost za bezpečnou organizaci programu nepřenáší na dítě ani rodiče.

Kdy aktivitu neprovedeme

- Když instruktor nemá nad skupinou dostatečný přehled.
- Když je překážka, povrch, dopad nebo vybavení poškozené či nestabilní.
- Když počasí, únava nebo zdravotní stav zvyšují riziko nad přijatelnou míru.
- Když dítě neovládá potřebný základ nebo se na prvek necítí.
- Když nelze zajistit přiměřenou pomoc, dopadovou plochu nebo bezpečný odstup ostatních dětí.

Metodická a právní východiska

Dokument vychází z interní praxe Tary Campu a z uvedených podkladů; zahraniční metodiky nejsou českým právním předpisem. Ověřeno 10. září 2026.

[Zákon č. 258/2000 Sb.](#) • [Vyhláška č. 106/2001 Sb.](#) • [Přehled legislativy ČRD](#) • [Úmluva o právech dítěte UNICEF](#)