



MANUÁL PRO ŠKOLITELE A HODNOTITELE EXPEDIC DOFE

OBSAH

1. CO JE DOFE	3
Co je Mezinárodní cena vévody z Edinburghu?	4
Struktura a požadavky programu DOFE	4
Cena programu pro účastníky	6
Základní pravidla programu DOFE	7
10 principů programu	8
2. EXPEDICE DOFE	9
Základní informace o expedici DOFE	10
Dospělé osoby na expedicích	12
3. JAK NA EXPEDICI DOFE	13
Podmínky expedic	14
Proces expedice	17
Úkoly školitele expedice	22
Úkoly hodnotitele expedice	23
4. EXPEDIČNÍ VÝCVIK VE ZKRATCE	24
Expediční výcvik	25
5. PODPORA NÁRODNÍHO CENTRA	30
Právní povinnosti vedoucích a účastníků expedice	31
Národní centrum DOFE	32
Ochrana práv a bezpečnost účastníků DOFE	35
Expedice pořádané Národním centrem DOFE	36



1

CO JE
DOFE

CO JE MEZINÁRODNÍ CENA VÉVODY Z EDINBURGHU?

Mezinárodní cena vévody z Edinburghu (DOFE) je celosvětový program pro mladé lidi ve věku od 14 do 24 let (v ČR možnost vstoupit již od 13 let), který je motivuje a podporuje v jejich osobním rozvoji. Mladí lidé si podle svých zájmů a schopností stanovují cíle ve čtyřech oblastech – dovednost, pohyb, dobrovolnictví a expedice. Vytrvalou prací a s pomocí vedoucích usilují po dobu minimálně 6 měsíců o jejich splnění.

Poslání DOFE:

- Rozvoj potenciálu každého mladého člověka bez ohledu na jeho původ, sociální zázemí či fyzickou kondici.
- Podpora mladé generace při rozvíjení samostatnosti, píce, odhodlání, kreativity a aktivity.
- Rozvoj klíčových kompetencí žáků a studentů.

Cíl programu:

Osobnostní rozvoj, odpovědná a všestranná osobnost.

STRUKTURA A POŽADAVKY PROGRAMU DOFE

Mladým lidem program DOFE zprostředkovávají tzv. DOFE centra, což jsou jakékoliv instituce (školy, střediska volného času, domy dětí a mládeže, výchovné ústavy, kluby...) pracující s cílovou skupinou mladých lidí ve věku 14–24 let.

Po úspěšném absolvování každé úrovně programu jsou účastníci pozváni na slavnostní předávání Mezinárodních cen vévody z Edinburghu, které je organizováno buď na regionální, nebo celostátní úrovni. Každý absolvent obdrží mezinárodně uznávaný certifikát a odznak.

Oblasti programu

Program má 4 oblasti, které tvoří vyvážený rámec pro osobní rozvoj mladých lidí:



POHYB



DOVEDNOST



DOBROVOLNICTVÍ



EXPEDICE

Úrovně programu

Program je možné plnit ve třech úrovních lišících se zejména v délce trvání jednotlivých aktivit a minimálním věkem vstupu do úrovně.

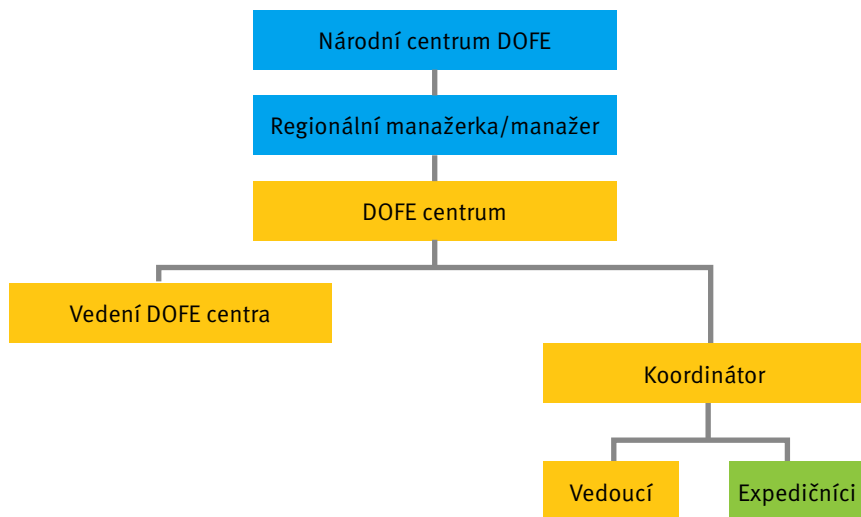
Úroveň	minimální věk účastníka	pohyb	dovednost	dobrovolnictví	navíc	expedice
Bronzová	13 let	3 měsíce	3 měsíce	3 měsíce	Všichni účastníci musí splnit další 3 měsíce v sekci pohyb nebo dovednost nebo dobrovolnictví.	cvičná 1 den / 1 noc
						ostrá 2 dny / 1 noc
Stříbrná	15 let (po bronzové úrovni lze vstoupit ihned)	6 měsíců	6 měsíců	6 měsíců	Účastníci bez bronzového certifikátu musí splnit dalších 6 měsíců v sekci pohyb nebo dovednost nebo dobrovolnictví.	cvičná 1 den / 1 noc
						ostrá 3 dny / 2 noci
Zlatá*	16 let**	12 měsíců	12 měsíců	12 měsíců	Účastníci bez stříbrného certifikátu musí splnit dalších 6 měsíců v sekci pohyb nebo dovednost nebo dobrovolnictví.	cvičná 1 den / 1 noc
						ostrá 4 dny / 3 noci

* Zlatou úroveň doplňuje REZIDENČNÍ PROJEKT, oblast, která obohacuje jejich zkušenosti o setkání s novými lidmi na pětidenním pobytu v neznámém prostředí.

** Pro absolventy stříbrné úrovně, kteří postoupí do zlaté úrovně, neplatí žádné věkové omezení. Zlatí účastníci však nemohou dokončit zlatou úroveň před 16. narozeninami.

Struktura DOFE centra

Mladým lidem program DOFE zprostředkovávají DOFE centra, o která se starají regionální manažerky a manažeři Národního centra DOFE. DOFE centrum může poskytovat program, pouze, pokud uzavře smlouvu o spolupráci s Národním centrem.



CENA PROGRAMU PRO ÚČASTNÍKY

Přímý vstup do úrovně:

BRONZ 400 Kč	STŘÍBRO 800 Kč	ZLATO 1 200 Kč
------------------------	--------------------------	--------------------------

Navazující úroveň:

Vždy jen doplatek 400 Kč do následující úrovně, účastník tedy uhradí maximálně 1200 Kč za všechny tři úrovně celkem.



Co je zahrnuto v licenčním poplatku na rozvoj a vzdělávání pedagogických pracovníků a pracovníků s mládeží?

Roční příspěvek na rozvoj a vzdělávání pedagogických pracovníků a pracovníků s mládeží je, zjednodušeně řečeno, příspěvek na práci Národního centra, které svou činností rozvíjí a vzdělává všechny osoby působící v programu. Tento roční příspěvek pak zahrnuje:

- přípravu metodických materiálů pro vedoucí, školitele a hodnotitele expedic
- regionální i národní setkání vedoucích, školitelů a hodnotitelů expedic ke sdílení zkušeností a dobré praxe
- tematické online workshopy a webináře
- organizaci a realizaci náborových besed na zapojených organizacích
- podporu v rámci práce s ORB, tvorbu návodů a videonávodů
- podporu regionálního manažera při realizaci programu DOFE
- tandemové vzdělávání regionální manažer – koordinátor DOFE centra
- přípravu a realizaci dalších vzdělávacích projektů souvisejících s programem DOFE

ZÁKLADNÍ PRAVIDLA PROGRAMU DOFE

Pravidla programu pro účastníky



Pravidelnost

- Každou z dlouhodobých aktivit plní účastník 1 hodinu týdně.



Cíl

- V každé aktivitě má účastník stanovený cíl, který musí splnit během plnění vybrané úrovně.
- Výběr cíle konzultuje se svým vedoucím.



Sledování pokroku

- Každý účastník si svůj pokrok pravidelně zaznamenává do mobilní aplikace Online Record Book (ORB).
- Účastníkovi je pro splnění programu započítána právě 1 hodina týdně strávená vybranou aktivitou.



Certifikát

- Za úspěšné splnění úrovně získává účastník mezinárodní certifikát.

Pravidla programu pro vedoucí



Cíl

- Vedoucí pomáhá účastníkovi se správným stanovením cíle.



Sledování pokroku

- Vedoucí kontroluje zápisy účastníka v aplikaci ORB.
- Vedoucí ověřuje a schvaluje postup účastníka programem.



Provázení účastníka

- Vedoucí dohlíží na plnění pravidel programu DOFE.

10 PRINCIPŮ PROGRAMU



Individuální přístup

Každý účastník si vybírá aktivity a stanovuje cíle podle svých zájmů i možností. Začne na úrovni, která mu vyhovuje nejvíce, a program může plnit tak dlouho, jak bude chtít (s přihlédnutím k věkovému limitu a požadavkům úrovně).



Nesoutěžní povaha

Absolvování programu je osobní výzvou, ne soutěží s ostatními. Program každého účastníka je šitý na míru jeho osobní situaci, schopnostem a zájmům, takže výkony nelze mezi sebou srovnávat.



Dostupnost pro všechny

Program může se správnou podporou a inspirací absolvovat každý ve věkovém rozmezí od 14 do 24 let bez ohledu na počáteční schopnosti, sociální postavení, zázemí, pohlaví, původ či místo pobytu.



Dobrovolnost

Program je běžně nabízen v rámci školy, organizace, spolku či mimoškolních aktivit, účast v něm je však vždy svobodnou volbou mladých lidí. Veškerý čas věnovaný programu investují účastníci z vlastní vůle.



Důraz na rozvoj

Program podporuje osobnostní a sociální rozvoj mladých lidí. Účastníci programu získávají cenné zkušenosti a dovednosti užitečné pro život, posilují sebevědomí a lépe poznávají své okolí, díky čemuž se z nich stávají odpovědní dospělí lidé.



Vyváženost

Program poskytuje vyvážený rámec, ve kterém účastník pracuje na svém těle i mysli a rozvíjí také pocit sounáležitosti se svým okolím. To vše zejména díky zapojení do řady aktivit v pěti odlišných sekcích programu.



Rostoucí nároky

Každá úroveň programu postupně vyžaduje od účastníka více času, zapojení a odpovědnosti.



Inspirativnost

Program mladé lidi inspiruje, aby překonávali sami sebe. Účastníci programu jsou vedeni k tomu, aby si stanovili své vlastní cíle, ty se snažili splnit a v průběhu programu se tak zdokonalili.



Dlouhodobost

Účastníci se aktivitám věnují dlouhodobě a program v nich tak podporuje odhodlání, vytrvalost, zodpovědnost a vnitřní motivaci. Jsou také vedeni k tomu, aby v aktivitách pokračovali i mimo rámec programu.



Zábavnost

Program by měl účastníkům i jejich vedoucím přinášet radost, naplnění a uspokojení.



2

EXPEDICE
DOFE

ZÁKLADNÍ INFORMACE O EXPEDICI DOFE

Expedice je z hlediska přínosů pro účastníky klíčová oblast DOFE. Pokud jsou účastníci vedeni dle principů zkušenostního učení, můžou si do svého dalšího života odnést kromě zážitků a dobrého pocitu z překonání sebe sama spoustu dalších dovedností. Expedice DOFE probíhá v malých skupinkách a její průběh i lokalitu si plánují sami účastníci. To však neznamená, že expediční vedoucí do procesu nezasahuje. Naopak, jeho role je zde nenahraditelná – vytváří pro skupinu prostor učit se z vlastních chyb a budovat si postupně důvěru ve vlastní i týmové schopnosti. Zpětná vazba usnadňuje týmové procesy a snaží se jednotlivcům zprostředkovat maximální zážitek. Dokončení expedice výrazně posiluje schopnost řešit problémy v neznámém prostředí a vyžaduje fyzické úsilí, vytrvalost a spolupráci.

Přínosy expedice

- lepší schopnost se domluvit v rámci týmu a nalézt společné řešení
- prozkoumání týmových rolí – své vlastní i ostatních
- lepší povědomí o tom, jak se chovat v přírodě
- schopnost se o sebe postarat – tábornické dovednosti
- zvládnutí dočasného nepohodlí
- fungování v neznámém prostředí bez vymoženosti techniky
- lepší plánovací a organizační schopnosti
- poznání a uchopení svých silných i slabých stránek
- schopnost naučit se dělat rozhodnutí a nést si jejich následky
- lepší schopnost reagovat a řešit nenadálé situace v neznámém prostředí
- lepší zacházení s rizikem a předcházení zbytečnému ohrožení
- rozvinutá samostatnost a nezávislost
- radost z pohybu a pobytu pod širým nebem
- pocit úspěchu a spokojenosti z překonání výzev a překážek

Co je potřeba k tomu, aby k těmto přínosům došlo:

- Účastníci si expedici plánují sami, školitel expedice má pouze roli mentora, který může pomáhat, radit a konzultovat, nikoli však expedici připravovat sám.
- Účastníci budou na svou cestu řádně připraveni pomocí dvanácti témat expedičního výcviku.
- Po úspěšném absolvování cvičné expedice účastníci můžou, pokud to jejich schopností a bezpečnost dovolí, absolvovat ostrou expedici samostatně a bez soustavného doprovodu dospělé osoby, pouze se vzdáleným dohledem školitele a hodnotitele expedice.
- Školitel expedice respektuje, že se nejedná o jeho expedici, ale o expedici účastníků, proto do žádné z fází expedice přehnaně nezasahuje.
- Školitel expedice do určité míry umožní účastníkům dělat chyby, z kterých se mohou poučit.
- Během celého expedičního procesu, včetně expedičního výcviku, probíhají průběžné reflexe výkonů týmu. Na konci expedice proběhne závěrečná reflexe toho, co si účastníci odnáší do dalšího života.

Účel expedice

Expedice není vnímána jako pouhý přesun a pochod, ale vždy má přidanou hodnotu, tzv. účel (týmový cíl). Účelem expedice se rozumí vzdělávací cíl členů expedičního týmu, tj. co se na expedici chtějí dozvědět. Je společný pro celou expediční skupinu a měl by být zajímavý pro všechny její členy. Splnění účelu expedice je představeno v závěrečné zprávě, která je prezentována hodnotiteli expedice ještě před jejím schválením.

Cílené úsilí

Žádná z expedic DOFE nemá stanovenou vzdálenost, kterou má skupina překonat. Ke splnění účelu (týmového cíle) expedice musí účastníci splnit určený počet hodin takzvaného týmového úsilí. Týmové úsilí je čas, který expediční skupina stráví usilováním o naplnění účelu expedice a přesunem do dalšího tábořiště, vařením a postavením tábořiště.

Úroveň	Počet dní	Počet nocí	Minimální počet hodin týmového úsilí denně
Bronzová	2	1	6
Stříbrná	3	2	7
Zlatá	4	3	8

Způsob cestování

Při expedici je možné se přesouvat různými způsoby. Podmínkou ale je, že pro přesun nesmí účastníci využívat motorizované dopravní prostředky. Mohou tedy volit např.

- chůzi
- jízdu na kole, koloběžce, kolečkových bruslích...
- jízdu v kánoji, kajaku, raftu, pramici...
- jízdu na zvířeti (koně, osli, velbloudi...)

Poznámka: Školitel expedice by měl být schopen ke zvolenému způsobu cestování vytvořit odpovídající výcvik a zaručit, že všichni účastníci daný způsob zvládnou.

DOSPĚLÉ OSOBY NA EXPEDICÍCH

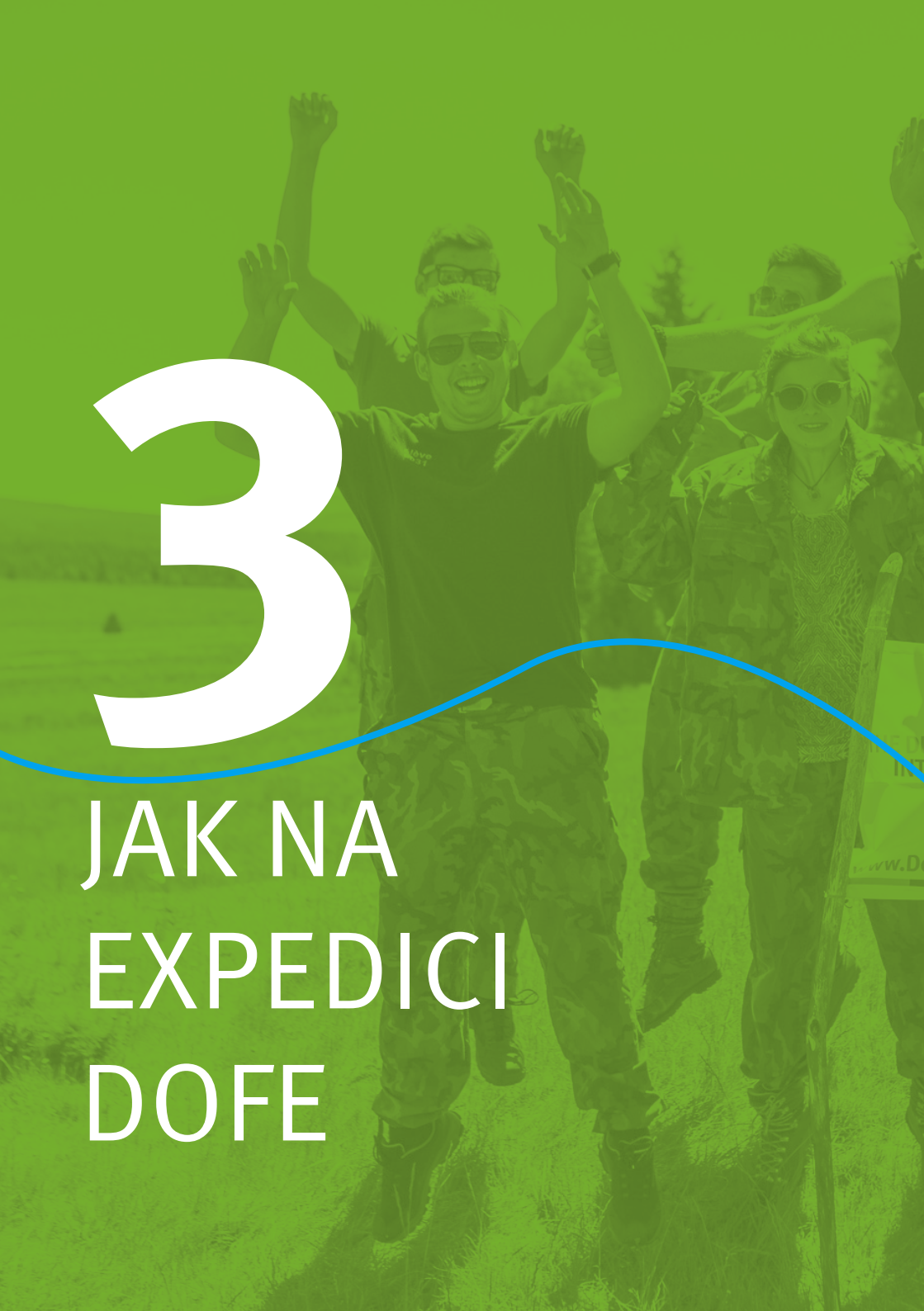
Pro expedice jsou klíčové dvě dospělé osoby, které absolvovaly Expediční školení DOFE – školitel expedice a hodnotitel expedice. Školitel je osoba zodpovědná za expediční skupinu, tedy za proces plánování, příprav a výcviku. Hodnotitel expedice má za úkol evaluaci výpravy a udělení potvrzení, že expedice proběhla v souladu s 10 základními podmínkami. Je možné, aby školitel a hodnotitel spolupracovali i během příprav a výcviku, je ale dobré, aby si hodnotitel zachovával větší odstup a byl schopen poskytnout nezájatou zpětnou vazbu.

Školitel

- Koordinuje a usměrňuje přípravu expedice a plánu trasy,
- komunikuje s rodiči a Národním centrem,
- shromažďuje podklady a dokumentaci,
- je zodpovědný za expediční výcvik účastníků,
- je přítomen na cvičné i ostré expedici,
- kontroluje vybavení,
- je zodpovědný za bezpečnost,
- zapisuje expedici do ORB a potvrzuje její splnění.

Hodnotitel

- Při ostré expedici dohlíží na plnění 10 podmínek expedice,
- dohlíží na plnění účelu expedice,
- svojí přítomností činí z expedice větší výzvu,
- radí ohledně místních specifik,
- je férový a nestranný,
- potvrzuje úspěšné dokončení ostré expedice v ORB.

A group of people, mostly men, are running through a grassy field. They are wearing camouflage pants and dark shirts. Several of them have their arms raised in the air, suggesting a celebratory or triumphant moment. The image is overlaid with a semi-transparent green filter. A large white number '3' is positioned on the left side, and a blue wavy line curves across the middle of the image.

3

JAK NA
EXPEDICI
DOFE

PODMÍNKY EXPEDIC

Každá expedice musí splnit 10 mezinárodních podmínek. Všichni účastníci, školitel i hodnotitel musí být s těmito podmínkami seznámeni a musí se jimi řídit. Na dodržení podmínek během expedice dohlíží hodnotitel.

1. Cesta

- Ostrá expedice musí trvat na bronzové úrovni minimálně dva dny a jednu noc, na stříbrné úrovni tři dny a dvě noci a na zlaté úrovni čtyři dny a tři noci.
- Všechny expedice se musí skládat ze dvou prvků: cesty a jasně definovaného týmového cíle.
- Týmový cíl a délka cesty musí být důkladně probrané a dohodnuté s vedoucím expedice.
- Týmový cíl musí být ve formátu SMART.
- Překonaná vzdálenost během expedice závisí na terénu, počasí a schopnostech expedičního týmu.

2. Skupina

- Skupina musí mít minimálně 4 a maximálně 8 členů.
- Skupina činí nezávislá rozhodnutí po celou dobu expedice a musí pracovat odděleně od ostatních skupin.
- Členové expediční skupiny nemusí plnit stejnou úroveň DOFE. Týmový úkol/cíl ale musí splňovat kritéria tak, aby jej mohli splnit účastníci všech úrovní.
- Expediční skupina může zahrnovat i členy, kteří neplní program DOFE.
- Všichni účastníci se musí podílet na plánování cesty, včetně logistiky a veškerého vybavení potřebného pro realizaci expedice.

3. Expediční výcvik a cvičná expedice

- Všichni účastníci mají splněný požadovaný expediční výcvik, který je zaměřený na způsob cestování a obsahuje příslušné dovednosti ke zvládnutí expedice.
- Každý účastník musí projít před expedicí expedičním výcvikem. Délka a forma výcviku by měla být přizpůsobena zkušenostem a absolvovaným úrovním.
- Před ostrou expedicí je doporučeno absolvování cvičné expedice. Délka cvičné expedice je nejméně 1 den a 1 noc. Cvičná expedice se na bronzové a stříbrné úrovni výrazně doporučuje v případě, že se jedná o první expedici nebo méně zkušenou skupinu. V případě, že účastníci absolvovali nižší úroveň nebo je skupina zkušenější, je absolvování cvičné expedice nepovinné, ale přesto doporučené. Na zlaté úrovni je cvičná expedice povinná. Skupiny mohou na cvičnou a ostrou expedici vyrazit ve stejné lokalitě, ale musí absolvovat jiné trasy.
- Počet požadovaných cvičných akcí (cest nebo školení) bude záviset na schopnostech skupiny. O tom rozhoduje vedoucí expedice.

4. Způsoby dopravy

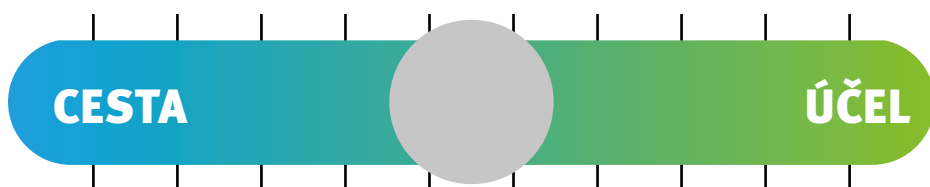
- Všechny expedice se musí uskutečnit na zemi nebo na vodě a jsou plněny vlastní fyzickou námahou účastníků bez motorizované nebo jiné vnější asistence. Vlastní fyzická námaha zahrnuje například chůzi, cyklistiku, pádlování, jízdu na zvířeti (např. na koni) nebo jiný nemotorizovaný prostředek (např. loď). Vlastní fyzická námaha zahrnuje individuální nebo tandemové úsilí. Výjimka existuje pro mladé lidi se zdravotním omezením, kteří mohou využít motorizovaný vozíček.
- V rámci jedné dobrodružné cesty je povoleno více druhů dopravy, za předpokladu, že skupina naplánuje veškerou logistiku a zároveň zůstane co nejvíce soběstačná.
- Zvolená doprava musí být stejná pro cvičnou i ostrou expedici.

5. Místo pro expedici

- Expedice by se měla uskutečnit na místě, které je výzvou pro všechny účastníky. Je možné uskutečnit expedici i v městském prostředí.
- Expedice se mohou konat na místech, které účastníci znají.
- Expediční skupiny mohou používat stejné místo pro cvičnou i ostrou expedici, ale musí si vybrat odlišné trasy.

6. Týmové úsilí

Všichni účastníci expedice musí splnit minimální počty hodin týmového úsilí za den (bronz 6 hodin, stříbro 7 hodin, zlato 8 hodin). Na žádné úrovni DOFE není stanovena přesná vzdálenost, která se musí překonat. Důležité je, aby byly splněny hodiny týmového úsilí, protože vzdálenost se může lišit podle terénu, klimatu a způsobu cestování. Týmové úsilí zahrnuje přesun a čas strávený plněním účelu expedice. Stavění stanu, vaření a konzumace jídla se do týmového úsilí také započítává. Týmový cíl a týmové úsilí musí být schválené od expedičního vedoucího a zřejmě všem členům expedice.



Poznámka: Uznatelná expedice musí mít v sobě obsažené dva elementy: pohyb a týmové úsilí. Nicméně jejich rozsah a časovou dotaci si mohou účastníci stanovit sami. Je potřeba jen dodržet čas podle plnění dané úrovně. Do týmového úsilí je započítána cesta, vaření, práce na projektu, stanování atd.

7. Hodnocení a dohled

Na všech expedicích je přítomen kvalifikovaný školitel a hodnotitel DOFE. Školitelé a hodnotitelé DOFE expedice musí projít speciálním DOFE školením, které organizuje Národní centrum. Školitelé expedic jsou zodpovědní za přípravu, výcvik a bezpečnost týmu, hodnotitelé si zachovávají nadhled a jsou zodpovědní za zhodnocení dodržování 10 podmínek během expedice. Pokud se hodnotitel nemůže účastnit expedice, může jeho roli zastoupit vedoucí expedice.

8. Ubytování

Ubytování musí být ve stanech, které si tým sám přenáší. Je možné také využít jednoduché ubytování (hostely, chaty), ale účastníci expedice se musí sami stravovat. V případě, že využijí hostel nebo chatu, musí si s sebou nést všechny věci, aby byli zcela nezávislí. Ubytování účastníků může být fyzicky oddělené, v různých stanech, místnostech nebo budovách.

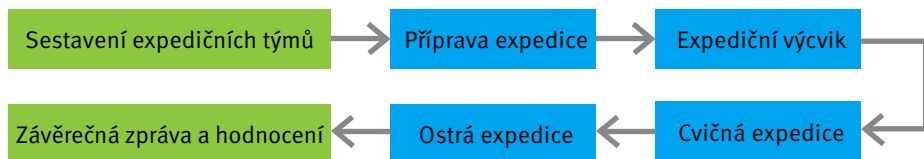
9. Soběstačnost

Všichni účastníci expedice jsou patřičně vybaveni, mají dostatek jídla a vody, aby byli během expedice zcela nezávislí. Účastníci si s sebou nesou stan/plachtu a kompletní výbavu na vaření. Požadovaná výbava a vybavení musí být přizpůsobena prostředí a zdravotnímu stavu účastníků. Voda může být doplněna ze studánek či jiných zdrojů. Expediční tým si uvaří alespoň jedno teplé jídlo denně. Tato podmínka zajišťuje samostatnost týmu a udržení zdraví, aby účastníci byli schopni expedici dokončit. Výjimkou je nutná zdravotnická péče pro účastníky.

10. Závěrečná zpráva

Po expedici tým připraví a prezentuje závěrečnou zprávu o cestě. Závěrečná zpráva může být psaná, fotografická, verbální nebo digitální a tato forma je vždy stanovena s hodnotitelem před realizací ostré expedice. Na vytvoření a prezentaci závěrečné zprávy se podílejí všichni členové týmu. Účastníci by měli po konci expedice udělat reflexi spolu se svým vedoucím.

PROCES EXPEDICE



Sestavení expedičních týmů

- Vytvoří se **skupiny 4–8 lidí**. Skupina nesmí mít nikdy méně lidí než 4.
- V případě, že máte na dané úrovni méně než 4 účastníky a nemůžete tak vytvořit expediční tým, můžete postupovat následovně:
 - a. doplníte skupinu dalšími členy vaší organizace, které tak třeba motivujete k přihlášení do DOFE – tito účastníci však musí splňovat základní podmínky (především věk), dodržovat veškerá pravidla expedic DOFE a plně se podílet na přípravě a plánování,
 - b. kontaktujete jiné místní centrum DOFE a zkusíte vytvořit společnou expedici,
 - c. obrátíte se na Národní centrum a nabídnete svou expedici k doplnění dalšími účastníky, kteří nemohou vytvořit vlastní skupinu,
 - d. obrátíte se na Národní centrum s dotazem, zda je některá z připravovaných expedic ochotna přijmout další členy.

Tip Národního centra (dále jen NC): Je-li to možné, vyhněte se tvorbě skupin pouze se čtyřmi účastníky – pokud někdo těsně před expedicí onemocní nebo z programu odstoupí, expedice se nebude moci uskutečnit.

Příprava expedice

Expedici je vhodné **plánovat s výrazným předstihem**, abyste našli vhodný termín pro cvičnou i ostrou výpravu a všichni účastníci s ním dopředu počítali.

Tip NC: Přestože by si účastníci měli i datum výpravy stanovit sami, u velkých skupin, zejména škol, doporučujeme, aby byla data expedic stanovena včas a přidána do harmonogramu instituce, a všichni (včetně rodičů) s termínem počítali.

V rámci přípravy expedice/expedičního výcviku si s účastníky společně stanovte:

- účel expedice a způsob cestování
- datum a trasu cvičné expedice, pokud se DOFE centrum rozhodne ji uspořádat
- datum a trasu ostré expedice

- Na základě stanovení účelu (týmového cíle) expedice se domluví forma **závěrečné zprávy**, která se potom dá využít i k propagaci v DOFE centru.
- Školitel **vytvoří expedici v ORB (Online Record Book)** ihned, jakmile je stanoven termín. V případě, že nejsou známy všechny podrobnosti o expedici, je možné informace zpětně doplňovat či upravovat.
- Expediční **tým dopodrobna naplánuje průběh cvičné i ostré expedice**. Na plánování se musí podílet všichni účastníci. Výsledkem je vyplněný plán trasy obou expedic. Plán pro ostrou expedici předá školitel hodnotitelovi před jejím konáním.

Expediční výcvik

Při přípravě expedičního výcviku je dobré vzít v úvahu: časové možnosti účastníků a školitelů, počet účastníků výcviku, zkušenosti účastníků, možnosti instituce a způsob putování. Účastníci expedice musí být před samotnými výpravami řádně proškoleni, za což zodpovídá školitel expedice. Následně to na žádost účastníka i potvrdí v ORB v sekci „Příprava a trénink“.

Tip NC: Na jednotlivých školeních se můžete dohodnout se svými kolegy a pozvat si profesionály (školení první pomoci od ČČK, vyučující zeměpisu může vést část výcviku na téma orientace v terénu...) nebo si jednotlivé sekce pro ostatní mohou připravit sami účastníci programu pod vašim odborným dohledem.

Expediční výcvik může probíhat různými způsoby:

- Po částech – s účastníky si domluvíte několik kratších setkání a postupně s nimi probíráte jednotlivé oblasti.
- V bloku a zážitkovou formou – aktivity jsou navrženy tak, aby byly zábavné a hravé. Pomocí následné reflexe nabývají účastníci reálné zkušenosti a vědomosti. Pro inspiraci můžete využít náš zážitkový manuál.
- Část výcviku může probíhat na dálku. Ušetříte čas a zadejte účastníkům samostatné úkoly na období mezi osobními setkáními. Inspirovat se opět můžete v našem Expedičním manuálu.

Časově si výcvik můžete přizpůsobit svým potřebám. Může to být několik kratších setkání, 1–2 delší časové bloky nebo celodenní akce.

V NC jsme pro Vás připravili několik manuálů pro školitele i účastníky, které Vám expediční výcvik ulehčí. Všechny jsou dostupné na našich webových stránkách a dostanete je v elektronické formě po školení.

Tip NC: Výcvik můžete udělat v jediném bloku během cvičné expedice. Účastníci však musí být seznámeni s expedičním vybavením, vědět, jak si mají zabalit a musí být připraveni strávit noc venku, což je součástí cvičné expedice.

Časový harmonogram DOFE expedice

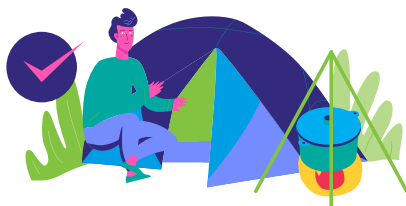


Kdy začít plánovat?

Začněte plánovat a komunikovat s vedením, koordinátorem a ostatními expedičními školiteli 4–5 měsíců před konáním expedice. Vyhnete se tak stresu a řešení věcí na poslední chvíli. Zahraniční expedici plánujte alespoň půl roku dopředu, plánování bývá složitější (letenky/jízdenky, čas na komunikaci s rodiči účastníků – schůzka s rodiči k zahraniční expedici...).

Kdy zahájit expediční výcvik?

S výcvikem začněte min. 2 měsíce před cvičnou expedicí. Nejlépe formou pravidelných schůzek 1 x týdně. Témata k výcviku najdete v Expedičním manuálu pro školitele a Expediční příručce pro účastníky. Část expedičního výcviku je možné splnit během cvičné expedice – praktické dovednosti – vaření, stavění stanu, orientace s mapou apod.



Cvičná expedice

Cvičná expedice je významná část expediční části programu. Není povinná, ale výrazně ji doporučujeme. Účastníci mají na cvičné expedici příležitost poznat se a stmelit tým, zjistit nedostatky a lépe se připravit na ostrou expedici. Cvičná expedice vždy trvá jeden den a jednu noc. Na rozdíl od ostré expedice nemusí probíhat v lokalitě, která je pro všechny členy týmu nová.

Ostrá expedice

Ideální rozestup cvičné a ostré expedice je 2–3 týdenní. Časový rozestup poskytuje dostatečný prostor pro reflexi cvičné expedice a poučení se z nedostatků. Časový rozestup není příliš dlouhý, aby účastníci nezapomněli expediční dovednosti. Současně mají čerstvě zažitou cvičnou expedici. Stejně složení expedičního týmu na cvičné a ostré expedici je žádoucí.



Závěrečná zpráva z expedice

Nastavte si s účastníky expedice lhůtu pro sestavení a odevzdání závěrečné zprávy o expedici. Bez ní není expedici možné schválit. Závěrečnou zprávu v elektronické podobě můžete vložit i do ORB. Doporučená lhůta je 1 měsíc od ostré expedice.

Expediční výcvik musí obsahovat níže uvedená témata, která účastníci již budou ovládat, školitel jeho průběh následně i potvrdí v ORB v sekci „Příprava a trénink“:

- pochopení smyslu expedice DOFE
- základy první pomoci
- jednání v krizových situacích
- expediční vybavení
- plánování trasy
- orientace v terénu
- týmová spolupráce
- tábornické dovednosti a vaření
- dovednosti specifické pro zvolený způsob přesunu
- způsoby pozorování a zaznamenávání (vztaženo k účelu expedice)
- chování s ohledem na přírodní prostředí
- všímatost k druhým a okolí

Všichni účastníci by měli ovládat dovednosti všech výše uvedených oblastí a být připraveni pomoci v jakémkoliv momentě při jakémkoliv úkolu, přesto je vhodné rozdělit role v týmu a určit každému členovi/dvojici zodpovědnost za něco jiného, jako například:

- zodpovědnost za správné vybavení lékárničky a perfektní znalost první pomoci
- zodpovědnost za sepsání menu a seznamu potřebných potravin k nákupu, rozdělení úkolů podle toho, kdo co nakoupí, zajištění a kontrola kuchyňského kempingového vybavení
- vytvoření cestovního plánu na místo a z místa expedice

Tip NC: Pro expediční výcvik či zopakování informací je možné využít videa, která naleznete na našem YouTube kanálu.

Cvičná expedice

Doporučuje se, aby každá skupina podnikla cvičnou expedici zejména před svou první ostrou expedicí, aby si účastníci vyzkoušeli týmovou spolupráci a ujistili se, že jsou schopni společné spolupráce při fyzicky náročných podmínkách a mají dostatečné a funkční vybavení.

- Cvičná expedice trvá nejméně 1 den a 1 noc, ale školitel může délku trvání prodloužit, pokud si myslí, že to tým potřebuje (doporučujeme především u zlatých expedic bez absolvování předchozích úrovní).
- Všechny cvičné expedice se musí konat v podobném prostředí jako ostrá expedice a musí používat stejný způsob cestování.
- V případě, že se prokáže, že tým není schopen po absolvování cvičné expedice zvládnout ostrou expedici, školitel může trvat na absolvování další cvičné expedice, případně doplňujících tréninků.
- Na zlaté úrovni je cvičná expedice povinná.
- Na bronzové a stříbrné úrovni lze cvičnou expedici prominout. Její absolvování ale výrazně doporučujeme.
- Skupiny mohou na cvičnou a ostrou expedici vyrazit ve stejné lokalitě, ale musí absolvovat jiné trasy.

Ostrá expedice

Ostrou expedici doporučujeme realizovat nejdříve 2 až 3 týdny po cvičné expedici, aby v případě zjištění vážných nedostatků měl tým čas doladit přípravu, vybavení i své znalosti a dovednosti. V ideálním případě ji expediční tým absolvuje pouze se vzdáleným dohledem školitele a hodnotitele expedice, z nichž ani jeden do průběhu nezasahuje – pokud se ovšem nejedná o rizikovou situaci ohrožující zdraví účastníků. Školitel a hodnotitel expedice by měli proběhlou expedici zhodnotit, posoudit připravenost týmu, náročnost expedice, spolupráci v týmu a následně i spolupráci školitele s hodnotitelem a dát zpětnou vazbu na plnění svých rolí.

Školitel expedice

- Se skupinou by se měl sejít na startu a v cíli cesty (kontrola vybavení, předání kontaktu pro případ nouzové situace a následně zhodnocení expedice) a potom alespoň 1x denně, aby se ujistil, že jsou všichni členové týmu motivovaní.
- V případě, že školitel expedice jde spolu se skupinou, zavazuje se, že do rozhodování nebude zasahovat a nechá tým chybovat, díky čemuž se účastníci mohou poučit z vlastních chyb (jenom za podmínky, že není ohrožena bezpečnost skupiny).

Hodnotitel expedice

- Se skupinou by se měl sejít na startu a v cíli cesty (diskuse nad přípravou, plánem trasy, případnými smluvnými kontrolními zastávkami a následně zhodnocení expedice) a potom alespoň 1x denně, aby se ujistil, že jsou dodržována všechna pravidla.
- V cíli ostré expedice hodnotitel s celým expedičním týmem zhodnotí průběh expedice, spolupráci a připravenost týmu.

Závěrečná zpráva a hodnocení

Po návratu z expedice je klíčové udělat zhodnocení expedice týmu se školitelem.

Forma evaluace je na vzájemné dohodě týmu a školitele/hodnotitele. Ideální formou je skupinová reflexe – účastníci si prostřednictvím vhodně zvolených otázek lépe uvědomí, kam se během expedice posunuli, a jak moc se jim podařilo se překonat. Závěrečné zhodnocení nepodceňujte, reflexe je velmi důležitou součástí zážitkového učení, díky které je možné přenést získané zkušenosti do reálného života a využít je v náročných situacích. Tipy na otázky ke zhodnocení expedice naleznete na webových stránkách dofe.cz/materialy.

Potvrzení splnění expedice

Potvrzení splnění oblasti expedice má čtyři fáze:

- Na základě žádosti účastníka potvrdí vedoucí DOFE splnění expedičního výcviku v ORB.
- Hodnotitel expedice a následně vedoucí DOFE potvrdí na základě žádosti od účastníka splnění cvičné expedice v ORB.
- Po prezentaci závěrečné zprávy potvrdí hodnotitel splnění dobrodružné expedice v ORB (účastníci nechají z ORB poslat e-mail hodnotiteli, ve kterém je odkaz na zhodnocení; hodnotitel tedy nemusí mít přístup do ORB). Pokud hodnotitel expedice nemůže být přítomen, když skupina předkládá svou závěrečnou zprávu, může jej zastoupit školitel expedice.
- Vedoucí DOFE expedice potvrdí splnění ostré expedice v ORB.

ÚKOLY ŠKOLITELE EXPEDICE

Před expedicí

- Zajistí expediční výcvik (může spolupracovat s hodnotitelem).
- Pomáhá expedičnímu týmu s plánováním cvičné i ostré expedice a vybráním účelu (týmový cíl).
- Vytvoří expedici v ORB nejméně měsíc před expedicí.
- Účastní se cvičné expedice a diskutuje s týmem její nedostatky a vzniklé problémy.
- Zavčas odešle hodnotiteli plán trasy ostré expedice, domluví se s ním na podrobnostech stran expedice a průběžných kontrol a vzájemné spolupráce v průběhu samotné expedice.
- V případě jakýchkoli změn (termín, lokalita, účel expedice, způsob cestování, školitel/hodnotitel) je zodpovědný za zadání těchto změn do ORB.

Během expedice

Na startu ostré expedice

- Předá expedičnímu týmu vlajku, aby se s ní mohl v průběhu putování vyfotografovat / vyfotografuje expediční tým.
- Zkontroluje vybavení účastníků, ujistí se, že mají alespoň jeden nabitý mobilní telefon a důležité kontakty (školitel, záchranná služba, horská služba...).

V průběhu ostré expedice

- Zodpovídá za bezpečnost týmu a je hlavní kontaktní osobou pro expediční tým, rodiče účastníků a hodnotitele expedice.
- Expedičnímu týmu poskytuje vzdálený dohled, do expedice zasahuje pouze v případě ohrožení bezpečnosti nebo demotivace účastníků.
- S expedičním týmem se setká minimálně 1x denně a alespoň 1x během expedice se setká s hodnotitelem expedice.

Po expedici

- Zhodnotí průběh expedice zvlášť s týmem a hodnotitelem expedice.
- Uchová záznamy o proběhlé expedici, tj. plán trasy, případně další potřebné materiály.
- Je zodpovědný za kontrolu realizace závěrečné zprávy expedičního týmu.

ÚKOLY HODNOTITELE EXPEDICE

Před expedicí

V dostatečném předstihu získá od školitele podrobný plán trasy a probere s ním detaily expedice, konkrétně:

- Jak proběhla příprava, trénink a cvičná expedice.
- Co považuje za silné, a naopak slabé stránky týmu a jestli s ohledem na ně školitel tým připravoval.
- Trasu expedice a plán kontrol (ideálně si ponechá kopii).
- Jaká vidí po cestě rizika a jak zajistí bezpečnost týmu v těchto místech.
- Jak jsou s týmem domluveni, co se týče užívání mobilních telefonů a další techniky.
- Jak je domluven s rodiči na informování o průběhu expedice, jaké informace o akci mají.
- Jak je s týmem domluven, co se týče závěrečné zprávy.

Během expedice

Na startu ostré expedice

Probere s expedičním týmem:

- Jakou mají výbavu a zda s ní umějí zacházet.
- Jaký je účel (týmový cíl) jejich expedice a jak ho dosáhnou.
- Jak se hodlají orientovat v terénu a zda dobře znají trasu.
- K jakým může dojít rizikovým situacím, jak jim hodlají předcházet a jak je případně řešit.
- Zda ovládají první pomoc a mají všechny potřebné pomůcky a léky.
- Jak jsou se školitelem domluveni, co se týče užívání mobilních telefonů a další techniky.
- Jaké s sebou mají jídlo, zda ho umějí připravit a zda je ho dostatek.

V průběhu ostré expedice

- Setkává se s týmem na místech a v časech, které jim nejsou předem známy (doporučováno minimálně 1x denně a co nejméně s týmem interagovat), popř. mají předem domluvené místo srazu.
- Sleduje, zda všechno probíhá v souladu s podmínkami expedice DOFE.
- Sleduje skupinovou dynamiku a stav motivace v expedičním týmu.

V cíli ostré expedice

- Zhodnotí průběh expedice s expedičním týmem.
- Domluví se s expedičním týmem na formě a termínu dodání závěrečné zprávy.
- Zhodnotí průběh expedice se školitelem.

Po expedici

- Po prezentaci závěrečné zprávy potvrdí splnění expedice v ORB.



4

EXPEDIČNÍ
VÝCVIK
VE ZKRATCE

EXPEDIČNÍ VÝCVIK

Expediční výcvik sestává z dvanácti oblastí, které je s účastníky nutné detailně projít. Každé oblasti věnujte přiměřené množství času – můžete je projít samostatně (např. každý týden jednu lekci), nebo některé spojit dohromady. Výcvik můžete realizovat během několika delších školení v odpoledních hodinách, nebo o víkendu. Po každé absolvované lekci nezapomeňte zaznamenat její splnění do ORB každého účastníka.

Důraz by měl být kladen nejen na teoretické znalosti, ale také na fyzickou zdatnost účastníků, protože chůze s plně naloženým batohem několik dní po sobě je pro mnoho lidí neobvyklá a náročná.

1. POCHOPENÍ SMYSLU EXPEDICE

Představení sekce expedice je vhodné absolvovat již na jednom z úvodních setkání účastníků programu. Navrhujeme následující postup, přičemž některým fázím je vhodné vyhradit další samostatné setkání:

1. Představte cíl expedice, její místo v programu a připomeňte i její fyzickou a psychickou náročnost, které účastníkům zprostředkují jedinečný a nezapomenutelný zážitek. Expedice je zkouškou jejich samostatnosti, schopnosti spolupracovat a přebírat zodpovědnost za sebe i druhé. Představte 10 podmínek DOFE expedice.
2. Vysvětlíte roli školitele (zodpovědný za přípravu expedice, expediční výcvik a bezpečnost) a hodnotitele (zodpovědný za kvalitu a za potvrzení o splnění či nesplnění této sekce).
3. Stanovte účel (týmový cíl) expedice. Účelem expedice se rozumí vzdělávací cíl členů expedičního týmu, tj. co se na expedici chtějí dozvědět. Je společný pro celou expediční skupinu a měl by být zajímavý pro všechny její členy. Doporučujeme nejprve zvolit způsob putování a následně k tomu adekvátní účel expedice.

2. ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

První pomoc je soubor opatření, která při náhlém ohrožení anebo postižení zdraví cílevědomě a účinně omezují rozsah a důsledky ohrožení života a zdraví. Poskytnout první pomoc je v České republice povinnost vyplývající ze zákona a kurz PP by tak měli absolvovat všichni účastníci programu. Forma a délka takového školení je vždy na zvážení školitele expedice a úrovni znalostí expedičního týmu.

První pomoc můžete udělat sami nebo si pozvat zástupce ČČK.

Tip pro školitele:

- Pro případ nouze doporučujeme školiteli, hodnotiteli i účastníkům stáhnout si do mobilních telefonů aplikaci Českého červeného kříže (ČČK) „První Pomoc v mobilu“ (www.cervenykriz.eu/cz/app.aspx), kterou je možné využít i jako tréninkový materiál a pro přípravu na expedici. Další zajímavou aplikací je aplikace Zdravotnické záchranné služby (ZZS) (www.zachrankaapp.cz), s jejíž pomocí se v případě nouze jednoduše kontaktuje ZZS včetně odeslání přesné polohy. Svoji mobilní aplikaci má také Horská služba (www.horskasluzba.cz/cz/aktualni-informace/informace-a-pravidla/aplikace-do-mobilu).
- Pokud si nejste s první pomocí dostatečně jistí, nebo se chystáte na výjimečně náročnou expedici, doporučujeme zorganizovat profesionální školení první pomoci např. od ČČK či organizace ZDrSEM.
- Můžete vyzkoušet online testy z první pomoci.

3. JEDNÁNÍ V KRIZOVÝCH SITUACÍCH

DOFE expedice není závod. Členové expedice nezodpovídají jen za sebe, ale i další členy týmu. Cesta je důležitější než cíl a není možné upřednostňovat cíle nad bezpečností skupiny či jednotlivce – například za každou cenu dosáhnout určitého vrcholu nebo počtu kilometrů. Účastníci expedice by měli být připraveni na nenadálé a nepředvídatelné situace.

Je důležité se skupinou probrat, co může nastat a jak by se zachovali. Tuto část výcviku můžete probrat spolu s první pomocí nebo zvlášť. Nejefektivnější je v tomto případě nechat účastníky vymyslet situace, které se mohou stát, a společně přijít na nejlepší řešení. S pomocí teambuildingových her také poznáte, kdo jak jedná v jaké situaci.

Tipy pro školitele expedice:

- Simulace různých situací bývají nejlepší přípravou – vymyslete takové situace a společně si zahrajte scénky na daná témata a následně je kriticky rozeberte.
- Otestujte své účastníky pomocí krátkého online testu Horské služby: www.horskasluzba.cz/cz/test-bezpecne-na-horach

4. EXPEDIČNÍ VYBAVENÍ

Při expedičním výcviku je důležité vysvětlit, co si zabalit s sebou, co na expedici účastníci potřebují či nepotřebují, co je nezbytně nutné.

Účastníci by si měli udělat seznam věcí:

1. které si vezmou do týmu, a rozdělit, kdo co ponese (lékárnička, vaříč, bomba, stany apod.),
2. které si vezme každý pro své potřeby (oblečení, hygienické potřeby apod.).

Tyto seznamy věcí může školitel posoudit a poradit, jak je upravit. Inspirovat se účastníci můžou v Expediční příručce pro účastníky, kterou společně s dalšími materiály naleznete a našich webových stránkách dofe.cz/materialy.

Během výcviku s účastníky proberte, co si vzít s sebou a jak to naskládat do batohu. Nejlepší způsob je nechat účastníky přinést věci, které by si chtěli vzít s sebou a ukázat si, jak je správně zabalit. Můžete taktéž využít instruktážní videa na našich stránkách.

Je důležité také probrat správné nastavení batohu a utáhnutí tak, aby dobře seděl na zádech.

Každý účastník by si měl doma před cvičnou expedicí batoh sbalit a zkusit, jestli není moc těžký a jestli někde netlačí. Platí jednoduché pravidlo, že váha batohu by nikdy neměla překročit třetinu váhy člověka, a to v případě fyzicky zdatných jedinců. V případě netrénované osoby by měl být batoh ještě lehčí.

Prioritou pro expedice je nízká váha a praktické využití vybavení. Velice důležitá je vlastní zkušenost s vybavením ještě před expedicí – vyzkoušení, zda je výstroj dostačující a funkční.

Několik nepsaných pravidel:

- „Čím menší batoh, tím méně zbytečností zabalíme (ale ne na úkor toho, že nosím stan/spacák/karimatku v ruce).“
- „Co nemám, nebudu potřebovat.“
- „Neexistuje špatné počasí, ale špatně oblečený turista.“

5. PLÁNOVÁNÍ TRASY

Dobře naplánovaná trasa je polovinou úspěchu a nezapomenutelného zážitku. Náročnost terénu, orientační body a délka trasy mají obrovský vliv na navigaci a bezpečnost. Plánování zahrnuje především vybrání vhodné oblasti a nastavení správného účelu expedice. Vždy je také potřeba počítat se specifiky navštívené oblasti a zjistit si předem omezení a pravidla, vztahující se k možnostem pohybu a přespávání ve volné přírodě (např. CHKO, národní parky).

Při plánování nesmí skupina opomenout zdravotní stav a fyzickou zdatnost všech účastníků. Klíčovým faktorem je také dostupnost vody, která v horách často přirozeně vytyčuje trasu pochodu a tábořiště. Předvídatelné je také roční období, resp. počasí, kterému se někdy musíme přizpůsobit.

Nikdy se nesmí upřednostnit účel (týmový cíl) expedice, zdolání nějakého vrcholu nebo ujití určitého počtu kilometrů před bezpečností celé skupiny i jednotlivců!

Při dobrém plánování se dá předejít mnohým rizikům a nepříjemnostem, stejně tak je možné se dobře připravit na možné komplikace, jako jsou brody, exponovaný terén, nedostatek vody, bouřky a ústupové možnosti. Vždy je lepší počítat s horším počasím a případnou změnou trasy či únikovým bodem.

Na začátek si zvolte počáteční bod a cílový bod. Následně tábořiště, kde přespíte. Taková místa by měla být bezpečná (ne na skále, na břehu silné řeky apod.), měl by tam být zdroj vody a dostatečné místo na postavení stanů. Důležité je brát v úvahu řád dané oblasti a přítomnost ostatních turistů, kteří zde mohou být. Důležité bezpečnostní pravidlo je dorazit do tábořiště alespoň dvě hodiny před setměním. Pokračovat potmě se nedoporučuje, riziko ztracení skupiny/jednotlivce je zde velké. S naplánovanou trasou by měli být všichni dostatečně obeznámeni a ztotožnění.

Během této fáze výcviku jsou účastníci seznámeni s plánem trasy a vědí, jak ho použít a vyplnit.

6. ORIENTACE V TERÉNU

Práci s mapou a buzolou/kompasem by měl ovládat každý člen expedice. Je to nejdůležitější schopnost při plánování expedice. Základní dovednosti jsou: umět určit svou polohu, vytyčit si vlastní trasu, průběžně kontrolovat polohu a dojít do cíle.

Je důležité také se naučit vnímat orientační body jak v mapě, tak během expedice. Tyto orientační body mohou být uvedeny v plánu trasy.

Nejllepší způsob učení orientace je jít s účastníky do terénu, učit je poznávat světové strany a vnímat výrazné prvky v okolí, díky kterým vědí, kde se nacházejí.

7. TÁBORNICKÉ DOVEDNOSTI A VAŘENÍ

Toto téma souvisí jak s přípravou a plánováním expedice, tak se samotnou navigací. Místo na táboření by mělo být vhodně vybrané, stejně tak by si účastníci měli najít i vhodné místo pro případ nouze. Dobře naplánovaný jídelníček jistě přispěje k psychické pohodě skupiny a může ušetřit zbytečné kilogramy v batohu a starosti při vaření.

Tipy pro školitele expedice:

Před expedicí nechte tým cvičně postavit stan, následně si to mohou vyzkoušet i poslepu (popřípadě variace jeden poslepu, jeden nesmí využívat ruce apod.), aby procvičili svou zručnost, týmovou spolupráci a komunikaci ve ztížených podmínkách.

8. TÝMOVÁ SPOLUPRÁCE

Během expedice mají všichni účastníci vynikající možnost poznat nejenom sebe sama, ale také své kolegy, a to v situacích, do kterých by se běžně nedostali. Již během plánování expedice a všech příprav se z běžné skupiny stává tým, který si musí pomáhat, spolupracovat a komunikovat mezi sebou. Na základě rozdělení zodpovědností se vytvoří určitá struktura skupiny, kde každý přebírá zodpovědnost za něco jiného. Současně jsou však všichni zodpovědní za všechny ostatní. Během expedice se skupina naučí fungovat sama za sebe a řešit aktuální výzvy.

Po každém dni expedice by měla následovat zpětná vazba školitele/hodnotitele zacílená nejenom na zážitky z proběhlého dne, ale i na to, jak tým fungoval a co by se mohlo zlepšit. Skupina nesmí usnout na vavřínech, ale neustále se zlepšovat.

9. DOVEDNOSTI SPECIFICKÉ PRO ZVOLENÝ ZPŮSOB PŘESUNU

Cvičná i ostrá expedice by měly probíhat v podobném terénu i v obdobné náročnosti. Skupina by si při plánování měla zvolit druh putování ve smyslu pěší turistika, kolo, kůň, kánoe apod. a všichni účastníci by s daným druhem putování měli získat zkušenost. Způsob dopravy by se následně již neměl měnit. Nejčastějším způsobem putování je pěší turistika, na kterou je tento manuál zacílen. V případě vodáckých/cyklistických či jiných expedic je nutné věnovat velkou část přípravám, informacím o vybavení, bezpečnosti apod.

10. ZPŮSOBY POZOROVÁNÍ A ZAZNAMENÁVÁNÍ (vztaženo k účelu expedice)

Po výběru účelu expedice je důležité sestavit seznam potřebných pomůcek (fotoaparát, kamera, diktafon, pomůcky pro odběr vzorků půdy, záznamové archy, kreslicí pomůcky apod.) k jeho splnění. Je důležité si dopředu stanovit podobu závěrečné zprávy a na základě toho se věnovat studiu potřebných metod sběru dat a tvorby závěrečné zprávy (práce s programy na zpracování videí či fotografií, tvorba statistik, metody výzkumu apod.).

11. CHOVÁNÍ S OHLEDEM NA PŘÍRODNÍ PROSTŘEDÍ

Expedice by měla mít minimální či žádný dopad na životní prostředí – nikdo by si neměl všimnout, že jsme se na daném místě pohybovali. Naučte účastníky, co si vzít s sebou, aby měli co nejméně odpadu, který nesmí zanechat v přírodě.

12. VŠÍMAVOST K DRUHÝM A OKOLÍ

Všechny expedice musí mít jasně stanovený účel. To má zabezpečit, aby si účastníci vytvořili vztah k oblasti, kterou budou putovat, a aby si při své cestě všímali okolí a zaznamenávali významné skutečnosti či pocity.

Během expedice můžeme potkávat různé jiné kultury, náboženské či etnické menšiny apod. Je důležité umět respektovat a mít pochopení pro druhé. Předtím než podobně odlišnou oblast navštívíme, je dobré si o dané kultuře něco nastudovat.

Tipy pro školitele expedice:

- Motivujte účastníky k tomu, aby si o místech, kde se budou pohybovat, zjistili zajímavé příběhy, historická fakta a kulturní odlišnosti.
- Zajímavým obohacením expedice a podnětem pro objevování neznámých míst v oblasti putování může být např. geocaching.



5

PODPORA
NÁRODNÍHO
CENTRA

PŘÁVNÍ POVINNOSTI VEDOUCÍCH A ÚČASTNÍKŮ EXPEDICE



**Je expedice
školní akce?**

Ano, expedice pořádaná školským zařízením je v režimu zodpovědnosti tohoto školského zařízení, které poskytuje školské služby, mezi něž jsou řazeny i služby pořádané školním klubem.

**Kdo má na
expedici
zodpovědnost
za nezletilé
účastníky?**

Za nezletilé účastníky programu DOFE nese obecně zodpovědnost škola. Vždy ale záleží na konkrétních okolnostech případu. Je nezbytné posoudit, zdali došlo k újmě na majetku či zdraví v důsledku porušení povinnosti školy či tohoto nezletilého účastníka a do jaké míry byl tento nezletilý účastník schopen rozumově posoudit následky svého jednání a toto jednání ovlivnit. Na základě konkrétních okolností pak může být zodpovědná pouze tato škola, pouze nezletilý účastník či obě strany.

**Kdo má na
expedici
zodpovědnost
za zletilé
účastníky?**

Ve vztahu ke zletilým účastníkům je škola zodpovědná pouze za porušení svých povinností a ke zletilému účastníkovi je přistupováno tak, že obecně může posoudit následky svého chování a tyto může i ovlivnit. V případech porušení povinnosti pouze z jeho strany je zodpovědný tento zletilý účastník programu DOFE.



**Jak je to s do-
hledem na
expedicích?**

Při dohledu nad účastníky expedic je třeba brát v potaz nejen charakter vykonávaných aktivit a rizika z nich plynoucí, ale zejména věk a rozumovou vyspělost účastníků, jejich charakter, individuální povahu, předchozí zkušenosti apod. Vždy tedy zvažte, zda je daná expediční skupina připravená na tzv. vzdálený dohled nebo zda je vhodné, abyste s účastníky byli po celou dobu expedice (avšak do průběhu expedice nezasahovali). Nezapomeňte se na zvoleném řešení dohodnout s vedením školy.

**Platí stejná
pravidla i pro
účastníky
expedice,
kteří nejsou
studenty/žáky
dané školy, ale
účastní se její
expedice?**

Ano, platí. Skutečnost, že účastníci programu DOFE nejsou studenti dané školy, nemá pro účely vztahu k těmto účastníkům v rámci programu DOFE žádný vliv. V tomto případě totiž škola vystupuje jako školské zařízení pořádající zájmové vzdělávání pro různé účastníky bez ohledu na to, která škola jim poskytuje služby základního či středního vzdělávání.

**Mám ještě další
otázky, které
zde nejsou
zodpovězené.
Co mám dělat?**

Napište nám na e-mail expedice@dofe.cz a my vás budeme kontaktovat e-mailem nebo telefonicky a otázku zodpovíme.

NÁRODNÍ CENTRUM DOFE

Národní centrum zajišťuje rozvoj, propagaci a rozšiřování programu. Pomocí níže uvedených podpůrných mechanismů se snaží všechny zapojené instituce podporovat v jejich fungování a dalším rozvoji.

Regionální manažerky a manažeři

Každé DOFE centrum má svého regionálního manažera, který je jejich podporou. Pro snadnější a rychlejší komunikaci regionální manažer/manažerka primárně komunikuje s koordinátory a koordinátorkami DOFE centra. Je ale k dispozici všem vedoucím a také zástupcům zapojených organizací. Aktuální kontakt na vašeho regionálního manažera či manažerku najdete vždy na webových stránkách **www.dofe.cz**

Komunikace s Národním centrem

S Národním centrem budete nejčastěji komunikovat pomocí e-mailu a telefonu. Nebojte se kdykoli se na zaměstnance NC obrátit s jakýmkoli dotazem. Aktuální informace o novinách v programu získáte také těmito způsoby:

Zprávy z regionu

V každém regionu informuje regionální manažer či manažerka DOFE centra prostřednictvím pravidelného newsletteru o novinkách, pořádaných akcích a zajímavostech v DOFE.

Facebook

Facebooková skupina pro vedoucí: ***Czech DOFE Award Leaders / Vedoucí DOFE***

V této skupině najdete mnoho zajímavých příspěvků a diskusí. Je možné se zde informovat o expedicích, poradit se o stanovování cílů v různých aktivitách nebo získat nabídky pro oblast dobrovolnictví. Národní centrum zde také informuje o nejdůležitějších událostech.

Akce Národního centra

Se zaměstnanci Národního centra se můžete potkat na akcích, které pro vás připravujeme:

- Konzultační návštěvy – návštěvy regionálního manažera či manažerky v DOFE centru
- DOFE leader camp – několikadenní odpočinkový výjezd pro všechny vedoucí DOFE v ČR
- Meet upy – regionální setkávání vedoucích DOFE s cílem sdílení dobré praxe

Pojištění ČRDM

DOFE je jednou ze členských organizací České rady dětí a mládeže, a tudíž se na všechny zapojené účastníky vztahuje úrazové pojištění a pojištění odpovědnosti za škodu. Více informací na: <http://crdm.cz/pojisteni/>

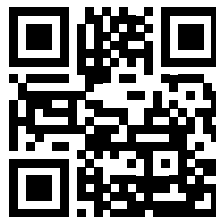
Fond DOFE

Fond DOFE je určen k podpoře mladých lidí a místních DOFE center. Díky příspěvkům od dárců umožňuje účast všem zájemcům o Mezinárodní cenu vévody z Edinburghu (DOFE), bez ohledu na finanční situaci. Cílem fondu je snížit nerovnost v přístupu k neformálnímu vzdělávání a zajistit, aby byl program dostupný po celé České republice. **Partnery Fondu DOFE jsou skupina Progresus, společnost GasNet, s.r.o. a The Kellner Family Foundation.**



Fond DOFE umožňuje:

- **Rovné zpřístupnění programu účastníkům DOFE:** Fond pomáhá všem účastníkům na bronzové, stříbrné a zlaté úrovni splnit jejich cíle, a to s ohledem na jejich individuální možnosti a tempo.
- **Rozvíjení rámcového programu v DOFE centrech:** Podpora místních center pomáhá rozvíjet program a zvyšovat kvalitu neformálního vzdělávání v regionech. Zároveň je kladen důraz na dlouhodobou udržitelnost a komunitní rozměr těchto aktivit.



Celoroční výzvy Fondu DOFE: Termíny jsou uvedeny na našem webu Fond DOFE.

- **Podpora účastníků DOFE:** Účastníci mohou průběžně žádat o finanční příspěvek na aktivity, které jsou součástí plnění programu. Žádosti do této výzvy mohou podávat samotní účastníci DOFE i jejich DOFE centra a jsou zpracovávány do vyčerpání rozpočtu na daný rok.
- **Podpora DOFE center:** Místní DOFE centra mohou žádat o podporu na rozvoj svých projektů, které zvyšují dostupnost a přístupnost DOFE, propojují místní komunitu a jsou v režii samotných účastníků DOFE.

Seznamte se s Fondem DOFE:

- **Podpora z Fondu DOFE** je poskytována pouze registrovaným účastníkům a centrům evidovaným u Národního centra.
- **Způsobilá centra** musí dodržovat Smlouvu o spolupráci a mít splněny všechny závazky vůči Národnímu centru.
- **Žádosti** se podávají pouze prostřednictvím online formuláře.
- **Účastníci DOFE** podávají žádost sami, nebo za ně žádost do 18 let věku podává zákonný zástupce. Žádost za účastníky může podat i jeho/její DOFE centrum.

- **Centra DOFE** podávají žádosti o podporu projektů samostatně.
- Výše příspěvku je omezena a může být upravena podle hodnocení komise a dostupných financí Fondu. Příspěvky mohou být kráceny, pokud centra čerpají podporu i od jiných partnerů, např. krajských úřadů. Více na Jak DOFE financovat.
- Příspěvky jsou poskytovány jen na neinvestiční výdaje a mohou být použity pouze na schválené účely dle smlouvy.



Mezinárodní příležitosti

Národní centrum pravidelně informuje o možnostech zahraničních akcí pro naše účastníky i vedoucí. Jedná se o akce přímo související s programem, tedy o:

- mezinárodní expedice organizované partnerskými národními centry
- rezidenční projekty organizované partnerskými národními centry nebo institucemi
- zahraniční školení pro dospělé dobrovolníky programu
- mezinárodní setkání účastníků či absolventů programu

Školení DOFE

Národní centrum poskytuje všem organizacím, které se do programu chtějí zapojit, nebo jsou již zapojeny, školení programu DOFE.

Jednodenní **Základní školení** je určené pro všechny dospělé osoby, které chtějí vykonávat roli vedoucího a koordinátora programu, a jeho hlavním cílem je vysvětlit filozofii, principy a pravidla programu DOFE a naučit je, jak program zahájit a jak vést účastníky.

Jednodenní **Expediční školení** je určené pro outdoorově založené zájemce, kteří chtějí vykonávat roli školitele a hodnotitele expedic.

Jak budovat DOFE centrum – školení určené pro zkušenější vedoucí, kteří chtějí posunout práci s dořáky a management rozvoje DOFE centra na další úroveň.

Všechna školení jsou akreditována MŠMT jako součást dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků a jsou zdarma.

Aktuální nabídku školení včetně možnosti registrace naleznete na webových stránkách DOFE.

Sdílení zážitků z expedic

Národní centrum ocení jakékoliv informace o zážitcích z expedic či o zajímavých závěrečných zprávách – ať jsou to fotografie, videa, blogy, výstavy či cokoliv jiného. Sdílet můžete na vaších sociálních sítích s označením DOFE Česká republika – více informací níže. Pokud to není možné, dejte nám prosím vědět e-mailem.

Facebook

Pojďme oživit Facebook DOFE (FB)! Jak na to? Prosíme všechny vedoucí a účastníky programu, aby své zážitky z aktivit DOFE, expedic či přípravných akcí sdíleli na svých FB profilech

a stránkách. Ideální formou je krátký příspěvek, který by měl obsahovat následující informace:

- **Kdo:** jednotlivec či skupina a odkud, z jakého DOFE centra
- **Co:** krátce popsat, o co konkrétně šlo, a rozvést tu nejzajímavější část či podstatu toho, co se stalo, či jaký byl největší zážitek, co vám expedice dala
- **Kde:** v ČR, zahraničí a kde konkrétně
- **Fotografie:** vždy s popisem dané fotografie a s označením (otagováním) vyfotografovaných účastníků

Každý příspěvek může být doplněn více fotografiemi či odkazem na video například z expedice či poexpediční výstavu fotek atd., a měl by obsahovat odkaz na DOFE formou označení (otagování).

Pokud FB stránku ani profil nemáte a ani se do této sociální sítě nechcete zapojit, zašlete nám prosím podobné podklady včetně popisku fotografií s uvedením jmen zúčastněných a my je budeme sdílet na stránkách DOFE.

Kreativně fotografií a videí se meze nekladou, NC si ovšem vyhrazuje právo na nezveřejnění obsahu, který nekoresponduje s posláním programu DOFE.

OCHRANA PRÁV A BEZPEČNOST ÚČASTNÍKŮ DOFE

DOFE podporuje rozvoj mladých lidí a je naší naprostou prioritou, abychom v rámci všech aktivit a projektů, které se dotýkají dětí a zvláště zranitelných mladých dospělých, zajistili ochranu jejich práv a bezpečnost. Považujeme za svou povinnost zabezpečit, aby zaměstnanci i dobrovolníci DOFE, pracovníci místních DOFE center, naši podporovatelé a partneři tento závazek naplňovali s nejvyšší důsledností a osobní zodpovědností.



Za ochranu dětí před násilím, diskriminací, jakýmkoliv zneužíváním (fyzickým, sexuálním, emocionálním) nebo zanedbáním je zodpovědný každý z nás. Podporujeme také to, aby se do systému ochrany práv a bezpečnosti zapojili aktivně i samotné děti a mladí lidé a aktivně napomáhali při ochraně svých vrstevníků a šlíli o tomto tématu osvětu.

Na webových stránkách zveřejňujeme dokumenty, které definují zásady ochrany práv a bezpečnosti dětí, a zvláště zranitelných mladých dospělých v DOFE, popisujeme postupy, které se uplatňují při oznamování jakéhokoliv porušení či podezření na porušení těchto zásad, a uvádíme kontakty na osoby odpovědné za zásady ochrany práv a bezpečnosti účastníků DOFE.

EXPEDICE POŘÁDANÉ NÁRODNÍM CENTREM DOFE

Národní centrum DOFE organizuje každoročně expedice pro DOFE účastníky, kteří si program plní v tzv. on-line DOFE centrech.

Tyto expedice probíhají od května do poloviny listopadu pod vedením spolehlivých a ověřených školitelů a hodnotitelů. Většina z nich jsou absolventi zlaté úrovně programu a s DOFE tak pracují již řadu let.

Ačkoliv jsou tyto expedice primárně pro on-line dořáky, můžou se do nich zapojit i účastníci, kteří si program plní v místních DOFE centrech – ve školách, dětských domovech, turistických oddílech apod. Stává se tak zpravidla, pokud DOFE centrum nemá dostatek účastníků k uspořádání expedice na dané úrovni. Dalším důvodem může být např. personální vytíženost DOFE vedoucích či absence expedičních školitelů na DOFE centru.

V takových případech se jako DOFE vedoucí neváhejte obrátit na e-mailovou adresu ***expedice@dofe.cz*** a popište, jakým způsobem vám můžeme pomoci. Jsme schopni Vaše účastníky provést celým expedičním procesem – od výcviku přes cvičnou expedici až k úspěšnému absolvování ostré expedice. Expedice pořádané Národním centrem jsou zpoplatněny (částka je použita na odměnu pro naše externí školitele a hodnotitele expedic), aktuální ceny najdete zde:



V případě, že se jedná o znevýhodněného účastníka, lze v odůvodněných případech poplatek odpustit.



The Duke of Edinburgh's International Award(DOFE), 2025