

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vztah dětí základních škol okresu Náchod k lezení a k Adršpašským skalám

The relationship of primary school children in the Náchod district to climbing
and to The Adršpach Rocks

Veronika Kuldová

Vedoucí práce: Mgr. Martin Pádivý

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání-Výchova ke
zdraví se zaměřením na vzdělávání

2021

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Vztah dětí základních škol okresu Náchod k lezení a k Adršpašským skalám prohlašuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 06. 12. 2021

.....

Veronika Kuldová

Poděkování

Mé poděkování patří Mgr. Martinu Pádivému za odborné vedení, trpělivost a cenné rady, při zpracování této práce.

ABSTRAKT

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat současný vztah dětí k lezeckému sportu se zaměřením na pískovcové skalní lezení a vztahu k přírodě. Teoretická část představuje výsledky rešerše zaměřené jednak na metodiku skalního a zejména pískovcového lezení, dále na historii lezení v Adršpašských skalách a na vývojové odlišnosti žáků druhého stupně základní školy. Praktická část práce se zabývá vyhodnocením vztahu dětí ke sportu a zjišťuje základní znalosti dětí o uzlování a rozpoznání adršpašských skalních dominant. Sběr dat byl realizován dotazníkovým šetřením. Dotazníky byly rozeslány do vybraných základních škol v okolí Náchodska. Výsledky z dotazníkového šetření jsou vyhodnoceny statistickými metodami.

KLÍČOVÁ SLOVA

Pískovcové lezení, Adršpašské skály, děti a lezení, vztah k lezení a přírodě

ABSTRACT

The goal of this bachelor thesis was to map the current relationship of kids towards climbing sport with a focus towards sandstone rock climbing and relationship to nature. The theoretical part presents the results of the research focused firstly on methodology of rock climbing and especially on sandstone climbing, secondly on history of climbing in The Adršpach Rocks and lastly on the developmental differences of pupils in the second stage of elementary school. The practical part of the work deals with the evaluation of children's relationships to sports and finds out the basic knowledge of kids about knotting and recognition of Adršpach rock dominants. Collecting of the data was realised by a survey. The questionnaires were sent to selected schools around the Náchod region. The results of the survey will be evaluated by statistical methods.

KEYWORDS

Sandstone rock climbing, The Adršpach Rocks, children and climbing, attitude to climbing and nature

Obsah

1	Úvod.....	7
2	Cíl bakalářské práce	8
2.1	Cíle.....	8
3	Teoretická část	9
3.1	Co je to horolezectví	9
3.2	Úrovně intenzity horolezeckého výkonu	9
3.3	Horolezecké disciplíny.....	9
3.3.1	Umělé stěny.....	9
3.3.2	Bouldering.....	10
3.3.3	Skalní lezení	10
3.3.4	Bigwall.....	11
3.3.5	Vysokohorská turistika	11
3.3.6	Horské lezení.....	11
3.3.7	Zimní lezení.....	12
3.3.8	Ledové lezení	12
3.3.9	Zajištěná cesta (Klettersteig, Via Ferrata).....	13
3.3.10	Interdisciplíny.....	13
3.4	Historie lezení na pískovcových skalách	14
3.5	Pravidla pískovcového lezení.....	16
3.6	Adršpašské skály	17
3.6.1	Pravidla lezení v Adršpašských skalách	18
3.7	Dominanty Adršpašských skal	20
3.8	Lezecké pomůcky a vybavení	25

3.8.1	Lana	25
3.8.2	Úvazy	26
3.8.3	Karabiny.....	28
3.8.4	Jistící pomůcky a slaňovací pomůcky	31
3.9	Horolezecké uzly	33
3.10	Stupnice obtížnosti lezeckých výstupů.....	34
3.11	Vývojové epochy člověka.....	36
4	PRAKTICKÁ ČÁST.....	39
4.1	Metodika	39
4.2	Hypotézy	39
4.3	Výsledky dotazníkové šetření.....	39
4.4	Diskuse.....	57
5	Závěr.....	59
6	Seznam použitých informačních zdrojů	62
6.1	Seznam literatury	62
6.2	Seznam elektronických zdrojů	62
7	Seznam příloh	65
7.1	Seznam obrázků.....	65
7.2	Seznam grafů.....	66
7.3	Dotazník z bakalářské práci	66

1 Úvod

Pro mě osobně je skalní lezení velice blízké a známé téma, neboť mě k němu již v dětství přivedl můj otec a jako dítě jsem ve skalách strávila velké množství času, díky čemuž jsem si ke skalám a k přírodě vybuodovala přátelský vztah. I v současnosti je lezení mou zálibou a dodnes mám k lezení přetrvávající silný a vřelý vztah.

Touto prací jsem chtěla zjistit, jestli je i současná mladá generace (žáci druhého stupně základních škol na Náchodsku) schopna si vybudovat kladný vztah k lezení, ke skalám a k přírodě obecně. Tím bych i tedy zároveň chtěla zjistit, jestli i současnou mladou generaci zajímají podobné aktivity a baví je, nebo jestli dnešní generace o tyto činnosti nejeví zájem a raději se věnuje něčemu jinému. Téma této bakalářské práce jsem si také zvolila na základě toho, že žijí na Náchodsku, pro které jsou nádherná příroda a skalní města charakteristické. To vytváří vhodné podmínky pro to, aby si zdejší děti mohly vybudovat určitý vztah k lezení a k přírodě.

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zjistit, kolik dnešních dětí se věnuje lezení a jaký mají vztah k lezení, ke skalám a k přírodě, přičemž jsem svoje otázky záměrně směřovala právě k Adršpašsko-teplickým skalám. Tyto informace jsem se pokoušela zjistit pomocí dotazníkového šetření, které, jak již bylo výše zmíněno, bylo provedeno u žáků druhého stupně základních škol z Náchodska. V dotazníku byly uvedeny různé otázky týkající se osobního vztahu dětí k lezení, ke skalám a k pobytu v přírodě obecně. Dále byly do dotazníku zahrnuty otázky testující znalost skalních dominant Adršpašsko-teplických skal pomocí přiložených obrázků. Lezecké znalosti zde například reprezentovala otázka, zdali děti dokážou uvázat některý z uvedených (lezeckých) uzlů.

2 Cíl bakalářské práce

Cílem bakalářské práce je zmapovat současný vztah dětí k lezeckému sportu se zaměřením na pískovcové skalní lezení a k Adršpašským skalám. K dosažení hlavního cíle byly stanoveny dílčí cíle, jež jsou uvedeny v kapitole 2.1. Použité metody jsou popsány v kapitole 2.3. Práce se skládá ze dvou částí, z teoretické a praktické. Teoretická část představuje výsledky rešerše zaměřené na metodiku skalního a zejména pískovcového lezení, dále na historii lezení v Adršpašských skalách a vývojové odlišnosti žáků druhého stupně základní školy. Praktická část práce se zabývá vyhodnocením vztahů dětí ke sportu a zjišťuje základní znalosti dětí o uzlování a rozpoznání adršpašských skalních dominant a navazuje na teoretickou část.

2.1 Cíle

Hlavním cílem bakalářské práce je zmapování vztahu dětí k lezeckému sportu na pískovcových skalách v Adršpašských skalách. K dosažení hlavního cíle bylo stanoveno několik dílčích cílů:

- Provedení rešerše dostupné literatury zaměřené na metodiku horolezectví s důrazem na pískovcové lezení.
- Provedení rešerše dostupné literatury k historii pískovcové lezení se zaměřením na zájmovou oblast – Adršpašské skály.
- Zhodnocení názoru žáků druhého stupně základních škol na trávení volného času.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol ke sportu.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k lezeckému sportu.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k Adršpašským skalám.

3 Teoretická část

3.1 Co je to horolezectví

Horolezectví v původním slova smyslu lze definovat jako zdolávání přírodního, zejména skalního a horského, terénu proti vnější síle, gravitaci. V dnešní době není možné tento pojem určit takto jednostranně, neboť horolezectví dnešní doby se rozmohlo do dalších a nových (sportovních) disciplín. Můžeme ho definovat jako zdolávání přírodního a uměle vytvořeného (přírodu imitujícího) terénu. Jsou zdolávány skály, hory a umělé horolezecké stěny (Procházka, 1990).

3.2 Úrovně intenzity horolezeckého výkonu

Rekreační lezec

Provádí horolezectví pro svoji radost a potěšení. Nemusí trénovat a stanovovat si sportovní cíle. Za náplň lezení považuje vnitřní uspokojení sebe sama.

Výkonnostní lezec

Může též systematicky trénovat a pravidelně provádět lezení, ale jeho výkonnostní úroveň nedosahuje vrcholové úrovně. Může si udávat sportovní cíle a na základě toho si upravovat svůj trénink. Sport není absolutní náplní jeho života.

Vrcholový lezec

Systematicky trénuje a pravidelně provádí horolezectví za účelem zlepšení své fyzické zdatnosti a schopností. Udává si sportovní cíle, kterých by chtěl dosáhnout (například skalní cesta nebo hora určité obtížnosti), a proto někdy svůj trénink upravuje ve prospěch těchto cílů. Lezec se obvykle pohybuje v okruhu nejlepších (Frank, 2010).

3.3 Horolezecké disciplíny

3.3.1 Umělé stěny

Lezení na umělých stěnách se v těchto dobách dost rozvinulo. Stěny mohou být buďto vnitřní nebo venkovní. Leze se po uměle vytvořených chytech. Výhodou tohoto lezení je, že pokud není vhodné počasí na skály, může se použít tato vnitřní alternativa.

Ideální je i pro začátečníky, jelikož tato disciplína není příliš náročná na vybavení ani na čas (Vomáčko, 2008).

3.3.2 Bouldering

Pojem bouldering je odvozen z anglického slova boulder (kámen, balvan) a volný překlad tohoto pojmu může znít jako „balvanování“ (Frank 2010). V podstatě se jedná o volné lezení po balvanech vysokých přibližně 2–5 m, a to bez sedacího úvazku i lana s případným odskokem na zem nebo do matrace, u které by měl stát chytač, aby se co nejvíce zamezilo zranění. Výkonnostní rozdíl mezi skalním lezením a boulderingem je v tom, že při boulderování je lezec schopen provádět co nejnáročnější lezecké pohyby (Co je to bouldering, Hudy.cz, 2015). Lezec se po skále nejčastěji pohybuje buď ve vertikálním směru (zezdola přímo na vršek), nebo v horizontálním směru (pohyb vlevo nebo vpravo ve stejné úrovni skály – tzv. traverz). Bouldering se často také provozuje na umělých stěnách, časté jsou i boulderové závody. (Frank, 2010).

3.3.3 Skalní lezení

Jedná se o lezení výhradně po skalách ve venkovním prostředí. Lezci obvykle zdolávají skály vysoké do 100 m. Skalní lezení má určitá pravidla, která určují, jak se lezec musí při jejím zdolávání chovat (Procházka, 1990).

V naší zemi se dělí na různá odvětví, mezi která patří tradiční pískovcové horolezectví (viz pískovcové lezení) a lezení po ostatních skalních terénech. V Čechách mezi tyto horniny patří zejména vápenec (Moravský kras) a žula (Frank, 2010).

3.3.3.1 Pískovcové lezení

Velice odlišným způsobem lezení od ostatních druhů je pískovcové lezení. Kvůli vysoké měkkosti a křehkosti skály byli lezci donuceni nepoužívat pomůcky běžně užívané k lezení po jiných druzích hornin. Jsou dána období, kdy lezci mohou lézt po pískovcových skalách a kdy je to naopak zakázáno. Také není povoleno používat kovové postupové jištění, které je běžně používáno při lezení po jiných druzích skal, neboť by takto nenávratně poškodilo měkký pískovec. Na pískovci je též podle speciálních pravidel lezení zakázáno používat magnézium, které se při lezení po jiných typech hornin hojně používá (Frank, 2010).

3.3.4 Bigwall

Bigwallové lezení je lezecká disciplína, která se provozuje na vysokých, strmých a nepřiliš výrazně členitých skalních stěnách. Tyto stěny se zpravidla zdolávají vícedélkovým výstupem a při zdolávání stěny lezci používají speciální taktiky a lezecké pomůcky, které se částečně liší od metod běžného skalního lezení. Bigwallové lezení se ze svého místa vzniku, oblasti Yosemite ve Spojených státech amerických, přesunulo i do Evropy, kde je možné zlézat například vysoké stěny Trollveggen a Kjerag v Norsku nebo i skalní stěnu Qulido nacházející se v Itálii (Frank, 2010).

3.3.5 Vysokohorská turistika

Vysokohorská turistika je disciplínou lezení, která má za účel zdolávat hory méně náročnou a nebezpečnou cestou a spíše prostupovat horami a postupně se s nimi seznamovat. Během jejího provozování obtížnost cest obvykle nepřesahuje III. stupeň UIAA a tyto trasy často opisují cesty objevitelů a průkopníků horolezectví (Frank, 2010).

3.3.6 Horské lezení

Pojem horské lezení označuje zdolávání horského terénu, jehož relativní výškové rozdíly se pohybují přibližně do 1500 m a jehož absolutní nadmořská výška nepřesahuje 2000–2500 m n. m. Výstupy se většinou provádějí po skalnatém terénu, typicky pouze na několik lanových délek a během zdolávání hor se lezci nemusí aklimatizovat na zdejší podmínky. Mezi horské oblasti spadajících pod tuto disciplínu můžeme řadit například Krkonoše, Západní Tatry – Roháče anebo Highland ve Skotsku (Frank, 2010).

3.3.6.1 Lezení ve středních velehorách

Touto lezeckou disciplínou je myšleno lezení ve velehorském terénu s relativní nadmořskou výškou vyšší než 1500 m a s absolutní nadmořskou výškou sahající přibližně od 2500 do 5000 m n. m. Zde začíná vládnout velehorské prostředí společně s běžně se vyskytujícími ledovci a výstupy se vlivem okolních podmínek stávají náročnějšími a nebezpečnějšími než při horském lezení. Lezci jsou okolním prostředím donuceni používat výzbroj určenou pro pohyb po ledovém a zasněženém terénu. Velice důležitým faktorem při zlézání hor ve středních velehorách je i oblast nad hranicí 3000 m n. m., kde je kvůli nedostatečnému zásobování těla kyslíkem nutné podstupovat aklimatizaci na zdejší

podmínky. Typické oblasti lezení ve středních velehorách jsou z evropského kontinentu Alpy, Apeniny, Pyreneje a Vysoké Tatry (Frank, 2010).

3.3.6.2 Lezení ve vysokých velehorách

Lezení ve vysokých velehorách se provádí v horském terénu v nadmořské výšce, která je nad úrovní 5000 m n. m. Zdejší podmínky pro zdolávání hor přímo vyžadují aklimatizaci, protože bez ní je v této nadmořské výšce lezení skoro nemožné. Kvůli těmto nepříznivým podmínkám se zdolávání hor ve skupinách přetváří na tzv. expediční horolezectví. To znamená, že se na výstupu podílejí nejen samotní lezci, ale i lidé v pozadí, kteří připravují zázemí a dodávají zásoby a suroviny. Výsledná lezecká skupina, která se snaží vylézt na vrchol hory, svůj postup nerealizuje pouze prostřednictvím organizace výstupu, avšak i technologickou výpomocí. Při zdolávání vrcholu tedy skupina používá výstroj přímo určenou pro velehorské lezení, jakou je například obecně známý kyslíkový přístroj, který lezcům pomáhá udržovat běžnou hladinu kyslíky v krvi. Avšak i v této lezecké disciplíně někteří lezci preferují postup pro zdolání hory ve velehorských podmínkách způsobem běžným pro lezení ve středních velehorách. Tito lezci provozují tzv. alpský styl, kdy nepoužívají metody zmíněného expedičního horolezectví. Snaží se tak vylézt na vrchol pouze pomocí zásob nesených s sebou a nepoužívají kyslíkové přístroje (Frank, 2010).

3.3.7 Zimní lezení

Je lezení převážně v horském terénu během zimního období. Vlivem zimy horské stěny zapadnou sněhem a na skalních štítech se začne tvořit led. Tyto podmínky skalním lezcům silně stěžují a zcela mění podstatu výstupu, a proto se tyto výstupy řadí do samostatné lezecké disciplíny. Rozdíl mezi pojmy skalní lezení a zimní lezení se ve většině zemí uplatňuje v různé míře. Například v Tatrách nebo ve skotském Highlandu je rozdíl mezi lezením v létě nebo v zimě veliký (Frank, 2010).

3.3.8 Ledové lezení

Tato lezecká disciplína se provádí výhradně na skalách nebo horách, jejichž povrch je zcela pokryt tlustou vrstvou ledu a sněhu. Je zřejmé, že je zde nemožné používat stejné pomůcky jako při běžném lezení po skále, proto se v této disciplíně vyvinuly speciální a

naprosto ojedinělé pomůcky. Lezci při zdolávání ledových stěn používají cepíny, které drží v rukách a zasekávají je do ledu, aby mohli lézt stále výše, a pro postavení se na nohách si na boty přidělávají speciální kovovou podložku opatřenou bodci pro zaseknutí, tzv. mačky. Dříve se tato technika nejčastěji používala při lezení ve velehorách, avšak dnes se s ledovým lezení nejčastěji setkáme buď v horských údolích, například na zamrzlých vodopádech, nebo i na umělých ledových stěnách. Existuje i varianta „ledového lezení“, ve které lezci sice využívají cepínů a maček, ale po ledu se pohybují jenom minimálně. Lezou především po obnažené skále a za pomoci zmíněného vybavení se snaží zvýšit nejvyšší možný výkon při lezení. Tato disciplína se nazývá drytooling. Další variantou je i spojení obou předchozích disciplín v tzv. moderní mixové lezení. V této variantě lezci zdolávají jak skálu pokrytou ledem, tak i místa s obnaženou skalou. Dnes se můžeme setkat s ledovým lezením a drytoolingem i v závodním lezení, kde se provozuje v disciplínách obtížnostních, rychlostních i v ledovém boulderingu (Frank, 2010).

3.3.9 Zajištěná cesta (Klettersteig, Via Ferrata)

Ferraty, též někdy označovány jako „Via Ferrata nebo Klettersteig“, jsou něco mezi běžnou horskou cestou a horolezeckou cestou, na které je nutné se pohybovat mimo značené cesty. Ferraty jsou veřejně přístupné a oproti horolezeckým cestám mají pevně vyznačený směr k jejich cíli, kterým obvykle bývá právě určitý vrchol. Terén, kudy vedou ferraty, se může skládat jak z úzkých pěšinek, tak i ze strmých propastí. Výstup může být zjednodušen, nebo někdy vůbec umožněn kovovými stupy. Jsou zde i ocelová lana nebo řetězy připevněné k horninám, které slouží k zajištění lezců na skále. Z tohoto důvodu není přecházení ferrat považováno za samostatné horolezectví (skalní lezení), ačkoliv si to spousta lidí myslí (Klettersteig.de).

3.3.10 Interdisciplíny

Interdisciplíny jsou takové formy horolezectví, které v sobě společně s horolezectvím ještě navíc obsahují aspekty z jiných sportů a sportovních aktivit. Spojením například horolezectví a speleologií vzniká tzv. speleoalpinismus a dále spojením například horolezectví s paraglidingem vzniká činnost známá jako paraglidealpinismus. Mezi interdisciplíny je možné zařadit i canyoning (roklování), které v dnešní době získává na stále větší oblibě (Frank, 2010).

3.4 Historie lezení na pískovcových skalách

Nejstarší zaznamenaný prvovýstup na pískovcovou skalní věž pochází z roku 1864, kdy 6. března skupina tzv. turnerů provedla výstup na vrchol Falkensteinu v Sasku v tehdejším Německém spolku cestou, která se dnes nazývá Turnerweg. Mezi prvovýstupce patřili: G. Tröger, A. Hering, E. Fischer, J. Wähnert a H. Frenzel (Lisák, 2015).

V pozdějších dobách se nedochovalo příliš mnoho písemných dokladů o zdolávání nových skalních věží, ale postupně se začaly zakládat nové horolezecké spolky. Ty se více než na lezení zaměřovaly na vysokohorské horolezectví a turistiku (Lisák, 2015).

9. května roku 1869 v Mnichově se 36 bavorských a rakouských alpinistů rozhodlo založit Deutsche Alpenverien (DAV). Toto sdružení se do deseti let skládalo z 1070 členů. Pražská sekce DAV (Sektion Prag des DAV) vznikla 19. března roku 1870. Ve stejném roce začal vycházet první horolezecký časopis vydávaný právě DAV – Zeitschrift des Deutsche Alpenverein. Přibližně ve stejné době horliví němečtí lezci dobývali vrcholy těch nejvýraznějších skalních masívů ve skalních oblastech v Sasku. V roce 1890 Oscar Schuster zřejmě jako první na světě pro výstup na skalní věž použil speciálně upravené boty, které výrazně usnadnily výstupy na skály, přičemž tuto praktiku využíváme dodnes. Možná právě díky tomuto zlomovému okamžiku lezení byla roku 1893 poprvé poražena hranice obtížnosti. Vznikla lezecká cesta pátého (V) stupně obtížnosti (Lisák, 2015).

Po těchto událostech se lezecká výkonnost lezců začala prudce zvyšovat a troufali si zdolávat stále náročnější skalní věže a útesy. Mezi tyto výlezy se řadí i dodnes obtížná cesta na skalní věž Barbarine v Sasku a na Höllenhund v Rathenu. O několik let později, roku 1906, je dokonce prolomen 7. (VII) stupeň obtížnosti, který je i dodnes považován za velice hodnotný. Jednalo se o prvovýstup na severní hranu na skalní věži Spannagelturm v Sasku, nedaleko české skalní oblasti Ostrov. Skutečně první horolezecký průvodce byl vydán 1. června roku 1908 a zaměřoval se na skalní oblasti Saska. Jeho autor Rudolf Fehrmann zde zachycuje přes 200 skalních věží, na které vede více než 400 cest (Lisák, 2015).

V desátých letech 20. století byly lezecké výstupy stále náročnější a saským lezcům pomalu začínaly docházet možnosti nových výstupů v jejich rodné zemi, proto často

navštěvovali české pískovcové skály (Severní Čechy, Adršpach). Je třeba zmínit, že saští lezci tyto oblasti nenavštívili poprvé. Už v 19. století byly na našem území poněkud časté návštěvy německých lezců, kteří zde zdolali nejednu obtížnou skalní věž, například Dračí zub na Hrubé skále. I na počátku 20. let 20. století byly stále zdolávány další stále náročnější skály, až nakonec 28. května roku 1922 byl pokořen stupeň VIIIb. Takto vysoká klasifikace nebyla v tehdejší době vůbec připuštěna (Lisák, 2015).

Během 1. světové války bylo lezení v Sasku i u nás výrazně omezené, ale i v této nehostinné době bylo provedeno několik významných výstupů, mezi nimiž můžeme jmenovat výstup Emanuela Stubicha z Teplíc nad Metují na Jungfern po východní hraně nebo Arna Siebera na Vorderer Torstein po hraně (Lisák, 2015).

Konec 1. světové války respektive 20. léta 20. století se staly pro pískovcové lezení velmi význačným obdobím, jelikož roku 1923 byl nejen vydán souhrnný průvodce určený pro české a saské skalní oblasti v Labských pískovcích, avšak byla také stanovena nová pravidla pískovcového lezení, byla udána nová klasifikační stupnice, ale zejména byl objeven dosud nepřilíš užívaný způsob zajištění se na skále, zajišťování se pomocí smyček (pomocných smyček) (Lisák, 2015).

Tento rok je také důležitý tím, že se někteří Sasové rozhodli vyhledávat nové skalní oblasti a možnosti pískovcového lezení. Mezi tyto nové oblasti patřily také Adršpašsko-teplické skály (Dieška, 1989).

Z deníku W. Fiehla se dozvídáme, že 20. 5. roku 1923 se skupina 10ti lezců a jedné lezkyně ze Schröbergu (dnešní Chełmsko Śląskie v Polsku) vydali do Sudet do Adršpachu, kde se chystali zdolat dosud nezlezené skalní věže. Rozdělení po skupinkách zde zdolali skalní věže Orel (Panoramaturm), Saská hlava (Sachsenstein), Martinská koruna (Almastein), dosahují předvrcholu Cimbuří (Dreifingerturm nebo též i Zinne), ale jejich nejvěhlasnějším úspěchem bylo zdolání Krále (Pfingsturm) (Sýkora, 2004).

Zejména díky zlezení Krále si je oblíbilo zdejší obyvatelstvo, které se šlo podívat na jejich výstup, kde jim na závěr aplaudovali a byl jim dokonce nabídnut nocleh a pohostinství v domě paní Paslerové. Také jim byla dána černo-červeno-bílá vlajka, kterou po rozdělení na tři části vyvěšovali na nově dobytých skalách. Po této prvotní úspěšné

výpravě se vydali zpět do Sazka, aby se v půlce června roku 1923 opět vydali do Adršpašsko-teplických skal zlézat nové skalní věže. V těchto dnech se trojici lezců (Otto Dietrich, Wilhelm Fiehl, Otoo Rülke) Podařilo zdolat jedny z nejmýraznějších skalních věží v Adršpašských skalách, mezi které patří Milenci (zdolány 18. 6. 1923) a Starostová (19. 6. 1923) (Lisák, 2015).

Adršpašsko-teplické skály nebyly do roku 1934 dosud zlézány Čechy, ale pouze Říšskými Němci a Sudetskými Němci. Prvními Čechy, kteří navštívili Adršpašsko-teplické skály, byli pražští alpinisté a povedlo se jim zde uskutečnit prvovýstup na skalní věž Džbán (Dieška, 1989).

Po úspěšných výpravách německých lezců ze Schröbergu do Adršpašsko-teplických skal, se kladné reakce těchto lezců rozšířili dále mezi komunitu německých lezců a do Adršpachu tedy začali přijíždět další lezci zlákáni vidinou prvovýstupů majestátních, dosud nezlezených skal. Roku 1924 do Adršpašsko-teplických skal přijel Erich Neumann, který byl označován jako nejlepší saský spárový lezec té doby. Ten se pokoušel o prvovýstup na v té době nevyzelenou dominantu skal, Starostu (dnešní cestou Slunovrat), ale následně, co se mu povedlo usadit první kruh, svůj výstup vzdal (Sýkora, 2004).

22. 8. 1924 se E. Neumann ještě pokoušel o zdolání další skalní dominanty, Hlásky, nacházející v Teplických skalách, avšak i tento výstup se mu nepodařil dokončit a po zatlučení dvou kruhů výstup opět musel vzdát (Sýkora, 2004).

Ve stejném roce během srpna byly zdolávány okolním skalám dominující věže Štěpánská koruna (17. 8. 1924), Krakonošovo sedátko (18. 8. 1924) a předvrchol věže Rukavice (20. 8. 1924). Mezi prvovýstupce těchto věží patřili výše zmínění E. Neumann, W. Fiehl a O. Rülke. Tito lezci se 19. 8. 1924 také pokoušeli o zlezení Cukrovaru, tehdy zvaného souskalí věží Cukrovarský komín, Karbaník a Kat, jenže to se jim bohužel nepovedlo, a proto svoji pozornost zaměřili na jiné skály (Lisák, 2015).

3.5 Pravidla pískovcového lezení

Pískovec je relativně křehká hornina. Horolezecký výstup i po suché skále odroluje ze skály křemenná zrna. Lánavost a obrusnost pískovce vzrůstá se stoupající vlhkostí,

významný je vliv deště a jarního tání. Odolnost pískovcové skály proti obrusu závisí zejména na typu tmele. Druh tmelu a stupeň protmelení pískovce se může lišit i v rámci malé oblasti. Pro ilustraci lze použít příklad z Broumovska. Přestože je pískovec v polické pánvi dobře stmelený a patří k jednomu z nejpevnějších v republice, je místní rozdílnost v pevnosti tmelu značná. Pískovce s nejměkčími tmely se nachází v centrální části Adršpašského skalního města. Křížový vrch je pak tvořen pískovcem o něco tvrdším. Nejtvrďší tmely se potom vyskytují na západní straně Ostaše. Proto je nutná šetrnost a ohleduplnost lezců ke skále ve všech pískovcových terénech. V tzv. horolezeckých oblastech působí dobrovolní správci, kteří spravují jednotlivé horolezecké oblasti. Pro zajímavost, o oblast Adršpašských skal se stará 8 správců. V nejvíce navštěvovaných lokalitách jsou vyznačeny přístupové stezky k lezeckým cestám (Broumovsko.ochranaprirody.cz, 2012).

3.6 Adršpašské skály

Adršpašské skály patří spolu se sousedními Teplickými skalami mezi významná pískovcová skalní města v České republice. Adršpašské skalní město je charakteristické množstvím vysokých skalních věží. K turisticky nejatraktivnějším patří Starosta a Starostová, Milenci, Král, Džbán a Homole cukru. Vzhledem ke svému významu je jejich území chráněno jako maloplošné zvláště chráněné území – národní přírodní rezervace. NPR Adršpašsko-teplické skály současně tvoří 1. zónu CHKO Broumovsko. Území je zvláště chráněno od 31. 12. 1933. Předmětem ochrany je samotná geomorfologie území (rozsáhlé skalní plošiny, složité členěné hřbety, kaňony, skalní věže a jeskyně) s lesními ekosystémy s výskytem ojedinělých rostlin a živočichů podhorského a horského charakteru (Ochranaprirody.cz), (Rozbory Chráněné krajinné oblasti Broumovska, 2012).

Z geologického pohledu jsou Adršpašsko-teplické skály evropsky velmi významné pseudokrasovým reliéfem území, který vznikl v kvádrových pískovcích. Jejich rozloha dosahuje 18 km², což z nich činí nejrozsáhlejší komplex svého druhu v Evropě. Adršpašsko-teplické skály leží v severní části Polické vrchoviny nedaleko města Teplice nad Metují, po kterém je část pojmenována. Území skal je tvořeno vystupující tabulovou plošinou mírně ukloněnou od jihozápadu k severovýchodu, což udává i hlavní směr jejího odvodnění, výrazně porušenou tektonickými zlomy. Největší z nich je Skalský zlom

procházející jižní částí území v JZ–SV směru. Nejvyšším bodem je vrch Čáp (785,9 m n. m.) na okraji rezervace. Území Adršpašsko-teplických skal je velmi známé množstvím majestátních skalních věží a stěn dosahujících výšky až 80 m. Geologické podloží je tvořeno horninami svrchní křídy – křemičitými kvádrovými pískovci středního turonu až coniacu – se stářím přibližně 89 mil. let. Celé území je členěno systémem hlubokých kaňonů a soutěsek vázaných na složitou síť tektonických poruch. Současný stav a vzhled skalního reliéfu terénu je výsledkem dlouhodobého denudačního procesu. Území bylo především modelováno mechanickými procesy (řadíme sem zejména rozpad skalního masívu podél puklin i vrstevních spár na jednotlivé skalní bloky a jejich rozvolňování v okrajích strukturních plošin, hřbetů a skalních pilířů, dále gravitační svahové pohyby nebo skalní řícení). Vlivem výše popsaných procesů dochází k akumulaci zvětralin na svazích a dnech roklin. Jejich vrstvy se tímto způsobem podílí na modelování části reliéfu krajiny. V pískovcích vznikla během denudace velmi pestrá škála makro-, mezo- i mikrotvarů povrchové i podzemní pseudokrasové modelace. Hlavní rysy skalního reliéfu se vytvořily v průběhu starších čtvrtohor, ale modelační procesy se nezastavily a působí dodnes (Ochranaprirody.cz).

S ohledem na ochranu přírody je pohyb návštěvníku jak pro lezce, tak i turisty omezen. K umožnění pohybu návštěvníků jsou zbudovány povalové lávky, visuté žebříky a zábradlí, které zároveň chrání zranitelné území před vysokým zájmem návštěvníků (Ochranaprirody.cz).

3.6.1 Pravidla lezení v Adršpašských skalách

Horolezectví na celém území CHKO Broumovsko je vázáno na souhlas AOPK ČR, který vymezuje povolené lezecké terény spolu s bližšími podmínkami. Kvůli rušení hnízdících ptáků, zejména sokolů, omezuje správa CHKO časově i prostorově pohyb osob v okolí hnízd. Tato dočasná omezení se vztahují jak na lezecké, tak i na turistické stezky (Broumovsko.ochranaprirody.cz, 2012)

Od 1. 5. do 31. 12. je horolezecká činnost povolena v sektorech Vstupní obvod, Město, Království, Ostrov, Milenecká hora a od 1. 7. do 31. 12. je horolezecká činnost povolena v sektorech Podhradí, Himaláj, Království, Panoptikum, Jezerka, Za pískovnou, Rokle nad Spáleným Mlýnem. Pro horolezce stanovila AOPK ČR v opatření obecné povahy

č. 2/2019, kterým se na území národní přírodní rezervace Adršpašsko-teplické skály v CHKO Broumovsko vyhrazují místa pro horolezeckou činnost, a uděluje souhlas s vyznačením přístupových cest, následující podmínky:

- „Horolezci se budou řídit značením v terénu umístěným Agenturou, majiteli pozemků, správci lesa a dalšími oprávněnými subjekty.“
- „Horolezci se budou chovat na lezeckých objektech a v jejich okolí šetrně, tak, aby nedocházelo k poškozování přírody, tj. zejména nebudou zasahovat do porostu na skalách a v jejich okolí, nebudou odstraňovat kameny, dřeviny, zeminu apod. z terássek a povrchu skal.“
- „Na území NPR ATS je přístup k horolezeckým sektorům povolen jen po přístupových cestách vyznačených v souladu s jejich zákresem v příloze.“
- „Horolezci nebudou rušit klid a zejména nebudou rušit hnízdicí ptáky, budou dbát na čistotu a pořádek. Při zjištěném zahnízdění ptáků jsou horolezci povinni přerušit výstup a informovat Agenturu, která v odůvodněných případech a pouze v rozsahu časově i plošně nezbytně nutném vyhlásí lokální uzávěru.“
- „Provozování horolezectví je povoleno pouze na suchých skalách a za denního světla, v lezecké obuvi nepoškozující povrch skal.“
- „Není povoleno používání magnesia a jiných chemických a minerálních látek, které by měly sloužit ke zvýšení tření na skalách.“
- „Při provozování horolezectví je zakázáno poškozovat nebo jakkoli upravovat povrch skal (nevhodná manipulace s lanem, vysekávání chytů či stupů apod.).“
- „Při výstupu je možné používat stávající fixní jisticí prostředky a dále vyjímatelné jisticí prostředky nepoškozující skálu. Použití jisticích prostředků poškozujících skálu (např. vklínětec, friend) je zakázáno.“
- „Provádět prvovýstupy, jakož i osazovat skály fixními jisticími prostředky, včetně dojišťování a výměny stávajícího jištění a případné odstraňování těchto prostředků je možné v povolených sektorech dle zákresu v příloze pouze v termínech uvedených v článku 2, odst. č. 1 a 2 tohoto opatření a po předchozím odsouhlasení Agenturou.“

„Horolezeckou činností povolenou tímto opatřením obecné povahy není bouldering“ (AOPK a Správa CHKO, 2019, s.2).

Na webových stránkách Českého horolezeckého svazu jsou uvedena následující pravidla. Jedná se o zjednodušení pravidel uvedených v povolení horolezecké činnosti v ADRŠPAŠSKÝCH SKALÁCH.

- *„Nezasahovat do porostů na skalách, neodstraňovat kameny, dřeviny a organickou hmotu ze spár“*
- *„N přístupu použít turistické cesty a značené přístupové stezky.“*
- *„Nerušit hnízdicí ptáky, lézt jen na suché skály v botách s měkkou podrážkou.“*
- *„Jištění fixními prostředky a textilními smyčkami, nedřít skálu lanem, nesekat.“*
- *„Magnézium zakázané, lézt jen za denního světla.“*
- *„Prvovýstupy jen členové ČHS, výcvik max 3 osoby s instruktorem“ (Horosvaz.cz).*

3.7 Dominanty ADRŠPAŠSKÝCH SKAL

Král: První pokus o zdolání této skalní věže se uskutečnil 20. května roku 1923. Výstup zde prováděla skupinka deseti Němců a jedné Němky z nedalekého Schrömburgu v Německu (dnešní Chełmsko Śląskie v Polsku), která Krále nejprve pojmenovala jako Svatodušní věž (Lisák, 2015).

Na Krále se vydali překrokem přes balvany do komína, odkud lezli výše, až pod vrchol skály. Z předvrcholu přepadli na stěnu, kam také usadili pískovcový kruh, a po ní vzhůru až na vrchol (Piskari.cz, Stará cesta V).

Při prvním pokusu o vylezení předvrcholu se prvolezec chytil nejistého skalního výčnělku, se kterým se následně zřítíl směrem k údolní straně, avšak byl zachycen lanem a při druhém pokusu už cestu spárou zdolal bez větších problémů. Lezci na vrcholu následně zvolali Berg Heil a začali zpívat písničky, což přilákalo místní obyvatele, kteří byli z jejich úspěchu nadšeni, a dokonce jim nabídli i ubytování zadarmo. Po 2. světové válce se na vrších většiny skalních dominant začaly objevovat bílé prapory, které zde vyvěšovali místní němečtí lezci na znamení své kapitulace. Tento prapor byl roku 1948 z Krále sundán českými lezci. Teprve až v roce 1964 byl na Krále uskutečněn druhý prvovýstup,

příčemž se jednalo o jeden z nejzásadnějších prvovýstupů v Adršpašsko-teplických skalách (Lisák, 2015).

Prvovýstupu se zúčastnili Karel Hausche, Jaroslav Krecbach a Karel Phillip a cestu pojmenovali Decháč (dříve VIIc, dnes VIIIb) (Piskari.cz, Decháč).

V roce 1975 byl Král poprvé prostoupen i z údolní strany, a to Svatováclavskou cestou, která má obtížnost VIIb (Lisák, 2015).

Dnes na Krále existuje 8 různých cest a 3 varianty k jedné z těchto cest. (Piskari.cz, Král).

Obrázek 1: Skalní věž Král



Zdroj: <https://www.horosvaz.cz/skaly-cesta-27650/>

Starostová: Skalní věž Starostová byla vylezena již 19. června roku 1923 německými lezci O. Dietrichem, W. Fiehlem a O. Rülkem. Na věž lezli po skalním žeburu do předsunuté soutěsky a z ní stavěli na protější stranu do mokré spáry, která přecházela v komín. Následně se ocitli pod „hlavou“ Starostové, kde zatloukli pískovcový kruh. Na vrchol se nejprve snažili vylézt bez stavění, avšak po nezdařeném pokusu se rozhodli pro nebezpečné stavění, při kterém nebyl prvolezec kvalitně jištěn. Nakonec O. Rülke úspěšně vylezl na vrchol a zvoláním slov „Berg Heil!“ potvrdil, že věž byla poprvé úspěšně zdolána. V srpnu roku 1929 se německý lezec W. Dieckmann se svým spolezcem

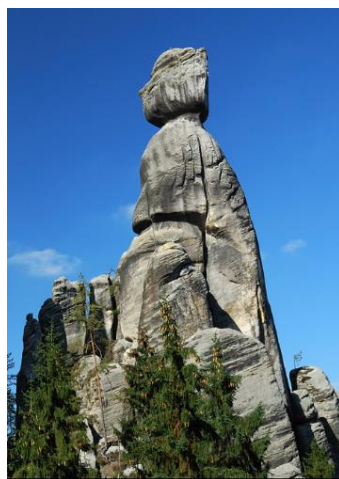
pokoušel opakovat přežení Starostové, avšak neúspěšně. Stejných výsledků dosáhla i česká skupina lezců v roce 1934. Podruhé byla Starostová vylezena až v roce 1936 skupinou německých lezců, mezi nimiž byl i W. Häntzschel, Kurt Schöne a Arno Größler. Třetí přežení Starostové se uskutečnil roku 1947 českou skupinou lezců, do které patřili Bedřich Lhota, Ladislav Školník a Stanislav Makovec. V roce 1967 vzniklo mezi Starostou a Starostovou historicky první přemostění mezi těmito dvěma věžemi (Lisák, 2015).

Do roku 1968 na Starostovou existovaly již čtyři různé cesty (Stará cesta z roku 1923, Levý údolní komín a Pravý údolní komín, obě z roku 1951 a Iljův odkaz z roku 1968) (Piskari.cz, Starostová).

Roku 1974 slavný německý lezec Bernd Arnold vytvářel pátou cestu na skalní věž Starostová, ale po neshodách ohledně způsobu vylezení této cesty byla tato cesta nakonec zrušena (Lisák, 2015).

Dnes na Starostovou vede 11 různých cest a dvě varianty cesty Trnová koruna plus jedna varianta cesty Svatba jako řemen (Piskari.cz, Starostová).

Obrázek 2: Skalní věž Starostová



Zdroj: <https://www.horosvaz.cz/skaly-skala-2340/>

Milenci: Skalní věž Milenci byla poprvé vylezena 18. června roku 1923 trojicí německých lezců. Mezi ně patřili W. Fiehl, O. Rülke a O. Dietrich, který byl tehdy považován za nejlepšího lezce v Sasku počátkem 20. let 20. století (Sýkora, 2004).

Jejich cesta na vrchol vedla z vnitřních prostorů komíny, odkud se spárami a dalšími komíny dostali na písčitou terasu, od té stoupali do dalších spár až k průlezu na plató. Nakonec se spárou a stěnou dostali na vrchol (Piskari.cz, Stará cesta IV).

Členy tohoto lezeckého zájezdu byli i výše zmínění prvovýstupci na dominantu Adršpašsko-teplických skal – Milence. Vylezli i skalní věže, jakými jsou například Starostová a Babiččina lenoška. O druhý výstup na Milence se pokusil roku 1929 Josef E. Nádherný, synovec Konstantina Nádherného, majitele adršpašského panství. J. E. Nádherný chtěl Milence zdolat sám, volně bez lana, což se mu stalo osudným (Lisák, 2015).

Na jeho počest byla díky F. Altmanna, jednoho z lidí, kteří se snažili J. E. Nádherného zachránit, v roce 1995 u Řeřichovského potoka zřízena skalní kaple s pamětní deskou (Radoňová, 2011).

S nejvyšší pravděpodobností byla vrcholová knížka umístěna na Milence už při jejich prvovýstupu, ale její přesné osazení je dosvědčeno až během druhého opakování výstupu na tuto věž. Za první opakování Milenců lze pokládat výstup W. Dieckmanna s jeho spolulezcem, kteří se v srpnu roku 1929 neúspěšně pokusili o zdolání Starostové a následně se rozhodli pro zdolání Milenců. Tyto informace pocházejí z článku, který končí, právě když se lezci nacházejí pod vrcholovou spárou na Milencích. Spára by neměla být pro W. Dieckmanna nad jeho síly, a proto můžeme soudit, že prvenství prvního opakování náleží právě jemu a jeho spolulezci. V otázce ohledně chybějící vrcholové knížky se naskýtá teorie, že ji Dieckmann osobně odstranil, jelikož se svým spolulezcem byli členy levicově zaměřeného spolku NFO – VKA (Naturfreunde – Opposition) a někteří levicovní lezci se řídili heslem „Pryč se všemi vrcholovými knihami, korouhvičkami, tyčemi a kruhy. Za nedotčenou přírodu!“. První český výstup na Milence se udál v září roku 1934 skupinou M. Jedličky a J. Janeby. Na konci 2. světové války se na většině vršcích Adršpašsko-teplických dominant (Královi, Milencích, Ledním medvědovi) začínají objevovat bílé prapory, které umisťují místní sudetští Němci na znamení své kapitulace.

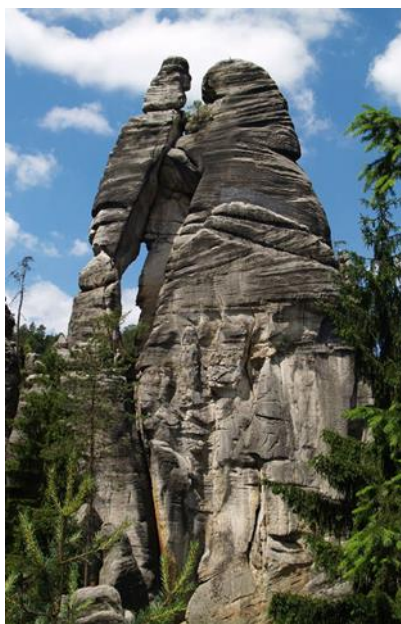
Od roku 1946 se na Milencích nachází kovová otáčivá československá vlajka (Lisák, 2015).

Druhý prvovýstup na Milence se odehrál v říjnu roku 1949 českými lezci K. Krombholzem a R. Kotalou. Jejich cesta vede z východní strany věže soustavou spár až k písčité terase, odkud dále pokračuje původní cestou na vrchol (Piskari.cz, Od branky).

10. listopadu roku 1957 byl proveden stý výstup na Milence. Roku 1960 byla na Milence vytvořena nová cesta Milenecká a v roce 1963 již v pořadí čtvrtá cesta Letecká (Piskari.cz, Milenecká).

28. srpna roku 1968, tedy týden po obsazení Československa vojsky Varšavské smlouvy, František Jaroš vylezl na plató ve stěně Milenců, kde po pět dní držel hladovku. Toto vše podnikal jako protest proti události 21. srpna (Brdečková, 2018), přičemž v den výročí této události roku 1969 na polici ve stěně Milenců připsali Jan Farkaš a Jaroslav Příbyl nápis „21. srpen fuj“ (Lisák, 2015).

Obrázek 3: Skalní věž Milenci



Zdroj: <https://www.horosvaz.cz/skaly-skala-2139/>

3.8 Lezecké pomůcky a vybavení

3.8.1 Lana

Lano je prostředek sloužící především ke slaňování, jištění a popřípadě i k zachycení pádu lezce. Jedná se o nezbytné vybavení pro horolezení i pískovcové lezení, bez kterého by byly tyto činnosti krajně nebezpečné. Lana slouží ke spojení lezce s pevnými jisticími body (fixní nebo dočasné kotevní prostředky, např. pískovcový kruh, pomocná šňůra apod.) a jističem, který při případném pádu pomocí tření zadrží lano a o pevné jisticí body pád lezce zastaví.

Lana se dělí podle výsledného chování lana při zatížení, zejména tedy podle pružnosti (elasticity) materiálu, ze kterého jsou vytvořeny.

Podle pružnosti:

Statická lana

Statická lana jsou taková lana, která mají při statickém zatížení způsobeném závažím o hmotnosti 100 kg průtažnost nanejvýše do 5 % své původní délky. Tato lana se používají zejména při záchranných akcích, během speleologického průzkumu a při výškových pracích (Frank, 2010).

Dynamická lana

Dynamická lana jsou taková lana, která mají při statickém zatížení způsobeném závažím o hmotnosti 100 kg průtažnost v rozmezí 5–15 % své původní délky. Tato lana jsou běžně používána horolezci, a to kvůli jejich vhodné průtažnosti (Frank, 2010).

Podle průměru a způsobu použití:

Lana jednoduchá

Průměr jednoduchých lan se obvykle pohybuje mezi 9–11 mm. Šířka lana se volí s ohledem na použití a typ jisticí pomůcky (Procházka, 1990).

Lana poloviční

Průměr lan bývá zpravidla okolo 9 mm. Každé lano musí procházet právě jedním jisticím bodem, tedy nesmí být ve stejné chvíli umístěna v jednom jisticím bodě. Používá se při horském lezení, protože zde může dojít k přeseknutí lana (Procházka, 1990).

Lana dvojitá (dvojčata)

Průměr dvojitých lan bývá 8–8,5 mm. Při vysokohorském lezení je velmi nebezpečné používat pouze jedno lano, proto se používají obě lana zároveň, přičemž při zřizování jištění musí obě lana procházet právě jedním jisticím bodem (Procházka, 1990).

3.8.2 Úvazy

Jsou to postroje převážně složené ze vzájemně propojených popruhů, které obepínají tělo člověka. Slouží k propojení lezce (a jističe) s lanem. Díky tomuto úvazu je možné usadit se do pevného jisticího bodu nezávisle na jističi nebo také připnout slaňovací zařízení přímo na sedací úvaz a následně bezpečně slanit.

Slaňovací úvazy se dělí na tři základní typy podle způsobu provedení:

Celotělový úvaz

Úvaz ovíjí ramena, trup a stehna lezce a jeho spojení s lanem se nachází nad těžištěm těla. To zabraňuje tomu, aby dotyčný lezec (velmi často právě děti) nemohl vyklouznout z horolezeckého úvazu (Frank, 2010).

Obrázek 4: Celotělový sedací úvaz



Zdroj: https://www.hanibal.cz/ocun-bodyguard_z5308/?gclid

Sedací úvaz

Tento typ úvazu ovíjí těle lezce pod úrovní těžiště za pomoci bederního pásu a popruhů, které objímají stehna lezce. Tyto dvě části mohou být společně spojeny sešitým popruhem, anebo mohou být volně ukotveny masivním popruhovým okem, přičemž obě možnosti přenáší celou váhu lezce na tyto dvě části sedacího úvazu. Ze zadní strany úvazy bývají spojeny gumovými pásy. Tento typ úvazu se nejlépe hodí právě pro lezení po skalách (Frank, 2010).

Obrázek 5: sedací úvaz



Zdroj: <https://www.ceskyraj.com/uvazek-climbing-technology-anthea-green-pink>

Prsní úvaz (hrudní úvaz)

Úvaz obepíná pouze horní polovinu těla, respektive hrudník a ramena. Jedním druhem tohoto úvazu je takový úvaz, který udržuje popruhy na hrudi za použití pomocných ramínek. Druhým druhem tohoto úvazu je tzv. křížový úvaz, který se skládá pouze z popruhů vzájemně se křížících na zadní straně úvazu. Prsní úvazy se používají výhradně ve spojení se sedacími úvazy, neboť použití holých prsních úvazů může při pádu způsobit kolaps oběhového systému způsobený zaškrcením horní poloviny těla lezce (Frank, 2010).

Obrázek 6: Prsní úvaz



Zdroj: <https://horolezeckametodika.cz/uvazy>

3.8.3 Karabiny

Karabiny jsou nezbytným článkem celého zajišťovacího řetězce, a to zejména protože jsou spojovníkem napříč celým tímto systémem. Tělo karabiny je kruhového průřezu o tloušce 11–12 mm (pro lehké karabiny činí průměr 10–9 mm). Někdy se vyskytuje tvar karabiny ve zploštělé variantě nebo i v podobě zaobleného písmena T (Procházka, 1990).

Karabiny jsou tvořeny vlastní tělem, zámkem karabiny a popřípadě i pojistkou. Zámkem karabiny je myšleno pohyblivé ústrojí karabiny, po jehož otevření je možné vložit lano do karabiny. S těmito zařízeními lze manipulovat pouze ve směru pro vložení lana,

proto je za normálních okolností téměř nemožné, aby vložené lano z otevřeného zámku karabiny nechtěně uniklo. Může se to stát, pokud karabina zámkem tlačí na skálu nebo když se lano okolo karabiny přetočí a samovolně se vycvakne). Jako ochrana proti samovolnému opuštění lana v karabině z důvodu otevřeného zámku se některé druhy karabin vyrábějí s pojistkou zámku karabiny. Tato pojistka se nejčastěji vyskytuje ve formě převlečného kroužku, kterým lze šroubovat do polohy, kdy překrývá tělo a zámek karabiny, díky čemuž není možné karabinu otevřít a lano tedy nemůže zavřenou karabinu opustit (Frank, 2010).

Typy karabin podle tvaru a určení:

Základní karabina (typ B)

Tímto typem karabiny jsou myšleny všechny karabiny, které nesplňují kritéria pro zařazení mezi karabiny typu H, K a D. Základní typ karabiny musí splňovat tyto požadavky: pevnost v podélném směru zatížení je 20 kN, v příčném zatížení 7 kN a v podélném zatížení s otevřeným zámkem je pevnost stanovena na 7 kN. Dále je nutné, aby se do této karabiny vešla dvě lana o průměru 11 mm, aniž by dřela o zámek karabiny. Využití základní karabiny nachází uplatnění nejčastěji při zajištění cesty pomocí postupového jištění nebo při manipulaci s různými lezeckými pomůckami (Frank, 2010).

Karabina HMS (typ H)

Z německého „Halbmastwurfsicherung.“ Tento typ karabiny má většinou vejcovitý tvar, kulatý průřez tělem karabiny a pojistku. Pevnost tohoto druhu karabiny je stanovena na sílu 20 kN při podélném směru zatížení, 7 kN při příčném zatížení a 6 kN v podélném směru zatížení při otevřeném zámkem karabiny. Karabina HMS je nejběžněji používána při jištění lezce, při slaňování, při vytváření kladkostrojů nebo při jištění polovičním lodním uzlem, jelikož její tvar, průřez a nízká pevnost nedovolují její vhodné používání například při zakládání postupového jištění (Frank, 2010).

Obrázek 7: Karabina HMS



Zdroj: https://www.hanibal.cz/edelrid-hms-bulletproof-screw-fg_z21547/?gclid

Karabina na zajištěné cesty (typ K)

Karabina na zajištěné cesty musí mít pevnost v podélném směru zatížení stanovenou na 25 kN, v příčném zatížení 7 kN. Protože tyto karabiny musí být navíc opatřeny automatickou pojistkou, tak není téměř nikdy možné zatížit tento typ karabiny podélně s otevřeným zámkem. Tento zámek musí být možné otevřít minimálně na takovou vzdálenost od těla karabiny, aby zde bylo možné provléct dvě lana o samostatném průměru 11 mm nebo jedno ocelové lano mající průměr 21 mm. Tento typ karabiny se nejčastěji používá při lezení zajištěných cest (např. via ferrata) nebo pro sebezajištění. Na rozdíl od karabiny HMS se tento typ karabiny nedoporučuje používat při jištění pomocí lodní smyčky (Frank, 2010).

Karabina se zajištěnou polohou lana (typ D)

Tento typ karabiny se nejběžněji používá ve spojení s expresní smyčkou. Karabinu je možné vložit do expresní smyčky takovým způsobem, že zafixuje svoji polohu se smyčkou, a tudíž se v této smyčce nemůže dále přetáčet. Toto upevnění polohy karabiny je žádoucí zejména z toho důvodu, že při zachycení pádu karabina snáší sílu pádu v podélném směru působení síly (Frank 2010).

3.8.4 Jistící pomůcky a slaňovací pomůcky

V této části uvedeme základní členění jisticích (slaňovacích) pomůcek, které je možno používat při skalním lezení.

3.8.4.1 Poloautomatické jisticí pomůcky pro práci s jednoduchým lanem

Grigri

Jedná se o poloautomatickou jisticí pomůcku, která používá funkci asistovaného brzdění. Tato funkce je aktivována jen tehdy, když lezec spadne a tah jeho lana Grigri otočí, ta utáhne lano a následně se zvedne vačka, která lano zablokuje (Hanibal.cz, Grigri).

Obrázek 8: Grigri



Zdroj: <https://www.hudy.cz/grigri-d014ba?variant=65862&size=228750&gclid>

Revo

Revo je také poloautomatická jisticí pomůcka, u níž nezáleží na směru, kterým je lano vloženo dovnitř (tzn., že brzda bude fungovat v obou směrech, ve kterých lano vychází ze zařízení). Uprostřed zařízení se nachází kladka, která při rychlostech vyšších než 4 m/s lano zabrzdí a lano lze poté uvolnit zatlačením lana směrem k zemi (Hanibal.cz, Revo).

Obrázek 9: Revo



Zdroj: <https://www.hudy.cz/revo?size=238318&gclid>

3.8.4.2 Manuální jistící pomůcky

ATC (Kyblík)

Tato lezecká pomůcka je vhodná jak pro jištění prvolezce, tak i pro samotné slaňování. Jednoduchá nebo i dvojitá lana se vloží do zařízení, kde se společně s lanem nebo s lany připojí ke karabině za ocelové lanko, která udržuje toto zařízení v lezcově blízkosti. Kyblík je vhodný jak pro skalní lezení, tak i pro velehorské lezení, a to zejména pro svoji možnost jištění dvěma lany zároveň (Lienerth, 2006).

Jedním z často používaných kyblíků je Reverso (Petzl.com).

Obrázek 10: Reverso



Zdroj: <https://www.hudy.cz/reverso-d017aa?variant=68042&size=239180&gclid>

Slaňovací osma

Tato pomůcka je primárně určena pouze ke slaňování, avšak je možné ji používat i jako pomůcku pro jištění. Slaňovací osma bývá obvykle vytvořena z lehkých hliníkových slitin (na bázi leteckého duralu) a ve své podobě připomíná číslici osm. Její mechanismus jištění nebo slaňování je velice prostý, neboť pro zahájení její funkčnosti stačí pouze střed lana protáhnout větším okem osmy a tento následný oblouk lana vrchem přetáhnout přes menší z ok. Následně stačí menší oko připojit ke karabině a slaňovací osma je nyní způsobilá pro plnění svého účelu. Je třeba si však uvědomovat, že slaňovací osma má velice nízkou brzdnu sílu, a proto je třeba důkladně zvážit, při kterých lezeckých výstupech je vhodné osmu použít (Lienerth, 2006).

Její používání se rozhodně nedoporučuje začátečníkům. Navíc se kvůli nedostatečné brzdě síle postupně zakazuje i v některých lezeckých centrech (Climbingtechnology.cz, 2018).

Obrázek 11: Slaňovací osma



Zdroj: <https://www.hudy.cz/osma-r-e-black?size=4208&gclid>

3.9 Horolezecké uzly

Horolezecké uzly slouží k propojení lana s horolezeckým úvazem. Množství uzlů, pomocí nichž lze propojit lezce s lanem, je nespočet, proto přikládáme pouze výčet těch nejběžnějších uzlů používaných při pískovcovém lezení (Horolezeckametodika.cz).

Nosnost lana se mění v závislosti na používaném uzlu, proto zde uvádíme uzly, které patří mezi ty, které celkovou pevnost lana nesnižují tak rapidním způsobem, jako například jiné nezmíněné uzly (Horolezeckametodika.cz).

Rozdělení uzlů podle použití:

Kotvicí uzly – osmičková smyčka, vůdcovská smyčka, dračí smyčka, lodní smyčka.

Spojovací uzly – jednoduchá rybářská spojka, dvojitá rybářská spojka, ambulanční uzel.

Prusíkovací uzly – jednoduchý prusík, dvojitý prusík, asymetrický prusík, francouzský prusík.

Manipulační uzly – poloviční lodní smyčka (Horolezeckametodika.cz).

3.10 Stupnice obtížnosti lezeckých výstupů

Hodnocení obtížnosti skalních cest lze chápat jako subjektivní názor autora cesty, který se podle svých pocitů z lezení dané cesty a předchozích zkušeností rozhodl udělit cestě určitý obtížnostní stupeň. Obtížnost skalní cesty není možné jednomyslně stanovit a definovat, neboť ne všichni lezci by se podle svého názoru shodli na jednotném stupni obtížnosti. Z toho vyplývá, že obtížnost skalní cesty bývá pouze přibližná skutečností. I přesto však začaly vznikat stupnice obtížnosti horolezeckých výstupů, které se snaží alespoň obecně, určovat obtížnost daných skalních cest a připravit tak lezce na možné nesnáze, které mohou při zdolávání těchto cest nastat (Procházka, 1990).

Klasifikační stupnice:

Klasifikační stupnice UIAA

Mezinárodní horolezecká organizace (UIAA) se snažila vytvořit jednotnou standardní stupnici, která by mohla být neměnně používána napříč celým světem (Horo abeceda). Jedná se o 12stupňovou klasifikaci (čísla je možné zapisovat jak arabskými číslicemi, tak i římskými číslicemi) (Bergfreude.eu), přičemž první stupeň označuje takové skalní lezení, které není čistě chodeckým terénem, a poslední stupeň vyznačuje současnou hranici lezeckých schopností. Pro citlivější ohodnocení skalní cesty je možné stupně doplnit o plus (+) a minus (-). Pro technické lezení bývá ke klasifikační stupnici UIAA

přiřazená klasifikace A0–A4. Dále je možné písmenem „e“ označit použití expanzních nýtů v dané cestě (Frank, 2010).

Klasifikační stupnice USA

Tato klasifikace se skládá nejprve ze šesti stupňů (psaných římskými číslicemi), které různě udávají, jak dlouho by mělo celé zdolání skalní cesty lezcům trvat. Dalším atributem ohodnocení skalní cesty je tzv. třída, jejíž hodnoty se pohybují od jedné do pěti (jsou psány arabskými číslicemi), přičemž pátá třída se používá pro označení nezbytné horolezecké činnosti. Pátá třída je chápána jako samostatná stupnice obtížnosti a bývají k ní přiřčovány další body v hodnotách od 1 do 15, které tuto stupnici samozřejmě rámcově rozšiřují, a od hodnoty 10 je možné k těmto číslům přidávat písmena a, b, c, d, která přesněji určují přibližnou obtížnost daných cest (Frank, 2010).

Francouzská klasifikační stupnice

Francouzská klasifikační stupnice se řadí mezi jedny z nejčteněji používaných klasifikačních stupnic na světě. Vznikla v 80. letech 20. století, kdy lezci – gymnasté – začali porovnávat jejich tuzemské skalní lezení s lezením zahraničním (Frank, 2010).

Stupnice se skládá z 9 stupňů (obvykle značených arabskými číslicemi), které se dnes pro citlivější zařazení od čtvrtého stupně doplňují o písmena a, b, c a znaménka + a –.

Saská a česká pískovcová klasifikační stupnice

Místo působení této klasifikační stupnice se rozprostírá v oblastech Čech a v Sasku. Do poloviny druhé světové války byla klasifikace určována pouze za pomoci sedmi stupňů obtížnosti (běžně značených římskými číslicemi), avšak kvůli narůstající skutečné obtížnosti skalních výstupů již sedmý, poslední, stupeň nesplňoval kritéria obtížnosti příznačné pro sedmý stupeň. Proto roku 1942 J. Zítka začal k sedmému stupni přidávat písmenka a, b, c. Této devítimístné klasifikační stupnici se též říkalo „Adržbašská“, avšak nakonec byla vytlačena saskou otevřenou stupnicí. Saská klasifikační stupnice je velice podobná české pískovcové klasifikační stupnici, avšak saská stupnice je dnes rozšířena až do XII. stupně (též značena římskými číslicemi), které se od sedmého stupně také začínají rozlišovat písmeny a, b, c (Climbingschool, 2011).

Při lezení skal hodnocených těmito klasifikačními stupnicemi je nutné dbát zvýšené opatrnosti, protože oblast, kde se cesta nachází, rok výstupu a charakter samotného prvosvystupce mohly ovlivnit označení cesty směrem ke snazšímu stupni. Skutečná obtížnost cesty může být vyšší, což pro méně zdatné lezce může mít až fatální následky (Goat.cz).

3.11 Vývojové epochy člověka

Vývojové epochy člověka nás provází od početí přes dětství až po smrt. Jednotlivými epochami jsou:

- Prenatální věk – od fáze oplození do porodu
- Epocha dětství – od narození do věku 11 let
- Epocha dospívání – končí mezi 18. a 22. rokem
- Epocha dospělosti – trvá do 65 let
- Epocha stáří – zakončena smrtí

Pro každou epochu jsou typické určité znaky. Jedná se jak o fyzické, psychické, tak i sociální změny (Helus, 2011).

Praktická část se zabývá žáky druhého stupně základních škol, proto jsou zde uvedeny pouze období prepubertální a pubertální.

Období prepuberty (starší školní věk)

V tomto období duševního vývoje si jedinec začíná uvědomovat své vlastní postavení a roli ve škole a v rodině, ve které se snaží různými způsoby vyniknout. Jedinci v tomto období většinou přestupují na vyšší stupeň základních škol a mění se struktura jejich zájmové činnosti, a jedinci se tak musí adaptovat na tyto změny, jejichž podstatou je účelná stabilizace. Pokud není dítě schopno adaptovat se mezi svoje vrstevníky, pak lze očekávat nestabilní projevy. Prepubescentní jedinci začínají v tomto období vyhledávat různé skupiny, ve kterých by se svými vrstevníky mohli společně vykonávat své zájmy a záliby, mezi které patří zejména sporty a kulturní činnosti (Lisá, 1986).

V tomto období také dochází k přeměně rozumových schopností – jedinec už přestává myslet pouze konkrétně, tj. v bezprostřední skutečnosti, avšak začíná se u něho

vyvíjet i abstraktní myšlení, které je doprovázeno i vývojem pozornosti. Jedincovu inteligenci lze kvalitativně měnit pomocí zdokonalování procesu pozornosti, paměti a učení (Lisá, 1986).

Období pubertální (dospívání)

V období dospívání si jedinec velice snadno osvojuje koordinační a pohybové dovednosti, získává smysl pro rovnováhu a jemnou koordinaci a učí se dovednosti, které vyžadují sílu. Proto je také u dorostu v tomto věku tak zvýšen zájem o sport, který jim navíc pomáhá zvyšovat vlastní sebevědomí (Langmeier, 1998).

Jedinci v tomto období mají tendence všechno kritizovat a emancipovat se od své rodiny a nové citové vztahy vyhledávat u vrstevníků, s nimiž tráví velké množství a mají pocit, že si s nimi rozumí více než s rodiči. Tyto nové citové vztahy jedincům dodávají novou jistotu, kterou dříve již znali z rodiny, a připravují je na budoucí důležité emoční vztahy v manželství a vlastní rodině. V období pubertálním se začínají vyvíjet silnější citové vztahy, jejichž fáze lze rozlišit takto:

I. Skupinová izosexuální fáze – K této fázi dochází okolo 12. roku a vyznačuje se tím, že jedinci stejného pohlaví začínají vytvářet skupiny už stabilnější a organizovanější, než tomu bývalo dosud. Tito jedinci kategoricky odmítají jedince opačného pohlaví pro jejich vlastnosti (chlapci jsou pro dívky příliš hrubí a dotěrní, naopak dívky jsou pro chlapce příliš uplakané, žalují a obecně nedisponují skutečným nadšením pro jejich chlapecké zájmy).

II. Individuální izosexuální fáze – V této fázi se dva jedinci stejného pohlaví snaží navázat vzájemné párové přátelství, které se od toho skupinového odlišuje tím, že oba jedinci si jsou vzájemně rovni, nemusí se podřizovat skupinovým normám a společně si vyměňují vzájemná niterní tajemství. Tato chlapecká párová přátelství obvykle vychází ze společných zájmů a činností, naproti tomu dívčí přátelství jsou obvykle založena na hlubší emoční náklonnosti.

III. Přejídná etapa – Nyní se již chlapci a dívky začínají o sebe vzájemně zajímat, což nejprve provádí určití jedinci, na něž se ze zbytku skupiny začíná valit posměch, který však mnohdy bývá zástěrkou závisti. Jedinci stejného pohlaví se stále drží ve skupinách, ale

vzájemně se od sebe již neizolují. Jedinci opačného pohlaví spolu začínají koketovat, vtipkovat a pokřikovat na sebe.

IV. Heterosexuální fáze polygamní – Tato fáze, probíhající na přelomu pubescence a adolescence, se vyznačuje prvními láskami, pro které je zprvu vzorem osvojené přátelství. Motivem k těmto prvním vztahům bývá zvědavost a snaha ujisti se o vlastní ceně a přitažlivosti.

V. Etapa zamilovanosti – Během této fáze dochází k silnějšímu citovému vztahu mezi jedinci opačného pohlaví, který je podepřen hlubokou vázaností a shodnými nebo doplňujícími se rysy osobnosti. Počátky této fáze nastávají na konci pubescence a začátkem adolescence, přičemž věk těchto milníků nemusí být vždy standardizován, neboť stupeň duševního vývoje jedinců se u každé osobnosti liší, což může být způsobováno například podmínkami rodiny a společnosti, intenzivní zátěží a podněty moderního života (Langmeier, 1998).

4 PRAKTICKÁ ČÁST

4.1 Metodika

Pro splnění dílčích cílů byla navržena příslušná metodika. Pro splnění dílčích cílů spadajících do teoretické části byla provedena rešerše dostupné literatury a internetových zdrojů. Pro splnění cílů v praktické části byla kvantitativní metoda sběru dat provedena dotazníkovým šetřením. Dotazník se skládal z 15 otázek, z toho 13 bylo uzavřených, 1 otevřená a 1 otázka škálová. Použitý dotazník byl nově navržen pro účely této bakalářské práce a je v Příloze 1. Dotazníky byly rozeslány do vybraných základních škol v okolí Náchoda žákům 6.–9. třídy druhého stupně. Dotazníkového šetření se zúčastnili žáci následujících škol: Základní škola Václava Hejny Červený Kostelec, Základní škola Hronov a Základní škola Police nad Metují. Dotazník byl žákům distribuován online na platformě Google Docs. Výsledky z dotazníkového šetření byly následně vyhodnoceny statistickými metodami v tabulkovém procesoru Excel.

4.2 Hypotézy

Na základě stanovených dílčích cílů byly stanoveny 4 hypotézy k ověření.

H1: 65 % žáků druhého stupně základní školy chodí rádo do přírody.

H2: 85 % žáků navštívilo Adršpašské skály.

H3: 70 % žáků druhého stupně základní školy se věnuje nějakému sportu.

H4: 40 % žáků druhého stupně základní školy má aktivní zkušenost s lezeckým sportem.

4.3 Výsledky dotazníkové šetření

Celkový počet odpovědí na dotazníkové šetření byl 100. Protože dotazník byl k respondentům distribuován online, nelze stanovit počet nevyplněných dotazníků.

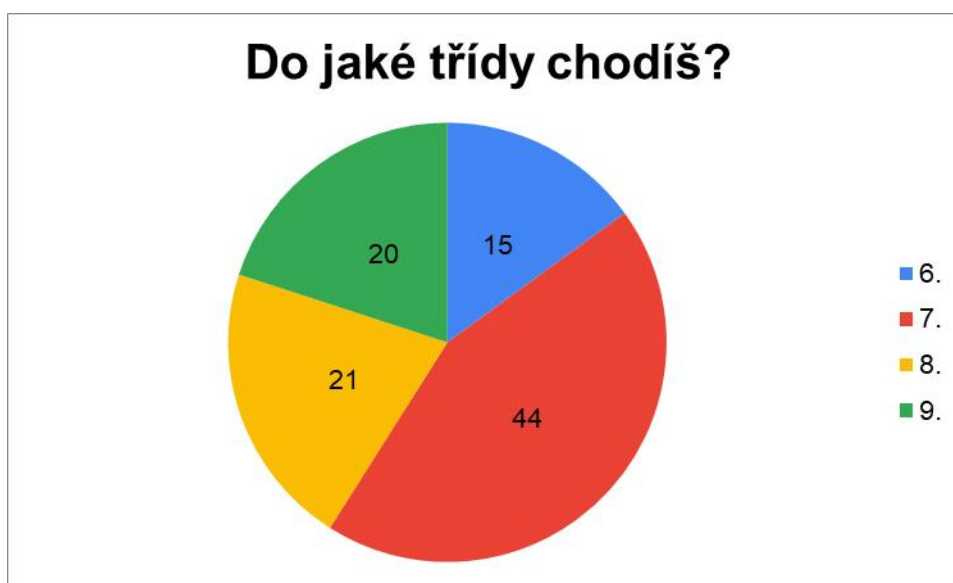
Otázka č. 1: pohlaví

Z této otázky vyplynulo, že 50 % respondentů je tvořeno chlapci a 50 % dívkami.

Otázka č. 2: Do jaké třídy chodíš?

Otázka postihuje rozdělení respondentů průzkumu do jednotlivých ročníků druhého stupně základních škol. Rozdělení respondentů dotazníkového šetření podle navštěvované třídy základní školy bylo následující: 15 % respondentů je žáky 6. třídy, 44 % žáky 7. třídy, 21 % žáky 8. třídy a 20 % žáky 9. třídy. Rozdělení je patrné i z grafu níže.

Graf 1: Třída



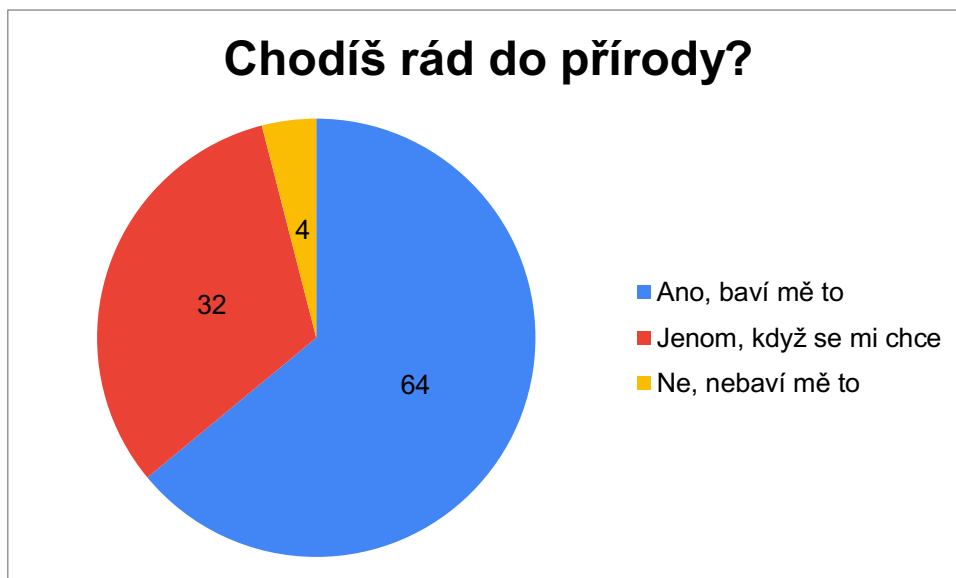
Zdroj: Vlastní

Otázka č. 3: Chodíš rád do přírody?

- a) Ano, baví mě to
- b) Jenom, když se mně chce
- c) Ne, nebaví mě to

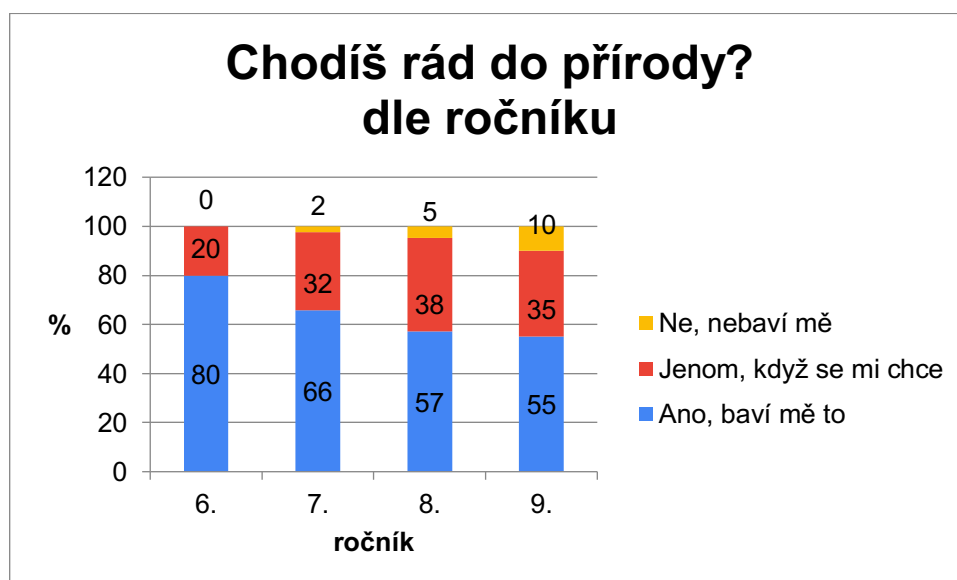
Podle dotazníkového šetření chodí rádo do přírody 64 % respondentů, 32 % jen pokud se jim chce a pouze 4 % respondentů základních škol pobyt v přírodě nevyhledává.

Graf 2: Vztah k přírodě



Zdroj: Vlastní

Graf 3: Vztah k přírodě dle ročníku



Zdroj: Vlastní

Graf výše navazuje na předchozí otázku. Jedná se o podrobnější rozdělení respondentů, a to podle ročníku. Dělení je následující. V 6. třídě není žádný žák, který by neměl rád

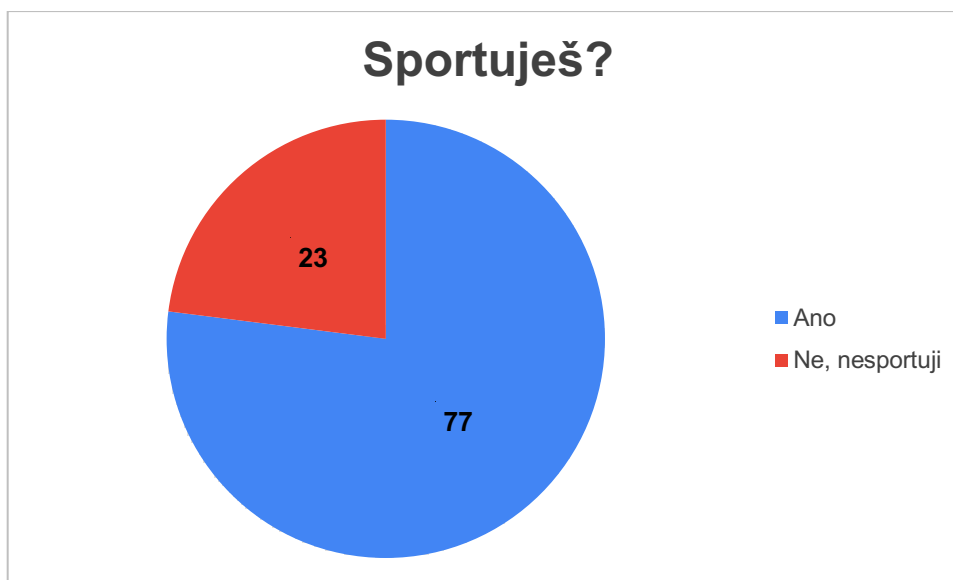
trávení svého času v přírodě. Pouze 20 % chodí do přírody jen, když se jim chce a většina, což poukazuje na 80 %, chodí do přírody rádo. U žáků 7. tříd jsou odpovědi dotazníkového šetření následující: 2 % pobyt v přírodě nebaví, 32 % respondentů navštěvuje přírodu, jen pokud se jim chce a 66 % navštěvuje přírodu rádo. V 8. třídách je 5 % žáků, které chození do přírody nebaví, 38 % chodí do přírody, jen pokud se jim chce a 57 % respondentů z osmých tříd tráví pobyt v přírodě rádo. Co se týče žáků z 9. třídy, jsou odpovědi takové: 10 % dotázaných nerado tráví čas v přírodě. 35 % ji vyhledává, jen pokud se jim chce a 55 % pobyt v přírodě baví.

Otázka č. 4: Děláš nějaký sport?

- a) Ano.
- b) Ne, nesportuji.

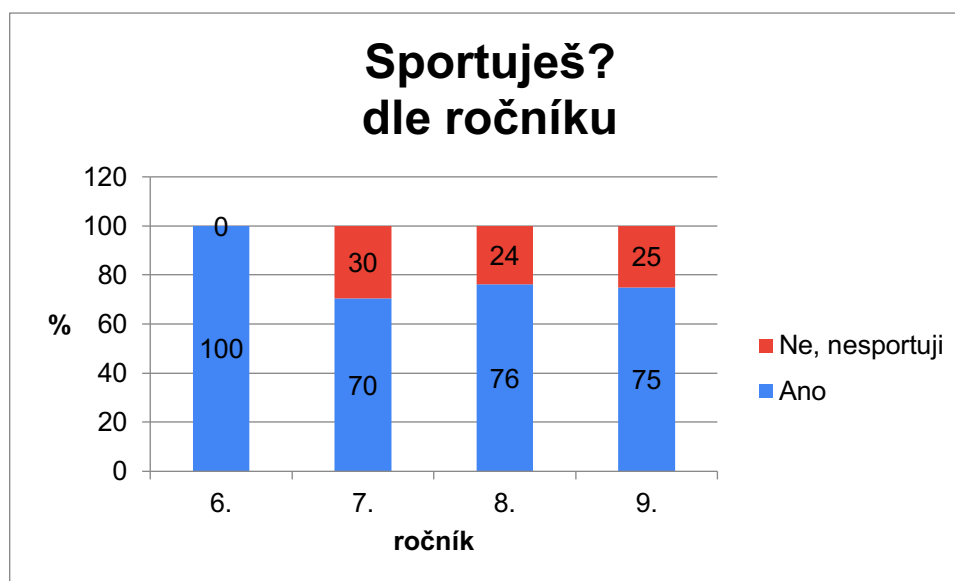
Následující graf uvádí, že většina dotázaných respondentů se věnuje nějakému sportu. Konkrétně je to 77 % žáků z vybraných základních škol. Zbylých 23 % respondentů neprovozuje žádný sport.

Graf 4: Vztah ke sportu



Zdroj: Vlastní

Graf 5: Vztah ke sportu dle ročníku



Zdroj: Vlastní

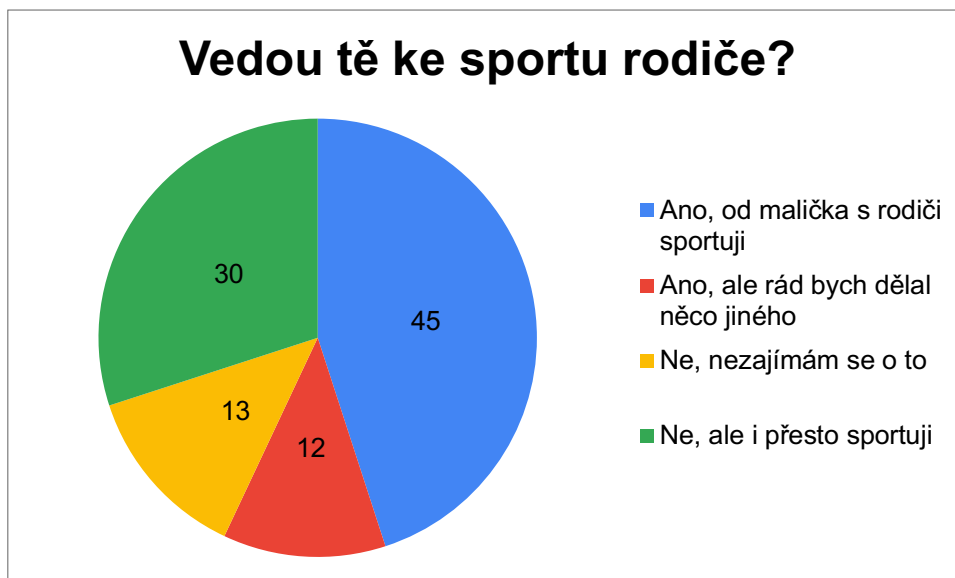
Graf výše poukazuje na to, kolik procent respondentů z každého ročníku sportuje. V 6. třídě všichni žáci uvádí, že se věnují nějakému sportu. Respondentů ze 7. tříd sportuje 70 %, ostatní, což vychází na 30 %, nedělají žádný sport. V 8. třídách jsou odpovědi takové: 76 % z dotázaných se věnuje sportování a 24 % respondentů nesportuje. U žáků z 9. tříd jsou výsledky obdobné. Jedná se o 75 % sportujících a 25 % nesportujících.

Otázka č. 5: Vedou tě ke sportu rodiče?

- Ano, od malička s rodiči sportuji.
- Ano, ale rád bych dělal něco jiného.
- Ne, ale i přesto sportuji.
- Ne, nezajímám se o to.

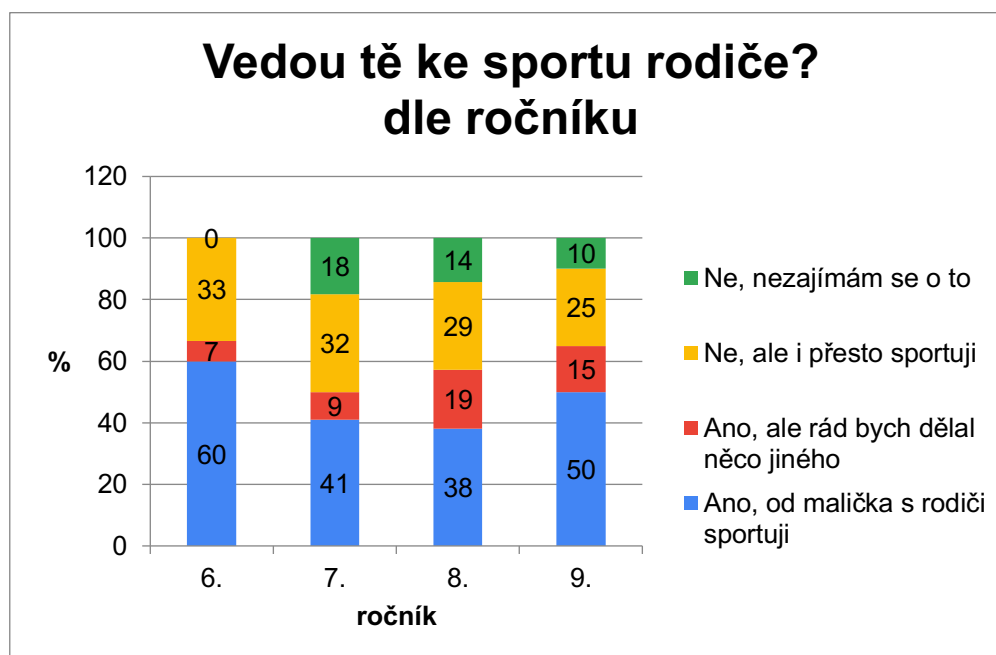
Následující graf se zabývá otázkou, zda respondenty vedou ke sportu rodiče. Necelá polovina z dotázaných, konkrétně 45 %, uvádí, že s rodiči sportují od mala. 12 % respondentů rodiče vedou ke sportu, ale rádi by dělali něco jiného. U 30 % je rodiče nevedou ke sportu, ale přesto nějaký sport dělají a 13 % žáků sportování nezajímá.

Graf 6: Vedení ke sportu



Zdroj: Vlastní

Graf 7: Vedení ke sportu dle ročníku



Zdroj: Vlastní

Graf výše navazuje na předchozí otázku, která se zabývá tím, zda rodiče vedou děti ke sportu. V 6. třídách je ke sportu vedeno 60 % žáků, 7 % by nejraději dělalo něco jiného, a 33 % respondentů uvedlo, že s rodiči nesportují, ale i tak se sportu věnují. U žáků 7. ročníků sportuje od mala 41 %, 9 % by chtělo dělat jinou aktivitu, 32 % sportuje, ačkoli s rodiči nesportovali a 18 % sportovní aktivity nezajímají. V 8. třídách od malička sportuje 38 % respondentů, 19 % žáků je vedeno ke sportu, ale nejsou spokojeni s výběrem jejich aktivity. 29 % respondentů není vedeno k sportovním aktivitám, avšak sportují, a 14 % se o sport nezajímá vůbec. V 9. třídách jsou odpovědi následující: 50 % žáků aktivně sportuje od dětství, 15 % není spokojeno s daným sportem, 25 % sportuje i přestože je k tomu rodiče nevedou a 10 % neprovádí žádný sport.

Otázka č. 6: Strávil/a jsi někdy noc nebo víkend venku v přírodě?

- a) Ano
- b) Ne, neláká mě tento typ dobrodružství.

Graf 8: Noc nebo víkend v přírodě



Zdroj: Vlastní

Následná otázka se vztahuje k pobytu v přírodě. Graf níže poukazuje na to, že 89 % respondentů má zkušenost se spaním venku v přírodě. Naopak 11 % žáků takováto dobrodružství nevyhledává nebo zatím neměli možnost si to zkusit.

Otázka č. 7: Lezl jsi někdy po skálách (s lanem) nebo na lezecké/boulderové stěně?

- a) Ne, ale chtěl/a bych to vyzkoušet
- b) Ne, nemám o to zájem
- c) Ano, párkrát jsem už lezl/a
- d) Ano, mám spoustu zkušeností s lezením

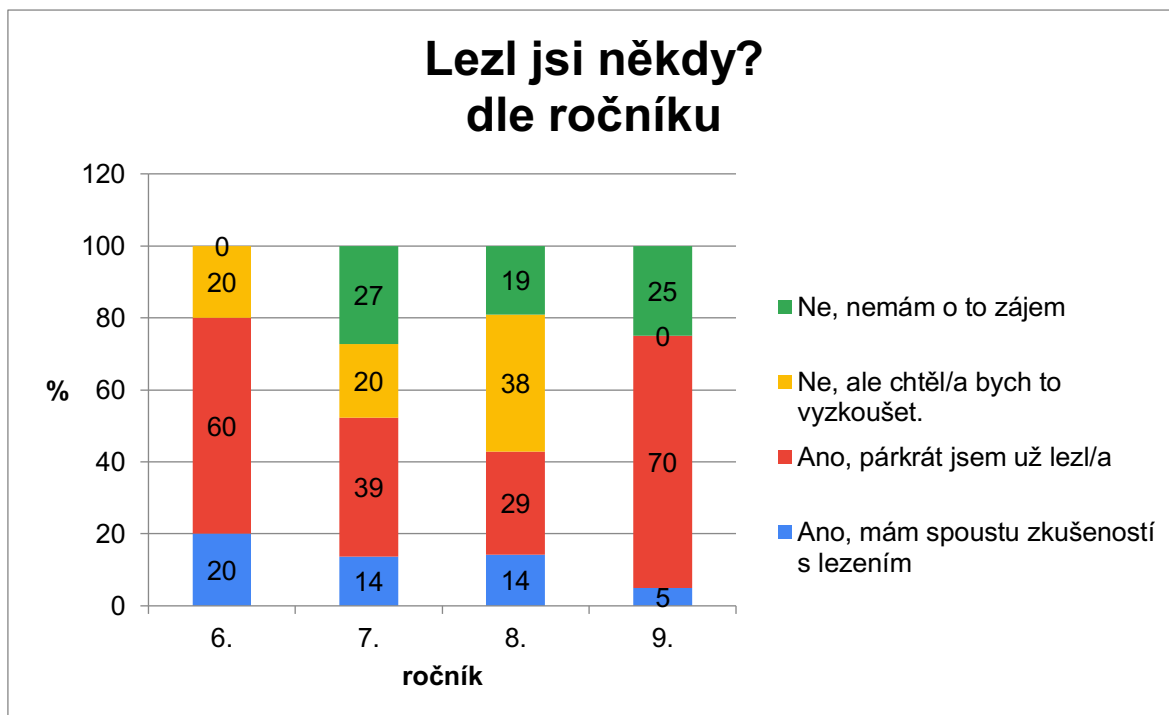
Následující otázka je zaměřena na zkušenost s lezením. 20 % dotázaných nikdy nelezlo, ale měli by zájem si to vyzkoušet, 21 % tento sport nezajímá, 46 % si lezení vyzkoušelo a 13 % respondentů je zběhlých v lezeckém sportu. Zkušenosti s lezením jsou patrné na grafu níže.

Graf 9: Zkušenosti s lezením



Zdroj: Vlastní

Graf 10: Zkušenosti s lezením dle ročníku



Zdroj: Vlastní

Graf výše znázorňuje, kolik procent žáků z vybraných škol má zkušenosti s lezením na stěně či boulderové stěně v jednotlivých třídách. V 6. třídách uvádí 20 % respondentů, že mají spoustu zkušeností s lezením, 60 % párkrát lezlo, 20 % by si to chtělo vyzkoušet a žádný žák z 6. tříd neudává nezájem o lezení. V 7. třídách se našlo 14 % lezců, 39 % už několikrát lezlo, 20 % žáků zatím ne, ale mají zájem si to vyzkoušet a zbylých 27 % tento sport nezajímá. U žáků 8. ročníků je 14 % respondentů, kteří mají mnoho zkušeností s lezeckým sportem, 29 % si to již několikrát zkusilo, 38 % zatím ne, ale chtěli by si lezení zkusit, a 19 % nemá zájem. V 9. třídách jsou odpovědi takovéto. Pouze 5 % respondentů z 9. tříd má dost zkušeností s lezením, 70 % už párkrát lezlo, 25 % si lezení nevyzkoušelo a ani nemá zájem.

Otázka č. 8: Umíš některý z těchto uzlů? (Vyber všechny, které zvládneš uvázat.)

- Osmičkový uzel
- Dračí uzel (dračák)
- Vůdcovský uzel
- Lodní uzel (lod'ák)
- Poloviční lodní uzel (půllod'ák)
- Prusík
- Neumím žádný z těchto uzlů

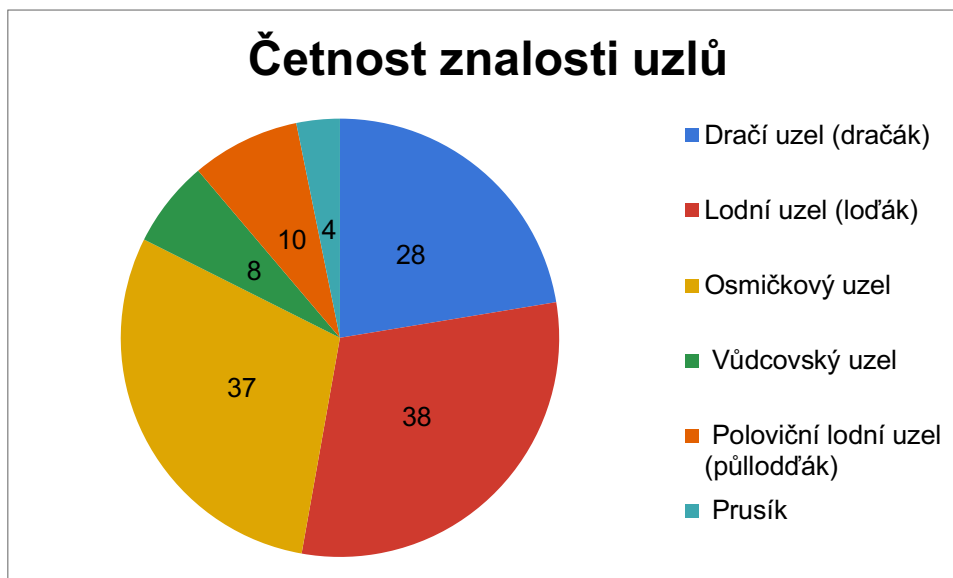
Graf 11: Znalost uzlů



Zdroj: Vlastní

Další otázka se zabývá znalostmi uzlů. 60 % dotazovaných zvládne uvázat alespoň jeden z výše zmíněných uzlů. Zbýlých 40 % neumí žádný z nich.

Graf 12: Četnost znalosti uzlů



Zdroj: Vlastní

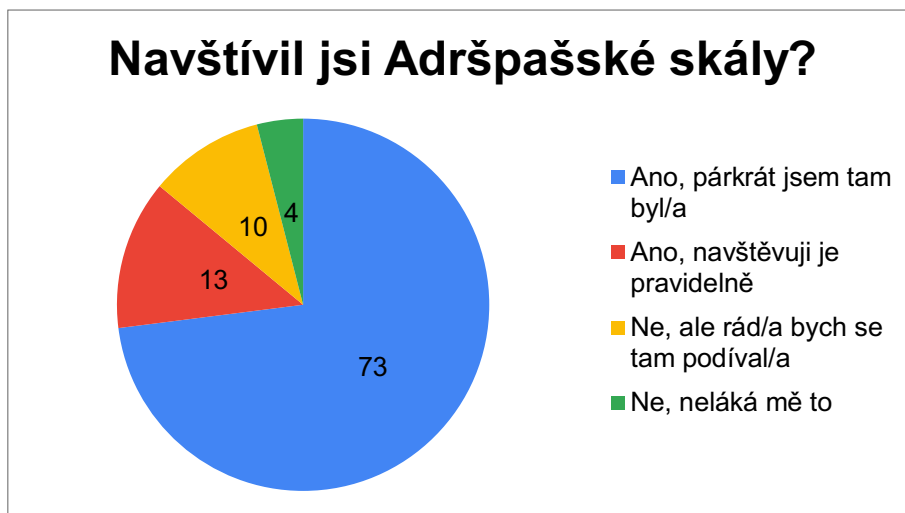
Co se týče četnosti znalosti uzlů, tak respondenti, kteří dokážou uvázat minimálně jeden ze zmíněných uzlů, nejvíce zvládají lodní uzel. Tento uzel dokáže uvázat 38 % žáků, 37 % umí osmičkový uzel, dračí uzel zvládá 28 %, poloviční lodní uzel 10 %, vůdcovský uzel umí 8 % a prusík naváže také pouze 8 % respondentů.

Otázka č. 9: Navštívil jsi někdy Adršpašské skály?

- a) Ano, navštěvuji je pravidelně
- b) Párkrát jsem tam byl/a
- c) Ne, ale rád/a bych se tam podíval/a
- d) Ne, neláká mě to

Následující otázka se vztahuje na to, zda žáci z vybraných škol navštěvuji či nenavštěvuji Adršpašské skály. 73 % respondentů zde bylo již několikrát, 13 % je navštěvuje pravidelně, 10 % žáků zde nikdy nebylo, ale rádi by sem tam podívali, a 4 % výlet do těchto skal neláká.

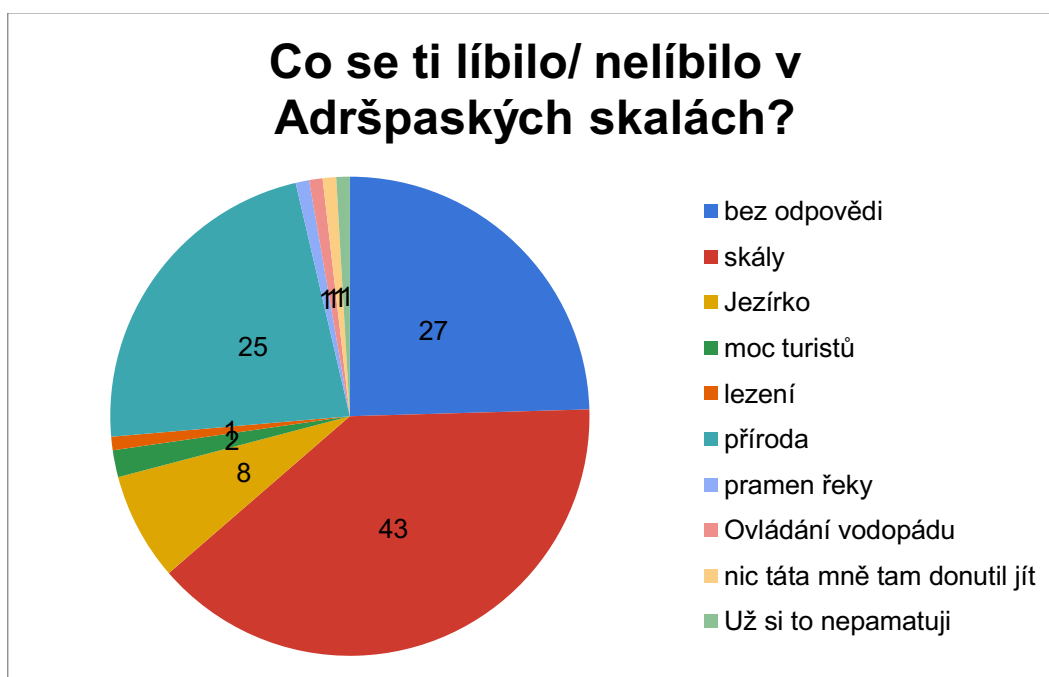
Graf 13: Navštívení Adršpašských skal



Zdroj: Vlastní

Otázka č. 10: Pokud jsi někdy byl v Adršpašských skalách, co se ti tam nejvíce líbilo/nelíbilo?

Graf 14: Co se líbilo nebo nelíbilo v Adršpašských skalách



Zdroj: Vlastní

Tato otázka byla tzv. otevřená, tedy respondentům nebyla předložena žádná varianta odpovědi a respondenti měli možnost odpovědět prakticky jakkoliv. 27 % žáků na tuto

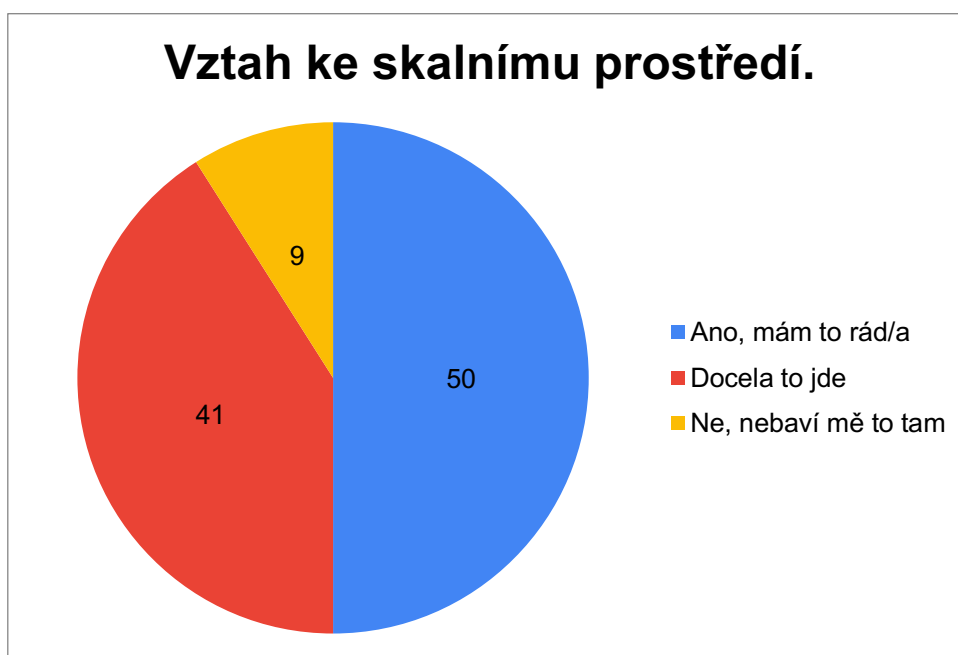
otázku neodpovědělo vůbec, 43 % respondentů nejvíce zaujaly skály, příroda se nejvíce líbila 25 %, jezírko jako nejzajímavější část v Adršpašských skalách napsalo 8 % žáků, naopak 2 % respondentů nebyla spokojena s počtem turistů, 1 % si nejvíce užilo lezení po skalách, 1 % ovládání vodopádu, 1% pramen řeky, 1 % si už z toho nic nepamatuje a 1 % šlo do skal nedobrovolně s otcem.

Otázka č. 11: Baví tě čas strávený v přírodě, kde jsou skály?

- a) Ano, mám to rád/a
- b) Docela to jde
- c) Ne, nebaví mě to tam

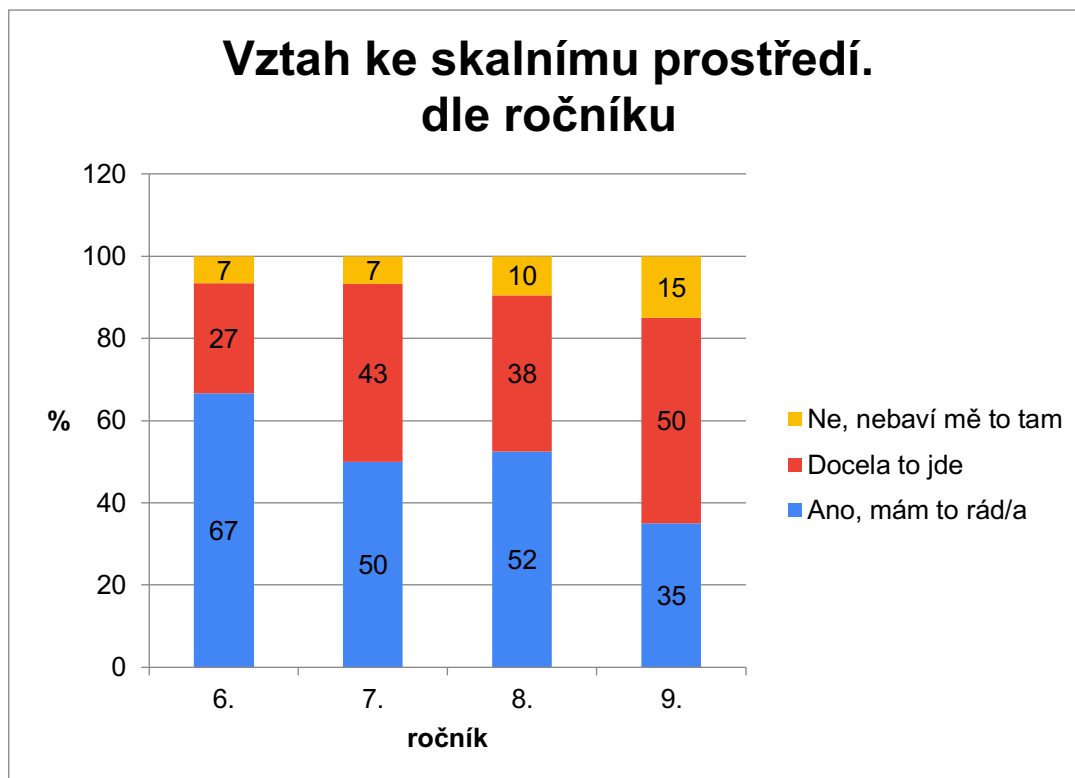
Podle dotazníkového šetření mají žáci druhého stupně vztah ke skalnímu prostředí následný. Přesně polovinu, což je 50 % dotázaných, baví být ve skalách, 41 % uvádí, že to docela jde a 9 % žáků nebaví čas strávený v přírodě, kde jsou skály.

Graf 15: Vztah ke skalnímu prostředí



Zdroj: Vlastní

Graf 16: Vztah ke skalnímu prostředí dle ročníku



Zdroj: Vlastní

Graf výše informuje o vztahu dětí ke skalnímu prostředí u jednotlivých ročníků. V 6. třídách odpovědělo 67 % respondentů, že je baví trávení volného času v přírodě se skalami, 27 % udává, že to docela jde a 7 % pobyt ve skalách nebaví. V 7. třídách chodí rádo do přírody 50 % žáků, 43 % respondentů strávený čas ve skalním prostředí docela baví a naopak 7 % ne. U 8. ročníků je 52 % žáků, kteří rádi tráví volný čas ve skalách, 38 % udává, že to jde, a pro zbylých 10 % je takovýto druh trávení času nezábavný. V 9. třídách je zaznamenáno pouze 35 % odpovědí se zájmem o trávení času ve skalách, pro 50 % žáků 9. tříd je to docela zábavné a 15 % čas trávený v přírodě, kde jsou skály.

Otázka č. 12: Vyber, o kterou skalní věž se jedná.

- a) Milenci
- b) Starosta a Starostová
- c) Král

Následující otázka se týká poznání skalní dominanty v ADRŠPAŠSKÝCH SKALÁCH na obrázku. Správnou odpověď, což je skalní věž Milenci, zadalo 89 % respondentů, 9 % si myslelo, že se jedná o Starostu a Starostovou a pouze 2 % respondentů hádala, že se jedná o skalní věž Krále.

Graf 17: Skalní věž Milenci



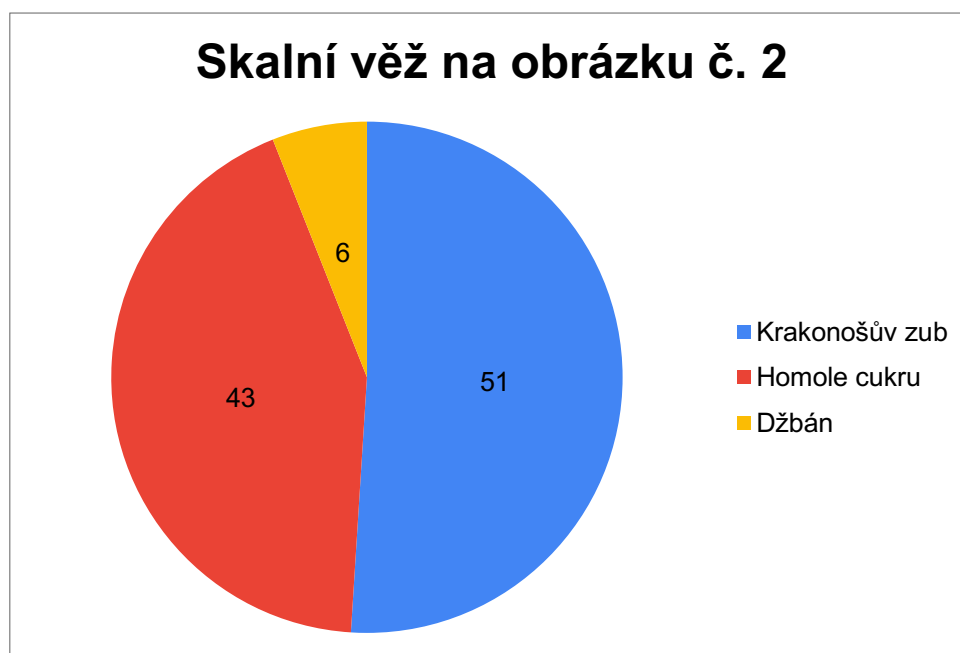
Zdroj: Vlastní

Otázka č. 13: O kterou skalní věž se jedná?

- a) Džbán
- b) Krakonošův zub
- c) Homole cukru

Následující otázka byla položena stejným způsobem jako ta předešlá. Respondenti z druhého stupně základních škol odpověděli takto. 51 % žáků zadalo za správnou odpověď skalní věž Krakonošův zub. 43 % odpovědělo správně, že se jedná o Homoli cukru a 6 % si myslelo, že je na obrázku zobrazena skalní věž Džbán.

Graf 18: Skalní věž Homole cukru



Zdroj: Vlastní

Otázka č. 14: O kterou skalní věž se jedná

- a) Starosta a Starostová
- b) Milenci
- c) Eliščina věž

I tato otázka je formou poznání skalní věže na obrázku. 87 % žáků odpovědělo správně, na fotce se nachází skalní věž Starosta a Starostová. 9 % udávalo, že se jedná o skalní věž Milenci a 4 % dotázaných si myslela, že je to Eliščina věž.

Graf 19: Skalní věž Starosta a Starostová



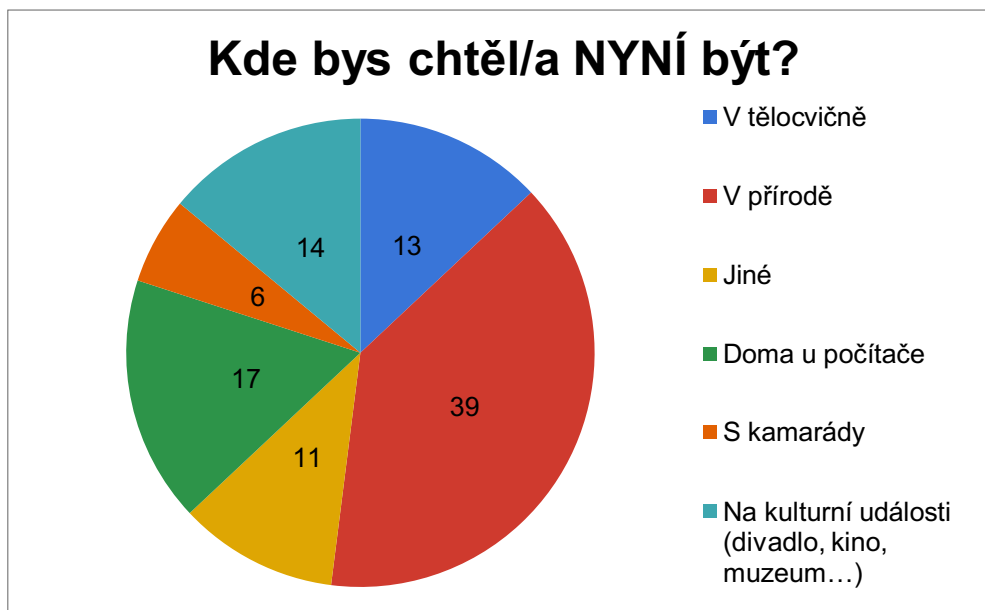
Zdroj: Vlastní

Otázka č. 15: Kde bys chtěl/a NYNÍ být?

- a) V tělocvičně
- b) V přírodě
- c) Doma u počítače
- d) S kamarády
- e) Na kulturní události (divadlo, kino, muzeum...)
- f) Jiné

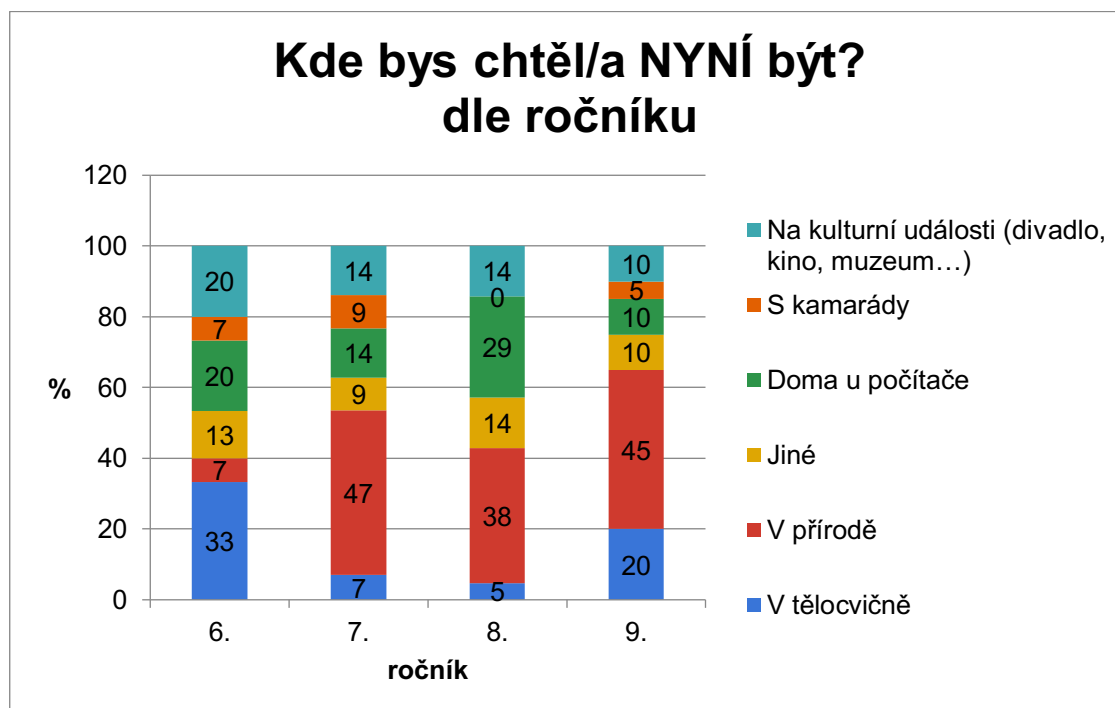
Graf níže zobrazuje místa, kde by chtěli žáci nyní být. 39 % respondentů hlasovalo pro přírodu, 13 % chtělo sportovat v tělocvičně, 17 % žáků si přálo sedět doma u počítače, 14 % by nejraději šlo do kina či na jinou kulturní akci. Pouhých 6 % hlasovalo pro to být někde s kamarády a 11 % zadalo jinou, svoji vlastní odpověď.

Graf 20: Kde bys chtěl/a být



Zdroj: Vlastní

Graf 21: Kde bys chtěl/a být dle ročníku



Zdroj: Vlastní

Následný graf navazuje na předchozí otázku zabývající se tím, kde by respondenti z druhého stupně chtěli nyní být. Dotazníkové šetření je rozdělené podle jednotlivých ročníků. V 6. třídách by chtělo být v tělocvičně 33 % žáků, 7 % by rádo bylo někde v přírodě, 20 % by bylo spokojených u počítače, dalších 20 % hlasovalo pro kulturní událost, 7 % chtělo být s přáteli a 13 % zvolilo jinou odpověď. Žáci v 7. ročníků odpověděli takto. 7 % respondentů chtělo být v tělocvičně, 47 % v přírodě, 14 % respondentů doma u počítače, dalších 14 % chtělo jít na kulturní událost, 9 % být s přáteli a 9 % zadalo jiné odpovědi. U žáků 8. tříd jsou odpovědi následující. Pouze 5 % mělo zájem o to být v tělocvičně, 38 % v přírodě, 29 % doma u počítače, 14 % chtělo vyrazit na nějakou kulturní událost, nikdo neměl zájem být s přáteli a 14 % zapsalo jiné odpovědi. V 9. třídách mělo zájem 20 % žáků o to být v tělocvičně, 45 % hlasovalo pro to, aby byli v přírodě, 10 % u počítače, dalších 10 % na kulturní události, 5 % s kamarády a zbylých 10 % zadalo svou jinou odpověď.

4.4 Diskuse

Prvním z dílčích cílů řešených pomocí dotazníkového šetření byla otázka, jaký názor mají žáci druhého stupně základních škol na trávení volného času. Data pro vyhodnocení byla v dotazníku sbírána pomocí otázky č. 15.

V otázce č. 15 si žáci mohli vybrat z nabízených možností, jak by trávili čas v daném okamžiku, pokud by se nemuseli účastnit školní docházky. Z toho kontextu je zjevné, že odpovědi je nutné brát s určitou rezervou, neboť v čase se potřeby jednotlivých respondentů mění s ohledem na více faktorů, například počasí, roční období. V odpovědích jednoznačně dominuje možnost v přírodě – 39 % z celkových odpovědí. Pokud se zaměříme na odpovědi po ročnících, tak tato odpověď dominuje u žáků 7., 8. a 9. tříd. Druhou preferovanou možností trávení volného času je jeho trávení doma u počítače, tuto možnost by preferovalo z celkových odpovědí 17 % respondentů. Na třetím místě co do četnosti odpovědí vyšlo trávení volného času na kulturní události, což je atraktivní pro 14 % respondentů. Na těsném 4. místě se umístilo trávení volného času v tělocvičně, což preferuje 13 % respondentů. S kamarády by čas trávil 6 % respondentů a 11 % by volilo jinou možnost. Z uvedených výsledků je patrné, že možnost trávit volný čas v přírodě u respondentů velmi vede nad ostatními možnostmi.

Při přípravě dotazníku byla tato možnost předpokládána a byla vyslovena hypotéza H1: 65 % žáků druhého stupně základní školy chodí rádo do přírody. Pro lepší zhodnocení, zda tato hypotéza platí, je lepší využít odpovědí z dotazníku na otázku číslo 3. 64 % procent respondentů z celkového počtu chodí rádo do přírody a baví je to, 32 % respondentů chodí rádo do přírody, pouze pokud se jim chce. Z celkového počtu respondentů pouze 4 % uvedla, že je pobyt v přírodě nebaví. Tato odpověď se objevovala stále častěji se vzrůstajícím věkem respondentů. V 6. třídě takto nikdo neodpověděl, v 9. třídě už takto odpovědělo 10 % respondentů, což je zároveň maximum zaznamenaných negativních odpovědí. Z uvedených hodnot je patrné že hypotéza H1 platí.

Dalším dílčím cílem bakalářské práce bylo zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol ke sportu. Ze získaných odpovědí je patrné, že ze všech respondentů 77 % sportuje a 23 % nesportuje. Pokud se na odpovědi zaměříme detailněji, výjimku tvoří žáci 6. třídy, kde sportují všichni respondenti. U zbývajících ročníků se podíl pozitivních odpovědí na otázku, zda sportují, pohybuje mezi 70 a 76 %. Hypotéza H3: 70 % žáků druhého stupně základní školy se věnuje nějakému sportu, tedy platí. V souvislosti s výzkumem, jak moc se žáci druhého stupně věnují sportu, je zajímavá otázka, kdo je ke sportu vede.

45 % respondentů uvedlo, že sportují od malička s rodiči. Pokud se podíváme na rozložení této odpovědi podle jednotlivých ročníků, tak procentuální zastoupení kolísá od 60 % procent až k 38 %. Lehkým překvapením je zjištění, že v 9. ročníku navzdory očekávání s rodiči sportuje 50 % respondentů. Podíl respondentů, kteří sportují, ale raději by dělali jiný sport, dosahuje v celkových odpovědích 12 %. Podíl respondentů, kteří sportují, ačkoli je k tomu rodiče nevedou, dosahuje v celkových odpovědích 30 %. Pokud se zaměříme na tuto odpověď podle jednotlivých ročníků, tak četnost odpovědi se pohybuje mezi 25 –33 %.

Třetím dílčím cílem, na něhož byla hledána odpověď pomocí dotazníkového šetření, bylo zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k lezeckému sportu. V rámci tvorby hypotéz byla k této problematice vyslovena hypotéza H4: 40 % žáků druhého stupně základní školy má aktivní zkušenost s lezeckým sportem. Odpověď na tuto otázku jsme dostali prostřednictvím č. 7 v dotazníku. U celkových odpovědí 20 % respondentů

uvedlo, že lezeckou zkušenost zatím nemá, ale chtělo by lezení vyzkoušet, 21 % uvedlo, že o lezení nemá zájem. Podle podrobnější distribuce odpovědí pro jednotlivé ročníky je patrné, že nejméně zkušeností s lezením mají žáci 8. ročníku, a to v součtu 43 %. Z podrobnějšího pohledu je dále zřejmé, že hodně zkušeností s lezením má nejvíce žáků 6. třídy, a to 20 %, u žáků 7. a 8. třídy shodně 14 % a nejméně je zkušených lezců mezi žáky 9. třídy a to 5 %. Hypotéza H4 tedy platí.

Posledním dílčím cílem bylo zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k Adršpašským skalám. Pokud žáci mají vztah k Adršpašským skalám, lze předpokládat, že v nich byli. Byla tedy stanovena hypotéza H2: 85 % žáků navštívilo Adršpašské skály. Odpovědi na tuto otázku poskytly zejména odpovědi na otázky číslo 9 a 10 v dotazníku. Z celkových získaných odpovědí 10 % respondentů uvedlo, že Adršpašské skály nenavštívili, ale rádi by se tam podívali a 4 % respondentů návštěva Adršpašských skal ani neláká. Hypotéza H2 tedy platí. U respondentů bylo dále zjišťováno, co se jim v Adršpašských skalách líbilo nebo nelíbilo při jejich návštěvě. Nejvíce se respondentům líbily skály (40 % odpovědí), příroda (25 % odpovědí) a jezírko (8 % odpovědí). Mezi nejvíce zmiňované negativní zkušenosti patří vysoký počet dalších návštěvníků (2 % odpovědí). U respondentů byla dále zjišťována znalost trojice vybraných dominant Adršpašského skalního města. Milence poznalo 89 % respondentů, Starostu a Starostou poznalo 87 % respondentů. Překvapivě Homoli cukru poznalo jen 43 % respondentů, což je méně než polovina. Nejčastěji byla zaměňována za Krakonošův zub.

5 Závěr

Bakalářská práce se zaměřuje na vztah dětí základních škol okresu Náchod k lezení a k Adršpašským skalám, které na Náchodsku patří mezi hlavní lezecké lokality. Jako hlavní cíl bakalářské práce bylo stanoveno zmapování vztahu dětí k lezeckému sportu na pískovcových skalách v Adršpašských skalách. Tento vytyčený cíl se podařilo naplnit pomocí splnění dílčích cílů. V rámci zpracovávání tématu byla provedena rešerše dostupných podkladů k metodice horolezectví s důrazem na pískovcové lezení. Pro lepší pochopení problematiky lezeckého sportu, která se může neznalému člověku jevit komplikovaná, je v teoretické části práce stručně popsáno a definováno horolezectví, úrovně intenzity horolezectví a jednotlivé lezecké disciplíny. Teoretická část dále obsahuje

základní přehled a popis lezeckých pomůcek a vybavení, základních horolezeckých uzlů a popis klasifikace obtížnosti horolezeckých výstupů.

V rámci zpracovávání teoretické části byla provedena rešerše dostupné literatury k historii pískovcové lezení se zaměřením na zájmovou oblast – Adršpašské skály. Tato rešerše přináší stručný ucelený pohled na vývoj lezeckých aktivit v čase od prvních začátků.

Vzhledem k tomu, že bakalářská práce je zaměřena na Adršpašské skály, je v teoretické části část věnována jejich popisu, a to zejména s ohledem na to, k čemu mají horolezci nejbližší, a to geologické a geomorfologické stavbě území.

V rámci praktické části práce byl proveden sběr dat dotazníkovým šetřením. Dotazníky byly rozeslány do vybraných základních škol v okolí Náchodska. Výsledky z dotazníkového šetření jsou vyhodnoceny statistickými metodami. V praktické části byly stanoveny tyto dílčí cíle:

- Zhodnocení názoru žáků druhého stupně základních škol na trávení volného času:
Z dotazníkového šetření vyplynulo, že většina respondentů uvedla, že ráda tráví volný čas v přírodě.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol ke sportu:
Z dotazníkového šetření vyplynulo, že většina žáků se aktivně věnuje sportu, přičemž většina se věnuje sportu, ke kterému je přivedli rodiče.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k lezeckému sportu:
Z dotazníkového šetření vyplynulo, že většina žáků má zkušenost s lezením, ale žáků s mnoha zkušenostmi je málo, pouze 13 %.
- Zhodnocení vztahu žáků druhého stupně základních škol k Adršpašským skalám:
Z dotazníkového šetření vyplynulo, že většina studentů v Adršpašských skalách byla. Z těch, co ve skalním městě ještě nebyli, pouze 4 % studentů uvedla, že je návštěva neláká.

V rámci praktické části byly ověřeny i 4 hypotézy, a to:

H1: 65 % žáků druhého stupně základní školy chodí rádo do přírody.

H2: 85 % žáků navštívilo Adršpašské skály.

H3: 70 % žáků druhého stupně základní školy se věnuje nějakému sportu.

H4: 40 % žáků druhého stupně základní školy má aktivní zkušenost s lezeckým sportem.

Všechny hypotézy platí.

Z výše uvedeného lze vyvodit, že většina dětí z Náchodska má kladný vztah k pobytu v přírodě a k lezení. Většina též navštívila Adršpašské skály. Téma bakalářské práce je zajímavé a určitě si zaslouží hlubší rozpracování. Předkládané lze chápat jako předběžné, zejména s ohledem na velikost sledované skupiny studentů. Pro přesnější výsledky by bylo nutné zkoumat větší skupinu respondentů.

6 Seznam použitých informačních zdrojů

6.1 Seznam literatury

1. DIEŠKA, Ivan a Václav ŠIRL. Horolezectví zblízka. Praha: Olympia, 1989 ISBN 27-081-89.
2. FRANK, Tomáš a Tomáš KUBLÁK. Horolezecká abeceda. Druhý dotisk prvního vydání. Praha: Epoque, 2010. Horolezecká abeceda. ISBN 978-80-87027-35-6.
3. HELUS, Zdeněk. Úvod do psychologie. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3037-0.
4. LANGMEIER, Josef. Vývojová psychologie. 3. přepracované a doplněné. Praha: Grada Publishing, 1998. ISBN 80-7169-195-X.
5. LISÁK, Pavel. Vysoká hra: lezení v Adršpašsko-teplických skalách v datech. Náchod: JUKO, 2015. ISBN 978-80-86213-56-9.
6. KŇOURKOVÁ, Lidka. Vývoj dítěte a jeho úskalí. Praha: Avicentrum, 1986.
7. PROCHÁZKA, Vladimír. Horolezectví. Praha: Olympia, 1990. ISBN 80-7033-037-6.
8. RADOŇOVÁ, Beata. Skalní kaple v Adršpašských skalách. Adršpašský zpravodaj. 2011.
9. SÝKORA, Bohumil. Písaři. Náchod: JUKO, 2004. ISBN 80-86213-30-7.
10. VOMÁČKO, Ladislav a Soňa BOŠTÍKOVÁ. Lezení na umělých stěnách. Druhé, upravené vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2174-3.

6.2 Seznam elektronických zdrojů

1. Adršpašské skály. Horosvaz.cz [online]. [cit. 2021-12-02]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/skaly-oblast-7/>
2. AOPK a Správa CHKO. Opatření obecné povahy [online]. Police nad Metují, 2019 [cit. 2021-12-02]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/res/archive/275/038007.pdf>

3. BRDEČKOVÁ. Ten okamžik [online]. 2018 [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/11884254557-ten-okamzik/217562266540005-osobni-protest>
4. Climbing grade conversion. Bergfreunde.eu [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <https://www.bergfreunde.eu/climbing-grade-calculator/>
5. Co je to bouldering. Hudy.cz [online]. PeckaDesign, 14. 04. 2015 [cit. 2021-11-02]. Dostupné z: <https://www.hudy.cz/co-je-to-bouldering>
6. Co možná nevíte o slaňovací osmě. Climbingtechnology.cz [online]. 2018 [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <http://www.climbingtechnology.cz/co-mozna-nevite-o-slanovaci-osme/>
7. ČÁP, Jan. Obrázek Homole cukru. Jancap.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.jancap.cz/galerie/adrspassko-teplicko/homole-cukru-735.html>
8. Decháč. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <http://www.piskari.cz/cs/cesta/dechac-579/>
9. Král. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <http://www.piskari.cz/cs/skala/kral-1113/>
10. Lezecké stupnice obtížnosti. Goat.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: http://www.goat.cz/index.php?path=Lezeni_LezeckeStupnice_LezeckeStupnice#SAS
11. LIENERTH, Radek. Jistící pomůcky pro horolezectví [online]. Brno, 2006 [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/res/archive/007/004248.pdf?seek=1324309534>
12. Milenecká. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <http://www.piskari.cz/cs/cesta/milenecka-2167/>
13. Národní přírodní rezervace Adršpašsko-teplické skály. Ochranaprirody.cz [online]. [cit. 2021-12-02]. Dostupné z: <https://www.ochranaprirody.cz/lokality>
14. Obrázek celotělový úvazek. Hanibal.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: https://www.hanibal.cz/ocun-bodyguard_z5308/?gclid
15. Obrázek Grigri. Hudy.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.hudy.cz/grigri-d014ba?variant=65862&size=228750&gclid>

16. Obrázek HMS karabina. Hanibal.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: https://www.hanibal.cz/edelrid-hms-bulletproof-screw-fg_z21547/?gclid
17. Obrázek prsní úvazek. Horolezeckametodika.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://horolezeckametodika.cz/uvazy>
18. Obrázek Reverso. Hudy.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.hudy.cz/reverso-d017aa?variant=68042&size=239180&gclid>
19. Obrázek Revo. Hudy.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.hudy.cz/revo?size=238318&gclid>
20. Obrázek sedací úvazek. Ceskyraj.com [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.ceskyraj.com/uvazek-climbing-technology-anthea-green-pink/>
21. Obrázek skalní věž Král. Horosvaz.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/skaly-cesta-27650/>
22. Obrázek skalní věž Milenci. Horosvaz.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/skaly-skala-2139/>
23. Obrázek skalní věž Starostová. Horosvaz.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.horosvaz.cz/skaly-skala-2340/>
24. Obrázek slaňovací osma. Hudy.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: <https://www.hudy.cz/osma-r-e-black?size=4208&gclid>
25. Obrázek Starosta a Starostová. Krasycech.cz [online]. [cit. 2021-12-04]. Dostupné z: http://www.krasycech.cz/Adrspach/DSC_5811.jpg
26. Od branky. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <http://www.piskari.cz/cs/cesta/od-branky-2983/>
27. Petzl Grigri. Hanibal.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: https://www.hanibal.cz/petzl-grigri_z22306/
28. Reverso. Petzl.com [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z: <https://www.petzl.com/INT/en/Operators/Belay-Devices-And-Descenders/REVERSO>
29. Rozbory Chráněné krajinné oblasti Broumovsko [online]. Police nad Metují, 2012 [cit. 2021-12-02]. Dostupné z: <https://broumovsko.ochranaprirody.cz/res/archive/144/018924.pdf>

30. Stará cesta IV. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
<http://www.piskari.cz/cs/cesta/stara-cesta-2161/>
31. Stará cesta V. Piskari.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
<http://www.piskari.cz/cs/cesta/stara-cesta-360/>
32. Starostová [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
<http://www.piskari.cz/cs/skala/starostova-1356/>
33. Styly a klasifikace. ClimbingSchool.cz [online]. 2011 [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
<http://www.climbingschool.cz/?bcoid=142>
34. Uzly v horolezectví. Horolezeckametodika.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
<https://horolezeckametodika.cz/uzly-v-horolezectvi>
35. Was sind Klettersteige. Klettersteig.de [online]. [cit. 2021-12-02]. Dostupné z:
<https://klettersteig.de/informationen/was-sind-klettersteige>
36. Wild Country Revo. Hanibal.cz [online]. [cit. 2021-12-03]. Dostupné z:
https://www.hanibal.cz/wild-country-revo_z22337/

7 Seznam příloh

7.1 Seznam obrázků

Obrázek 1: Skalní věž Král	21
Obrázek 2: Skalní věž Starostová	22
Obrázek 3: Skalní věž Milenci	24
Obrázek 4: Celotělový sedací úvaz.....	27
Obrázek 5: sedací úvaz.....	27
Obrázek 6: Prsní úvaz	28
Obrázek 11: Karabina HMS	30
Obrázek 8: Grigri	31
Obrázek 9: Revo	32
Obrázek 7: Reverso.....	32
Obrázek 10: Slaňovací osma	33
Obrázek 12: Skalní věž Milenci	68
Obrázek 13: Skalní věž Homole cukru	68
Obrázek 14: Skalní věž Starosta a Starostová	69

7.2 Seznam grafů

Graf 1: Třída.....	40
Graf 2: Vztah k přírodě	41
Graf 3: Vztah k přírodě dle ročníku.....	41
Graf 4: Vztah ke sportu	42
Graf 5: Vztah ke sportu dle ročníku.....	43
Graf 6: Vedení ke sportu	44
Graf 7: Vedení ke sportu dle ročníku.....	44
Graf 8: Noc nebo víkend v přírodě	45
Graf 9: Zkušenosti s lezením.....	46
Graf 10: Zkušenosti s lezením dle ročníku.....	47
Graf 11: Znalost uzlů	48
Graf 12: Četnost znalosti uzlů	49
Graf 13: Navštívení Adršpašských skal	50
Graf 14: Co se líbilo nebo nelíbilo v Adršpašských skalách.....	50
Graf 15: Vztah ke skalnímu prostředí.....	51
Graf 16: Vztah ke skalnímu prostředí dle ročníku.....	52
Graf 17: Skalní věž Milenci	53
Graf 18: Skalní věž Homole cukru	54
Graf 19: Skalní věž Starosta a Starostová	55
Graf 20: Kde bys chtěl/a být.....	56
Graf 21: Kde bys chtěl/a být dle ročníku	56

7.3 Dotazník z bakalářské práci

1. Pohlaví

- a) Dívka
- b) Chlapec

2. Do jaké třídy chodíš?

- a) 6.
- b) 7.
- c) 8.
- d) 9

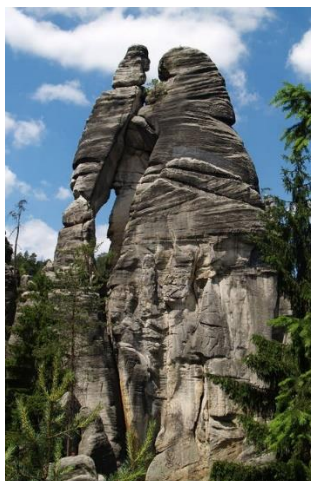
- 3. Chodíš rád do přírody?**
- Ano, baví mě to.
 - Jenom, když se mi chce.
 - Ne, nebaví mě to.
- 4. Děláš nějaký sport?**
- Ano.
 - Ne, nesportuji.
- 5. Vedou tě ke sportu rodiče?**
- Ano, od malička s rodiči sportuji.
 - Ano, ale rád/a bych dělal/a něco jiného.
 - Ne, ale i přesto sportuji.
 - Ne, nezajímám se o to.
- 6. Strávil/a jsi někdy noc nebo víkend venku v přírodě?**
- Ano.
 - Ne, neláká mě tento typ dobrodružství.
- 7. Lezl/a jsi někdy po skalách (s lanem) nebo na lezecké/boulderové stěně?**
- Ne, ale chtěl/a bych to vyzkoušet.
 - Ne, nemám o to zájem.
 - Ano, párkrát jsem už lezl/a.
 - Ano, mám spoustu zkušeností s lezením.
- 8. Umíš některý z těchto uzlů? (vyber všechny, které zvládneš uvázat)**
- Osmičkový uzel
 - Dračí uzel (dračák)
 - Vůdcovský uzel
 - Lodní uzel (loďák)
 - Poloviční lodní uzel (půlloďák)
 - Prusík
 - Neumím žádný z těchto uzlů
- 9. Navštívil jsi někdy Adršpašské skály?**
- Ano navštěvuji je pravidelně.
 - Párkrát jsem tam byl/a.
 - Ne, ale rád/a bych se tam podíval/a.
 - Ne, neláká mě to.
- 10. Pokud jsi někdy byl v Adršpašských skalách, co se ti tam nejvíce líbilo/nelíbilo?**
Vyplň jen, pokud jsi tam někdy byl.

11. Baví tě čas strávený v přírodě, kde jsou skály?

- a) Ano, mám to rád/a.
- b) Docela to jde.
- c) Ne nebaví mě to tam.

12. Vyber, o kterou skalní věž se jedná.

Obrázek 12: Skalní věž Milenci



Zdroj: <https://www.horosvaz.cz/skaly-skala-2139/>

- a) Milenci
- b) Starosta a Starostová
- c) Král

13. Vyber, o kterou skalní věž se jedná.

Obrázek 13: Skalní věž Homole cukru



Zdroj: <https://www.jancap.cz/galerie/adrspassko-teplicko/homole-cukru-735.html>

- a) Džbán
- b) Krakonošův zub
- c) Homole cukru

14. Vyber, o kterou skalní věž se jedná.

Obrázek 14: Skalní věž Starosta a Starostová



Zdroj: http://www.krasycech.cz/Adrspach/DSC_5811.jpg

- a) Starosta a Starostová
- b) Milenci
- c) Eliščina věž

15. Kde bych chtěl/chtěla NYNÍ být?

- a) V tělocvičně.
- b) V přírodě.
- c) Doma u počítače.
- d) S kamarády
- e) Na kulturní události (divadlo, kino, muzeum...)
- f) jiné