TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická

Práce volnočasového pedagoga se seniory se zaměřením na digitální fotografii

Bakalářská práce

Studijní program: B7505 – Vychovatelství
Studijní obor: 7505R004 – Pedagogika volného času

Autor práce: **Daniela Novotná**
Vedoucí práce: Mgr. Andrea Rozkovcová, Ph.D.

Liberec 2017

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická
Akademický rok: **2014/2015**

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení:	**Daniela Novotná**
Osobní číslo:	**P13000342**
Studijní program:	**B7505 Vychovatelství**
Studijní obor:	**Pedagogika volného času**
Název tématu:	**Práce volnočasového pedagoga se seniory se zaměřením na digitální fotografii**
Zadávající katedra:	**Katedra pedagogiky a psychologie**

Zásady pro vypracování:

Cíl:
Připravit, realizovat a zhodnotit program "Práce s digitální fotografií pro seniory"

Požadavky:
Pravidelné konzultace s vedoucí práce, studium odborné literatury, pravidelná práce se seniory, zpracování programu dle cíle práce

Metody:
reflexe, hodnocení

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

ANG, T., 2013. Základy digitální fotografie. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-4149-6.

HAŠKOVCOVÁ, H., 2010 Fenomén stáří. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HOLCZEROVÁ, V., DVOŘÁČKOVÁ, D., 2013. Volnočasové aktivity pro seniory. Praha: Grada, ISBN 978-802-4746-975.

MÜHLPACHR, P., 2009. Gerontopedagogika. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-802-1050-297.

ONDRÁKOVÁ, J., 2012. Vzdělávání seniorů a jeho specifika. Červený Kostelec: Pavel Mervart. ISBN 978-807-4650-383.

PECINOVSKÝ, J., 2014. Digitální fotografie pro seniory. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-4307-0.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Andrea Rozkovcová, Ph.D.**
Katedra pedagogiky a psychologie

Datum zadání bakalářské práce: **4. května 2015**
Termín odevzdání bakalářské práce: **4. května 2016**

doc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.
děkan

L.S.

doc. PhDr. Tomáš Kasper, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 22. června 2015

Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Jako první bych ráda poděkovala vedoucí mé práce, Mgr. Andree Rozkovcové, Ph.D., za odborné vedení při práci a za užitečné poznámky. Dále se sluší poděkovat i řediteli Komunitního střediska Kontakt Liberec, panu Michaelu Dufkovi, který mi vyšel vstříc a poskytl mi prostory pro realizaci kurzu. Dále pak koordinátorce aktivit pro seniory, paní Marii Matějíčkové, která mi pomohla při hledání účastníků. Na závěr bych ráda poděkovala své rodině a blízkým za podporu a trpělivost během studia.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá vzděláváním a volným časem seniorů. Cílem práce bylo vytvořit program, který poskytne seniorům souhrn základních postupů a kompozičních pravidel pro lepší fotografii. Program byl realizován ve spolupráci s Komunitním střediskem Kontakt Liberec.

V práci jsou nejprve uvedeny teoretické poznatky o fotografování, o vzdělávání skupiny seniorů a aspekty tohoto vzdělávání, které jsou doplněny o aspekty zkušenostního učení. Na tuto teorii navazuje již samotný popis programu, jeho přípravy, realizace a evaluace. Diskuse předkládá poznatky získané v praxi a uvádí návrhy možných vylepšení programu.

Bakalářská práce obsahuje přílohu ve formě brožury. Jedná se o skripta vytvořená pro účely kurzu, ve kterých je popsaná základní práce s počítačem a kapitola věnovaná zásadním informacím o fotografování.

Klíčová slova: senior, vzdělávání, zkušenostní učení, volný čas, digitální fotografie.

Abstract

The Bachelor Thesis is focusing on the education and free time activities of seniors. The aim of this thesis is to create a program, which will give seniors a set of basic processes and composition rules for a better photography. The program was realized in cooperation with Community Centre 'Kontakt', in Liberec.

In th Bechelor Thesis can be firstly found the theoretical background to photography, to the education of seniors and its aspects, which are enriched by the aspects of experience teaching. After the theory, the program created is described, its preparation, realiztion and evaluation. The discussion presents the observations in praxis and suggests proporals of the program improvements.

This Bachelor Thesis includes a brief brochure in the Appendixes. The brochure consists of scripts created in order to fulfil the course requirements. The basic knowledge of computer work is here described as well as a chapter focusing on basic rules of photography.

Key words: Senior, education, experience learning, free time, digital photography

Obsah

Úvod **10**

1 Obrazové prvky a jejich umístění ve fotografii **11**

2 Charakteristika cílové skupiny seniorů **19**

2.1 Stáří 19

2.2 Senior 23

3 Vzdělávání seniorů **24**

3.1 Gerontapedagogika 24

3.2 Lektor – volnočasový pedagog v práci se seniory 26

3.3 Gerontodidaktika 28

4 Zkušenostní učení – Experiential learning **32**

5 Příprava vzdělávacího programu – Digitální fotografie pro seniory **37**

6 Popis realizace programu **39**

6.1 Průběh programu 40

7 Vyhodnocení programu **53**

7.1 Evaluační otázky 53

7.2 Charakteristika vzorku 54

7.3 Nástroj evaluace programu – pozorování 54

7.4 Nástroj evaluace programu – dotazník 55

7.5 Zjišťování úrovně osvojení 56

7.6 Zhodnocení učení účastníků 58

8 Vyhodnocení evaluačních otázek **69**

9 Diskuse **72**

10 Závěr **77**

11 Použitá literatura **78**

Seznam tabulek

1. Tabulka: Indikátory posunu - práce s počítačem.....56
2. Tabulka: Indikátory posunu - fotografování.....56

Seznam použitých zkratek

KSK – Komunitní středisko Kontakt Liberec

Úvod

Ve své bakalářské práci se budu věnovat vzdělávání seniorů v zájmovém oboru digitální fotografie. Téma digitální fotografie jsem si vybrala z toho důvodu, že je to můj dlouholetý koníček. Skupinu seniorů jsem zvolila proto, že si myslím, že práce s touto věkovou skupinou má smysl.

Cílem této práce bylo na základě prostudované literatury, která se zabývá vzděláváním seniorů a jeho specifiky, vytvořit vzdělávací program pro seniory. Dále také bylo zapotřebí prostudovat literaturu o digitální fotografii a fotografování. Vzdělávací program je založen na zkušenostním učení. Tvorba programu vyžadovala sloučit aspekty vzdělávání seniorů s aspekty zkušenostního učení. Pro zjištění posunu osvojení si dovednosti u účastníků jsem připravila tabulku s indikátory posunu pro jednotlivá témata. Pro poznatky z průběhu praxe jsme měla připravený deník, kam jsem si vše zapisovala.

Skupinu seniorů jsem zvolila také proto, že je to skupina, která zažila historický vývoj používání kinofilmu. Byla jsem zvědavá, zda se do kurzu přihlásí někdo se zkušenostmi s klasickou fotografií a prací v temné komoře. Pak by bylo možné propojení zkušenosti z dob minulých se zkušenostmi současnými. Pro skupinu seniorů musí být těžké žít ve světě stále se zdokonalující technologie. A i přes dřívější zkušenosti s klasickými fotoaparáty nemusí mít senior odvahu pracovat s digitálním fotoaparátem. Nebo se toho naopak nebojí, ale je pro něj pak těžké dále s fotografiemi pracovat. Kurz byl vytvořen nejen pro lepší komponování fotografií, ale také proto, aby pomohl seniorům získané fotografie dále zpracovávat. Aby fotografie z digitálního fotoaparátu získali a mohli je dále využít. Počítač je pro spoustu seniorů velmi složitý přístroj, proto jsem pro účely kurzu vytvořila skripta popisující základní postupy práce na počítači a další užitečné informace. Skripta jsem na závěr doplnila o kapitolu shrnující nejdůležitější informace o fotografování a kompozici. Skripta jsou zvlášť přiložena k mé práci.

1 Obrazové prvky a jejich umístění ve fotografii

Digitální fotografie přirozeným vývojem řadí klasickou fotografii daleko do pozadí. Každý mobilní telefon, tablet, laptop nebo navigace má v sobě zabudovanou kvalitní kameru. Moderní technologie vznikají takovou rychlostí, že druhý den či týden už by se daly označit za zastaralé a jejich cena klesá. Díky nízké ceně a velkému výběru digitálních fotoaparátů na trhu si digitální fotoaparát může dovolit už téměř každý. S vývojem fotoaparátů vznikají i programy pro úpravu a zpracovávání fotografií. Díky tomuto faktu také vznikají desítky knižních i elektronických publikací, jak zacházet s fotoaparátem, jak vyfotografovat co nejlepší fotografii, čeho se vyvarovat a v neposlední řadě jak pracovat s programy pro úpravu pořízených fotografií.

Clarková uvádí, že fotografování se zdá být pro mnohé vědou. Fotografování vlastně dané postupy má, musíme ovládat expozice, světlo, clonu a spoustu dalšího, ale dobrá fotografie vyžaduje především čas, odhodlání a řadu pokusů a omylů. Ať jde o náhodné nebo plánované zmačknutí spouště, fotografie zamrazí okamžik na vždy. Při fotografování fotograf spoléhá na svůj instinkt, kdy zmáčknout spoušť a co na snímku bude zachyceno. Fotografie je dobrý výrazový prostředek, kterým můžeme ukázat, jak vidíme svět kolem nás (Clark, 2010, s. 6-7).

V následujících kapitolách uvedu, jak důležitý je výběr motivu a jeho správné zakomponování do obrazu. Dále pak popíši důležitost a podstatu světla a jeho barev. Okrajově zmíním další obrazové prvky, jako jsou popředí a pozadí fotografie, linie a barvy. V závěru kapitoly popisuji zásady fotografování objektů v pohybu a také to, jaké zásady vyžaduje žánr amatérské portrétní fotografie.

Motiv

V této části využiji teorii motivu od Neffa, který říká, že dobrou fotografii nezařídí fakt, že zvládáme perfektně nastavit přístroj. Dobrá fotografie nemusí být ani stoprocentně ostrá a správně barevná. Dobrou fotografii dělá dobrou to, co je na ní vyobrazeno. Říkáme tomu motiv. Kolem sebe máme nespočet motivů,

a když nevíme, co fotografujeme, vznikne místo důmyslně zachycené fotografie pouze zachycený chaos. Na fotografii musí být hned jasné, co fotograf chtěl zachytit. Není nic horšího než ostrá fotka, která má nejasný koncept. Když už najdeme motiv, který je pro nás zajímavý, měli bychom dokázat najít i úhel pohledu, který by motiv udělal ještě zajímavějším. Ani to, že motiv je fotografovaný ostatními fotografy, velice často nezaručí to, že fotografie bude říkat to, co chceme. Motivy mohou vzniknout náhodně v krajině, ve městě anebo je můžeme vytvořit sami. Tímto motivem mám na mysli zátiší. Zátiší jako motiv můžeme najít na mnohých výtvarných dílech známých umělců. Zátiší je umělé uspořádání neživých věcí, buď přírodních materiálů, nebo věcí, které vytvořil člověk. Tyto věci jsou sestaveny do estetického celku nebo tvaru. I v krajině můžeme takové najít zátiší, například houby rostoucí z pařezu porostlého mechem. I na skládkách se dají najít zajímavá zátiší, která vznikla úplnou náhodou. Už bylo zmíněno, že z fotografie musí jasně vyplývat, co je motivem. Neff to ve své knize nazývá jednoznačností. Nedáváme divákovi na výběr, aby si ve fotografii našel něco, co se líbí jemu, ale naopak předkládáme před něj to, co vidíme my a co mu chceme ukázat, jednoznačně a čitelně (Neff, 2015 s. 14-19). K jednoznačnosti a dobré fotografii se mi vybavil jeden citát Roberta Capa *„Nejsou-li vaše fotografie dobré, nebyli jste dost blízko!“*. I to Neff zmiňuje ve své knize, že nejmenší, co může fotograf pro dobrou fotografii udělat, je udělat pár kroků blíž k fotografovanému motivu (Neff, 2015, s. 14-19).

K jednoznačnosti se vyjadřuje i Němcová, která uvádí, že na fotografii by nemělo být nic jiného, než to, co bylo prvotním zájmem fotografování. Hlavní motiv by měl být dominantní a výrazný. Měl by na sebe poutat pozornost svým výrazem nebo pohybem (Němcová, 2007, s. 29-30).

Ač je motiv zvolen správně a dobře usazen do obrazu, když bude příliš titěrný, nebude z fotografie zřejmé, že jde o hlavní motiv. Nechceme vyfotografovat květinu na louce, nýbrž chceme vyfotografovat luční květinu a její pravou krásu. Neff uvádí, že motiv by měl zabírat zhruba 30% z plochy celé fotografie. Toto pravidlo se dá velmi dobře uplatnit při fotografování detailů, tak-

zvaného makra. Označení makrofotografie se využívá pro fotografování detailu (Neff, 2015, s. 38-39).

Já bych za první a hlavní dovednosti fotografa považovala umění dívat se kolem sebe, hledat motivy a všímat si zajímavých detailů. Tedy, trochu změnit vnímaní toho, co vidíme. Nedívat se na svět jako na nespočetnou hromadu motivů, ale umět vidět obrazy. Umění vidět svět v obrazech se dá naučit, pokud máte chuť a čas se zdokonalovat. Jedná se v podstatě o vytvoření si několika návyků, které se pak zautomatizují. Tyto návyky jsem se snažila předat i účastníkům kurzu.

Popředí a pozadí fotografie

Němcová ve své knize jako další obrazové prvky uvádí popředí a pozadí fotografie. Popředí a pozadí vyplňuje zbylý prostor fotografie. Tyto dva prvky mají sdělovací funkci. Říkají, kde se motiv nachází. Dále mohou dotvářet atmosféru, barevně dolaďovat a podtrhovat motiv a vedlejší prvky. Pozadí a popředí se nemusí na fotografii objevovat společně. Jsou případy, kdy je na fotografii pouze jeden prvek (Němcová, 2007, s. 39).

Popředí se na fotografii objevuje před hlavním motivem. Bývá tmavší než pozadí a ve fotografii má funkci „uzemnění“ hlavního motivu. Popředí by mělo být barevně nevýrazné a nemělo by rušit. Pozadí je prostor za hlavním motivem. Stejně tak jako popředí by nemělo být příliš barevné a členité, aby se v něm neztrácel hlavní motiv. U začátečníků se stává, že popředí nebo pozadí jsou příliš členitá, chaotická, barevně výrazná a úplně utlačují hlavní motiv (Němcová, 2007, s. 40-41).

Další obrazové prvky

Dalšími obrazovými prvky jsou linie a barvy. Tyto prvky se mohou stát hlavním motivem.

Linie podle Němcové mohou tvořit kraje cest, polí nebo hrany budov. Linie by měly mezi sebou působit harmonicky. Méně bývá více. Linie by se měly společně ubíhat do stejného místa nebo mít nějaký rytmus, pravidelné střídání

nebo kontrast (Němcová, 2007, s. 44). Tvůrčí fotografie rozděluje linie na vertikální, horizontální, zakřivené a linie vedoucí pohled diváka. Kombinace vertikálních a horizontálních linií navozuje pocit stability a řádu. Při fotografování krajiny se nejčastěji objevují linie horizontální, které působí klidně a poukazují na šířku prostoru. Horizont je nutné si hlídat, aby neupadal k jedné straně. Zakřivené linie a linie vedoucí pohled mohou být serpentiny nebo meandry řeky, které nenásilně vedou pohled diváka až k jejímu zakončení (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 46-47).

Funkce barev jsou podle Němcové následující: zvýrazňují motiv, tlumí pozadí, utváří atmosféru snímku, přitahují pozornost a kontrastují (Němcová, 2007, s. 45). Tvůrčí fotografie rozděluje barvy na studené a teplé. Poukazuje na jejich psychologický vliv na diváka, jaké pocity nebo nálady u něj vyvolávají. Tlumené barvy působí klidně, kdežto barvy syté a křiklavé působí expresivně. Barva předmětu je dána také mírou jeho osvětlení (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 74-76).

Kompozice

Hinšt považuje kompoziční pravidla za důležitá. Jsou podle něj základem k dalšímu objevování nových způsobů vyjadřování. Znalost souboru pravidel můžeme považovat za bezpodmínečnou nutnost, avšak tato pravidla by nám neměla bránit v tom, komponovat obraz dle vlastních představ. Teprve pak může být dosaženo osobitého projevu a rozvoje emocí ve fotografii (Hinšt, 1970, s. 3-4). *„Kompozice je záměrná organizace výrazových prostředků.“*(Hinšt, 1970, s. 3).

Němcová říká, že správným umístěním obrazových prvků tvoříme výsledný obsah a formu fotografie. Dále porovnává čtení textu s prohlížením fotografií nebo obrazů. Stejně jako čteme text, zleva doprava a po řádcích, pak celou stránku, tak i fotografii prohlížíme z levého horního rohu do pravého dolního rohu. Poté se stejným směrem vracíme zpět. V pravé dolní části se náš pohled zdrží nejdéle. V tomto místě se nachází bod zlatého řezu (Němcová, 2007, s. 48-49)

Neff zastává názor, že každý fotograf by měl znát zlatý řez nebo také pravidlo třetin. Zlatý řez používali již umělci v renesanci a považovali ho za este-

ticky příjemný. Na zjištění zlatého řezu existuje i matematický vzorec. Ten je ovšem dosti složitý a není potřeba se jím v této práci zabývat. V podstatě se jedná o rozdělení obrazu (obdélníku) na třetiny a to dvěma přímkami v horizontálním směru a dvěma ve směru vertikálním. Umístění objektu podle zlatého řezu se nachází vpravo dole na jednom z průsečíků těchto přímek. Ostatní důležité linie by měly kopírovat zbylé přímky. Znalost zlatého řezu můžeme využít při samotném dívání se do hledáčku nebo na displej fotoaparátu. Kdykoliv chceme něco vyfotit, máme pro to nějaký důvod. Když prarodiče fotí vnoučka, který je pro ně pokladem, mohou mít tendenci umístit ho na střed fotografie. Fotografie s hlavním motivem umístěným na středu nevypadá moc dobře a přitom stačí motiv posunout o kousek vpravo či vlevo. Dnešní fotoaparáty už o zlatém řezu vědí a mohou uživatelům pomoci v jeho osvojení. Moderní zrcadlovky mají v hledáčku přesně v bodech průsečíků přímek tvořících třetiny malé tečky nebo křížky, které nám mohou výborně posloužit. U kompaktních fotoaparátů je možné si v menu vybrat funkci promítnutí mřížky na displej. Tyto tečky nebo mřížka poslouží i pro kontrolu horizontu a kácejících se svislých linií (Neff, 2015, s. 30-35).

Při komponování obrazu je důležité dbát i na to, do jakého formátu motiv umisťujeme. Nejpřirozenějším formátem pro lidské vidění je obdélníkový horizontální formát. Fotografování „na šířku“ je tedy mnohem přirozenější a pohodlnější, než fotografování „na výšku“. Chceme-li zdůraznit horizontální pohyb, můžeme použít extrémní horizontální formát, kterému se říká „panorama“. Používá se při fotografování výhledu do krajiny (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 60-61).

I při fotografování krajin využíváme dělení na třetiny. Hlavním dělícím prvkem je horizont. Podobný efekt nám vytváří moře – obloha, vozovka – chodník nebo podlaha a stěna. V případě nízkého umístění horizontu, tedy když krajina zabírá zhruba jednu třetinu fotografie a obloha zbytek, vyvolává daná fotografie pocit otevřenosti. Jsou to případy, kdy chceme zdůraznit prvky, které se objevují na obloze nebo v horní části snímku. Pokud umístíme horizont vysoko, poskytneme více možností popředí fotografie. Předměty v popředí zdůrazní hloubku prostoru. Avšak úplným odříznutím nebe by obraz ztratil protiváhu. Horizont lze

umístit i na střed fotografie, to však působí neurčitě, protože diváka přitahují obě poloviny stejně a není jasné, co je hlavním motivem. Není to však špatně, pokud takovéto rozdělení tvoří symetrii (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 64-65).

Světlo

Neff ve své knize rozebírá slovo fotografie a to, že bez světla by fotografie nebyla. Fotografie už má světlo ve svém jméně, jedná se o malbu světlem. Každý fotograf by měl umět vidět světlo denní, ale i umělé. Lidské oko vnímá světlo jinak než přístroj a to bychom si měli uvědomit (Neff, 2015, s. 46-51). Světlo tvoří mnoho zajímavých efektů, které se pak stávají i velmi zajímavým motivem. Světlo má i psychologický význam, neobvyklé využití světla vyvolává nezvyklou náladu. Fotograf by měl umět vnímat intenzitu světla, to, zda je světlo intenzivní a tvrdé, nebo rozptýlené a měkké. Tvrdé světlo lépe vykresluje obrysy a zanechává tvrdé černé stíny, kdežto měkké světlo lépe vykreslí celkový vzhled objektu (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 92, 100-101).

Během dne se mění směr světla i jeho barevnost. Lidské oko tyto změny moc nevnímá, ač o nich ví, ovšem snímač fotoaparátu je zaznamená vždy. Ranní světlo obsahuje málo modrých paprsků, proto jsou snímky pořízené v ranním osvětlení zalité oranžovým světlem. V poledním slunci je poměr barevného složení vyrovnaný. Při západu slunce můžeme opět zaznamenat chvíli s oranžovým světlem, ale po západu slunce převažují modré paprsky. Fotografie tedy působí chladnějším dojmem. Nejlepší fotografie bývají pořízené v ranních a večerních hodinách (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 96-97).

Samotné světlo se může stát motivem. Jsou okamžiky, kdy světlo prostupující mraky vytváří světelné kužely, nebo protisvětlo může prosvítit listy stromů a vzniká tak zajímavý motiv. Jak už jsme si řekli, ostré světlo vykresluje tvary, linie a vrhá tvrdý stín. Tak právě i stín může být naším motivem. Protisvětlo, například při západu slunce, může na obloze vykreslit siluety budov nebo stromů. I nepatrná změna místa, odkud fotografujeme, může ve fotografii vyvolat dramatické efekty. Důležité je, v jakém směru a intenzitě dopadá světlo na předmět.

Směr světla může zdůraznit nebo naopak potlačit vhled předmětu. Boční osvětlení dopomáhá k prostorovosti, ale na úkor toho se ztrácí některé informace. Ztrátu způsobuje tvrdý kontrast mezi osvětlenými a neosvětlenými částmi, která mezi nimi vytváří chaos. Dalo by se říct, že rozbíjí obraz. Při čelním osvětlení má fotograf zdroj světla za zády. Stíny, které předměty vrhají, jsou skryty a zobrazuje se více detailů. Na úkor detailů se vytrácí prostorovost a fotografie působí plošně. Je tedy vhodné mít světlo za zády, ale mírně vlevo nebo vpravo (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 92-101).

Pohyb

Při fotografování pohybu je nejdůležitější zaznamenat vrcholný okamžik děje. Pokud fotografujeme sport, je dobré znát jeho pravidla a umět předvídat, co přijde dál (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 156).

Hinšt ve své publikací uvádí, že pohyb zaznamená lidské oko denně a dokáže si běžný pohyb představit. Jak ale dostat pohyb do nepohyblivého obrazu, tak aby bylo jasné, o jaký pohyb jde, a že jde skutečně o pohyb. Jak zaznamenat fázi pohybu, která v divákovi vyvolává pocit, že opravdu přijde další fáze pohybu a pak jeho ukončení? Pohyb bychom měli zaznamenávat v jeho vrcholné fázi. Pozorovatel zaznamená pohyb tak, že pohybující se objekt je rozmazaný a pozadí ostré. To ovšem není to, co chceme. Nejlépe se nám podaří pohyb vyfotografovat, když přístrojem kopírujeme pohyb předmětu. Stoprocentní ostrost obrazu a absence rozmazání vyvolává u diváka pocit strnulosti. Další možností je zachytit pohybující se objekt ostře a pozadí rozmazaně. Pohybující se předmět umisťujeme do kompozice tak, že má předmět více volného místa ve směru pohybu. Čím rychleji se objekt pohybuje, tím větší vzdálenost ve směru pohybu (před sebou) od okraje má (Hinšt, 1970, s. 13-14).

„Žádné opakované fotografování vás nespasí, pokud nebudete cvičit postřeh a cit pro situaci.“ (Neff, 2015, s. 88). Moderní fotoaparáty mají možnost sériového snímaní. Tento fakt však vede k mýtu, že sériové focení zachytí ten správný dramatický okamžik. Bohužel tomu tak není. I přes velké množství sním-

ků pořízených za vteřinu vám mohl právě ten správný okamžik proklouznout (Neff, 2015, s. 125).

Pohyb může vytvářet i abstraktní linie nebo barevné šmouhy. Je na fotografovi, za jakým účelem pohyb fotí a co chce zaznamenat. Dobrým příkladem je noční fotografování aut na frekventovaných silnicích. Pokud bude použita dlouhá expoziční doba, zmizí veškeré detaily aut a zbydou pouze jejich světelné stopy. Podobně se dá fotit ohňostroj nebo světelná exhibice, při které aktéři žonglují se světlem. Pro takovýto typ focení je dobré využít stativ (Tvůrčí fotografie, 2000, s. 160-161, 198).

Portrét

Člověk je nejčastějším tématem, které fotografujeme. Ať už jde o fotografie pořízené v ateliéru, nebo o snímky z domácího prostředí, je důležité, aby fotografovanému bylo vidět do tváře. Dále by měl mít málo prázdného prostoru nad hlavou a měl by se dívat do obrazu. Podobně jako u pohybu necháváme více volného prostoru ve směru pohledu portrétovaného. Pokud však je pohled portrétovaného vyveden z prostoru fotografie, divák tak nabývá dojmu, že mu bylo něco odepřeno. Vzbuzuje se v něm zájem o to, na co se dotyčný asi dívá. Na druhou stranu pokud se portrétovaný dívá do objektivu, je zřejmé, že o přítomnosti fotografa věděl a vytrácí se tak dojem bezprostřednosti (Hinšt, 1970, s. 14).

Při portrétování si musí fotograf uvědomit charakter portrétované osoby a nalézt vhodný způsob jeho vyobrazení. Do fotografie se otiskne i atmosféra při fotografování. Vhodný úhel pro fotografování je ve výši očí, ne však přímo čelní. Čelní pohled často působí příliš symetricky a nevýrazně. Vhodnější je pohled ve výši očí, mírně z boku. Pro dobrý portrét je zapotřebí i dobrého světla. U portrétu hraje důležitou roli pozadí, to dává divákovi pocit tušeného děje. Portrétovaný nemusí být pouze jeden, může to být malá skupina. Malou skupinou jsou myšleni maximálně tři lidé. Ve snaze vměstnat více lidí do fotografie se ztrácí čitelnost tváří, vzniká chaos a s ním i prostor pro chyby. Může se pak stát, že se do obrazu dostane postava stojící zády k fotografovi. Pokud není jasně čitelný důvod, proč je

osoba zády, stává se z ní rušivý prvek. Pokud je záměrem zachytit všechny osoby, například všechny svatebčany, zde se pravidlo tři neuplatňuje. A to proto, že motivem fotografování je počet návštěvníků nebo přítomných, ne však každý z nich. Ale i tak je dobře takovou skupinu nějak zformovat a umístit do prostoru, který navozuje daný děj. Pokud jde o svatbu, v popředí skupiny bude ženich s nevěstou a ostatní za nimi (Neff, 2015, s. 70-83).

Tyto kapitoly obsahují informace o motivu, základních obrazových prvcích a jejich významu ve fotografii. Dále pak popisuje, jak je správně komponovat do obrazu. Upozorňují na význam a důležitost zlatého řezu a dále na výběr formátu, do kterého komponujeme. V závěru seznamují s fotografickým žánrem amatérského portrétu. Tyto informace jsem využila při tvorbě svého programu Digitální fotografie pro seniory.

2 Charakteristika cílové skupiny seniorů

2.1 Stáří

V minulosti, konkrétně v 19. století, byl za starého považován už čtyřicetiletý člověk, ve 20. století to byl člověk padesátiletý (Langmeier, 2006, s. 203-204). Dnes je za počáteční hranici stáří považován věk 65 let. Avšak, tento věk se nedá určit jako striktní. Ještě nedávno byla pro počátek stáří udávána hranice 60 let, ale s prodlužující se délkou života a se zvyšujícím se věkem odchodu do penze se zvýšila i již zmiňovaná počáteční hranice stáří na 65 let (Haškovcová, 2010, s.20-22).

Dnešní společnost občas zaujímá negativní postoj ke stáří a ke starým lidem. Bere stáří jako období úpadku, chátrání a ztráty činnosti a přínosu pro společnost. Tomu přispívá i ztráta mladého, svěžího vzhledu. Z tohoto postoje vychází ageismus: *„Postoj, který vyjadřuje obecně sdílené přesvědčení o nízké hodnotě a nekompetentnosti stáří a projevuje se podceňováním, odmítáním, event. až odporem ke starým lidem.“* (Vágnerová, 2000, s. 443). Nové generace ztrácí povědomí o důležitosti soužití všech generací. V minulosti bylo normální soužití více generací a staří členové rodiny nebyli bráni jako podřadnější nebo méněcenní. Pro své

životní zkušenosti byli považováni za moudřejší a zkušenější a bylo starostí každé rodiny se o své starší příslušníky postarat. Dnešní sociální status starých lidí je dost nepříznivý. Díky ageismu se od starých lidí nic neočekává, objevuje se snaha je izolovat, a to má také za následek rozpad rodinných vazeb a ztrátu životních rolí (Vágnerová, 2000 s. 443-444).

V. Frankl je autorem konceptu tzv. „optimismu minulosti“, který se zabývá skutečností, že starý člověk je zaměřen do minulosti. Bilancuje na hraně, že už nechce měnit svůj život a ani nemůže. Nechce ani, aby se měnil okolní svět. Na svůj život je zvyklý a cítí se v něm podstatným. Nesdílí ani pocit, že změny budou k něčemu dobré. Musí se vyrovnat se svým životem, jaký je. Jeho životní zkušenosti zůstávají součástí jeho osobnosti a ty se změnit nedají (Vágnerová, 2000, s. 446).

Stárnutí se neprojevuje pouze změnou sociálního postavení, ale především tělesnými a duševními změnami. Je spousta aspektů, které ovlivňují stáří a život ve stáří. Avšak nedá se říct, že by ovlivňovaly všechny jedince stejně. Stárnutí je z části geneticky předurčeno u každého jinak. Dalším faktorem stárnutí je celý předešlý život, tím je myšleno jaké nemoci dotyčný prodělal v dětství, nesprávná životospráva, inklinace k návykovým látkám (kouření, alkohol, drogy) nebo nepřiměřená zátěž. Všechny tyto vlivy se projeví ve stáří nepříznivým způsobem. Podobně je to i opačně, při zdravé životosprávě, aktivním životě a správné míře stresu může být i stáří o něco kvalitnější. Tento výčet poukazuje na to, že stáří je odrazem našeho předchozího života (Langmeier, 2006, s. 203).

Další, co ke stáří patří, jsou změny psychické. Některé tyto změny jsou biologicky podmíněné, těmi je například pomalejší tempo ve všech ohledech, horší zapamatování si věcí a jejich opětovné vybavování a další. Pak to jsou změny vyvolané například nějakou nemocí (Vágnerová, 2000, s. 450).

Období stáří se často dělí do menších částí podle přesného věku. V práci uvedu dělení stáří podle Mühlpachra. Jeho členění se shoduje s členěním, které uvádí i Ondrušková (2011) v knize Stáří a smysl života podle Zavázalové a Hol-

merové. Mühlpachr dále popisuje u každého období jeho specifika a možné problémové jevy.

•„65–74 mladí senioři (dominuje problematika adaptace na penzionování, volného času, aktivit, seberealizace)

•75–84 staří senioři (změna funkční zdatnosti, specifická medicínská problematika, atypický průběh chorob)

•85 a více velmi staří senioři (na významu nabývá sledování soběstačnosti a zabezpečenosti).“ (Mühlpachr, 2009, s. 21)

Pro svou práci jsem si vybrala skupinu mladých seniorů, protože ti se podle mě snaží svůj volný čas trávit ještě aktivně, na rozdíl od skupin starých a velmi starých seniorů. Mladým seniorům ještě není tolik vzdálená doba, kdy byli produktivní, a ještě si tolik nepřipouštějí fakt, že by mohli být na danou činnost příliš staří.

Změny ve stáří

Mühlpachr, Ondráková a Langmeier se shodují, že období stáří s sebou přináší několik změn. S přibývajícím věkem je to úbytek fyzické a psychické síly a zdatnosti, zvyšuje se výskyt nemocí a tyto změny přirozeně doprovází i změny sociální. Právě fyzické změny budí strach již v pozdní dospělosti, kdy se některé z nich začnou objevovat. Ovšem jejich úplné připuštění přichází až s dosažením seniorského věku. Jedná se o zhoršení sluchu, zraku, přichází pohybová omezení a v neposlední řadě i změny vzhledu. Ne všechny tyto změny vedou k poklesu pracovních výkonů, ale omezují i možnosti hodnotně využívat volný času seniorů k relaxaci, například četbě knih nebo poslechu hudby. Tyto změny pak přirozeně vedou ke zhoršení komunikace s jinými lidmi a tedy i k úzkosti a nejistotě (Mühlpachr, 2009, s. 22-26; Ondráková, 2012, s. 37-40; Langmeier, 2006, s. 202-207).

Velkou změnou je zhoršení paměti. Zatímco zážitky a zkušenosti z dob minulých jsou v paměti pevně uchovány, události a informace nové už v paměti ne-

zůstávají ukotveny tak silně, někdy vůbec. Pro starého člověka jsou vzpomínky na to, kým byl a co dokázal, ukazatelem pozitivním, ač v jistých okamžicích lpí na minulosti až příliš. S tím může být spojováno i odmítání nového a nepochopení od mladších (Langmeier, 2006, s. 204).

Ovšem stáří s sebou nepřináší pouze úpadky schopností, mluvíme-li o duševních schopnostech a inteligenci, zde byl prokázán opak. Rozlišují se dvě kategorie inteligence – fluidní a krystalická. Přijímání a zpracování informací zajišťuje inteligence fluidní, ta podléhá stárnutí velice brzy. Kdežto inteligence krystalická, která operuje s poznatky a zkušenostmi, zůstává dlouho funkční a může se ještě rozvíjet (Gruss, 2009, s. 12-13).

Život starého člověka by se dal díky všem těmto změnám označit jako jisté zpomalení. Při prováděných činnostech je pro seniora důležitá opatrnost a přesnost, s tímto jevem se můžeme setkat, když přechází ulici nebo když něco hledá (Mühlpachr, 2009, s. 25-26).

Emoční prožívání také prochází změnami. Intenzita emocí se snižuje, citové prožívání bývá mnohem častěji bezprostřední, ale při řešení mnohých situací dokáží senioři uvažovat s větším klidem a racionalitou. V lepším případě to vede k trpělivosti, ovšem někdy i k nezájmu. Zprvu se objevuje značná potřeba seberealizace a potřeba být užitečný, zůstat akční, což jsou potřeby ještě z pozdní dospělosti. V další fázi už tolik neregistrují události v okolí a zaměřují se na sebe a své problémy, například nadměrně sledují změny zdravotního stavu, což ústí v hypochondrii. Tím se začínají vzdalovat druhým lidem (Langmeier, 2006, s. 207-208).

Psychický stav seniora

Člověk od člověka se liší, a tak je to i se seniory. Nemůžeme všechny chápat stejně. Každý si v životě prošel jinými životními zkušenostmi, uznával jiné hodnoty a měl jiné cíle. Senioři se v období stáří musí neustále vyrovnávat se změnami a problémy, kterých je s přibývajícím věkem více. Ovšem to jsou problémy, s jejichž řešením jim minulé zkušenosti nepomohou, a musí tedy hledat

nové způsoby. Ty mnohdy bývají málo účelné (Vágnerová, 2000, s. 304-305). Celý život člověk hledá smysl vlastního života. Ten se však mění ze dne na den, z hodiny na hodinu, s každou neočekávanou situací. Ač se smysl našeho života mění, nepřestáváme ho hledat a jít za ním. Měli bychom měnící se situace brát jako jedinečné a neopakovatelné. Dávají nám šanci zvolit nový cíl a pokračovat tak dál, i s tím, co už jsme dokázali. Je tedy zapotřebí naplňovat a uspokojovat životní existenci, víru v sebe a nalézat nové životní cíle i ve stáří (Klevetová, 2008, s. 38). Ač hledání hodnot a smyslu ovlivňují časová omezení, budoucí ztráty a ubývání možností nalezení nového smyslu, neměl by se starý člověk cesty za smyslem života vzdát. Měl by jen pochopit, co je zapotřebí, co je opravdu důležité, těšit se z toho, co mu zůstalo, a přijímat nezměnitelné. Senior už není zaměřený na výkon a může si dovolit realizovat své dosud nenaplněné potřeby a dělat to, co ho zajímá. Jistá stagnace na počátku stáří může být projevem nejistoty jak žít dál (Vágnerová, 2000, s. 303-305).

2.2 Senior

Otázka zní, kdo je senior? Existuje nějaká vědní disciplína zabývající se vzděláváním seniorů? Je možné vůbec tuto skupinu vzdělávat? A jakým způsobem? Na tyto otázky naleznete odpovědi v následujících odstavcích. Tyto poznatky jsem zohledňovala i při tvorbě svého programu.

Nyní často používaný pojem senior nebo také geront[1], který označuje občany pobírající starobní důchod, se používá od druhé poloviny minulého století. Dříve se však používala i jiná označení, například *„stařena a stařec“*, v rodinném označení *„babička a dědeček“* (Haškovcová, 2010, s. 21, Janiš ml. in Ondráková, aj., 2012, s. 12). V současnosti jsou navrhována označení jako *„zkušenější“* nebo *„věkově pokročilý občan“*. Pro český jazyk bude nejjednodušší označovat seniora za *„staršího občana“* (Haškovcová, 2010, s. 20-22). Pro svou práci jsem si zvolila termín senior, který používám ve zbylé části textu.

[1] **Geront** – z řeckého geron = stařec (Haškovcová, 2010, s.21)

Ze sociálního hlediska je za starého považován ten, kdo dosáhl věku s nárokem na odchod do starobního důchodu. V tomto období přichází změna sociálních rolí, tu doprovází i částečná změna návyků (jako chození do zaměstnání), změna životního stylu a nový způsob trávení času. A v neposlední řadě také změna ekonomického statusu (Mühlpachr, 2009, s. 19).

Nejobjektivnějším faktorem pro označení někoho jako seniora se zdá byt kalendářní věk. Je snadno vymezitelný a není ovlivňován schopnostmi člověka, životním stylem ani sociálními změnami (Ondrušková, 2011, s. 16). Janiš ml. charakterizuje seniora jako *„osobu, která dosáhla 65 a více let“* (Ondráková, aj., 2012, s. 14).

3 Vzdělávání seniorů

V kapitole o vzdělávání seniorů se nejprve zaměřím na vědní obor gerontapedagogiku a popíši význam této pedagogické disciplíny pro cílovou skupinu seniorů. Dále uvedu specifika vzdělávání, která se vztahují k fyzickým a psychickým změnám v období stáří. V jedné kapitole se budu věnovat také požadavkům na lektora, které vyžaduje vzdělávání seniorů, a v závěru kapitoly se zaměřím na gerontodidaktiku. Zde uvedu metody zvolené pro svůj program. Dále pak naváži na teorii zkušenostního učení D. A. Kolba, které jsem použila v programu.

3.1 Gerontapedagogika

Dnešní doba už překonala představu o výchově a vzdělávání pouze v období dětství a mládí. V současnosti už nás výchova a vzdělávání provází celým životem. Právě edukací seniorů se zabývá pedagogická disciplína zvaná gerontapedagogika. Tato disciplína je vcelku mladou vědou, která začala postupně vznikat a vyčleňovat se z andragogiky. Ta se zabývá vzděláváním a výchovou dospělých – jedná se o vědu specifickou pro danou fázi života (Ondráková, 2012, s. 33-34, Haškovcová, 2010, s. 201-202).

Mühlpachr používá pro vzdělávání a výchovu seniorů pojem gerontopedagogika a tento pojem ještě definuje v užším a širším slova smyslu. V užším slova smyslu hovoří o výchově a vzdělávání, v širším slova smyslu popisuje disciplínu jako péči a pomoc k uspokojení potřeb seniora. Nejedná se o péči lékařskou, ale může jít i o potřeby, které se vzděláváním nemají nic společného. Mühlpachr dál popisuje, že je možné, v tomto širším pojetí, disciplínu chápat jako *„multioborovou“. Z* toho však docházím k závěru, že se už nejedná o edukaci (Mühlpachr, 2009, s. 10-12).

„Cílem seniorského vzdělávání je smysluplně kultivovat čas stárnoucích dní.“ (Haškovcová, 2010, s. 129). Hlavními cíli edukačních aktivit je udržení tělesných a intelektuálních sil (Šerák, 2009, s. 189). Vzdělávání seniorů není pouze o dalším odborném vzdělávání, ale plní také spoustu dalších důležitých funkcí, a to funkce preventivní, rehabilitační, posilovací a komunikační. Tedy ovlivňuje kvalitu života ve stáří, napomáhá k udržení a rozvoji duševních sil, podporuje zájem o kvalitu obsahu volného času a v neposlední řadě senior zůstává v kontaktu se společností a s vrstevníky. Kontakt s okolím napomáhá seniorovi pochopit dnešní rychle se měnící dobu a tím, že porozumí dnešku, snáze porozumí i svým blízkým, které tato doba vychovává (Haškovcová, 2010, s. 129).

V podstatě i ve stáří jsou převažujícími potřebami hlavní potřeby z období dospělosti, a to potřeba být aktivní a užitečný. Nadále chtějí senioři zůstat soběstačnými a nezávislými v rozhodování. Chtějí zachovat svou důstojnost a nestát se pro okolí méněcennými. Zůstává i potřeba seberealizace, a to ve věcech, u kterých nebyla možnost v období produktivního věku (Šerák, 2009, s. 193-194).

Při vzdělávání seniorů je třeba mít na paměti jeho specifika. V první řadě je to jejich psychický a fyzický stav. Přestože fyzická výkonnost postupem let klesá, duševní výkonnost může dokonce narůstat. Dalším faktem, který je potřeba zohlednit, je čas potřebný pro osvojení nových informací. U seniorů je to zhruba o 10-20 % času navíc (Šerák, 2009, s. 189-191). Tento fakt je dán stárnutím fluidní inteligence, která je důležitá při učení. Jedná se o rychlost a přenos infor-

mací při jejich přijímání a zpracovávání. Proto je pro seniory obtížnější rychle se naučit novému (Gruss, 2009, s. 12-13).

Úroveň duševní zdatnosti závisí i na intenzitě intelektuálních aktivit. Při pravidelném trénování podává jedinec lepší výsledky. V opačném případě výkonnost upadá. Kvalitu a množství naučeného výrazně omezuje vysoká rychlost prezentování látky a nelogicky strukturované informace. U mladších osob je dobré mezi procvičování naučeného zařadit delší přestávku, u seniorů je tomu opačně. Je potřeba intenzivnější procvičování, aby nedošlo ke zhoršování výkonů. Neměli bychom opomíjet sílu motivace pro vzdělávání (Šerák, 2009, s. 189-191). Gruss uvádí, že ke správnému fungování potřebuje tělo mnohem více mozkové aktivity. Jako příklad uvádí situaci, kdy starší lidé jedou tramvají a povídají si. Když se tramvaj začne nebezpečně otřásat a začnou mít obavy ze ztráty rovnováhy, přestanou mluvit. Všechny fyzické výkony si tedy žádají mnohem více duševní pozornosti. Není důležité trénovat pouze mozek, ale také udržovat se v dobré tělesné kondici. Ve výsledku pak na koordinaci a tělesné aktivity potřebuje senior méně duševní aktivity. Tu pak může využít pro jiné účely (Gruss, 2009, s.16-17). Své tvrzení podkládá odpovědí na otázku, zda je užitečné ve stáři luštit křížovky: *„Ano, pomáhá to. A zejména pokud přitom stojíme na hlavě a pohybujeme nohama nahoru a dolů, čímž trénujeme vertikální a horizontální udržení rovnováhy.“* (Gruss, 2009, s. 17).

3.2 Lektor – volnočasový pedagog v práci se seniory

Lektor, který bude pracovat se seniory, by měl disponovat základními lektorskými dovednostmi. V první řadě by měl mít nejen znalosti z oboru, ve kterém chce účastníky vzdělávat, ale také znalosti a zkušenosti s pedagogickými a didaktickými způsoby přístupu ke zvolené skupině. V mém případě je účastníkem senior, a proto i tato kapitola bude o specifikách lektora pracujícího se seniory.

Obecně pro lektory platí, že by to měli být lidé odborní a kvalifikovaní, diskrétní k účastníkům, spolehliví a zdvořilí. Měli by respektovat názor druhého a k tomu patří i respektování v oblasti náboženství a sociální či finanční situace.

Další důležitou schopností pro lektora je rychlé a správné zapamatování si jmen účastníků a schopnost pracovat s emocemi. Lektor by měl být na svůj výstup dobře připraven. Jeho vyjadřování by mělo být jasné a měl by dělat to, co chce, aby dělali účastníci, a být jim vzorem. V neposlední řadě je důležitý i vzhled lektora. Rozhodně by neměl před účastníky předstoupit neupravený nebo nevhodně oblečený, to vše škodí. Zároveň by měl také odhadnout, co si obléknout, v případě školení manažerů by nebylo dobré přijít v tričku s potiskem oblíbené kapely, džínách a teniskách a v opačném případě na nějaký zážitkový workshop v obleku (Medlíková, 2013, s. 18-20).

Senior už je člověk s jistou životní zkušeností a je pro něj důležité, aby lektor byl nejen vzdělaný v oboru, ale aby měl také všeobecné znalosti. Co bývá seniory hodně vyzdvihováno, je, že by lektor měl mluvit nahlas a být hodný. Není jasné, co přesně je myšleno slovy „být hodný“, ale senioři vědí, že stárnou a už jim nejde plnit úkoly jako dřív. Když už se odhodlají k nějakému dalšímu vzdělávání ve vyšším věku, tak je to hodné obdivu a podpory. To by si měl uvědomit i lektor. Při práci se seniory je důležitá trpělivost, opakování a také empatie (Ondráková, 2012, s. 40-41).

Z technických věcí, které by měl lektor pracující se seniory zajistit, je důležitý zejména lehce dostupný a bezbariérový přístup na místo konaní. Místnost, kde se akce odehrává, by měla být dostatečně osvětlená. Nízká intenzita světla může účastníky uspávat a vysoká zase oslňovat. Pokud má k výkladu připravenou powerpointovou prezentaci, měl by lektor dbát na dostatečnou velikost textu a k tomu ještě nastavit světlo tak, aby si účastníci mohli zapisovat postřehy, ale přesto byla prezentace čitelná. Velikost textu by měla být zohledněna i v tištěných textech a dalších pomůckách (Šerák, 2009, s. 194-196).

Jak už bylo řečeno, hlasový projev lektora by měl být zřetelný, s dobrou artikulací a správným tempem. Lektor by se ve výkladu měl vyvarovat používání slangu a přílišného využívání anglických termínů. Také by neměl využívat přespříliš odborného jazyka. Když už bude nutné použít odborný výraz, měl by

být přeložen a srozumitelně vysvětlen. To, že senior daný termín nechápe, ještě neznamená, že je nedovtipný hlupák, i když to tak někteří lektoři mohou vnímat (Ondráková, 2011, s. 42-43). Pokorná (2010) ve své knize vysvětluje pojem „elderpeak“, který podrobněji popisuje komunikaci se seniory. Pro elderspeak je charakteristické zpomalení tempa řeči, zvýšený tón hlasu, výrazná intonace, četnější opakování a jednodušší stavba vět. Tato komunikace se zdá být úspěšná, protože se přizpůsobuje komunikačním schopnostem seniora, ale tento přístup pak může mít za následek i to, že si senior uvědomuje snižování svých schopností. Pokud však bude zohledněn fakt, že senior potřebuje více času na reakci, není nutné komunikaci zobecňovat a zlehčovat (Pokorná, 2010, s. 62-64).

3.3 Gerontodidaktika

Senioři se primárně vzdělávají ve věcech vlastního zájmu. Můžou to být otázky ohledně právních úkonů, zdravého životního stylu nebo to mohou být zájmy shodné s jejich dosaženým vzděláním nebo nesplněné sny z mládí. Lektor by měl být znalý v daném oboru a schopný dát správnou formou seniorovi na jeho otázky odpovědi nebo mu poskytnout informace, které ho zajímají.

Cíle

Při vzdělávání seniorů je důležité určit adekvátní cíle a konkrétně sdělit, jak jich má být dosaženo. Celý život si určujeme cíle, kterých chceme dosáhnout. Ve vzdělávání jsou cíle klíčovým faktorem. Vzbuzují v účastnících motivaci pro provedení daných úkolů, usměrňují je a řídí. Pokud známe cíle, můžeme k nim směřovat a zabývat se jejich dosažením. Zda bylo cílů dosaženo, zjistíme zpětnou reflexí (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 118).

Metody

Didaktické metody jsou vyučovací činnosti vybrané lektorem, které jsou zaměřené na dosažení stanovených cílů. Určují cestu, jak k cílům dojít. Každé učivo si žádá výběr jiné metody. Také musíme brát ohled na učební možnosti seniorů (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 125). Pro svůj program jsem zvolila metody:

vysvětlování, práce s textem, myšlenková mapa, rozhovor, hry, názorné ukázky a vlastní zkušenost.

V prvních dvou lekcích, kdy probíhala práce s počítačem, a v páté a šesté lekci, kdy probíhala práce s programem na úpravu fotografií, jsem použila metodu vysvětlování a názorné ukázky, jak přesně postupovat při daných operacích. Dbala jsem na srozumitelnost a snadnou zapamatovatelnost informací. Vyhýbala jsem se technickým termínům a slangu, který se v oblasti práce s počítačem vyskytuje. Tuto metodu jsem dále propojila s prací s textem, pro lepší orientaci pochopení psaných postupů. Zopakovali jsme stejný úkol jako při názorné ukázce, ovšem už jen s psaným postupem ve skriptech.

Práci s textem jsem využívala téměř po celou dobu kurzu. Pro účastníky jsem měla připravená skripta, ve kterých byly detailně popsány postupy práce na počítači a práce s programem Zoner Photo studio 13 Free. Tuto metodu jsem zvolila z důvodu, že každý z účastníků byl na jiné úrovni, co se týče práce s počítačem. Skripta účastníci obdrželi již na první lekci, aby měli čas si je přečíst a zorientovat se v nich. Tím jsem zohlednila rozdílné tempo učení každého z účastníků. Účastnici měli skripta k dispozici v průběhu lekcí, aby do nich mohli kdykoliv nahlédnout. Sepsání skript považuji za velmi dobrý nápad, jelikož jejich význam pro kurz, pro účastníky a mou práci byl obrovský. Účastníci mohli pracovat samostatně a já se mohla věnovat pozorování nebo pomáhání těm, kteří měli nějaký problém.

Myšlenková mapa slouží k uspořádání informací a vytvoření struktury. V programu jsem ji použila pro uvědomění si provázanosti mezi prvky a vlastnostmi fotografie. Poprvé byla využita v druhé lekci, která byla na téma motiv. S mapou jsme pak pracovali i v dalších lekcích, kdy jsme na ni dopisovali nově získané informace, až jsme utvořili soupis několika důležitých bodů a pravidel pro dobrou fotografii.

V prezentacích, kde jsem seniory seznamovala s obrazovými prvky a jejich využíváním, jsem na konci vždy uvedla několik fotografických ukázek, ve kterých

se objevoval probíraný prvek. Účastníci měli za úkol hledat obrazové prvky a zdůvodnit, proč asi byly použity. Velký zdroj inspirace ukázek měli k dispozici v online fotogalerii Zonerama, se kterou jsme také pracovali. Jak uvádím v diskusi, pouhé promítání ukázek se neukázalo jako nejvhodnější. Více účelné by byly tištěné ukázky.

Celý program byl postaven převážně na vlastní zkušenosti. Účastníci nejprve fotografovali podle své dosavadní zkušenosti a znalosti. Teprve potom se dozvěděli, jak je to správně. Na základě nově získaných informací fotografovali objekt znovu, už s využitím osvojených zásad. Pokud účastník fotografování zvládal, dostal složitější úkol.

Zásady

Při vzdělávání seniorů je důležité dodržovat didaktické zásady vzdělávané skupiny, které respektují psychosociální potřeby seniorů a požadavky na jejich vzdělávání. Klevetová a Dlabalová ve své knize uvádějí některé zásady při vzdělávání seniorů. Každý senior potřebuje vlastní tempo a má vlastní způsob pro pochopení nového. Potřebuje mít přehledně strukturované informace. Je zapotřebí učivo rozdělit do několika menších částí. Staří lidé nezvládají přijmout příliš mnoho informací najednou. Při procvičování nových úkolů je třeba kroky opakovat. Senior by měl úkoly zkoušet sám, aby se odnaučil chybovat. Popis postupu ke splnění úkolu by měl byt jasný a jeho části by na sebe měly logicky navazovat. Opakování úkolů je nutné, není však namístě nutit seniora se učit něco nazpaměť. Senior by měl vědět, proč něco dělá a k čemu to vede. Je důležité ocenit snahu a pracovitost, protože pocit úspěšnosti motivuje k další práci (Klevetová, 2008, s. 55).

Jaroslav Mužík ve své knize ještě zmiňuje zásadu partnerského přístupu, kdy lektor nepřistupuje k účastníkům jako k neznalým, ale spíš jako ke spolutvůrcům. Respektuje jejich názory a postoje, pokud přijdou sami s nějakou informací k tématu, mohou na tomto základě rozvinout diskuzi s ostatními. Tím pak ve skupině vzniká pozitivní atmosféra, která podporuje efektivitu učení. Zásada nepřetr-

žité zpětné vazby je ukazatel průběhu a efektivity procesu. Není na místě tuto zásadu podceňovat. Zpětnou vazbu nepodává pouze lektor účastníkům. Lektor by měl být schopen vnímat zpětnou vazbu na svou práci z reakcí účastníků. Dále Mužík zdůrazňuje operativnost lektora, rychlost jeho reakcí na aktuální problém. Nenutit seniory dělat věci, u kterých si nevěří a také nenutit je dělat věci, které jim nepřinášejí radost a navrhnout jim aktivitu, která je opět dostane do akce. Senior se vzdělává z vlastní iniciativy a zájmu, pokud nebude program zajímavý, vtipný, poutavý a hravý, tak klesá motivace pro další práci (Mužík, 2011, s. 76-77, 80)

Zásada názornosti patří k základům didaktických procesů. Síla zapamatování si informací se odráží od toho, jakou cestou se k nám informace dostala:

•10 % si pamatujeme z toho, co slyšíme

•15 % si pamatujeme z toho, co vidíme

•20 % se pamatujeme z toho, co současně vidíme a slyšíme

•40 % si pamatujeme z toho, o čem diskutujeme

•80 % si pamatujeme z toho, co přímo zažijeme a děláme

•90 % si pamatujeme z toho, co se pokoušíme naučit druhé (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 36)

Zásadu názornosti jsem měla na mysli při tvorbě programu i při jeho realizaci. U poslední zásady toho, co se pokoušíme naučit druhé, jsem se bála zásadu zařadit nebo vyžadovat od účastníků s obavou, že nebude akceptována. Proto jsem byla příjemně překvapena, když v průběhu kurzu přišla ze strany účastníků zcela spontánně. Účastníci si sami začali mezi s sebou pomáhat a vytvořili pracovní dvojice. Tento poznatek se mi propojil s tvrzením Vágnerové, která ve své knize uvádí, že je pro seniory důležitá potřeba stimulace. Tedy aby byly aktivity smysluplné a poskytovaly podněty adekvátnímu naplňování seniora. Senior má potřebu být aktivním a to by měly zajistit vhodné činnosti, které bude senior vykonávat a bude si zároveň při jejich plnění připadat užitečný. Důležité je, aby se senior

u aktivit cítil bezpečně. V rámci aktivit by měl mít senior možnost se realizovat a získat si tak i určitou sociální pozici (Vágnerová, 2000, s. 467-469).

4 Zkušenostní učení – Experiential learning

Tato metoda učení je založena na učení se z vlastní zkušenosti. Tím, že byla věc zažita, jak se říká na „vlastní kůži“, zanechá v účastníkovi získané informace mnohem pevněji než při memorování. Zkušenostní učení ve svých programech využívali i John Dewey, Kurt Lewin a Jean Piaget. K zapamatování je využito vlastní zkušenosti.

Lidé mají velmi dobrou vlastnost učit se z vlastní zkušenosti. Získané znalosti se dají prověřit. S tímto zjištěním přišel nárůst programů podporujících zkušenostní vzdělávání na vysokých školách. Jednalo se o stáže, práci v terénu, strukturovaná cvičení a hraní rolí, simulace různých situací a další „hravé“ formy zkušenostního vzdělávání. Zkušenostní učení se tak stalo možnou vzdělávací metodou a možností osobnostního rozvoje. Postupem času se vzdělávání zkušeností stalo akceptovanou výukovou metodou na školách a universitách po celém světě. I přesto, že se zkušenostní učení začalo stále více rozšiřovat, našli se i ti, kteří ho kritizovali a byli k nové metodě skeptičtí (Kolb, 1984, s. 3).

Filosofie Johna Deweyho vycházela z mnohaletého utváření nové formy vzdělávání, která měla obnovit vzdělávací osnovy. Bezpochyby můžeme Deweyho považovat za nejvlivnějšího teoretika dvacátého století ve vzdělávání, který nejlépe předkládá hlavní zásady programů zkušenostního učení pro vysoké školy (Kolb, 1984, s. 4-5).

Tří výchozí modely učení

Teorie zkušenostního učení nabízí v zásadně odlišný pohled na procesy učení. Od behaviorální teorie učení založené na studiu o chování lidí ve společnosti, které jsou základem tradičních vzdělávacích metod, které jsou z velké části založeny na poznávání pravdy. Z jiného úhlu pohledu se objeví některé velmi odlišné průběhy vzdělávání, správné vztahy mezi učením, prací a dalšími životními aktivitami a vznikem samotné znalosti (Kolb, 1984, s. 20).

Tento pohled na učení se nazývá zkušenostní, protože zkušenost hraje ústřední roli v procesu učení. To odlišuje teorie zkušenostního učení od racionálních a jiných kognitivních teorií učení, které mají sklon klást hlavní důraz na získávání informací, manipulaci s nimi a odvozování abstraktních symbolů. Zkušenostní učení kombinuje zkušenosti, vnímání, poznávání a chování. Tato kapitola popisuje modely učení od autorů Deweyho, Lewina a Piageta a poukazuje na jistý charakter, který všechny teorie sdílejí - vlastnosti, které slouží k definování povahy zkušenostního učení a Kolbova cyklu (Kolb, 1984, s. 20-21).

Deweyho model učení

Model učebního procesu Johna Deweye je značně podobný modelu Lewina, přestože více vysvětluje vývojovou povahu učení zavedenou v Lewinově konceptu zpětné vazby.

Zahrnuje: 1) pozorování okolních podmínek, 2) znalost toho, co se v minulosti stalo v podobné situaci, znalost z části získanou sběrem informací a z části získanou od těch, kteří to již zažili, 3) úsudek, který spojí odpozorované a získané informace a zdůrazní, co je důležité. Hlavním vzdělávacím problémem je získat důkaz o okamžité akci na základě touhy, dokud nebylo dovršeno pozorování a posudek. Pouhé přesné předvídání nestačí, intelektuální očekávání a myšlenka následků se musí spojit s touhou a impulzem k získání hybné síly. Poté získá směr, který jinak neměla, zatímco touha dává nápad, hybnou sílu a spád.

Deweyho model zkušenostního učení je podobný popisu Lewina. Jako důkaz, že učení je proces spojující zkušenosti a pojmy, pozorování a akce. Podmět ze zkušenosti dává myšlenkám hybnou sílu a myšlenka dává podmětu směr. Odklad okamžité akce je nejdůležitější proto, aby mohlo proběhnout pozorování a posouzení. A akce je důležitá k naplnění poslání. Skrz spojení těchto protichůdných, ale vzájemně prospěšných procesů, se vyvine vkusný a vyspělý cíl, který byl původně pouze slepým impulzem (Kolb, 1984, s. 22).

Lewinův model akčního výzkumu a laboratorního tréninku

V technikách akčního výzkumu a laboratorních metod jsou nejlépe vidět změny a růst vzdělávání v integrovaném procesu, který začíná zkušeností (tady a teď). Poté následuje sběr dat a postřehů získaných o této zkušenosti. Data jsou poté analyzována a závěry této analýzy jsou sdělovány účastníkům aktivity pro použití ve změnách jejich chování a pro výběr nových zážitků. Učení je tak koncipováno jako čtyři fáze – cykly. Bezprostřední konkrétní zkušenost je základem pro pozorování a reflexi. Dále je to vznik abstraktních představ a jejich zobecnění. A nakonec testování důsledků koncepcí v nové situaci. Toto pozorování vede k teorii, kdy jsou nové důsledky pro akci výsledky. Tyto důsledky nebo hypotézy pak slouží jako průvodci v jednání k vytvoření nové zkušenosti (Kolb, 1984, s. 21).

Dva aspekty tohoto modelu učení jsou obzvláště pozoruhodné. Za prvé je to důraz kladený na konkrétní zkušenosti „tady a teď“ a na ověření a testování abstraktních pojmů. Bezprostřední osobní zkušenost je klíčovým okamžikem učení. Poskytuje strukturu a subjektivní osobní význam pro abstraktní pojmy. Když lidé sdílejí zkušenosti, mohou je sdílet plně, konkrétně i abstraktně (Kolb, 1984, s. 20).

Za druhé jsou akční výzkum a laboratorní školení založeny na procesu zpětné vazby. Lewin si vypůjčil pojem zpětné vazby z elektroinženýrství. Je to popis procesu, který generuje platné informace a posuzuje odchylky od požadovaného cíle. Tato zpětná vazba informací poskytuje základ pro zhodnocení a důsledků této akce. Lewin a jeho stoupenci věřili, že individuální a organizační neúčinnosti je možno vysledovat v nedostatku adekvátního zpětnovazebného procesu. Výsledkem této neúčinnosti je nerovnováha mezi pozorováním a akcí. Cílem akčního výzkumu a laboratorních tréninků je integrovat tyto dvě perspektivy do efektivního učebního procesu (Kolb, 1984, s. 21-22).

Piagetův učební model a poznávací vývoj

Pro Piageta jsou rozměry zkušenosti a pojmu, reflexe a akce základem pro vývoj dospělých myšlenek. Vývoj od nemluvněte do dospělosti se pohybuje od přesného neobyčejného pohledu na svět k abstraktnímu konstruktivnímu pohledu, od aktivního egocentrického pohledu k reflexí získanému způsobu vědění. Piaget také tvrdí, že to také byly hlavní směry vývoje ve vědeckém povědomí. Učební proces, kdy se vývoj nachází v místě interakce mezi jedincem a prostředím, což je podobné jako modelů Deweyho a Lewina, je klíčem k učení a vzájemné interakci mezi procesy ukládání událostí a zkušeností ze světa a s procesy získávání událostí a zkušeností za světa podle existujících konceptů a schémat. Učení, nebo podle Piageta, inteligenční adaptace, ústí z rovnováhy napětí mezi těmito procesy. Pokud převládá ukládací proces, je to imitace, upravování sebe sama podle prostředí. Pokud převládá získávání, je to „hra“, vnucení konceptů a obrazů, bez ohledů na prostředí. Proces poznávacího růstu od konkrétního k abstraktnímu, od aktivního k reflektivnímu, je založen na stálém proměňování získávání a ukládání, které probíhá v blocích, kde všechno, co se stalo, přispívá k vyšší úrovni poznávacích funkcí (Kolb, 1984, s. 23-24).

Kolbův cyklus

Kniha *Experiential learning* od Davida Kolba je v základu o tom, že člověk by se měl učit díky objevování a zkušenostem získaným při objevování. Kolbova komplexní a praktická teorie stojí na bohatých základech učení se ze zkušeností, které mu poskytly teorie Deweyho, Lewina a Piageta a které dohromady tvoří jedinečný pohled na vzdělávání a rozvoj.

Zkušenostní učení poskytuje komplexní model procesu učení a je multilineárním modelem pro vývoj dospělých. Dále může být využíváno při neformálním vzdělávání a celoživotním učení. Vše je v souladu s tím, co víme o tom, jak se přirozeně učit, růst a rozvíjet. Tato teorie se nazývá zkušenostní učení nebo také zážitková pedagogika, při které je důležité si zkušenost nebo situaci zažít a poučit se z ní. (Kolb, 1984, s. 41)

Kolbů cyklus se skládá ze čtyř fází – konkrétní zkušenost (concrete experience), reflexní pozorování (reflective observation), zobecnění (abstract conceptualisation) a znovu aplikování na novou situaci (active experimentation). (Kolb, 1984, s. 42)

Konkrétní zkušenost

Kolbův cyklus začíná konkrétní zkušenost´í. Klíčem k učení je aktivní zapojení se do aktivity. Mohou to být modelové situace řešení problémů, týmové hry nebo aktivity pro osvojení určité dovednosti. V Kolbově cyklu se člověk nemůže naučit pouhým sledováním nebo čtením. Musí si vše zažít na vlastní kůži. (Kolb, 1984, s. 42)

Reflexní pozorování

Druhá etapa v cyklu je reflexní pozorování. To znamená, že účastník zhodnotí, co mu daná zkušenost přinesla. V této fázi se objevuje prostor pro zpětnou vazbu, která může být od lektora, od ostatních účastníků aktivity nebo může být využito sebereflexe. Účastník by měl dostat prostor na to v klidu přemýšlet o tom, co zažil, a sepsat například krátkou zprávu o zkušenosti a plynule tak přejít do třetí fáze cyklu. Vhodná je skupinová diskuse o aktivitě. (Kolb, 1984, s. 42)

Zobecnění

Je proces pochopení toho, co se stalo během zkušenosti, a dochází k pochopení vztahů mezi událostmi. V této fázi student provede srovnání mezi tím, co udělal, co reflektoval a co už zná. Může vycházet z příruček, z připomínek ostatních, kteří také prošli danou zkušeností, nebo z jakýchkoliv jiných poznatků, ke kterým došel v průběhu aktivity (Kolb, 1984, s. 42).

Aplikace na nové situace

Čtvrtá a poslední fáze tohoto zkušenostního modelu je aktivní experimentování. Účastníci navrhnou způsoby řešení, které objevili, a mohou je pak dále uplatňovat v nových situacích. V tento okamžik se objevují otázky, *Jak můžeme*

využít tento způsob učení?, Jakým způsobem můžeme využít získané zkušenosti příště?, Co bychom příště udělali jinak?.

Tyto čtyři fáze tvoří nekonečnou spirálu, která umožňuje si situaci vyzkoušet několikrát a uplatnit tak nové zkušenosti. Nemusí nutně jít o opakování jedné zkušenosti, ale spirála umožňuje postupný vývoj učení. Nejprve je důležité osvojit si to základní a jednoduché a od toho pak postupovat ke složitějšímu a komplikovanému. (Kolb, 1984, s. 42)

5 Příprava vzdělávacího programu – Digitální fotografie pro seniory

V této části práce se budu věnovat vzdělávacímu programu. Popíši, jak probíhala jeho příprava, a poté, jak vypadala jeho realizace. Dále naváži na vyhodnocení programu, kde shrnu všechny získané informace. Na závěr v diskuzi uvedu získané poznatky a možné návrhy na vylepšení programu.

Dlouhou dobu jsem zvažovala, jakou formu programu zvolím. Nakonec jsem vybrala variantu pravidelného setkávání po dobu dvou měsíců. Program je rozdělen do devíti setkání a délka jednoho setkání činí 90 minut. Forma pravidelného setkávání umožní hlubší a pevnější uchování znalostí. Dále bude také možná intenzivnější práce. Další možná varianta byla uspořádání několika celodenních workshopů. Tuto variantu jsem však vyřadila, jelikož celodenní soustředění se na práci by mohlo být vyčerpávající. Zvlášť pokud by se jednalo o fotografování v terénu, kdy by účastníci museli více chodit.

První schůzku jsem pojala jako seznamovací a technickou, seznámení se s učebnou a počítači, na kterých budou senioři pracovat. Dalších sedm setkání už bylo zaměřeno na práci s počítačem samotným, na aktivity pro získání základní fotografické dovednosti a na fotografování. Deváté, tedy poslední setkání, bylo věnováno evaluaci, zhodnocení programu a jeho přínosu.

Název: Digitální fotografie pro seniory

Anotace programu: Práce s digitální fotografií pro seniory je vzdělávací program, který nabízí rady pro základní práci s digitálním fotoaparátem a pro jeho uživatelské využití. Účastníci budou seznámeni s funkcemi fotoaparátů, přenosem fotografií do počítače a následným možným sdílením, se základy kompozice, zásadami fotografických žánrů a typy, jak využít své fotografie dál. Program se bude uskutečňovat v prostorách KSK Liberec a v případě příznivého počasí v jejich okolí. Na konci programu proběhne zhodnocení práce v kurzu a každý účastník bude odměněn pamětním listem o absolvování tohoto kurzu.

Cílová skupina: mladí senioři (65–74 let)

Časová dotace: pravidelná setkání (90 min.) jednou týdně po dobu dvou měsíců

Pomůcky: digitální fotoaparát, propojovací kabel, počítač, dataprojektor a plátno, flipchart, předměty pro fotografování.

Cíle:

- **C1** - Senior se naučí přesunout fotografie do počítače, kde s nimi dokáže dál pracovat.
- **C2** - V účastníkovi bude vyvolán jiný pohled na fotografované objekty, při kterém už bude vnímat a uplatňovat kompoziční zásady.
- **C3** - Účastník bude seznámen s programem na úpravu fotografií, ve kterém bude moci upravit kompozici nebo případně vylepšit barvy a světlo na fotografii.

Očekávané výstupy:

- **V1** - Účastníci dokáží fotografie přesouvat, ukládat, upravit a dále sdílet.
- **V2** - Po skončení programu budou účastníci využívat kompoziční zásady, dokáží je pojmenovat a uvědomit si je.
- **V3** - Účastníci po skončení programu zhodnotí přínos kurzu pro jejich přístup k fotografování.

- **V4** - Minimálně 70 % účastníků projeví zájem o další možnost zdokonalení se ve fotografování a navštíví nějakou výstavu fotografií.

6 Popis realizace programu

Před uskutečněním programu jsem se ptala různých seniorů, co by se rádi naučili, pokud by se přihlásili do kurzu digitální fotografie. K tomuto kroku mě vedl rozhovor s koordinátorkou aktivit pro seniory z KSK Liberec, během kterého mi bylo sděleno, že už nějaké kurzy fotografování proběhly a moc úspěchu neskli-dily, pro svou odbornost a vysoké nároky na seniora. Jelikož jsem ještě nevěděla, kdo se do kurzu přihlásí, oslovila jsem některé z účastníků, kteří navštěvovali jiné kurzy KSK, prarodiče dětí, které jsem trénovala, a občas i náhodné seniory. Podle odpovědí jsem vyhodnotila, že je pro seniory důležité opakování práce s počítačem, což zmiňovala i paní koordinátorka. Dále pak chtěli vědět, jak fotit, aby jejich fotografie vypadaly lépe a k mému překvapení měli zájem i o počítačovou úpravu fotografií. Nejednalo se o fotomontáž a profesionální retuš, ale o oříznutí nežádoucích okrajů z fotografie, odstranění červených očí, vyjasnění nebo ztmavení fotografie a vložení textu. Podle toho jsem sestavovala náplň kurzu.

Jednotlivé lekce jsem uspořádala tak, aby na sebe postupně navazovaly. Jako první jsem zařadila práci na počítači, protože senioři potřebují více času na osvojení si těchto dovednosti. Pracovat na počítači, který mají doma, většinou umí, ale počítače KSK byly jiné, tudíž si na ně museli zvyknout. Dále jsem zařadila fotografické cvičení. Trénink osvojení si používání pravidel je řazen posloupně, podle důležitosti pravidla, aby se fotografování mohlo dál rozvíjet a nebyla opomenuta žádná ze zásad. Využívali jsme metodu nekonečné učící spirály, kdy účastníci pořídili fotografie a sami je zanalyzovali, zda nějaké pravidlo neopomenuli, díky čemuž se mohli učit ze svých chyb. Tento druh učení se z vlastní zkušenosti jsem zvolila jednak proto, že i já jsem se takto učila fotografovat, tudíž k této metodě mám blízko, a za druhé proto, že umožňuje neustálé opakování a plynulé zvyšování obtížnosti učiva. Dokud se senior nenaučí jedno, neměl by postupovat dál. Do programu jsem zařadila i domácí práci, kdy senioři měli k dis-

pozici ke splnění úkolu pouze skripta a vlastní poznámky. V hodinách jsme práci konzultovali. Při nácviku fotografování se mohli senioři dotazovat, zda objekt správně umístili nebo jak nastavit fotoaparát.

6.1 Průběh programu

Lekce 1 - Úvodní

Počet účastníků: 10

Cíl lekce: Cílem této hodiny bylo seznámit se s účastníky programu Digitální fotografie pro seniory a dále účastníky seznámit s tím, jakou formou budou jednotlivé lekce probíhat. Dalším cílem bylo zjistit, jak jsou účastníci schopni pracovat s počítačem.

Seznámení, 30 minut

Na úvod lekce jsem v krátké prezentaci představila sebe a záměr, s jakým pořádám kurz Digitální fotografie pro seniory, a nastínila jsem jeho průběh. Poté jsem účastníky vyzvala k tomu, aby se představili a řekli něco o své první zkušenosti s fotografováním nebo nějakou kuriózní situaci, do které se kvůli fotografování dostali. Už samotné představování a některé příběhy svou vtipností prolomily ledy a uvolnily atmosféru. Potom, co jsme se představili, jsem účastníkům rozdala poznámkové bloky, aby si mohli dělat poznámky, a tištěná skripta na práci s počítačem.

Práce na počítači, 40 minut

Práci s počítačem jsme prošli od začátku. Řekli jsme si, co je hardware a jak se která jeho část zapíná. Poté jsem v prezentaci měla připravený popis důležitých kláves, které při práci nejvíce využijí. Už při spouštění počítačů se totiž objevil problém při přihlášení. Někteří měli zapnutý CapsLock nebo vypnutou numerickou klávesnici. Poté měli účastníci za úkol vytvořit složky, které měli pojmenovat podle zadání. Do nich pak stáhli fotografie z karty svých fotoaparátů, které přesouvali, kopírovali a mazali. K dispozici měli skripta, která jsem sepsala pro účel tohoto kurzu. Ty však nebyly hlavní metodou pro osvojení si práce na po-

čítači. Všechny postupy byly promítány na plátno a byly doplněny mým komentářem.

Závěr a reflexe, 20 minut

Někteří byli za první hodinu vděční a pro některé byla úplně zbytečná a tak byli trochu nerudní, protože tohle prý od kurzu digitální fotografie nečekali. Potěšilo mě, že sami navrhli posílání fotografií e-mailem.

Na této lekci byly jasně znatelné rozdíly, kdo s počítačem pracoval často a kdo k němu nemá moc vztah. Všichni mi potvrdili to, že prošli výukovým programem práce na počítači nebo práci jednoduše ovládají. Cizí počítač některé mátl, a proto odmítali pracovat sami ze strachu, aby něco nezničili. Tento fakt dost komplikoval veškerou další práci na počítači. Znepokojilo mě zjištění, že i ti „zdatnější“ neovládali základy práce se soubory.

Úkol na lekci 2: Poslat e-mailem 10 fotografií, které nafotili před kurzem.

Lekce 2 – Práce na počítači, motiv

Počet účastníků: 10

Cíl lekce: Cílem druhé lekce bylo zopakovat a upevnit znalost práce se soubory. Dalším cílem bylo naučit účastníky vlastnosti motivu.

Dílčí cíle: účastník bude schopen přesouvat soubor v rámci složek a paměťových zařízeních

zvládne přesun více souborů najednou

dokáže určit, co je motivem

dokáže zachytit motiv ve správné velikosti

Pomůcky: flipchart, fixy

10 minut

Na začátku lekce jsme se přivítali a účastníci dostali pár minut na to, aby se mohli podělit o to, jak se celý týden měli a zdá něco nafotili. Potom jsme přistou-

pili k dalšímu úkolu. Vyzvala jsem všechny účastníky, aby si připravili skripta, která dostali na minulé lekci, a otevřeli si je na patřičné straně.

Úkol 1, 35 minut

Účastníci měli vytvořit na ploše složku s názvem *Úkol 1*, kam měli následně podle postupu zkopírovat fotografie z fotoaparátu. Nejprve kopírovali fotografie po jedné, aby museli vícekrát zopakovat proces kopírování a lépe si ho tak osvojili. Další část bylo kopírování více fotografií. Poté, co tento proces dokončili, měli vytvořenou složku smazat a odpojit fotoaparát.

Téma motiv, 35 minut

Po ukončení práce s počítačem bylo trochu obtížné přimět všechny k tomu, aby vypnuli počítač. Když se to podařilo a všichni už byli odpoutáni od počítače, přišla na řadu krátká powerpointová prezentace, která byla na téma motiv. Na připraveném flipchartu bylo napsáno slovo motiv. Od něho byly napsané otázky, *Co může být motiv?, Jak má být velký?* a *Co je to jednoznačnost?*. V diskusi nad těmito otázkami bylo patrné, že účastníci mají nějaké povědomí o motivu. Odpovědi na tyto otázky jsem zapisovala na flipchart, který jsem pak znovu využila v následujících lekcích.

V prezentaci jsem měla několik ukázek fotografií a účastníci určovali motiv a hodnotili, zda je adekvátně velký. Poté jsem promítla několik fotografií, které mi poslali sami účastníci. Nesdělovala jsem, kdo je autorem fotografie, pouze jsem požádala o to, aby také ve fotografii našli motiv a zhodnotili jeho plochu zaujatou ve fotografii. U mých ukázek účastníci stoprocentně určovali, co je motivem, ale u jejich ukázek se názory na to, co je motivem, značně lišily. Pan Michal to okomentoval slovy *„Tak tohle je ta jednoznačnost, že se pak nespleteme v tom, co vlastně bylo foceno.“*.

Reflexe, 10 minut

V krátké reflexi jsem se účastníků ptala, jak se jim pracuje se skripty a zda nepotřebují něco vysvětlit a jestli je vůbec doma otevřeli. Zjistila jsem, že tři

z účastníků skripta otevřeli až na této lekci. Zopakovali jsme si odpovědi na otázky ohledně motivu, jeho velikosti a jednoznačnosti.

Úkol na lekci 3: Poslat 5 fotografií různých motivů (velikost a jednoznačnost).

Lekce 3 – Motiv ve zlatém řezu

Počet účastníků: 10

Cíl lekce: Cílem hodiny je navázat na znalosti o motivu získané na předešlé lekci a spojit je s poznatky pravidla zlatého řezu.

Dílčí cíle: zopakuje si informace z minulé lekce

dokáže využívat správně pravidlo zlatého řezu v praxi

Pomůcky: drobné předměty pro fotografování, flipchart z předešlé lekce, fixy

10 minut

Třetí setkání začalo opět přivítáním účastníků a krátkou diskusí o tom, jaký byl jejich týden a zda něco fotografovali. Na mou otázku, zda je někdo, kdo o pravidle zlatého řezu slyšel, mi šest účastníku odpovědělo, že ano a čtyři nevěděli.

Zlatý řez, 45 minut

Účastníci měli za úkol fotografovat drobné předměty, které měli nejprve nafotografovat tak, jak si mysleli, že je to správně. Poté jsem uvedla krátkou powerpointovou prezentaci o kompozici a využívání pravidla zlatého řezu při stavbě fotografie. Nyní měli účastníci návod, jak znovu vyfotografovat předměty. Dostali prostor na další fotografování a potom, co měli splněno, stáhli pořízené fotografie do počítače, kde je měli porovnat a upřímně říci, která fotografie se jim zdá být zajímavější. Tímto jsme si vyzkoušeli umisťování motivu do zlatého řezu, neboli také silného obrazového bodu. Nyní přišel čas na flipchart z minulé lekce, kam jsme připsali informace o zlatém řezu.

Inspirace v online galerii, 20 minut

Nyní měli účastníci za úkol vybrat si jeden motiv, který fotografují nejraději, ať to byly květiny, zvířata nebo děti. Zvolený motiv zadali do vyhledávače online fotogalerie Zonerama, kde si měli prohlédnout, jak jiní fotografují daný motiv a nasbírat tak inspiraci pro domácí úkol, který jim byl vysvětlen v závěru hodiny. Motiv by měl být jednoznačný a dostatečně velký. Dále by měl být umístěn do zlatého řezu.

Reflexe, 15 minut

Při závěrečné reflexi jsme se vrátili k flipchartu s otázkami a znovu jsme vše zopakovali. Byla to pravidla o motivu, ke kterým jsme přidali pravidla zlatého řezu.

Úkol na lekci 4: Pošlete 3 fotografie libovolně zvoleného motivu umístěného na zlatý řez a 3 fotografie zátiší – co je to zátiší bylo vysvětleno při zadávání úkolů.

Lekce 4 – Světlo, Zátiší jako motiv

Počet účastníku: 9

Cíl lekce: Využít znalosti z předchozí lekce, spojit je s novými informacemi ohledně světla ve fotografii a aplikovat je při fotografování zátiší.

Dílčí cíle: propojí znalosti o motivu/zátiší a světle

uplatní znalost zlatého řezu při fotografování.

Pomůcky: různé předměty, baterka, průsvitný papír

10 minut

Čtvrtou lekci jsme opět zahájili přivítáním a dál pokračovali aktivitou, při které byla předložena podstata světla, jeho intenzity, směru, ve kterém na objekt dopadá, a ukázka stínů, které vrhá.

Světlo, 20 minut

Nejprve jsme vedli krátkou diskusi o vývoji fotografie, kdo vlastně vytvořil první fotografii, kdy to bylo a jakým způsobem fotografie vznikla. Společně jsme dali dohromady popis Camery obscury a princip, na kterém poté pracovaly ostatní fotoaparáty. Výsledek, ke kterému jsme se dobrali, byl, že fotografie je kresba světlem. Poté jsme účastníkům rozdala různé předměty a řekla jim, co se bude dít dál. Zhasla jsem světlo a zatemnila okno. Vzala jsem svůj objekt, na který jsem posvítila ostrým světlem baterky. Objekt jsem osvítila ze všech možných stran a pak jsem požádala ostatní, aby osvítili své předměty. Poté jsem pomocí gumičky připevnila na baterku průsvitný papír a osvítila objekt znovu a všichni účastníci udělali totéž. V následné diskuzi o tom, jaké světlo je vhodnější pro fotografování, měl každý trochu jiný názor. Dále jsme vedli diskusi o tom, odkud by na fotografovaný předmět mělo dopadat světlo.

Prezentace – Světlo ve fotografii, 15 minut

V krátké prezentaci jsem shrnula fakta o tom, co jsme si vyzkoušeli s osvětlováním předmětů baterkou. V prezentaci byly popsány vlastnosti ostrého a měkkého (rozptýleného) světla. Dále jsme uvedla i to, jaké spektrální složení má ranní, polední a večerní světlo, které dopadá na zem. Jaké má barevné vlastnosti, jaké emoce vzbuzuje a jaké efekty může vytvářet. Volně jsem navázala na předchozí diskuzi a zopakovala jsem, že nejlepší čas na fotografování je ráno a večer. Že portrét bychom neměli fotit proti světlu, ale se světlem v zádech a mírně vpravo nebo vlevo. Dál také, že by světlo mělo být měkké a rozptýlené, aby nevrhalo ostré stíny. Což platí i u fotografování zátiší.

Fotografování zátiší, 35 minut

Pro účastníky jsem připravila několik předmětů (květinu, vázu s květinami, rumbakouli a bubínek), které si měli zajímavě poskládat a nafotit. Do místnosti přicházelo světlo střešním oknem, což bylo dobré. Účastníky jsem na tento fakt upozornila a podotkla jsem, že by ho měli využít. Každý si mohl předměty posklá-

dat podle sebe a vyfotit si je jinak než ostatní. Při fotografování jsem byla přítomna, abych mohla hodnotit práci a přístup účastníků.

Reflexe, 10 minut

V závěru lekce jsme zhodnotili práci v lekci a nově získané informace. Opět jsem zadala úkol na další lekci. Někteří z účastníků se vyjádřili, že si nikdy moc neuvědomovali takový význam světla, že z dob dřívějších věděli pouze to, aby nefotografovali proti světlu. Opět jsme na flipchart dopsali nové informace o světle.

Úkol na lekci 5: Pošlete 2 objekty v protisvětle (siluety) a 3 fotografie zátiší z libovolně zvolených předmětů.

Lekce 5 – Práce s programem Zoner Photo studio 13 Free

Počet účastníků: 9

Cíl lekce: Seznámit účastníky s programem Zoner Photo studio 13 Free a naučit je pracovat s jeho nástroji na úpravu.

Dílčí cíle: účastník zvládne základní orientaci v programu a nástrojích

spustí program a otevře fotografie, které chce upravit

dokáže správně použít nástroje – ořez, odstranění červených očí, vložit text

15 minut

Přivítání se a úvod do práce s programe Zoner Photo studio 13 Free. Účastníci mi předali flash disky, na které jsem program nahrála, aby si program nainstalovali a mohli pak procvičovat úpravu fotografií i doma. K programu jsem napsala podrobný popis instalace, viz skripta.

60 minut

Pátá lekce byla celá zaměřena na práci v programu Zoner Photo Studio 13 Free, která byla zařazena do programu na žádost účastníků. Účastníci se v programu měli naučit, jak odstranit z fotografie červené oči, jak vložit text a oříznout nežádoucí okraj. Ti pokročilejší se dále učili retušovat drobné nedostatky, klo-

novat objekty ve fotografii nebo upravit barevnost fotografie. Tomuto programu jsem věnovala jednu kapitolu ve skriptech, kde jsem popsala funkci jednotlivých nástrojů a jak postupovat při jejich použití. Tato skripta měli účastníci neustále k dispozici a měli možnost si je předem prostudovat. V závěru hodiny jsem pomocí projektoru a plátna ukázala účastníkům, jak program spustit, aby mohli dělal všechny kroky se mnou. Takto jsem ukázala postupy se základními nástroji. Pokročilejší účastníci už další úkony prováděli sami a já se věnovala těm, kteří se učili se základními nástroji.

15 minut

V závěru proběhla reflexe, jak se seniorům s programem pracovalo, co pro ně bylo obtížné a co se naopak naučili rychle. Výpovědi jsem si zapisovala. Dále byl zadán úkol na další lekci.

Úkol na lekci 6: Pošlete 3 fotografie portrétů.

Lekce 6 – Portrét, pravidlo tří, fotografování skupin

Počet účastníků: 9

Cíl lekce: Předat účastníkům informace o fotografování portrétu a vysvětlit jim pravidlo tří uplatňující se při fotografování lidí.

Dílčí cíle: vyfotografovat portrét podle nově získaných informací

portrét umístí do zlatého řezu

využije pravidlo tři při fotografování malých skupin

opakování práce se Zoner Photo Studio 13 Free

15 minut

Na začátku lekce proběhlo přivítání a uvedení toho, co budeme v lekci dělat. Proběhla krátká diskuse ohledně další práce s programem na úpravu fotografií a ohledně toho, jak se účastníkům zdařila instalace. Nejprve jsem měla připravenou krátkou prezentaci na téma fotografování portrétu a malých skupin. Ukázala jsem i nějaké pěkné portréty současných fotografů pro inspiraci. Pro inspiraci

jsem zařadila i některé své portréty, jelikož nejsou z ateliéru, ale z akcí jsou pro účastníky více reálné.

Portrét, 30 minut

Potom jsme se odebrali k fotografování portrétu, které netrvalo moc dlouho, protože jsme museli prostory, kde jsme fotografovali, ponechat jiné skupině. Účastníci se fotografovali navzájem. Pro některé z nich to bylo těžké, jelikož se styděli a nechtěli být fotografovaní, protože nevěděli, jak se tvářit.

Zoner Photo Studio 13 Free, 30 minut

Zbytek času jsme věnovali další práci v programu Zoner Photo Studio 13 Free, kdy někteří dodělávali práci z minulé lekce a jiní začali práci novou. Někteří dokonce pracovali s fotografiemi portrétů pořízených v hodině.

15 minut

Na konci hodiny proběhla reflexe na téma, zda se budou účastníci dál, nějakým způsobem, věnovat fotografování portrétu a zlepšování se v této disciplíně. Nikdo z účastníků neměl v plánu fotit něco podobného, jako je klasický ateliérový portrét. Pan Michal prohlásil, *„Lidi fotím a fotit budu, teď jen trochu jinak.“*

Úkol lekce 7: Pošlete 5 fotografií krajiny, stromořadí, ulic nebo zajímavých linii.

Lekce 7 – Krajina, linie, perspektiva

Počet účastníků: 9

Cíl lekce: Předat účastníkům informace o fotografování krajiny. Dále ukázat na možná využití linií a perspektivy ve fotografování. Zopakovat práci v Zoner Photo studio 13 Free - ořez fotografie a vložení textu.

Dílčí cíle: naváže na znalosti o světle ze čtvrté lekce

bude využívat jednoznačnosti ve fotografickém žánru krajina

bude pracovat s mřížkou zlatého řezu

uvědomí si linie a perspektivu

Pomůcky: několik předmětů (nejlépe geometrických), flipchart, fixy

15 minut

V úvodu jsme si opět pověděli o tom, jaký jsme měli týden a co se komu podařilo. Pan František nám říkal, že byl na kuželkovém turnaji. Měl s sebou fotoaparát a snažil se fotografovat portréty nebo skupinky tak, jak jsem je učila v minulé lekci. Přiznal se, že to chvíli vydržel, ale bylo to pro něj prý těžké neustále na všechno myslet.

Prezentace, 20 minut

Tématem sedmé lekce byla krajina, linie a perspektiva. Toto téma není úplně vhodné do interiérových prostor, jelikož tam nenalezneme ty správné motivy. V úvodu jsem měla připravenou prezentaci, která začínala několika slidy o historii malby krajiny. Promítla jsem účastníkům několik ukázek a řekla jim něco o jejich vzniku. V prezentaci bylo zmíněno roční období, světlo, čas (kdy je výhodné fotit) a emoce, které vše dohromady vyvolává.

Fotografické cvičení, 40 minut

Po prezentaci jsme se přemístili do malé klubovny, kde měli účastníci za úkol fotografovat členité předměty z různých úhlů pohledu – shora, zdola, ze stran, z blízka nebo z dálky. Poté jsem se pokusila z geometrických tvarů seskládat ulici, která se perspektivně zužovala. Při těchto cvičeních účastníci moc nepochopili smysl aktivity. Nedokázali se vžít do situace, že jsou opravdu někde na ulici a fotí opravdové budovy. Dále jsem narazila na zajímavý problém, který už se částečně objevil ve čtvrté lekci, a to ten, že mnohým z účastníků dělalo problém se k fotografované věci snížit. Tak jsem se na to zaměřila a zjistila jsem, že to není dáno pouze tím, že už je to pro ně náročnější pohyb, ale je to z velké části způsobeno také tím, že se ani nepokusí snížit nebo pouze sníží ruku s fotoaparátem. Občas velmi záleží na tom, zda se k dané věci snížíte, nebo pokleknete. Tato situace se objevuje při fotografování malých dětí, které je lepší fotografovat z úrovně

jejich očí. Fotografie tak působí přirozeně, na rozdíl od fotografie shora. Ovšem záleží také na situaci.

Reflexe, 15 minut

Při závěrečné reflexi jsme navázali na zjištěný problém se snížením se k objektu. První reakce účastníků byla, že už jsou staří, a druhá, že když mají danou věc vyfocenou a jsou s tím spokojeni, tak už se nemusí snižovat, že by se to ani nemuselo povést. To mě vedlo k tomu položit otázku *Jak to víte, když to nezkusíte?*. V některých aktivitách neměli účastníci tu správnou motivaci, proč danou věc fotit jinak, když už ji vyfocenou mají. Nebyla jsem si jistá, zda tento názor pramenil z jejich nevědomosti, nebo z lenosti to zkoušet i za cenu nepovedených pokusů.

Úkol na lekci 8: Pošlete 5 libovolných fotografií, na vámi zvolená témata.

Lekce 8 – Poslední hodina pro možné dotazy a focení v parku

Počet účastníků: 8

Cíl lekce: Využít naučené zásady v praxi.

Dílčí cíle: vyfotografuje perspektivu nebo linie – prakticky vyzkouší znalosti z předchozí lekce

nafotí minimálně 10 fotografií na témata, která jsme v kurzu probírali

Přesun a úvod, 15 minut

V den poslední hodiny, kdy jsme se měli věnovat fotografování, se konečně udělalo přijatelné počasí pro možnost jít ven. Vyrazili jsme tedy do parku nedaleko KSK, kde měli účastníci spoustu možností pro fotografování.

Samotné fotografování, 45 minut

Na začátku jsme si prošli park a dívali jsme se kolem sebe a snažili se najít věci nebo úkazy, které by se mohly stát motivem. Společně jsme dospěli k tomu, že v parku se dá vyfotit téměř každé téma, o kterém jsme se v lekcích učili. Potom

dostali účastníci čas na fotografování. Někteří sami chodili a fotili, co je zaujalo. Někteří přišli pro radu, jak je nejlepší danou věc vyfotografovat. Venku jsme fotografovali zhruba 45 minut, protože některým už začala být zima, takže jsme se následně společně přesunuli do učebny. Cestou zpět do centra se mezi účastníky rozpoutala diskuse o tom, co kdo fotografoval a kdo si čeho všiml.

Prezentace fotografií a reflexe, 30 minut

V učebně každý přišel k lektorskému počítači, ze kterého se dalo promítat na plátno, a ukázal ostatním své fotografie. Tato práce probíhala s mou dopomocí, aby nedošlo ke zbytečným prodlevám. Poté jsme zhodnotili naši venkovní výpravu a na konci lekce dostali senioři zadání na závěrečnou hodinu a vysvětlení jednotlivých úkolů.

Úkol na evaluační hodinu:

1.jarní květ - sněženka, bledule, krokus, petrklíč - jakákoliv květina, může být i v květináči - umístit do zlatého řezu

2.detail jarního květu - detail květu bude zabírat co možná největší plochu fotografie

3.krajina/nebe - vyfotíte krajinu a využijete pravidlo třetin, kdy zajímavější, hlavní část (zajímavé mraky na nebi nebo krajina) bude zaujímat dvě třetiny obrazu

4. portrét - portrét bude zabírat alespoň 30 % plochy, bude umístěn ve zlatém řezu, lze využít pohled ven z obrazu, viz skripta

5.linie/perspektiva - liniemi jsou myšlena stromořadí, ubíhající pěšina, ulice, tunel, meandry řeky – cokoliv, co tvoří linie nebo se perspektivně ubíhá

6.zátiší - sestavte zajímavou kompozici a vyfoťte zátiší (může být z ovoce, zeleniny, kombinace květin s knihou, cokoliv - podobně jako jsme fotili společně, jako byl petrklíč, tulipán a rumba koule)

7.fotografie architektury - vyberte si zajímavou stavbu, umístěte ji do formátu tak, aby nechyběly případně věžičky nebo aby budova nebyla zbytečně uříznuta (lázně, radnice, kostel, jakákoliv zajímavá budova ve vašem okolí)

8.protisvětlo - využijte protisvětla pro vykreslení siluet čehokoliv – strom, věž

Fotografie prosím přejmenujte tak, jak je napsáno v zadání, podtržený výraz.

Mějte prosím na paměti: motiv by měl být jednoznačný a měl by zabírat největší část plochy, měl by být umístěn ve zlatém řezu nebo v liniích, krajinu dělíme na třetiny - zajímavá/důležitá část zabírá dvě třetiny, nebojte se k motivu přistoupit blíž, protože na co fotograf nedosáhne, je pro něj daleko.

Lekce 9 – Evaluační hodina

Počet účastníků: 8

Cíl lekce: Vyhodnotit, zda bylo dosaženo cílů programu a do jaké míry. Zjistit, zda se účastnící naučili pracovat s programem na úpravu. Zda použili skripta, bylo na nich, tento fakt nebyl hodnocen.

Dílčí cíle: účastník – vytvoří složky, stáhne fotografie

– analyzuje vlastní fotografie

– stáhne přílohu z e-mailu a uloží do vytvořené složky

– spustí program a otevře fotografie, které bude upravovat

– ořízne z fotografie nežádoucí okraje

– vloží text do fotografie

– přejmenuje a uloží upravené fotografie

Pro ověření znalostí a dovedností získaných aktivní účastí na kurzu bylo určeno 7 fotografií s jasným zadáním, co má na fotografií být. Tyto fotografie měli senioři zaslat e-mailem nejpozději do úterý před evaluační hodinou.

Na lekci poté zkopírovali zadané fotografie do nově vytvořené složky na ploše. Dál pak každý z účastníků krátce zanalyzoval vlastní tvorbu. Každý z účastníků ode mě obdržel e-mail s přílohou, která obsahovala ještě čtyři fotografie se zadáním, co je třeba u každého upravit. Po úpravě každou fotografii přejmenovali a uložili do složky, kterou si na začátku lekce vytvořili. Na konci lekce každý vyplnil krátký, deseti-otázkový dotazník a proběhlo stručné zhodnocení práce v kurzu.

Kvůli absenci paní koordinátorky bylo předávání a ukončení programu přesunuto na další týden. Bohužel, několik účastníků onemocnělo a tak předávání bylo komornější. Při předávání absolventských listů panovala příjemná nálada. Účastníci se dotazovali, za bude mít kurz nějaké pokračování a zda bych pokračování vedla znovu já. Tyto dotazy mě velice potěšily. Účastníci byli spokojení. Sice prý nedošlo na vše, ale i tak je kurz naučil mnoho nového.

7 Vyhodnocení programu

Zde se dostáváme k pedagogické evaluaci programu. Úkolem této kapitoly je vyhodnotit získaná data z pozorování a vyhodnotit celý kurz. Na konci kapitoly se pak pokusím navrhnout změny, které by vylepšily nedostatky programu. Pro účel evaluace jsem zvolila metodu systematického pozorování a metodu dotazníku.

7.1 Evaluační otázky

Cílem bakalářské práce bylo uskutečnit kurz digitální fotografie a zhodnotit, jaké z fotografických zásad si účastnici byli schopni osvojit.

E1: Do jaké míry si účastníci osvojili postupy a pravidla fotografování?

E2: Naplnil kurz očekávání účastníků?

E3: Které z činností účastníky nejvíce zaujaly?

E4: Jaký postoj zaujímají účastníci k novým zásadám fotografování?

E5: Motivoval program účastníky k zájmu o další zkušenosti s fotografováním?

7.2 Charakteristika vzorku

Kurzu Digitální fotografie pro seniory se zúčastnili klienti využívající nabídky kurzů zprostředkovávaných KSK Liberec. Senioři byli ve věku od 63 do 75 let – tzv. mladí senioři. Kurzu se účastnilo 10 seniorů, 4 muži a 6 žen. Z toho bylo 9, kteří splňovali následující požadavky: spadali věkem do vybrané kategorie seniorů, byli vlastníky digitálních fotoaparátů a měli osvojené základní dovednosti práce na počítači. Jedna z účastnic po třech lekcích z kurzu odstoupila kvůli závazným povinnostem vůči sboru, který vedla. Senioři se účastnili kurzu v roce 2017.

7.3 Nástroj evaluace programu – pozorování

Kurz Digitální fotografie probíhal v období únor až březen 2017 v deseti 90minutovýh lekcích, které se konaly 1x za týden, konkrétně ve čtvrtek od 13:00 do 14:30. Výuka probíhala v prostorách Komunitního střediska Kontakt Liberec a v jeho blízkém okolí.

Po celou dobu kurzu jsem pozorovala účastníky při práci a získané poznatky z jednotlivých lekcí jsem si zapisovala do deníku. V deníku jsem uváděla posun jednotlivých účastníků, u koho byl vidět značný posun, nebo naopak stagnace. Dále jsem si zapisovala poznámky pro účastníky k jednotlivým aktivitám nebo úkolům. Hodnotila jsem i svou práci, co bylo dobré a na co si naopak příště dát pozor nebo čeho se vyvarovat. Na závěr jsem zhodnotila celou lekci, zda bylo dosaženo hlavního cíle a dílčích cílů (Chrástka 2007, s. 151-154; Korthagen, 2011, s. 203-205).

V každé lekci jsme neustále využívali zpětné vazby. Účastnící dostávali zpětnou vazbu nejen ode mě, ale do jisté míry reflektovali i sami sebe a svou práci. Účastníci reflektovali i mou práci lektora, čímž mi velice pomáhali uvědomit si

vlastní omyly. Pokud s něčím nebyli spokojeni, hned se vyjádřili k věci a mnohdy navrhli i možné řešení.

V rámci poslední lekce proběhla evaluace, během které měli senioři za úkol donést pořízené fotografie podle zadání, zkopírovat je do počítače a zhodnotit jejich kompozici. Poté proběhla práce v programu na úpravu fotografií, kdy měli účastníci čtyři úkoly, které by měli po absolvování kurzu také zvládnout. Pro závěrečné zhodnocení jsem použila tabulku kritérií a indikátorů posunu. Tuto tabulku jsem využívala i v průběhu kurzu.

7.4 Nástroj evaluace programu – dotazník

V závěru kurzu jsem k evaluaci vyžila dotazník s deseti otázkami. Chtěla bych upozornit, že dotazník nebyl využit jako nástroj pro kvantitativní výzkum, ale jako doplňkový nástroj pedagogické reflexe. Otázky se týkaly spokojenosti s absolvovaným kurzem. Několik otázek bylo zaměřeno na znalost pravidel fotografování a další otázky mířily na to, zda kurz účastníkům přinesl něco nového. Některé otázky měly možnost výběru více odpovědí. Účastníci vyplňovali dotazníky za mé přítomnosti, což považuji za kladné, jelikož jsem mohla reagovat na dotazy ohledně otázek (Chráska 2007, s. 158-160). Všechna získaná data byla využita pouze k účelům realizace bakalářské práce. Jména účastníku ve výsledném hodnocení jsou zaměněna, aby byla zachována anonymita.

Ve třech otázkách dotazníku bylo využito metody škálování. Odpověď na ně byla - **rozhodně ne 1 2 3 4 rozhodně ano**. Otázky zněly: *Splnil program vaše očekávání?, Dokážete využít získané informace o kompozici a dalších jednotlivých zásadách?, Je schopnost dívat se kolem, vidět svět v obrazech důležitá?, Byla Vám skripta při práci na počítači nápomocná?* Tři otázky měly otevřenou odpověď. Otázky zněly: *Co byste nejvíce ocenili?, Co Vám program přinesl nového?, Bylo Vám nějakým způsobem nepříjemné fotit domácí úkoly a posílat mi je na e-mail?* Otázky ohledně fotografování měly uzavřené odpovědi. U některých bylo možné více odpovědí. Pokud tomu tak bylo, uvedla jsem tak v zadání otázky. Otázky zněly: *Co dopomáhá jednoznačnosti fotografie?, Jak se nazývá kompo-*

ziční pravidlo využívající horizontální a vertikální třetiny, jejichž průsečíky pomáhají správně umístit motiv?, Jak budete postupovat v případě, že chcete vyfotit detail?.

7.5 Zjišťování úrovně osvojení

Pro zjištění míry osvojení jsem využila metodu systematického pozorování. Tato kvalitativní metoda je založena na předem stanovených cílech pozorování. Lektor má předem určená kritéria a jejich indikátory posunu, které sleduje a poté vyhodnocuje. V tabulce jsou vypsány úkoly a dále míra jejich zvládnutí.

1. Tabulka: Indikátory posunu - práce s počítačem

Práce na počítači	
1. Spuštění počítače	•a) Potřebuje radu
	•b) Činnost zvládá sám
	•c) Dokáže poradit někomu dalšímu
2. Přesun fotografií do počítače	•a) Má obtíže s akcí i s použitím skript
	•b) Občas zapomene nebo přeskočí nějaký krok, ale dokáže akci zopakovat a zvládnout
	•c) Stoprocentně ovládá přesun fotografií
3. Posílání a přijímání e-mailů s přílohou	•a) Nikdy se nepodařilo odeslat nebo stáhnout přílohu e-mailem
	•b) Polovina pokusů úspěšná
	•c) Stoprocentní úspěšnost
4. Orientace v programu na úpravu fotografií	•a) Těžko se orientuje a nedokáže pracovat sám
	•b) S pomocí skript zvládá práci sám s občasnou radou
	•c) Ovládá práci s programem a nebojí se zkoušet i ostatní nástroje

2. Tabulka: Indikátory posunu - fotografování

Fotografování	
1. Ovládání vlastního fotoaparátu	•a) Nezvládá
	•b) Používá omezené množství funkcí

	•c) Používá většinu funkcí
2. Jednoznačnost motivu, velikost	•a) Má problém s jednoznačným zachycením motivu
	•b) Snaží se o jednoznačnost, s poloviční úspěšností
	•c) Ovládá princip jednoznačnosti fotografie
3. Kompozice – zlatý řez	•a) Pravidlo zná a neřídí se jím
	•b) Při fotografování se soustředí na přesné umístění motivu, občas zapomene
	•c) Má přirozený cit pro zlatý řez a dokáže ho vědomě porušit
4. Využití světla	•a) Nezajímá se o osvětlení objektu
	•b) Hledá správné osvětlení objektu a přemýšlí nad světlem
	•c) Fotí v čase, kdy je světlo nejlepší a dokáže s ním pracovat jako s motivem
5. Portrét	•a) Nedodržuje pravidla a postupy
	•b) Fotografuje podle zásad, občas chybuje
	•c) Řídí se zásadami, nebojí se i záměrně porušit zásady
6. Analýza fotografií – obrazové vidění	•a) Hodnotí fotografie pouze podle libosti či nelibosti motivu
	•b) Dokáže ve fotografii najít motiv, určit případně chyby v kompozici
	•c) Dokáže fotografii velmi dobře zhodnotit, a to z hlediska výběru motivu, kompozice, výrazových prostředků, popíše emoce, které v něm fotografie vyvolává. Komplexně o fotografii přemýšlí jako o obraze

V průběhu kurzu účastníci dostávali úkoly, které na sebe logicky navazovaly. Každé z témat využívalo zásadu jednoznačnosti, velikost a výběr motivu, umístění motivu do zlatého řezu. Každé téma mělo stanovené i dílčí cíle zvládnutí. U každého tématu se předpokládá, že účastník úkoly zvládne alespoň na 50 % (30-60 %). Z každé lekce jsem provedla zápis poznatků a zápis o posunu účastníků.

V poslední lekci bylo ověřování prováděno v komplexním měřítku. Účastníci dostali zadání o několika úkolech, které měli splnit. Celou tuto hodinu byla sledována míra samostatnosti a osvojení si znalostí postupů práce s počítačem a znalosti postupů fotografování a využívání obrazových prvků.

7.6 Zhodnocení učení účastníků

Nashromážděná data z pozorování, reflexí a závěrečného dotazníku budu nyní prezentovat pro každého účastníka programu zvlášť. V následující kapitole uvádím odlišná jména všech účastníků programu oproti jejich skutečným jménům. Tento postup zachování anonymity účastníků jsem zvolila v celá bakalářské práci.

Paní Jindra

Paní Jindra byla aktivní členkou turistického klubu pro seniory, se kterým pořádali různé výlety a exkurze. Ona byla hlavní fotografkou, která zaznamenávala jejich výpravy. Žádného kurzu digitální fotografie se prý nikdy nezúčastnila. Pro tento kurz se rozhodla, protože měla se svým klubem jet na zahraniční zájezd, ze kterého si chtěla přivézt lepší fotografie. I ona přiznala, že dříve, když fotila na klasický kinofilm, tak rozmýšlela, co fotí, a ne jako teď. Stěžovala si na spoustu času, který pak musí věnovat výběru zdařilých fotografií ze záplavy těch nepovedených.

Když přišel čas na práci s počítačem, byla paní Jindra jednou z těch opatrnějších. Byla zvyklá na svůj počítač a ze začátku se jí do práce nijak nechtělo. Nicméně se v průběhu času osmělila a prováděla úkoly na počítači bez velkých obtíží. Bohužel měla smůlu i na počítač, u kterého seděla. Jelikož jsme nebyli jediní, kteří učebnu s počítači využívali, občas se stalo, že počítač reagoval ještě na akce prováděné předchozí skupinou nebo měl jinak uspořádané ikony. To paní Jindra těžce nesla.

Když jsme začali v kurzu fotografovat, velmi se za svoje fotky styděla a pořád nebyla spokojená s výsledky. Ani přes moje upozorňování, že k dobré fotografii musíme uzrát přes spoustu omylů, se její nálada moc nezlepšila. Pravidlo

zlatého řezu už znala, dokázala ho i využít, což bylo cílem třetí lekce. Občas jsem z jejího chování cítila nedůvěru v to, že by byla schopná se v něčem zlepšit, a v to, že by jí cvičení mohla pomoci. Tato nálada pokračovala až do chvíle, když jsme začali pracovat s programem na úpravu fotografií. Možná měla pocit, že když se naučí fotografie upravit, budou lepší. Avšak přišlo další zklamání, protože se paní Jindra bála s programem pracovat. Bála se, že zničí počítač a tak občas odmítala pracovat. Nakonec se ukázalo, že měla jiné problémy, nesouvisející s kurzem, které ovlivňovaly její nálady a práci.

Domácí práci mi paní Jindra posílala pravidelně. Vyhodnocování její závěrečné práce nebylo úplně snadné. Paní Jindra v závěru kurzu onemocněla a nemohla se zúčastnit evaluační hodiny. Poslala mi fotografie e-mailem s omluvou, že se necítí dobře. Mezi fotografiemi byly i starší fotografie. Naštěstí starší byly jen dvě a zbytek fotografií byl pořízen za účelem posledního úkolu. Fotografie byly foceny s uvědoměním si zlatého řezu a velikosti motivu. Jen občas paní Jindra opomíjela sledovat rušivé prvky, které se jí dostaly do fotografie. Příkladem byly fotografie budov, úkol perspektiva. Vyfotila řadu domů a chodník, ale na druhé straně chodníku na fotografii byly části zaparkovaných aut. Fotografie jarních květů a portrétu vnoučat byly velmi zdařilé a bylo z nich poznat, že paní Jindra věděla, jak na to. Fotografie krajiny a protisvětla vybrala ze starých fotografií. Z nich bylo patrné, že byly vyfoceny náhodně, nicméně i tak byly dobré.

Paní Jindra se v e-mailu vyjádřila, že děkuje za zkušenosti, které jí kurz nabídl. Nejvíce že děkuje za webové stránky, na kterých může prohlížet zajímavé fotografie, a za blogy fotografů, kde může najít další zajímavé informace. S kurzem byla spokojená, jen ji mrzelo, že pro ostatní aktivity a problémy neměla už tolik času na fotografování, a také, že jí nemoc znemožnila účastnit se závěrečné hodiny.

Kdybych měla celkově zhodnotit práci paní Jindry, tak si úspěšně osvojila pravidlo zlatého řezu, které dokázala využívat po celou dobu kurzu. I velikost zvoleného motivu byla ve většině případů správná. Co se týká fotografování por-

třetu, tak i tam správně ponechávala volný prostor ve směru pohledu fotografovaného. Co ovšem nebylo silnou stránkou paní Jindry, stejně jako i několika dalších účastníků, bylo fotografování krajiny, architektury a perspektiva. Práci s počítačem ovládala a dokázala fotografii oříznout a vložit do ní text, což byly věci, které se v kurzu chtěla naučit.

Pan František

Pan František se svěřil, že už delší dobu měl zájem o to, přihlásit se do nějakého kurzu fotografování, ale prý ho vždy odradila cena a nízká sebedůvěra, že by mohl kurz zvládnout a nebyly by to pro něj vyhozené peníze. Tohle prý bral jako prověrku toho, jestli má smysl se ve fotografování dál rozvíjet.

Při práci na počítači občas propadal beznaději, protože úkoly nestíhal stejně rychle jako jeho soused (pán u vedlejšího počítače, kterému práce na počítači nečinila žádný problém). Poté přicházely chvíle, kdy chtěl kurz vzdát. Ale naštěstí snahu nevzdal, práci na počítači nakonec v dotazníku hodnotil velmi kladně. *„Díky domácím úkolům, které jsme museli posílat e-mailem na každou lekci, jsem procvičoval kopírování a posílání fotek e-mailem. Teď už vím, co mám dělat.“*

Pan František se chtěl zdokonalit a jeho touha občas vedla ke zbrklosti. Při cvičeních fotografování dost často nevěděl, co má fotit, i přesto, že zadání bylo jasné. Dost často říkal *„Foťte, já bych Vás jen zdržoval, než bych se k tomu nastavil, tak tu všichni zestárneme.“* Nakonec se jeho zbrklost vytratila s příchodem další práce na počítači, kdy si uvědomil, že vlastně není důležité zvládnout vše co nejrychleji.

Práce v programu na úpravu fotografií pana Františka velmi bavila. Dokonce se odvážil vyzkoušet i nástroje, se kterými podle zadání pracovat neměli, konkrétně s nástrojem klonování. Několikrát naklonoval hlavu svého kamaráda do fotografie a pobavil tím i ostatní účastníky, kteří si to také chtěli zkusit. Vlastně dal ostatním impulz, že se není čeho bát. Všechny akce se v tomto procesu dají vrátit.

Jeho závěrečná práce se také částečně skládala z fotografií nových a starých. Ovšem pan František dokázal vybrat opravdu odpovídající fotografie. Potěšila mě i práce navíc, kterou udělal sám od sebe. Z fotografií, které neměly motiv umístěný ve zlatém řezu, v programu ořízl kraje tak, aby tomu tak bylo. Dokonce byl jediný, který použil čtvercový formát fotografie. Musím říct, že zdárně. Pan František znal pravidlo zlatého řezu, ale při fotografování na něj zapomínal. Doháněl to pak právě oříznutím v programu. Dokonce na otázku, zda při fotografování využívá zlatý řez, řekl *„No, vyfotím to, co se mi líbí, a doma pak ořízku fotografii tak, aby tam bylo jen to, co chci."*

Pro shrnutí, pan František pravidla znal, ale moc se jimi neřídil. Dodatečně pak fotografie podle pravidla upravoval. Nejčastěji fotil svá vnoučata a koně, které choval. Ke zbylým motivům moc cit neměl. Například nefotil detaily předmětu, pouze předmět jako celek. O fotografování krajiny a architektury také úplně nestál. Ale kurz hodnotil kladně: *„Naučil jsem se líp s fotkama v počítači, tak se nebudu bát naučit se víc s foťákem."* Pan František byl jedním z šesti, kteří měli stoprocentní docházku.

Pan Václav

Pan Václav se fotografování nijak zvlášť nevěnoval, ale byl to velmi akční senior. Ve svém věku se rozhodl studovat vše, na co doteď neměl čas. V KSK navštěvoval kurzy výuky na počítači, kurzy sociálních sítí a chodil na lekce angličtiny pro seniory. Při jeho aktivním zapojení do různých kurzů se už jednoho kurzu digitální fotografie účastnil. Spokojen však nebyl, kurz ho stál spoustu peněz a nic si z něho neodnesl. Rozhodl se však nevzdávat se, a proto se přihlásil znovu s tím, že doufá, že se teď v kurzu něčemu naučí. Sám pak o sobě rád říkal *„Když bych se předtím učil s takovým nasazení jako teď, kde bych mohl bejt."*

I přes všechny navštěvované kurzy si nebyl při práci na počítači jistý tím, co dělá. Ze začátku neustále tápal. Bylo vidět, že vždy když mu něco nešlo a žádal o pomoc, ať už lektora nebo své děti, tak nepřišla rada, jak věc zvládnout. Dotyčný za pana Václava úkon udělal, ale už mu nevěnoval čas, kdy by mu postup

vysvětlil. Proto velmi oceňoval mé vysvětlování práce s počítačem na začátku kurzu, srozumitelně napsaná skripta a názornou ukázku všech postupů a trpělivost při vysvětlování. Pan Václav si s sebou nosil diktafon, na který si nahrával moje výklady postupů.

Při fotografování postupoval opatrně a nejprve sledoval ostatní, jak si připravují předměty pro focení, a pak se snažil najít si nějakou kompozici pro sebe. Občas využil té, co už někdo postavil. Jeho fotoaparát byl už starších a občas nefungoval, tak pan Václav fotografoval na mobil. To mělo jeden háček. Zaprvé fotografie nebyly tak kvalitní, což by tolik nevadilo, ale pan Václav nedokázal stáhnout fotografie z mobilu do počítače. Asi v druhé polovině kurzu, když jsme fotografovali portrét, mi na lekci řekl: *„Dívko, vy se mi asi budete smát, ale ten zlatej řez platí vlastně úplně všude, že jo?“* Jeho reakce na uvědomění mě potěšila i pobavila.

V závěrečném úkolu pan Václav nepojmenoval fotografie, jak bylo požadováno v zadání. Tudíž si znesnadnil práci s fotografiemi a nesplnil tak jednu část zadání. Z fotografií bylo jasně znatelné, že je pan Václav fotografoval narychlo nebo si vůbec neuvědomoval pravidlo zlatého řezu a vlastnosti světla. Ač jsme jednu lekci věnovali právě světlu, v jeho fotografiích bylo několik nežádoucích tvrdých stínů a přesvícených ploch. O tom, že byly fotografie pořízeny narychlo, vypovídalo i to, že zátiší bylo fotografováno několikrát shora a nikdy z boku. Co však zvládl, bylo focení květin a zachycení perspektivy. Na konci evaluační hodiny se přiznal k tomu, že opravdu fotografiím moc času nevěnoval. Zrovna dokončoval jednání o spolupráci se zahraničním investorem a tak měl jiné starosti. Jeho důvod pro odbytí úkolu se dal pochopit, ale velmi mě to mrzelo. Celý kurz se snažil, byl pracovitý, a když se nevěděl rady, tak požádal o pomoc.

Moje hodnocení práce pana Václava v průběhu kurzu je velmi dobré. I on měl stoprocentní účast v kurzu. Ovšem závěrečný úkol nebyl úplně splněn. Pan Václav si to však uvědomoval a omlouval se. V práci s počítačem se zlepšil a moji pomoc už nepotřeboval. Občas mu dělo problém posílání fotografií e-mailem. Co

musím ocenit, byl jeho smysl pro fotografování květin. S vnuky chodil do botanické zahrady. U těchto fotografií vždy dodržel zásadu zlatého řezu a jednoznačnosti. To pro mě bylo důležité, aby alespoň v případě fotografování oblíbené věci byla pravidla dodržena. Každý fotograf musí uzrát.

Paní Zora

Paní Zora neměla žádné vetší předchozí zkušenosti s fotografováním. Byla prý pouze majitelkou digitálního fotoaparátu a fotila vše, i to, co nebylo zajímavé. Nebyla ani nijak zkušená, co se týkalo práce s počítačem, což byl ze začátku trochu problém. Paní Zora se bála udělat cokoliv, aniž bych u ní nestála a neradila jí, co má dělat. Bála se jakékoliv možné chyby. Říkala „N*echci ten počítač rozbít.“* Naštěstí při častém opakování všech postupů si začínala být jistější a moji pomoc už tolik nepotřebovala.

Při fotografování myslela na to, aby například tulipány ve váze byly uspořádané diagonálně. Snažila se striktně dodržovat veškerá pravidla, což někdy působilo dost křečovitě. Naštěstí křeč časem opadla. Paní Zora byla nejpilnější účastnicí, co se týče studia skript a zápisků z prezentací a diskusí. A byla velmi všímavá a u fotografování přemýšlela. Při práci v programu Zoner Photo Studio 13 si byla paní Zora celkem jistá, pokud nenašla radu ve skriptech, tak požádala mě, jinak pracovala velmi samostatně.

Bohužel se paní Zora nemohla zúčastnit předposlední a závěrečné evaluační hodiny, protože si zlomila nohu na dovolené v Dolomitech. V e-mailu vyjádřila dík za mou trpělivost při vysvětlování nových informací a za novou inspiraci jak fotografovat. V příloze mi poslala pár fotografií, které pořídila v Dolomitech.

Paní Hana

Paní Hanka fotografovala od dětství a i teď hodně fotografuje. Jejím nejčastějším objektem pro fotografování jsou jiřiny, které pěstuje. Je členkou klubu Jiřinek a se svými květinami jezdí na výstavy. Také vede vlastivědné procházky. Od kurzu očekávala, že jí především naučí víc pracovat s jejím novým fotoaparátem.

Práci na počítači ovládala velmi dobře a dokonce pomáhala paní Janě, která seděla vedle ní a velmi často si nevěděla rady. Práci na počítači, pro ni samotnou, zhodnotila jako zbytečnou. Nakonec však uznala, že si osvojila postup přesunu fotografií, který zatím nepoužívala. Podotkla, že tento postup přenosu fotografií jde využít opravdu na každém počítači. Ona však že na vlastním počítači fotografie ukládá jinak, ale to ne všude funguje.

V hodinách, kdy jsme cvičně fotili, se nebála jít fotografovat jako první a mnohdy i poradila nebo ukázala vlastní iniciativu. V hodině, kdy jsme fotografovali zátiší, sundala ze stěny hodiny, aby je mohla přidat k zátiší. Svůj počin okomentovala slovy, že zachytila zátiší v čase. Zájem o květiny a celkově o přírodu se odrážel v tom, co paní Hana nejčastěji fotografovala. Jelikož se na květiny dívala neustále, věděla, z kterého úhlu jsou nejhezčí a nejzajímavější. Díky přírodovědným procházkám značnou část volného času trávila v přírodě a všímala si zajímavých přírodních úkazů, které pak i zajímavě vyfotografovala.

Pří závěrečné práci paní Hana prošla skvěle. Její fotografie byly jednoznačné a zajímavé. Také si vybrala nějaké starší fotografie, ale jen proto, aby mohla ukázat to, co v danou roční dobu zachytit nešlo. I přes první odtažitost k práci v programu na úpravu fotek zvládla vytvořit ořez fotografií i vložit text. Dokonce zkoušela i úpravu barevnosti fotografie. Naučila se lépe ovládat svůj fotoaparát, ale ještě zbylo dost funkcí, které přístroj nabízí, a se kterými si bude muset časem poradit sama. Nebylo možné, aby byl kurz až natolik individuální. Paní Hana prošla všemi lekcemi kurzu a ocenila jeho srozumitelnost i to, že nebyli jeho účastníci nuceni do věcí, na které se necítili nebo dělat nechtěli.

Paní Jana

Nejstarší účastnice kurzu měla zkušeností s fotografováním velmi málo. Jako dítě prý fotografovala, v dospělosti prý fotoaparát vlastnila, ale s digitálním fotoaparátem, který jí daly děti, prý fotí zřídka. Tvrdila o sobě, že už je na takovou technologii stará. Od kurzu očekávala, že jí pomůže vyzrát na fotoaparát a že si

bude vědět rady, jak s fotografiemi dále pracovat. Projevila zájem o tisk fotografií na různé předměty.

Hned v začátcích kurzu bylo jisté, že pro paní Janu bude kurz velkou zkouškou. Možná to bylo zapříčiněno i horším sluchem, ale paní Jana nepracovala nikdy sama. Neustále žádala o radu a sama se do žádné práce neodvážila. Byla velmi opatrná a bojácná. Snažila jsem se jí věnovat, jak to šlo, a postupy s ní opakovat. Ale při lekcích nikdy moc práce nestihla. Na druhou stranu vlastní počítač ovládala dobře a vždy mi e-mailem poslala fotografie, což vypovídalo o tom, že tyto úkoly zvládá, jen ne na cizím počítači.

Paní Jana se vždy držela spíš vzadu. Při práci čekala, až jí přijdu poradit a budu u ní stát. Když se v hodinách fotografovalo, nevyužila ani zoomu, aby předmět přiblížila. V jejích fotografiích se objevovaly rušivé prvky a dost často chyběla fotografii jednoznačnost. Když jsme měli lekci, kde jsme si říkali o důležitosti světla a na co si máme dát pozor, říkala *„Když není světlo použiju blesk, nebo ne?“* Při fotografování v hodinách se dívala na ostatní, jak fotografují, aby to mohla udělat podobně. Ovšem když pracovala samostatně, byla si nejistá. Ani zásadu zlatého řezu nevyužívala.

Paní Jana se velmi snažila držet krok se skupinou, ale spíš zaostávala. Nedokázala pracovat samostatně a občas si místo práce prohlížela e-maily nebo nesouvisející informace na internetu. Docházku však měla stoprocentní a děkovala mi za trpělivost, kterou jsem s ní měla. Kurz se jí líbil, i když jak říkala, moc dobrých fotografií neudělala, zato se prý dozvěděla nové informace. A ráda trávila čas v naší skupině.

Pan Michal

Pan Michal byl jedním z nejzkušenějších účastníků kurzu. Jeho rodiče byli profesionálními fotografy, ale tehdejší doba mu bohužel nedovolila jít ve stopách jeho rodičů. K profesionálnímu fotografování měl ze všech účastníků nejblíže. Sám se začal fotografování věnovat více, až když měl vlastní rodinu. Více než fotografování ho však bavilo filmování a střih videí. Sám se na začátku představil

jako *„kameraman amatér“* a *„věčný samouk“*. Do kurzu se přihlásil, aby se zlepšil ve fotografování, aby pouze bezhlavě necvakal a získal inspiraci, co fotografovat. Bral to jako jistý závazek k tomu, že rodiče fotografovali. Pan Michal se účastnil kurzu digitální fotografie, který byl pořádán také v KSK, ale nijak zvlášť spokojen nebyl. Zaplatil dost peněz, ale moc si z kurzu neodnesl a nevyhovoval mu ani přístup fotografa, který kurz vedl.

Práci s počítačem ovládal bez jakéhokoliv zaváhání. Už na začátku kurzu mě požádal, zda bych mu zadala jinou práci, jinak to je pro něj ztracený čas. Proto jsem pro pana Michala připravila několik úkolů v programu Zoner Photo Studio 13, které tvořil samostatně, nezávisle na ostatních. V posílání domácích úkolů a konzultování fotografií byl nejaktivnějším účastníkem.

Fotografování měl v krvi. Z hodin si odnášel spoustu inspirace pro focení, posílal mi více fotografií, než jsem požadovala, a žádal o jejich konzultace. Práce s ním byla úplně jiná než s ostatními. Pan Michal prokazoval opravdu veliký zájem o focení a nebál se mu věnovat více času. Nikdy se nevymlouval, že měl spoustu práce, a proto nemohl nic nafotit a poslat. Jako jediný fotil vše, co jsme se na lekcích učili, od květin a zvířat po krajinu, ale i architekturu, schodiště, tramvaje a další.

Pan Michal nevynechal ani jedinou lekci, vždy poslal domácí úkoly jako první, naučil se dělat fotomontáž a upravovat barevnost fotografie. Na poslední hodině pan Michal exceloval, práci měl hotovou jako první a pak radil ostatním.

Pan Pavel

Pan Pavel, věčný mluvka, byl vášnivým cestovatelem. V mládí procestoval světa kraj a na klasické kinofilmy pořídil několik desítek, možná i stovek fotografií. Fotil na mnoho dnes již vzácných fotoaparátů, které má dodnes a považuje je za část svého života. Měl dokonce to štěstí, že se o jeho fotografie zajímal jistý cestovatelský časopis a fotografie otiskl ke svému článku. Ovšem pak přišla doba digitalizace a i on si koupil moderní přístroj. A s tím prý začalo jeho trápení. On sám říkal: *„Od té doby, co mám ten digitál, tak ty fotky sekám jak Baťa cvičky*

*a už se vůbec nerozmýšlím, co jak fotím a hlavně kolikrát.“ S*tejně jako páni Michal a Václav se zúčastnil kurzu digitální fotografie v KSK. Nezmínil se, že by mu kurz nic nedal. Prý za pár hodin inkasovat takové peníze byla dost nehoráznost. Do žádného dalšího kurzu se nepřihlásil. Pouze sledoval blog jednoho libereckého fotografa, který na blogu zveřejňoval rady ohledně fotografování.

Jeho povaha zajímat se o všechno, co se kolem děje, a potřeba vyprávět své příhody, ho zdržovala od práce. S počítačem uměl již z předchozího zaměstnání, ale když přišlo na přenos fotek do počítače, ne vždy si věděl rady. Pokaždé však přišel na to, jak problém vyřešit. Když přišlo na práci v programu Zoner Photo Studio 13, dokázal odstranit červené oči, oříznout nežádoucí okraje fotografie a vložit do ní text.

Jako terapii zvolil klasický fotoaparát, na který pořizoval i fotografie zadané jako domácí úkol. Fotil i na digitální fotoaparát, kde, jak sám říkal, trénoval, a na kinofilm fotil *„na první dobrou“.* Vyvolané fotografie mi pak nosil do hodin ukázat a říkal mi, jaký byl záměr fotografování. Tento přístup byl zajímavý a mně se líbil, ale když přinesl vyvolané fotografie, byly mezi nimi i fotografie, které neměly s kurzem co do činění, a pan Pavel mi potřeboval sdělit, co je to za fotografie. Musela jsem ho vždy zastavit, jinak bychom po zbytek lekce nedělali nic jiného. Byl to takový rušivý element. Mnohdy jsem ho musela dost hlasitě napomenout, aby mě přes jeho povídání slyšel, a utišovali ho i ostatní.

Pan Pavel stále ještě pracoval na úřadě a byl to velmi zaneprázdněný člověk. Úkoly, které vyfotografoval na klasický fotoaparát, mi nosil ukazovat, ale fotografie pořízené digitálním fotoaparátem se ke mně dostaly až na flash disku na poslední lekci. Tudíž nemohu soudit, zda si tento postup osvojil. Když jsme fotografovali, tak pan Pavel byl spíše dokumentarista všech ostatních, místo toho aby fotografoval zadané téma. Na závěrečnou hodinu si přinesl klasické fotografie a pak další fotografie na flash disku, se kterými pak pracoval. Jeho závěrečné fotografie byly z koncertu, na kterém ten týden byl, a pak pracoval s fotografiemi vnoučat a fotografiemi jarních květů. Ve fotografiích používal zlatý řez a hlídal si

velikost motivu, což jsem brala jako velký úspěch. Nebyl to typ, který by dodržoval přesné zadání toho, co má fotit, ale fotil s chutí.

Paní Jaroslava

Paní Jaroslava byla také majitelkou digitálního fotoaparátu. Neměla žádné předchozí zkušenosti, vlastní ani z jiného kurzu. Stejně jako pana Františka i ji odradila cena kurzů a nízké sebevědomí. Na tento kurz se prý přihlásila, protože jí jedna známa doporučila KSK jako organizaci, kde je dobré začít s podobnými kurzy.

Práci na počítači neovládala s žádnou velkou jistotou, ale při práci jí dopomáhala skripta. Společně s paní Zorou řešily všechny úkoly a snažily se jedna druhé pomáhat. Pokud na nic nepřišly, tak požádaly o radu. Během kurzu si paní Jaroslava upevnila postup posílání fotografií e-mailem. Když jsme pracovali v Zoner Photo Studio 13. nebyla si ze začátku jistá v tom, co jak udělat, ale díky tomu, že si pečlivě pročetla skripta, si poradila s každým úkolem.

Fotografie, které měli nafotit jako domácí úkol a poslat mi je, dost často zaměňovala za ty, které pořídila v minulosti. I paní Jaroslavě jsem říkala, že fotit se naučí pouze focením, tak ať se toho nebojí. Při společném focení se snažila dodržovat pravidlo zlatého řezu a dostatečnou velikost motivu. V době kurzu jela paní Jaroslava lyžovat do Dolomit, tak jsem ji požádala, ať tam pořídí nějaké fotografie do kurzu, že je to skvělá příležitost pro zajímavé focení. Opravdu mi poslala několik hezkých fotografií tamních skal. Fotografie z hodin byly dobré, ale malé sebevědomí nebo nedostatek času měly za následek to, že se na fotografiích objevovaly rušivé prvky.

Práce s programem jí zprvu dělala obtíže, ale nakonec se dokázala zorientovat a používat základní nástroje. Paní Jaroslava měla zájem o to, abychom pracovali s programem Fotolab pro tvorbu fotoknih a kalendářů, ale na to bohužel nebyl čas. Dala jsem paní Jaroslavě odkaz na stránku, kde si může program stáhnout, a odkázala jsem ji na knihu *„Práce a počítačem pro seniory 2“*, kde byl po-

psán postup instalace a tvorby jednotlivých produktů. Paní Jaroslava si dokázala program nainstalovat a doma se s ním sama učila.

Při evaluační hodině děkovala za vlídný a trpělivý přístup lektora a za nové informace a inspiraci pro focení. Byla ráda, že se kurzu zúčastnila, protože jí pomohl věřit si při práci s počítačem. A nikdy by prý nevěřila, že dokáže sama něco nainstalovat do počítače.

8 Vyhodnocení evaluačních otázek

E1: Do jaké míry si účastníci osvojili postupy a pravidla fotografování?

K nejlepšímu osvojení a vyzkoušení si různých fotografických zásad došlo u pana Michala. Jeho práce v hodinách i domácí příprava byla jedna z nejpečlivějších. K průměrnému osvojení došlo u pana Františka, paní Hany, Jindry a Jaroslavy. Ostatní dokázali pracovat s motivem a jeho umístěním, ale pouze při fotografování zátiší nebo jednotlivých předmětů. Všichni účastníci dokáží využít světlo, pro tvorbu siluet.

E2: Naplnil kurz očekávání účastníků?

Upřímně řečeno, kurz nedokázal naplnit všechna očekávání účastníků. Nebylo možně v časové dotaci, kterou jsme pro kurz měli, vyzkoušet vše, o co se účastníci zajímali. Například paní Hana mi při závěrečném hodnocení programu sdělila, že se chtěla hlavně naučit používat svůj fotoaparát, využívat všechny jeho programy a zorientovat se v jeho parametrech. Něco se prý dozvěděla, ale ještě toho je hodně, na co si musí přijít sama. Pan Michal jakožto vášnivý kameraman už byl dost zkušený ohledně práce na počítači, i v takzvaném obrazovém vidění, a jeho přáním bylo naučit se upravovat fotografie a tvořit fotomontáže. Tvorba fotomontáží byla i přáním pánů Václava a Pavla, ale na rozdíl od pana Michala nebyli natolik zkušení v práci s počítačem a byl pro ně problém se vůbec zorientovat v programu, už jen kvůli tomu, že nedokázali tak přesně pracovat s myší nebo s klávesovými zkratkami, kterých se v tomto procesu mnohdy využívá. Pan Michal vlastní pílí zvládl udělat fotomontáž jako jediný. Paní Jaroslava a Zora si přá-

ly naučit se pracovat s Fotolabem, to však nebylo možné, jelikož program Fotolabu je složitý a ostatní účastníky toto téma moc nezajímalo. Nenechaly se odradit a pustily se do samostudia. Ale abych neupozorňovala pouze na požadavky, které program nenaplnil, ráda bych teď poukázala na to, s čím byli účastníci spokojeni. Každý z účastníků si přál, aby jeho fotografie byly lepší, a tohoto přání dosáhli osvojením si správného komponování (zlatý řez). Dále měli někteří obavy z počítače a posílání fotografií e-mailem, a i v tom jim kurz pomohl se zlepšit. Pouze paní Jana byla ve všech směrech dost pozadu za ostatními, kvůli své opatrnosti. Ale její snaha a odhodlání byly obdivuhodné.

E3: Které z činností účastníky nejvíce zaujaly?

Aktivity, které účastníky bavily nejvíce, byly ty, o které se účastníci sami zajímali. Pana Michala, Václava, Pavla a paní Jindru a Jaroslavu zajímalo upravování fotografií. Paní Zoru, Janu a pana Františka zajímala kompozice objektů. Aktivitou, která bavila všechny, bylo hledání v online galerii fotografií, kde měli najít fotografie, které se jim nejvíce líbí, a zkusit popsat, jaké zásady fotograf využil, jaké je na fotografii světlo, kdy byla fotografie focena a jaké emoce fotografie vyvolává. Tato aktivita byla oblíbená, protože umožnila účastníkům prohlížet různé hezké fotografie, ve kterých nacházeli inspiraci, a do té doby je třeba ani nenapadlo něco podobného fotografovat. Aktivita, která poukazovala na funkce světla, účastníky sice také bavila, ale nedokázali získané informace a zkušenosti využít při fotografování. Přiznali se, že na světlo často zapomínali právě kvůli tomu, jak se soustředili na motiv, jeho velikost a usazení do zlatého řezu.

To, co účastníci nejvíce oceňovali, byly powerpointové prezentace a skripta pro práci s počítačem a dále srozumitelnost, logické uspořádaní a trpělivý výklad.

E4: Jaký postoj zaujímají účastníci k novým zásadám fotografování?

Všichni účastnicí v závěrečném dotazníku zmínili, že se budou snažit nově získané informace při fotografování využívat. Ovšem už v průběhu kurzu jsem poznala, že někteří si jsou schopni tyto zásady uvědomovat už při focení a někteří si je uvědomují až poté, co fotografie prohlíží v počítači. Ale jsou pak schopni

kompoziční zásady do jisté míry upravit v programu na úpravu fotografií, což nebylo úplně mým záměrem, ale pro některé to tak bylo snazší. Všichni dokázali pracovat s uvědoměním si zlatého řezu a velikosti motivu. Zásady ohledně fotografování krajiny nebo linií už byly pro většinu, kromě pana Michala a paní Hany, dost obtížné k osvojení a účastníci ani neprojevili větší zájem o to si je osvojit.

E5: Motivoval program účastníky k zájmu o další zkušenosti s fotografováním?

V poslední hodině, během které jsme zhodnocovali kurz, i týden potom u příležitosti předávání absolventských listů za přítomností paní koordinátorky se účastníci vyjádřili v tom smyslu, že by byli rádi za nějaké pokračování, které by navazovala na tento kurz. Pan Pavel zdůraznil, že i přes své zkušenosti s fotografií mu tento kurz přinesl mnohé nové informace a možnost konzultovat fotografie. Za pravdu mu dal i pan Václav a dokonce navrhl, že bychom se mohli společně vydat na končící výstavu fotografií v domě Vlasty Buriana, kam jsme nakonec ten den ještě vyrazili. Přidali se k nám pánové Michal a František a také paní Hana.

9 Diskuse

V této kapitole budu shrnovat všechny poznatky získané studiem literatury a porovnám je s poznatky získanými vlastní praxí. Dále zhodnotím program a jeho jednotlivé části a navrhnu možné úpravy a změny.

Nejprve bych se zaměřila na fakta získaná studiem literatury zabývající se skupinou seniorů a jejich vzděláváním. Má domněnka, že skupina mladých seniorů bude pro kurz dobrá, se z části potvrdila. Účastnici byli aktivní, měli spoustu zájmových aktivit, dál se vzdělávali a někteří ještě částečně pracovali. Toto všechno však bylo do jisté míry kontraproduktivní. Tito senioři sice neztratili kontakt s produktivním světem, ale byli příliš zahlceni věcmi, které museli nebo chtěli stihnout, což se pak odráželo v jejich fotografiích. Často se omlouvali za neúplné splnění domácího úkolu nebo pozdní termín dodání, protože měli spoustu práce. Proto jen rychle něco vyfotili nebo vybrali starší fotografie.

Program jsem ve zkrácené formě, bez práce na počítači a upravování fotografii, aplikovala ještě na další pětičlennou skupinu seniorů. S těmi už probíhalo fotografování venku a skripta dostali pouze k samostudiu. Většina z nich uměla stáhnout fotografie do počítače samostatně, i poslat je e-mailem. Byla to skupina příbuzných a rodinných známých ve stejném věkovém rozmezí - mladý senior. Byli to senioři z malého města, kde nebyla možnost jiných podobných aktivit. Jejich úsilí a nasazení bylo znatelně vyšší. Bylo zřejmé, že si na fotografování vyhradili určitý čas, a ten opravdu věnovali pouze fotografování. Jejich fotografie byly pořízené v širším okolí a zachycovaly více různých motivů, zatímco senioři z Liberce pořizovali fotografie v domácím prostředí, cestou domů nebo na zahradě. Byly to například výhledy z okna, květiny na zahradě, ulice, ve které bydleli a občas i nějaké portréty nebo fotografie z akcí, které navštívili. I přes tyto rozdíly se všichni snažili, jak uměli, a bylo pro ně důležité, aby byli pochváleni. Pochvala každého motivovala do další práce.

Otázkou pro další realizace kurzů je, zda je nutné zařazovat výuku práce s počítačem. V případě této realizace programu to bylo vyžadováno. Ovšem při

dalším realizování by mohla skupina, která tuto práci ovládá bych čas využila pro fotografování.

Tímto bych navázala na dovednosti lektora a přípravu studijních materiálů, na které mě upozornila literatura. Jako první bych zmínila velikost písma v prezentaci a ve skriptech. Při tvorbě jakékoliv prezentace je důležité, aby byla jasná a dobře čitelná. Ovšem když jsem psala skripta, hned jsem si neuvědomila, že toto pravidlo platí i pro ně. Zmátl mě fakt, že všechny knihy a příručky pro seniory jsou psány stejně velkým písmem jako ostatní knihy. To mě dovedlo k otázce, proč autoři, kteří píší knihy pro seniory, nezohledňují aspekt zhoršujícího se zraku ve stáří a nepoužívají ve svých knihách větší písmo. Rozhodla jsem se tedy svá skripta upravit a písmo zvětšit, což se mi pak v praxi osvědčilo. Několik z účastníků ke čtení potřebovalo brýle a stalo se, že si je někdy zapomněli. Dále jsem se soustředila na svůj mluvený projev, který jsem si nahrávala, abych zjistila, zda mluvím srozumitelně. Nahrávky jsem pořizovala také z důvodu toho, abych si ověřila, jestli nemluvím příliš pomalu a projev nemůže nenabývat dojmu, že mluvím k hlupákům. Další důležitou vlastností lektora je vlídnost a trpělivost. Právě trpělivost při vysvětlování a opakování účastníci velmi oceňovali. Věděli, že při práci s nimi je zapotřebí být trpělivým, a dokázali to ocenit. Lektor pracující se seniory by měl být laskavý přirozeně a neměl by vyžadovat uznání a díky za svou trpělivost a laskavost. Při práci se seniory je to jedna ze zásadních dovedností lektora. Další důležitou dovedností lektora pracujícího se seniory je empatie a vycítění změny atmosféry. Také se mi potvrdilo, že by měl mít lektor připravenou i práci navíc, kdyby se ukázalo, že některý z účastníků je napřed. Což se stalo v případě pana Michala, který byl velmi zkušený, a některé věci pro něj byly ztrátou času. Proto ocenil, když jsem pro něj dokázala připravit jiné, složitější úkoly.

V tuto chvíli se dostávám k možným změnám programu. Formu pravidelného setkávání bych ponechala, pouze bych navýšila časovou dotaci jednotlivých lekcí, a to na 120 až 180 minut. V případě zachování časové dotace 90 minut by bylo dobré prodloužit kurz, například na tři měsíce. Tato změna by dávala větší prostor pro individuální přístup k jednotlivým účastníkům. Domácí fotografování

bych ponechala, aby si účastnící procvičovali hledání motivů bez řízení někoho jiného. V případě navýšení času by účastníci měli prostor pro četnější opakování jednotlivých postupů. Také by bylo snazší naplánovat fotografování v terénu, dál od centrální klubovny nebo místa konání kurzu. To mě přivádí k poznatku z praxe, že by bylo vhodné změnit termín konání kurzu a přesunout ho na příznivější měsíce. Zimní období je celkově pro seniory nepříznivé z důvodu náledí, zimy a tedy strachu ze zranění a onemocnění.

Od ročního období budu pokračovat k prostorám, které jsme měli k dispozici, a k jejich vybavení. Převážná část lekcí se odehrávala v malé počítačové učebně s plátnem a projektorem. Tato místnost byla vhodná pro lekce, během kterých účastníci pracovali na počítači a v programu na úpravu fotografií. Pro lekce, do kterých už bylo zahrnuto fotografování, tolik vhodná nebyla. Prostor místnosti byl zcela vyplněn stoly s počítači a žádné volné místo, kromě malého prostoru před plátnem, neposkytoval. S vedením střediska jsem byla domluvená, že můžeme využívat i jiné společné prostory, například malou klubovnu a chodbu, pokud budou volné, bohužel mockrát volné nebyly. Když se nám podařilo volnou klubovnu obsadit, vždy to bylo jen zhruba na půl hodiny. I tak jsme se snažili čas maximálně využít pro fotografování. Zbylé aktivity a procvičování fotografování se odehrávaly v počítačové učebně. I přes menší prostor jsme to zvládli. Menší prostor měl i jednu výhodu, a to tu, že jsem měla všechny účastníky blíže a mohla jsem je kontrolovat nebo usměrňovat, pokud se zrovna věnovali něčemu jinému. Další nevýhodou, avšak neovlivnitelnou, bylo to, že jsme si nemohli v prostoru učebny ponechat pomůcky potřebné ke kurzu nebo trvale vystavit ukázky. Tudíž nebylo vybudováno žádné silné zázemí kurzu. Místnost byla tmavší a strohá a nepodporovala kreativitu účastníků. Kreativitu by podle mého podpořily ukázky na stěnách, stále přítomný flipchart se strukturovanými informacemi a několik stálých předmětů pro fotografování. Bylo dost náročné na každou lekci přinášet několik objektů na fotografování a po skočení lekce je opět odnášet. Pokud by se další realizace měla opět odehrávat ve vnitřních prostorech, rozhodně by měla být vybrána velká světlá místnost. Zároveň by v místnosti mělo být plátno a projektor.

Prostor je důležitý pro možnost odstupu od fotografovaného objektu a pro to, aby si ho fotograf mohl uvědomit i z jiných úhlů pohledu.

Od těchto změn bych navázala na mé vlastní prozření a nedostatek, který jsem neobjevila včas. Tímto nedostatkem byla právě absence tištěných fotografických ukázek. Když jsem se na začátku programu představovala, říkala jsem, že jsem se učila fotografovat napodobováním fotografií známých fotografů a přitom jsem hledala vlastní styl. Mrzí mě, že mě už při tvorbě kurzu nebo v jeho průběhu nenapadlo dát účastníkům několik fotografií, které by měli napodobit nebo se jimi inspirovat. Bylo by to pro ně snazší a věděli by, co přesně mají fotit. Nejspíš bych přiložila i nějaké informace o fotografovi, aby si ho mohli vyhledat a dále se jím inspirovat. Všechny ukázky mohli účastníci vidět pouze při promítání, ale už se k nim nemohli vrátit při procvičování fotografování. To považuji za slabé místo kurzu a při jeho znovu pořádání bych rozhodně tištěné ukázky zařadila.

Dále jsem ještě zjistila, že senioři mají jisté bariéry nebo zábrany, které jim do jisté míry znemožňují posun. Jako příklad bych uvedla, že fotí věci převážně z výšky. Mají problém se změnou úhlu pohledu a největším problémem je pro ně snížení se k něčemu, co je na zemi. Například při fotografování jarních květů nebo vnoučat ležících na zemi. To mě vede k tomu, že při pořádání případného dalšího kurz digitální fotografie pro seniory bych objekty umisťovala do úrovně pasu, aby stačilo nepatrné snížení a tím bylo dosaženo změny úhlu pohledu.

Nakonec se mi potvrdilo, že digitální fotografie je pro tuto cílovou skupinu náročnější téma. Pro osvojení si potřebných dovedností potřebují ještě mnohem více času než ten, který jsem považovala za dostatečný. Ale není to činnost, která by jim byla cizí. Program je dovedl k tomu, aby u fotografování více přemýšleli, a pomohl jim pochopit motivy a komponování obrazových prvků ve fotografiích, a to, že nic není fotografováno bez cíle a bez myšlenky.

Pro učení se z vlastní zkušenosti je zapotřebí dostatečná motivace poučit se z předchozích počinů a schopnost vidět vlastní posun. Na první pohled se zdá, že

zvolené téma není pro seniory vhodné. Ale naopak, neměli bychom seniorům odepírat to, co my ovládáme a vyžíváme téměř každý den jen proto, že máme představu, že jsou na to již staří. Pokud chtějí získat nějakou zajímavou fotografii, musí si pro ni dojít, tudíž fotografování podporuje aktivitu seniorů a do jisté míry je udržuje ve společnosti.

I já jsem díky tomuto kurzu mnohé získala. Doposud jsem neorganizovala žádnou volnočasovou aktivitu pro skupinu seniorů. Vždy jsem se s nimi setkávala jednotlivě. Tato zkušenost pro mě byla výjimečná a silnější než jakákoliv má předchozí praxe. Navíc jsem díky KSK mohla nahlédnout do střediska zprostředkovávajícího volnočasové aktivity seniorům a poznala jsem, že senioři nejsou tak nečinní a mnohdy nemají tolik volného času, jak si myslíme. Obohatilo mě i samotné setkávání se seniory. I když se jim nedařilo fotografovat, jak si přáli, tak byli ve společnosti, mohli si ukazovat své fotografie a vzájemně si o nich vyprávět - i proto má význam věnovat se seniorům.

10 Závěr

Program digitální fotografie pro seniory byl sestaven na základě prostudování literatury o vzdělávání seniorů a literatury zabývající se digitální fotografií. První dovedností je umět pracovat s počítačem a dokázat ovládat svůj fotoaparát. Pokud senior zvládá tyto dvě dovednosti, může fotografovat samostatně a nemusí mít obavy, že pořízené fotografie zůstanou pouze na paměťové kartě.

Program byl koncipován do 9 lekci po 90 minutách, ve kterých si senioři zopakovali nebo osvojili práci s počítačem, potřebnou pro proces přenosu fotografií z fotoaparátu do počítače, a procvičovali si fotografování. Ve většině lekcí se pro dostatečné osvojení tento proces přenosu fotografií a jejich ukládání opakoval. Při fotografování se senioři učili pracovat se svým fotoaparátem, zároveň si osvojovali obrazové vidění a využívali naučené zásady fotografování, například komponování do zlatého řezu. První tři lekce byly základem pro pokračování v kurzu. Ostatní lekce byly spíše informační a motivační, a to v tom smyslu, že nebylo od účastníků očekáváno, že si dokáží osvojit všechny zásady fotografování. Nejdůležitějšími zásadami bylo pravidlo zlatého řezu, správná velikost motivu a jednoznačnost fotografie.

Senioři si vyzkoušeli, jak se fotografují různé objekty a na co si dávat při fotografování dané věci pozor. Bylo pouze na jejich zájmu, zda budou tyto objekty v budoucnu fotografovat, nebo zůstanou-li u motivů, které jim jsou blízké a pro ně zajímavé.

Cílem kurzu však bylo, aby senioři přemýšleli u toho, co fotí, aby využívali usazování motivu na místo zlatého řezu a snažili se o jednoznačnost fotografie. Tyto zásady jsou podle mě ty nejdůležitější.

Poslední lekce byla věnována evaluaci, během které jsem na zadaném úkolu hodnotila mírů samostatnosti pří práci a míru osvojení si jednotlivých fotografických zásad. Práce seniorů byla hodnocena na základě systematického pozorování toho, jak senioři úkol zvládají a jaké si pro úkol pořídili fotografie.

11 Použitá literatura

CLARK, T., 2011. *Naučte se fotografovat srdcem: působivé fotografie všeho, co je vám blízké*. Brno: Zoner Press. Encyklopedie - grafika a fotografie. ISBN 978-80-7413-141-7.

GRUSS, P. (ed.), 2009. *Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-605-6.

HAŠKOVCOVÁ, H., 2010. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HINŠT, A., 1970. *Základy kompozice fotografie*. Praha: Ústř. dům lidové umělecké tvořivosti, 16 s.

CHRÁSKA, M., 2007. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.

KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I., 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada. Sestra (Grada). ISBN 9788024721699.

KOLB, D. A., 1984. *Experiential learning: experience as the source of learning and development*. Upper Saddle River, N.J.: Prentice Hall. ISBN 0-13-295261-0.

KORTHAGEN, F. A. J., 2011. *Jak spojit praxi s teorií: didaktika realistického vzdělávání učitelů*. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-221-5.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. *Vývojová psychologie. 2.*, aktualiz. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MEDLÍKOVÁ, O., 2013. *Lektorské dovednosti: manuál úspěšného lektora*. 2., dopl. vyd. Praha: Grada. Komunikace (Grada). ISBN 978-80-247-4336-3.

MUŽÍK, J., 2011. *Řízení vzdělávacího procesu: andragogická didaktika.* Praha: Wolters Kluwer Česká republika. Vzdělávání dospělých. ISBN 978-80-7357-581-6.

MÜHLPACHR, P., 2009. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5029-7.

NEFF, O., 2015. *Digitální fotografie polopatě*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-4599-9.

NĚMCOVÁ, M., 2007. *Digitální fotografie pro seniory: [přívětivý průvodce fotografováním]*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-1857-3.

ONDRÁKOVÁ, J., 2012. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart. ISBN 978-80-7465-038-3.

ONDRUŠOVÁ, J., 2011. *Stáří a smysl života*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1997-2.

POKORNÁ, A., 2010. *Komunikace se seniory.* Praha: Grada. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3271-8.

ŠERÁK, M., 2009. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠPATENKOVÁ, N., SMÉKALOVÁ, L., 2015. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5446-8.

Tvůrčí fotografie. c2000, 3. čes. vyd. Praha: Slovart. Praktická ilustrovaná příručka. ISBN 80-7209-216-2.

VÁGNEROVÁ, M., 2000. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.