Vyhodnocení 1. turnusu projektu 1000+

FZŠ Drtinova, Praha 5 a Veselá škola - církevní ZŠ a ZUŠ

TERMÍN	ÚČAST	VĚK	VEDENÍ
8.-17. 5. 2026	100 dětí	7-15 let	6 kvalifikovaných lektorů

1. Kontext a rozsah turnusu

První turnus zahájil praktickou část projektu 1000+ v dosud největším rozsahu. Sto dětí ze dvou pražských škol prošlo řízeným pobytem bez vlastních mobilních telefonů a sociálních sítí. Program spojoval pohyb, tvorbu, týmovou spolupráci, reflexi digitálních návyků a každodenní večerní soutěže.

HLAVNÍ ZÁVĚR

První turnus potvrdil proveditelnost projektu i jeho preventivní význam. Největším výsledkem nebylo samotné odebrání telefonů, ale postupná změna chování: více pohybu, přímé komunikace, týmové spolupráce a ochoty vystoupit z komfortní zóny.

2. Metodika vyhodnocení

Vyhodnocení vychází z anonymních dětských dotazníků projektu 1000+, průběžných reflexí, otevřených odpovědí, záznamů lektorů a zpětné vazby pedagogů. Dotazníky sledovaly používání telefonu, digitální únavu, spánek, soustředění, tlak být online, porovnávání, vztahy, pohyb a schopnost odpočívat bez obrazovky.

Důležitá metodická poznámka: naskenované formuláře nejsou v současné sadě označeny názvem školy ani identifikátorem turnusu. Dokument proto neuvádí školám nepřiřaditelná procenta jako ověřená fakta. Po doplnění mapování dotazníků lze tento výstup rozšířit o přesné podíly odpovědí a grafy.

3. Hlavní zjištění

Adaptace na offline režim: Při odevzdávání telefonů se u části dětí objevila nejistota, odpor i slzy. V průběhu pobytu však potřeba telefon řešit slábla, zejména ve chvílích intenzivního týmového a zážitkového programu.

Sociální kontakt: Pedagogové pozorovali spontánnější vznik skupinek, více osobních rozhovorů a zapojení i u dětí, které ve škole běžně zůstávají stranou.

Pohyb a aktivita: Děti se zapojovaly do štafet, týmových her, koupání, volejbalu a dalších pohybových bloků. Někteří pedagogové uvedli, že určité děti viděli poprvé dobrovolně běhat nebo cvičit.

Digitální návyky: V debatách se objevovalo automatické kontrolování telefonu, používání před spaním, dlouhé sledování videí a obtížné ukončování scrollování. Současně část dětí prokazovala zdravější režim a pravidelné offline koníčky.

Odvaha a sebevyjádření: Módní přehlídka Bez filtru, karaoke, talentová soutěž a prezentace týmových totemů nabídly prostor i dětem, které se zpočátku bály vystoupit před ostatními.

4. Co děti sdělovaly

Následující věty představují anonymizované tematické shrnutí opakujících se výpovědí a reflexí. Nejsou přiřazeny konkrétním dětem.

„Zjistil/a jsem, že to bez telefonu zvládnu déle, než jsem čekal/a.“

„Když jsme pořád něco dělali, mobil mi skoro nechyběl.“

„Bylo lepší mluvit spolu normálně než si psát.“

5. Pohled pedagogů a lektorů

Pedagogové hodnotili projekt jako odvážný a potřebný. Opakovaně upozorňovali, že telefony narušují soustředění, vztahy ve třídě i respekt k výuce. Za významný přínos považovali možnost sledovat děti mimo běžné školní prostředí a bez úniku k obrazovce.

6. Vyhodnocení dopadu

Sledovaná oblast	Pozorovaný posun	Interpretace
Schopnost být bez telefonu	Od počáteční nejistoty k běžnému fungování v offline režimu	Děti při smysluplném programu zvládají odloučení lépe, než samy očekávají.
Osobní komunikace	Více přímých rozhovorů, spolupráce a řešení neshod tváří v tvář	Offline prostředí vytváří prostor pro trénink sociálních dovedností.
Pohyb a tvořivost	Rostoucí zapojení do sportu, her a společné tvorby	Alternativou k telefonu musí být atraktivní a věkově přiměřená činnost.
Sebereflexe	Děti dokázaly pojmenovat, co jim online svět dává a co jim bere	Praktická zkušenost podporuje vědomější rozhodování o vlastních návycích.

7. Doporučení pro další práci

- Navázat opakovaným dotazníkem přibližně jeden měsíc po návratu.
- Propojit výsledky s krátkou zpětnou vazbou rodičů a třídních pedagogů.
- Sledovat zvlášť věkové skupiny; mechanismy digitální zátěže se mezi prvním a druhým stupněm výrazně liší.
- Zachovat kombinaci pohybu, tvorby, komunikace a bezpečné reflexe.
- Přesně označovat budoucí dotazníky kódem školy, turnusu a fází měření, nikoliv jménem dítěte.

8. Závěr

První turnus potvrdil proveditelnost projektu i jeho preventivní význam. Největším výsledkem nebylo samotné odebrání telefonů, ale postupná změna chování: více pohybu, přímé komunikace, týmové spolupráce a ochoty vystoupit z komfortní zóny.

Nadace Vivere - Projekt 1000+