

Program DofE má u nás ve škole na starost paní prof. Trávníčková. Poté, co jsem slyšela její přednášku o tomto programu, řekla jsem si, že zkusit se má všechno a že účast v DofE bude určitě zajímavou zkušeností.

Na začátku jsem si musela zvolit tři aktivity, kterým se budu v delším časovém horizontu věnovat, s přesně stanoveným cílem. Hlavní myšlenka DofE spočívá ve všestranném seberozvoji, a tak každá z aktivit musela svým zaměřením spadat pod jednu z oblastí, které jsou pevně stanoveny v podmínkách programu. Hlavní myšlenkou DofE je podpořit všestranný seberozvoj mladých lidí, a tak musí vybrané aktivity spadat svým zaměřením do oblasti sportu, dovednosti a dobrovolnictví, každá aktivita spadá právě do jedné z těchto oblastí a jejich konkrétní výběr je zcela na účastníkovi. Každý účastník si jednu aktivitu zvolí jako hlavní a bude ji plnit dvakrát delší dobu než zbylé aktivity.

Po celou dobu plnění Programu jsem si musela plnění aktivit zaznamenávat do internetové aplikace, která je zdarma dostupná na stránkách DofE. Výhodou je, že jsem nic nemusela počítat, aplikace mi sama ukazovala, kolik času mi chybí do splnění cíle určité aktivity.

Součástí plnění DofE je také expedice – a ta je na tom vůbec nejlepší. Strávíte několik dní a nocí v přírodě s novými lidmi, bez mobilu, teplé koupele a s batohem na zádech. Já sama nemám ráda spolupráci v kolektivu ani seznamování se s novými lidmi, a právě proto mi toho expedice dala asi nejvíc. Získala jsem nové přátele a posílila si sebevědomí.

Naše expedice proběhla na Křivoklátsku, odnesla jsem si z ní několik klíšťat, škrábanců od roští i kupu zážitků. Před začátkem expedice si skupinka, která se expedice zúčastní, stanoví cíl, který chtějí v jejím průběhu plnit. V našem případě to byla tvorba herbáře z tamějších bylin.

Teď už něco málo k tomu, jak to bylo se mnou. Pro plnění programu jsem si zvolila tyto aktivity:

1. Sport:

Když jsem byla mladší, skákala jsem v atletice ve skoku do dálky. Ze zdravotních důvodů jsem tuto disciplínu musela opustit, což pak mělo za následek, že jsem ze skákání měla strach. Bála jsem se skočit. Mým cílem tedy bylo tento strach překonat. Podařilo se. 😊

2. Dovednost:

Vždycky mě bavilo psát, ale nikdy jsem si příliš neuměla vyhradit na psaní čas. Pokaždé se našly věci, které byly jednoduše „důležitější“, ať už se jednalo o školu nebo cokoli jiného...

Mým cílem tedy bylo umět si na psaní udělat chvilku, nebo spíš dlouhou chvíli. Psát, psát a psát. Zapomenout na všechny povinnosti a starosti. Nakonec jsem se rozepsala trochu víc, než jsem původně měla v plánu... Napsala jsem knihu s vlastními ilustracemi, kterou jsem v létě vydala.

3. Dobrovolnictví:

Zpočátku pro mě bylo těžké najít organizaci, kde by o moji pomoc měli zájem. Najít efektivní způsob dobrovolnictví pro mě byl tedy asi největší oříšek. Po mnoha neúspěšných pokusech o zapojení se do neziskových organizací, jsem skončila u toho, co mě baví. Pomáhala jsem s tvorbou propagačních materiálů pro atletický oddíl, kam chodím. Připravoval jsem program pro děti, pomáhala s přípravou tréninků i soutěží. Zjistila jsem, že mě to baví víc, než jsem si původně myslela. Po splnění programu DofE jsem si letos na podzim udělala zkoušky na tréninky žactva v atletice a je ze mě nadšený trenér.

S plněním DofE to u mě nebylo úplně jednoduché. Některé aktivity jsem musela několikrát přerušit, jarní karanténa mi v tom také příliš nepomohla. Celkově jsem však velmi ráda, že jsem se programu zúčastnila a jeho plnění mě moc bavilo. Jak je vidět v předchozích odstavcích, každá z aktivit mi něco dala, někam mě posunula i v běžném životě.

DofE lze plnit ve třech úrovních:

1. Úroveň – bronzová
2. Úroveň – stříbrná
3. Úroveň – zlatá

Úrovně se od sebe liší délkou trvání jednotlivých aktivit i samotné expedice. Zlatá úroveň je nejdelší a obsahuje navíc i expedici v zahraničí. Já sama jsem plnila bronzovou úroveň a určitě bych ráda pokračovala v dalších úrovních programu DofE.

Veronika Hanušová