

**Táhneme za jeden provaz:
Zážitkový program pro žáky 3. – 5. ročníků ZŠ
(2x8h ve škole)**



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Obsah

Táhneme za jeden provaz: Zážitekový program pro žáky 3. – 5. ročníků ZŠ (2x8h ve škole).....	1
1 Vzdělávací program a jeho pojetí.....	3
1.1 Základní údaje	3
1.2 Anotace programu.....	4
1.3 Cíl programu	4
1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu.....	4
1.5 Forma	6
1.6 Hodinová dotace	6
1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny.....	7
1.8 Metody a způsoby realizace	7
1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace	7
1.10 Materiální a technické zabezpečení.....	10
1.11 Plánované místo konání	10
1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu.....	10
1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu	10
1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití.....	11
2 Podrobně rozpracovaný obsah programu.....	12
2.1 Tematický blok č. 1, dopoledne, 1 den, seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, hledání empatie – 4,30 h.....	12
2.2 Tematický blok č. 2, odpoledne, 1 den, řešení problematických situací, kooperační aktivity – 3,15 h.....	17
2.3 Tematický blok č. 3, dopoledne, 2 den, konflikt a hledání empatie – 4, 25 h.....	22
2.4 Tematický blok č. 4, odpoledne, 2 den, konflikt a hledání empatie – 3,20 h.....	27
3 Metodická část	30
3.1 Metodický blok č. 1, dopoledne, 1 den, seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, hledání empatie – 4,30 h.....	30
3.2 Metodický blok č. 2, odpoledne, 1 den, řešení problematických situací, kooperativní aktivity – 3,15 h.....	41
3.3 Metodický blok č. 3, dopoledne 2. den, konflikt a hledání empatie – 4,25 h.	50
3.4 Metodický blok č. 4, odpoledne 2. den, konflikt a hledání empatie – 3,20 h.	59
4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu.....	70
6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi	88
7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu	92
8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu	92
9 Nepovinné přílohy	92



1 Vzdělávací program a jeho pojetí

1.1 Základní údaje

Výzva	Budování kapacit pro rozvoj škol II
Název a reg. číslo projektu	Demokracie zážitkem; CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_32/0008093
Název programu	Táhneme za jeden provaz
Název vzdělávací instituce	CEDU – Centrum pro demokratické učení, o.p.s.
Adresa vzdělávací instituce a webová stránka	U Železné lávky 557/6, 118 00, Praha 1 http://www.skolaprodemocracii.cz/
Kontaktní osoba	Mgr. Petr Bureš, petr.bures@cedu.cz
Datum vzniku finální verze programu	22. 6. 2019
Číslo povinně volitelné aktivity výzvy	Aktivita č. 7 – Kompetence pro demokratickou kulturu
Forma programu	Ve škole
Cílová skupina	Žáci 3. – 5. ročníků ZŠ
Délka programu	2 x 8 hodin
Zaměření programu (tematická oblast, obor apod.)	Podpora demokratických hodnot, prevence extremismu, respekt ke kulturním odlišnostem, prevence xenofobie a dalších negativních jevů ve společnosti.
Tvůrci programu	Mgr. Petr Bureš, Mgr. Terezie Vávrová
Odborný garant programu	Mgr. Petr Bureš
Odborní posuzovatelé	Mgr. Jan Froněk, Ph.D. a Mgr. Jaroslav Novák
Specifický program pro žáky se SVP (ano x ne)	ne



1.2 Anotace programu

Tento program je určen žákům 3.- 5. ročníků, kteří jsou v tomto věku ve školním kolektivu ohroženi projevy šikany, která vzniká nedůslednou prací s některými kompetencemi a postoji. Práce se skupinovou dynamikou třídy je tak klíčovým prvkem prevence tohoto negativního jevu ve třídním kolektivu.

1.3 Cíl programu

- Účastníci programu se lépe poznají mezi sebou navzájem a získají větší otevřenost k odlišným názorům a chování.
- Účastníci programu díky zážitkovým aktivitám kriticky porozumí sami sobě.
- Účastníci programu posílí dovednosti empatie a řešení konfliktů.

1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu

K. k. k učení

Pravidlo „plachého jelena“ uvedené na začátku programu slouží žákům k vlastní regulaci hluku během realizace programu. Je naplněna klíčová kompetence k učení - „slušně požádá spolužáky v bezprostředním okolí, aby se ztišili, pokud potřebuje klid, respektujte, když stejný klid potřebují naopak oni.“

Po většině aktivit dochází za pomoci lektora k tzv. reflexi (ohlédnutí), kdy je právě cílem podrobně rozebrat průběh aktivity, popsat co se dařilo či nedařilo a poučit se pro podobnou situaci. Tím je naplněna kompetence „jednoduše popíše, jak pracoval na určitém úkolu, co ho bavilo, co se mu dařilo, co se mu nedařilo nebo v čem udělal chybu.“

Jedním ze stěžejních principů zážitkové pedagogiky je právě propojovat „herní“ prvky s reálnými změnami v životě účastníků. V reflexích se lektori často ptají právě na dopad, nebo propojenost aktivit s reálnými životy žáků, resp. účastníků programu. Tím je naplněna klíčová kompetence „formuluje, jaký význam má získaná informace pro běžný život, a propojuje nově získané informace s předešlými zkušenostmi.“

K. k. řešení problémů

V druhém bloku prvního dne odpoledního programu žáci řeší skupinové a kooperační aktivity. Jako skupina musí přijít na vhodné řešení problému a shodnout se na strategii řešení. Tím je naplněna klíčová kompetence „určí, čeho se problém týká“, „odhadne, co způsobuje problém“ a „navrhne možnosti, které by při řešení mohl použít.“

V třetím a čtvrtém bloku prvního dne odpoledního programu jsou zařazeny aktivity na uvědomění si důležitosti empatie při řešení konfliktů – Žáci přemýšlejí o pohádce Červená karkulka z pohledu vlka. Tímto se naplňuje kompetence „posoudí, jak by problém viděl někdo jiný.“

Jedním z hlavních cílů kooperačních a skupinových aktivit, které jsou zařazeny, jak jsem již uváděl, první den v odpoledním programu, je to, aby se žáci naučili nejdříve vyslechnout návrhy řešení a poté se dát do realizace úkolu. Tímto je naplněna klíčová kompetence „navrhne možnosti, kterých by při řešení mohl použít.“



V programovém bloku 4, druhý den odpoledne žáci vybírají z konkrétní nabídky řešení konfliktů, které zdůvodňují. Tímto se naplňuje klíčová kompetence „vybírá vhodnější řešení z navržených možností a obhájí je.“

V prvním programovém bloku dopoledne prvního dne, v aktivitě Gordický uzel, musí žáci přijít na správné řešení aktivity. Velmi zřídka vyřeší skupina problém na první pokus. Tímto se naplňuje kompetence „pokračuje v hledání řešení, i když byl napoprvé neúspěšný.“

Ve čtvrtém programovém bloku druhého dne odpoledne se ukazuje žákům na příběhu, že stejná situace může vyvolávat jiné závěry. Tímto je naplněna klíčová kompetence „změní své závěry na základě nových informací.“

Komunikativní kompetence

V prvním programovém bloku žáci představují v roli moderátora svého kolegu ve dvojici před všemi spolužáky. Tím je naplněna kompetence „souvisle a zřetelně vypráví krátký příběh nebo popisuje jednoduchou situaci, uvědomuje si roli posluchačů.“

Ve čtvrtém programovém bloku si žáci procvičují používání „Já – výroků. „Tím se naplňuje „Používá tzv. JÁ-SDĚLENÍ, kdy popisuje vlastní pocity a nepodsouvá vinu za vlastní pocity *druhému*.“

Žáci předvádějí různé inscenační scénky za účelem osvojit si konkrétní komunikační dovednosti. Tím je naplněna kompetence „mluví nahlas a zřetelně, přímo k adresátům, „řeč těla“ slouží sdělení.

Kompetence sociální a personální

Ve skupinových a kooperačních aktivitách, které jsou zařazeny první den odpoledne, se naplňují kompetence „než začne pracovat, probere vlastními slovy s ostatními ve skupině zadaný úkol“ a rozdělí si ve skupině role, které jsou v zadání vymezeny, případně použije známé role.

Často kladená otázka při reflexích programů je mířena právě na hledání a pojmenovávání pozitiv, úspěchy a vzájemného ocenění žáků.

Ve třetím programovém boku se věnujeme pojmenování svých emocí, které nejčastěji máme v konfliktních situacích. Tím je naplněna kompetence „pojmenuje své emoce v daném okamžiku.

Kompetence občanská

Pokud se vyskytnou během programů odsuzující komentáře a úšklebky, tak je aktivita ihned zastavena a daná věc má prioritu před vším ostatním. Popisným jazykem se začne pojmenovávat, k čemu takové jednání slouží a co způsobuje. Tím je naplněna kompetence v oblasti respektu, konkrétně „zdržuje se odsuzujících komentářů, neposmívá se.“

Tento program je zaměřen na posílení schopnosti řešit konflikty. Důležitou schopností v rámci řešení konfliktů je umění empatie. Podívání se na věc či situaci odlišným pohledem. Tuto schopnost rozvíjíme v třetím a čtvrtém bloku druhého dne. Tím naplňujeme kompetenci „při posuzování konkrétních a nepříliš komplikovaných jevů, procesů, událostí a problémů ve svém okolí se ptá: „Jak bych se na to díval, kdybych byl někým jiným (tím druhým, jiným žákem, učitelem, rodičem)?“



Ihned na začátku programu se nastaví základní pravidla chování a komunikace. Tím se naplňuje kompetence „chová se tak, aby důsledky jeho chování neomezovaly druhé lidi a nepoškozovaly prostředí.“

První den programu je cíleně zaměřen na propojení žáků a vzájemné poznávání. Cílem je vytvořit podmínky her či atmosféru kurzu, aby se spolu dostali do kontaktu žáci, kteří by se spolu za běžných školních okolností nebavili. Tím je naplněna kompetence „ke hře i spolupráci přijímá ostatní a neodmítá nikoho.“

Kompetence pracovní

Žáci se učí procvičovat řešení konfliktů v inscenačních scénkách na základě vzorů lektorů. Tím je naplněna kompetence „pracuje podle osvědčeného postupu.“

1.5 Forma

Co se týká organizační formy realizace programu – dá se program realizovat ve dvou časových formátech.

1. formát – žáci přespávají doma a odcházejí po prvním dni kurzu domů.

Program začíná vždy se začátkem vyučování ve škole. Po prvním dni programu odcházejí žáci domů a přicházejí druhý den na druhý den realizace.

2. formát – žáci přespávají ve škole.

První den kurzu začíná po vyučování. Po skončení prvního dne žáci přespávají ve škole a druhý den se začíná ráno.

V tomto ověřování programu jsme dvakrát realizovali formu s přespáním žáků doma (program začínal tedy oba dva dny ráno a žáci po skončení odcházeli domů) a jednou byl program realizován s přespáním ve škole.

Společné přespání ve škole zvyšuje účinek programu po stránce vzájemného propojení a hlubšího poznání žáků mezi sebou, ale nese riziko větší únavy na začátku programu druhého dne.

Pokud se hovoří o formě použitých metod, tak se během celého kurzu využívá zejména skupinové a kooperativní formy práce. Dále je celý program založen na zážitkové pedagogice, která využívá tři hlavní prvky: cíl – aktivita – reflexe. Při vedení reflexe by měl lektor či učitel vědět, jaké téma chce vytěžit. Volba témat by neměla být náhodná, ale měla by korespondovat s cíli celého kurzu nebo tematického bloku. Z tohoto důvodu můžeme opakovat stejné hry – programové prostředky – ale díky reflexi můžeme mít jiné výstupy.

Při většině aktivit využíváme rozdělení žáků do menších skupin. Při reflexích využíváme kruhového uspořádání místnosti.

1.6 Hodinová dotace

Program má dotaci 2x8h. Celkově má tedy program 16h. Jedna hodina = 45 minut.



1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny

Předpokládaný počet účastníků je 25 – 30 žáků. Cílovou skupinou jsou žáci 3. a 5. ročníků základní školy.

1.8 Metody a způsoby realizace

Tento zážitkový kurz využívá zejména aktivizační výukové metody – diskuzní metody, řešení problémů a didaktické hry. Těžištěm jsou kooperativní a skupinové metody. Důraz se klade na vedení reflexe po aktivitě. Vycházíme z Kolbova cyklu učení -> akce (zážitek, zkušenost) -> zhodnocení (Co jsme dělali dobře? Co se nedařilo?) -> Plán pro příště? (Jak budeme postupovat příště?) -> další akce. (Klíčení: Příběh a řemeslo. Ed. Zuzana Andresová. Praha: Prázdninová škola Lipnice, 2013, 116 s. ISBN 978-80-905502-1-6.

Důležité je sledovat více proces než samotný cíl aktivity. To, zda se podařilo dosáhnout stanoveného cíle aktivity či zda se ji podařilo vyřešit není zas tak podstatné. Podstatnější je důsledná reflexe kroků, které skupina či jednotlivci udělali během řešení problematrické situace.

Na závěr metodiky jsme vložili tzv. vzpruhy. Jsou to drobné aktivizující hry, které doporučujeme zařadit, pokud jsou žáci unavení či opadáva pozornost.

Některé konkrétní aktivity či metody se objevují ve více programech pro žáky. U některých (seznamovací, aktivizační, rozehrívací) je to dáno tím, že jejich efektu je zapotřebí u takřka všech prožitkových vícedenních aktivit. U jiných (skupinové problémové úkoly, simulace, kooperativní aktivity) je jejich opakované zařazení způsobeno tím, že je pro ně klíčový způsob vedení reflexe po aktivitě, která může být zaměřena rozličným způsobem (na role ve skupině, na konkrétní proces, na skupinovou dynamiku, na způsoby komunikace). Ta samá aktivita může být tedy vedena s důrazem na jiné aspekty, které se v jejím průběhu objeví a pojmenují v procesu zpětné vazby.

Program se dá realizovat bez přespání ve škole – pak začíná první den ráno a žáci po prvním dni konání odcházejí domů. Druhý den přicházejí ráno na další den programu.

Díky ověřování doporučujeme variantu programu s přespáním ve škole. Společně strávený čas, kdy žáci nemají program, přispívá ke stmelení skupiny a ke společným zážitkům. Rizikem, které je potřeba zohlednit, je větší míra únavy žáků druhý den, právě díky přespávání ve škole. Je proto nutné do programu zařadit více aktivizujících krátkých hráček, tzv. vzpruh.

1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace

Tematický blok č. 1, dopoledne, 1 den, seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, hledání empatie – 4,30 h.

První dopolední blok trvá od zahájení kurzu do oběda. V první části je hlavním cílem úspěšné zahájení programu, představení pravidel a sdělení časové organizace. Druhá část je věnována názvu programu a aktivitám, které slouží k vzájemnému poznávání žáků.

Téma č. 1 organizační náležitosti a společné naladění – 70 min.



První téma je věnováno celkovému zahájení programu a zvědomováním názvu kurzu. Po přivítání žáků, vysvětlení pravidel chování a představení časového harmonogramu kurzu je první blok ukončen tím, že žáci říkají své fantazie, které mají pod úsvitím „Táhneme za jeden provaz“.

Seznam aktivit:

- Přivítání
- Pravidla
- Organizace programu
- Gordický uzel
- Rozbor názvu programu

Téma č. 2 poznávání sebe sama a ostatních spolužáků – 140 min.

Tento blok je věnován, jak vyplývá z názvu, aktivitám, které nám umožňují poznat nové spolužáky, nebo do větší hloubky poznat souseda z lavice, o kterém si myslím, že ho znám moc dobře. V neposlední řadě se díky poznávacím aktivitám dozvídám i něco o sobě samém.

Seznam aktivit:

- Varianta mého jména
- Bingo
- TV hvězda
- Pravda x nepravda

Tematický blok č. 2, odpoledne, 1 den, řešení problematických situací, kooperační aktivity – 125 min.

Po obědě se začíná rychlou energickou vzpruhou. Následuje aktivita sedánek, která od dětí již vyžaduje velkou míru spolupráce. Spolupráce je totiž hlavní téma při skupinových a kooperačních aktivitách, v kterých se musí skupina radit nad společnou strategií.

Téma č. 1 řešení problematických situací a kooperační aktivity – 125 min.

Po obědě často následuje útlum a únava. Pro zvýšení energie zahajujeme odpolední program rychlou vzpruhou. Následuje společný sedánek, který má žákům symbolizovat táhnutí za jeden provaz.

Téma spolupráce pokračuje dále, kdy mají žáci společně vyřešit několik skupinových a kooperativních metod.



Seznam programu:

- Ložisko
- Společný sedánek
- Sobolí šlacha
- Reaktor
- Živá voda
- Elektrický proud

Téma č. 2 reflexe kurzu – 25 min.

Program se uzavírá společným ohlédnutím za celým dnem.

Seznam aktivit:

- Reflexe programu

Tematický blok č.3, dopoledne, den 2, konflikt a hledání empatie – 4, 25 h.

Po ranním ohlédnutí, které slouží k rychlému zmapování situace, začínáme s tématem konfliktu. Linka je taková, že žáci zažijí konfliktní situaci, pojmenují, co si pod konfliktem představují a zda si myslí, jestli může mít konflikt i pozitivní dopad. Dále se zabýváme pocity žáků v konfliktních situacích, druhy konfliktů a jaké chování nám konflikt pomůže vyřešit. Dopolední blok druhého dne je ukončen aktivitou, která žákům představuje téma empatie.

Téma č. 1 konflikt a empatie – 205 min.

V prvním tématu druhého dne programu otevřeme téma konfliktu. Stěžejní aktivitou tohoto tématu je pojmenování pocitů při konfliktu na základě Dixit karet.

Seznam aktivit:

- ranní ohlédnutí
- skupinové žonglování
- Co je konflikt?
- Názorová přímka
- Mé pocity v konfliktu
- Druhy konfliktu
- Reakce na konflikt
- Červená karkulka



Tematický blok, č. 4, odpoledne, den 2, konflikt a hledání empatie –3,15 h.

V závěrečném bloku žáci procvičují řešení konfliktů. V poslední části se díky aktivitě přechod třídy vracíme k názvu kurzu „Táhneme za jeden provaz“. Následuje reflexe dne a celého programu

Téma č. 1 řešení konfliktu a empatie – 80 min.

V aktivitě řešení konfliktu ukazujeme žákům tři způsoby, jako končí konflikty. Žáci posléze přehrávají 3 x jednu scénku s rozdílnými konci, podle způsobů řešení konfliktu. Na aktivitě „Slon“ se ukazuje empatie a schopnost podívat se na věc jiným úhlem pohledu.

Seznam aktivit:

- Řešení konfliktu
- Slon a jiný úhel pohledu

Téma č. 2 Táhneme za jeden provaz a reflexe programu - 65 min.

Seznam aktivit:

Přechod třídy je aktivita, která má velký vliv na stmelení skupiny. Díky ní, se vracíme k sousloví táhneme za jeden provaz. Následuje reflexe dne a celého programu.

- Přechod třídy
- Reflexe programu

1.10 Materiální a technické zabezpečení

1x flipchartový balík, 4 x fixy na flipy, 4x sada barevných fix, jmenovky, 2x žlutá lepicí páska, lano, švihadla 5x, 1x kotlík na vodu, 1x PET lahev, gumový upínač do auta, karty z deskové hry DIXIT, tři míčky

1.11 Plánované místo konání

Škola.

1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu

Realizace programu je průběžně vyhodnocována za pomoci externího evaluátora, který prostřednictvím strukturovaných rozhovorů sbírá podněty, zpětnou vazbu a další data od účastníků, didaktických konzultantů, lektorů a členů realizačního týmu. Počítáme s tím, že po ukončení realizace projektu proběhne na základě vyhodnocení těchto různorodých dat celková detailní evaluace programu, včetně zaměření se na to, jak takovýto program školám dále nabízet.

1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu



Počet realizátorů/lektorů:

Položka		Předpokládané náklady
Celkové náklady na realizátory/lektory		12400 Kč
z toho	<i>Hodinová odměna pro 1 realizátora/ lektora včetně odvodů</i>	300 Kč
	<i>Ubytování realizátorů/lektorů</i>	1400 Kč
	<i>Stravování a doprava realizátorů/lektorů</i>	1400 Kč
Náklady na zajištění prostor		
Ubytování, stravování a doprava účastníků		8000 Kč
z toho	<i>Doprava účastníků</i>	0 Kč
	<i>Stravování a ubytování účastníků</i>	8000 Kč
Náklady na učební texty		500 Kč
z toho	<i>Příprava, překlad, autorská práva apod.</i>	
	<i>Rozmnožení textů – počet stran:</i>	500 Kč
Režijní náklady		9600 Kč
z toho	<i>Stravné a doprava organizátorů</i>	0 Kč
	<i>Ubytování organizátorů</i>	0 Kč
	<i>Poštovné, telefony</i>	0 Kč
	<i>Doprava a pronájem techniky</i>	2000 Kč
	<i>Propagace</i>	0 Kč
	<i>Ostatní náklady</i>	1000 Kč
	<i>Odměna organizátorům</i>	6600 Kč
Náklady celkem		30 500 Kč
Poplatek za 1 účastníka		1220 Kč

1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití

www.skolaprodemocracii.cz/metodicka-podpora/democracie-zazitkem

www.rvp.cz (digifolio)



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

2 Podrobně rozpracovaný obsah programu

2.1 Tematický blok č. 1, dopoledne, 1 den, seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, hledání empatie – 4,30 h.

2.1.1 Téma č. 1 organizační náležitosti a společné naladění – 1, 25 h.

Přivítání žáků, rozdání jmenovek, představení časového rozvrhu dne – 10 min.

Forma a bližší popis realizace

Žáci sedí v kruhovém uspořádání židlí.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Nadepsaný flip s časy a přestávkami

Žlutá páska na jmenovky či lepící štítky

Fixy

Nadepsaný flip s názvem kurzu

Podrobně rozpracovaný obsah

Uvítání žáků, sedí se v kruhu. Žákům se rozdají jmenovky. Dále se žákům představí časový rozvrh dne (dopolední blok, oběd, odpolední blok)

Oznámení názvu PK – TÁHNEME ZA JEDEN PROVAZ vylepit na viditelné místo.

Vzpruha – Masér - 5 min.

Forma a bližší popis realizace

Skupinová, individuální, rychlá aktivizující hra.

Metody

Skupinová.

Pomůcky

Žádné.

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Vyzveme žáky, aby si stoupli.

2. Lektor předvádí na sobě způsob masáže. Každý účastník po něm na sobě opakuje:

a) protažení b) mnutí zápěstí a rukou c) plácání do stehů d) otočení se podle své osy e) masírování vlastních ramenou f) mnutí dlaní a poté si teplé dlaně položit na obličej g) tři až pět výskoků



Představení pravidel – 5 min.

Forma a bližší popis realizace

Kruhové uspořádání židlí. Žákům se představují pravidla na kurzu. Na případné dotazy se ihned odpovídá.

Metody

Skupinová.

Pomůcky

Nadepsaná pravidla na flip. papíře vylepená na viditelném místě.

příloha č. 4_pravidla na prožitkovém kurzu_1. blok_dopoledne_1_den

Podrobně rozpracovaný obsah

Pravidla při aktivitách – 1. Mluví pouze jeden; 2. Nešeptáme; 3. Nasloucháme 4. Pravidlo „STOP“ 5. Nikdo neponižuje druhé; 6. Každý mluví sám za sebe

Bližší vysvětlení pravidel najdete v kap. 3 metodika, nebo v příloze 4 viz pomůcky.

Lektor vysvětluje a ptá se dětí, k čemu si myslí, že nám jednotlivé pravidlo je.

Vzpruha - Električka

Forma a bližší popis realizace

Skupinová, individuální, rychlá aktivizující hra.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Účastníci sedí v kruhu.
2. Všichni se chytanou za ruce.
3. Cílem je, aby projela celým kruhem „električka“. „Električka“ představuje vzájemné mírné zmáčknutí dlaně.
4. Na signál začíná lektor nebo dobrovolník posílat „elektriku“.

Rychlé představení každého žáka

Forma a bližší popis realizace

Žáci sedí v kruhovém uspořádání. Každý se krátce představí.



Metody

Slovní

Pomůcky

Flip. papír

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Na flip. papíře je napsané jméno, oblíbené jídlo, koníčky.
2. Žáci dostanou cca 30 sekund na rozmyšlení daných otázek.
3. Lektor začne odpovídat a pošle po směru hodinových ručiček slovo.

Gordický uzel – táhneme zajeden provaz

Forma a bližší popis realizace

Skupinová kooperační hra. Žáci jsou rozděleni do skupin po cca 6.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Flip. papír

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektor rozdělí žáky na skupiny cca po 6-7 členech.
2. Skupina vytvoří kruh.
3. V kruhu si všichni stoupnou levým ramenem dovnitř kruhu.
4. Každý člen skupiny natáhne svoji levou ruku do středu kruhu a chytne se za ruce s člověkem naproti.
5. Žáci zavřou oči a natáhnou do středu kruhu svoji pravou ruku a chytanou se s jakoukoliv nataženou rukou.
6. Poté žáci otevřou oči.
7. Cílem je rozmotat ruce a stát v kruhu. Nikdo se nesmí s nikým po celé trvání hry rozpojit.

Jak tato Gordický uzel souvisí s názvem našeho programu?

Název programu - rozbor

Forma a bližší popis realizace

Skupinová



Metody

Branstorming na název programu „Táhneme za jeden provaz“

Pomůcky

Flip. Papír.

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci odpovídají po kruhu na otázku, co si představují pod pojmem: „Táhneme za jeden provaz“, nebo kdo zažil nějakou situaci, která by se dala takto označit? Varianta může být i negativní: Kdy jste zažili naopak situaci, kdy se za jeden provaz netáhlo?
2. Výstupy na flip. papíře vylepte na zeď. Můžete se k nim vrátit v závěrečné reflexi celého programu.

Mexická vlna

Forma a bližší popis realizace

Rychlá aktivizující hra. Žáci jsou v kruhovém uspořádání.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci sedí v kruhu.
2. Od lektora jede mexická vlna. Mexická vlna vypadá tak, že si postupně každý ze sedu stoupne s rukama nad hlavou a postupně si zase sedá. Soused po levici si začne stoupat, když si začíná žák před ním sedat. Takto se v kruhu posílá „signál.“

2.1.2 Téma č. 2 poznávání sebe sama a ostatních spolužáků – 140 m.

Varianta mého jména

Forma a bližší popis realizace

Kruhové uspořádání. Žáci píší varianty svého jména, které se jim líbí.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Papír A4 nebo A5, psací potřeby



Podrobně rozpracovaný obsah

1. Vysvětlení, že každý píše všechny varianty svého jména, které mu jsou příjemné a v jakém prostředí se s nimi setkává.
2. Lektor rozdává všem dětem papíry A4 (popřípadě A5) a propisky.
3. Každý žák čte varianty svého jména napsané na papíru. V závěru sdělí variantu(y) jména, která mu bude příjemná na tomto programu.

Bingo

Forma a bližší popis realizace

Pohybová aktivita

Metody

Skupinová

Pomůcky

Příloha č. 5_bingo_1. blok__dopoledne_1_den

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Úkolem žáků je co nejrychleji získat odpovědi na všechny otázky v „bingu.“
2. Komu se povede vyplnit nejrychleji svůj dotazník, tak vykřikne „bingo“ a sedne si na svoji židli.
3. Jednoho člověka, se mohou ptát vždy na jednu otázku.
4. Můžu být více odpovědí u jedné otázky.

Rozhovor s televizní hvězdou

Forma a bližší popis realizace

Žáci jsou rozdělení do dvojic.

Metody

Slovní, prezentační

Pomůcky

Vytisknutá příloha č. 6_dopolední program_1 den_rozhovor s TV hvězdou

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Rozdáme vytisknutou přílohu – rozhovor s TV hvězdou.
2. Vyzveme žáky, aby vytvořili dvojice.
3. Ve dvojicích si navzájem vyplníme přílohu. To znamená, že jeden z dvojice se ptá druhého a ten mu odpovídá. Poté si role vymění. Necháme cca 10 min. na vyplnění.
4. Uvedeme, že se z dobrovolníků stanou moderátoři a televizní hvězdy.



5. Dvojice začnou prezentovat své formuláře. Domluví se, kdo z dvojice bude moderátor a kdo bude televizní hvězda. Moderátor představí televizní hvězdu divákům a začne číst (představovat) oblíbené z vyplněného formuláře. Poté si role vymění.

6. Zazní otázka: Co jsme se dozvěděli nového?

Pravda x Nepravda

Forma a bližší popis realizace

Žáci se o sobě dozívají nové informace.

Metody

Dialog, skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci si o sobě vymyslí celkově tři tvrzení. Dvě z nich jsou pravdivá a jedno nepravdivé. (Závodně jsem hrál hokej (pravda), závodně jsem hrál i fotbal (pravda), nyní hraji na klarinet (nepravda).
2. Vyzvěte je k tomu, aby vymysleli jedno tvrzení, které o nich nikdo ve skupině neví.
3. Žáci chodí libovolně po učebně a tvoří dvojice, v kterých si navzájem říkají připravená tvrzení.
4. Za každou odhalenou nepravdu se získává bludišťák. Kdo jich má po skončení hry nejvíce, tak je král bludišťáků.

2.2 Tematický blok č. 2, odpoledne, 1 den, řešení problematických situací, kooperační aktivity – 3,15 h.

2.2.1 Téma č. 1 řešení problematických situací a kooperační aktivity – 125 min.

Vzpruha – Ložisko

Forma a bližší popis realizace

Pohybová aktivita

Metody

Skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Vyzvěte žáky, aby vytvořili ze židlí vnitřní kruh a všichni si sedli.



2. Jednu židli odeberte. Jeden žák zůstane uprostřed kruhu.
3. Úkolem žáka je si sednout na libovolnou židli.
4. To se mu snaží překazit jeho spolužáci, kteří sedí. Ti se po zahájení aktivity pohybují po směru hodinových ručiček a snaží se nedat příležitost si sednout žákovi, který je v kruhu.

Společný sedánek

Forma a bližší popis realizace

Kruhové uspořádání. Žáci stojí v zástupu či kruhu a snaží si pohodlně sednout na stehna spolužáka, co je za ním.

Metody

Skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci vytvoří kruh.
2. Všichni si stoupnou levým ramenem dovnitř kruhu.
3. Žáci se k sobě co nejvíce přitisknou.
4. Nyní vyzvěte žáky, aby si pomalu začali sedat na stehna svého kolegy, který stojí za nimi.
5. Cílem aktivity je si sednout na stehna kolegy a vydržet tak sedět jako skupina co nejdéle.

Kooperační a skupinové aktivity

Forma a bližší popis realizace

Žáci jsou rozděleny do skupin cca po 7-8. Každá skupina poté obchází jednotlivá stanoviště s kooperačními aktivitami a postupně je řeší.

Metody

Skupinové a kooperační aktivity

Pomůcky

Viz jednotlivá stanoviště

Podrobně rozpracovaný obsah

0. Příprava jednotlivých stanovišť.
1. Žáky rozdělíme do skupin cca po 7-8, tak aby byly silově a osobnostně vyrovnané.
2. Skupiny putují po jednotlivých stanovištích s kooperačními úkoly. Každou skupinu provádí jeden lektor.



3. Po každé aktivitě (pokud je to třeba) následuje reflexe, srovnání s předchozí aktivitou. Na závěr si každá skupina se svým lektorem udělá uzavření a reflexi. Doporučujeme zapisovat klíčové myšlenky na flipchartový papír a při každé aktivitě se vracet k již napsanému.

Na začátku ve fázi ladění žákům připomenout, že zatímco jsme o mottu kurzu pouze mluvili, tak nyní si budeme mít šanci vyzkoušet, co v praxi znamená – „Táhneme za jeden provaz.“

Na jedno stanoviště je cca 20 minut a 10 minut na reflexi aktivity.

Kooperační aktivity začínají aktivitou Sobolí šlacha. Tuto hru hraje celá skupina jako celek. Až po této aktivitě se rozdělí žáci do skupin a začnou obcházet jednotlivá stanoviště.

Sobolí šlacha – 20 min.

Forma a bližší popis realizace

Jedná se o hru na jednotlivá kola. V průběhu jednoho kola hry provádí každé družstvo jiné úkony. Cílem hry je získat co nejvíce oběhů = bodů.

Metody

Skupinová a kooperační metoda

Pomůcky

Svázaná švihadla

Podrobně rozpracovaný obsah

Jedná se o hru na jednotlivá kola. V průběhu jednoho kola hry provádí každé družstvo jiné úkony. Cílem hry je získat co nejvíce oběhů = bodů.

Všechny žáky rozdělíme do dvou skupin. Losem určíme, které družstvo začíná házet tažné lano (např. zavázané švihadlo)

Hra začíná tím, že jeden člověk z družstva A zatočí 3x nad hlavou lano a odhodí ho co nejdále. Družstvo A, které házelo lano, vytvoří co nejvíce těsný hlouček a ten člověk, který odhodil lano, začne tento hlouček obíhat. Jeden oběh = jeden bod. Body z jednotlivých kol se sčítají. Člověk obíhá své družstvo do té doby, dokud si družstvo B nepředá lano od prvního k poslednímu člověku a poslední v řadě odhodí lano co nejdále.

Družstvo B má za úkol běžet co nejrychleji k odhozenému lanu. Jakmile k němu dorazí, tak vytvoří družstvo B řadu a začnou si lano podávat od prvního člověka k poslednímu mezi nohama a nad hlavou. Jakmile lano dorazí k poslednímu člověku z družstva B, tak ten vezme lano, 3x s ním zatočí nad hlavou a odhodí lano co nejdále. Tím končí jedno kolo hry.

Nyní se role družstev prohodí.

Družstvo B – které házelo lano, vytvoří co nejvíce těsný hlouček a ten člověk, který odhodil lano, začne tento hlouček obíhat.

Družstvo A – běží co nejrychleji k odhozenému lanu. Jakmile k němu přiběhnou, tak vytvoří řadu a začnou si lano podávat na střídačku od prvního k poslednímu člověku mezi nohama a nad hlavou. Jakmile lano doputuje k poslednímu člověku z družstva, tak ten ho vezme, zatočí s ním 3x nad hlavou a odhodí co nejdále.



Reflexe:

Jak se vám dařilo si střídat místo házejícího?

Jak se vám dařilo dodržovat pravidla?

Co byste nyní udělali jinak?

Reaktor - 30 min.

Forma a bližší popis realizace

Žáci se musí dohodnout, v jakém pořadí budou šlapat na čísla a písmena, která jsou v kruhu. Rozdělte si aktivitu na čas řešení a čas reflexe. Přibližně v poměru 20 minut x 10 minut reflexe.

Metody

Skupinová a kooperační hra

Pomůcky

Vytisknutá příloha č. 2_karty k reaktoru_1blok_odpolední program_1_den_kooperační aktivity. Jednotlivé karty s čísly a písmeny, lano na vyznačení startu, lano na vytvoření kruhu, stopky.

Podrobně rozpracovaný obsah

Průběh:

V kruhu o průměru cca 3 m jsou umístěny karty, na kterých je výběr čísel od 2 do 24 (cca 8 čísel) a stejně tak výběr písmen z abecedy od B–Z (cca také 8 písmen) viz příloha Karty k reaktoru.

Cca 20 m od kruhu je startovní čára.

Úkolem skupiny je v co nejkratším čase doběhnout od startu ke kruhu a dotknout se postupně všech čísel popořadě a poté písmen podle pořadí v abecedě a doběhnout zpět za čáru.

V kruhu ale smí být vždy jen jeden člověk a nesmí se dotknout více karet po sobě (tzn. členové skupiny se musí střídat). Uvnitř kruhu se může dotýkat země vždy pouze jeden žák.

Fáze 1. Návčiková pro určení pořadí doteků čísel a písmen. Celá skupina jde k obvodu kruhu. Zde má skupina cca 5 minut na strategii, jakou zvolí pro dotek čísel a písmen. (Skupina se musí domluvit jakou konkrétně kdo bude mít kartu).

Fáze 2. Stopovaná na čas. Skupina jde na start. Na povel lektora vyběhne celá skupina k obvodu kruhu a jednotlivci začínají „vypínat,“ své karty. Poté, co poslední žák „vypne,“ svoji kartu, tak celá skupina běží zpět ke startu. Stopky se vypínají poté, když poslední žák proběhne startem.

Otázky k závěrečné reflexi

Kdo měl ve vaší skupině jakou roli (vůdce, brzdič, zdroj nápadů...)?

Jak se vyvíjela spolupráce?

Bylo důležité se vzájemně poslouchat? Jak se vám to dařilo?

Našel se ve skupině někdo, kdo měl dobrý nápad a nebyl vyslechnut? Proč tomu tak bylo?



Byla vaše spolupráce lepší, než při předchozí aktivitě? Proč?

Jak se vyvíjela vaše spolupráce v průběhu všech aktivit?

Jaká pravidla se uplatnila/neuplatnila při řešení úkolů?

Jak byste pojmenovali role, které se uplatnily při řešení úkolů?

Jaké role ve skupině obecně dokážete pojmenovat? K čemu je která důležitá?

Přelévání živé vody 30 min.

Forma a bližší popis realizace

Cílem žáků je za pomoci provázku přelit z PET lahve vodu do kotlíku. Nesmí se vstupovat do kruhu.

Rozdělte si aktivitu na čas řešení a čas reflexe. Přibližně v poměru 20 minut x 10 minut reflexe.

Metody

Skupinová a kooperační hra.

Pomůcky

voda, 1 x PET lahev (1,5 litru), 2 – 4 provázky, kotlík (hrnec či kyblík), lano na vyznačení kruhu 2,5 m.

Podrobně rozpracovaný obsah

V kruhu o průměru asi 4m je umístěn kotlík a vedle něj láhev s vodou.

Vodu z láhve je třeba přelit do kotlíku.

Jediné, co je k dispozici, jsou 2 - 4 dlouhé provázky (cca 5m dlouhé).

Do kruhu se nesmí vstoupit.

Pokud se láhev zvrhne, může ji postavit pouze lektor. Při rozlití veškeré vody z lahve mimo kotlík si skupina může jít naplnit láhev ke zdroji vody (toalety, potok).

Aktivita končí ve chvíli, kdy je voda přelita do kotlíku (podařilo se), nebo vylita na zem (nepodařilo se).

Reflexe:

Jakým způsobem se skupina rozhodla, že zrovna dotyčná čtveřice bude ovládat pomocné provázky.

Jakým způsobem jste se ve skupině domluvili na zvolené strategii?

Jaké role jste měli při této aktivitě?

Jakým způsobem jste se domluvili, kdo bude mít provázky?



2.2.2 Téma č. 2 - reflexe programu

Reflexe dne – 0,20 h.

Forma a bližší popis realizace

Uzavření celého dne a společné sdílení. Doporučujeme vytvořit vhodnou atmosféru. Například pokud je večer, tak zapálit svíčky či vytvořit přítmi.

Metody

Skupinová.

Pomůcky

Svíčky, nadepsané flipy.

Podrobně rozpracovaný obsah

Lektor shrne průběh programu celého dne. Zamyslete se a vzpomeňte si, co jste dělali vy, co dělali vaši spolužáci...

Nechá se dvě minuty na přemýšlení. Poté každý žák odpovídá na větu, kterou si sám vybere.

Uprostřed kruhu jsou nadepsané 4 flipy se čtyřmi nedokončenými větami:

1. Nejvíce mě dnes překvapil/a...
2. Chtěl/a bych upozornit na....
3. Chci poděkovat za...
4. Dnes jsem (jsme) dokázal/i více, než jsem si myslel/a, když...

2.3 Tematický blok č. 3, dopoledne, 2 den, konflikt a hledání empatie – 4, 25 h.

2.3.1 Téma č. 1 konflikt a empatie – 205 min.

Ranní ohlédnutí

Forma a bližší popis realizace

Společné ohlédnutí za včerejším dnem a naladění na den dnešní.

Metody

Ústní, skupinová.

Pomůcky

Žádné.

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Chce někdo říci nějakou myšlenku, dojem, fantazii k včerejšímu dni?



2. Na škále 0 – 100 procent (0 = nejméně; 100 = nejvíce) ukaž palcem u ruky, jakou máš momentálně náladu a z jakého důvodu.

3. Je možné pro aktivizaci žáků si zahrát některou vzpruhu.

Metodická poznámka: Cílem je zjistit, zda nemá někdo z žáků něco nevyřešeného ze včerejšího dne. Zda přišel některý z žáků na novou myšlenku, něco ho napadlo k včerejšímu programu.

Skupinové žonglování

Forma a bližší popis realizace

Evokace do tématu konfliktu. Začneme jako při skupinovém žonglování, ale poté se dva lektori (po vzájemné domluvě) pohádají.

Metody

Pohybové, inscenační

Pomůcky

Tři míčky

Podrobně rozpracovaný obsah

Cílem skupinového žonglování je, aby nám ani jeden míček nespadol po co nejdelší dobu na zem.

Fáze 1. Vytyčení trasy míčku a nácvik žonglování. Celá skupina stojí v kruhu. V první fázi hry si vytyčíme trasu míčku, která se nemění po celou dobu hry (míček házíme stále stejnému účastníkovi, trasa míčku se tedy nemění po celou dobu hry). Lektor hodí míček komukoliv ze skupiny, dotyčný si vybere dalšího člena...takto se vyznačí trasa míčku, až poslední člen skupiny hodí míček zpět lektorovi.

Fáze 2. Samotné žonglování. Lektor hodí míček a postupně přidá do hry ještě další dva míčky. Pokud míček spadne komukoliv na zem, tak se vrací všechny tři míčky lektorovi (nebo tomu, kdo začínal házet).

Co je konflikt

Forma a bližší popis realizace

Navazujeme na předchozí domluvenou hádku a ptáme se, co vlastně konflikt podle žáků je? Co si pod ním představují.

Metody

Brainstorming, ústní

Pomůcky

Žádné



Podrobně rozpracovaný obsah

1. Žáci sedí v kruhovém uspořádání.
2. Položte otázku, co je podle žáků konflikt? Použijte metodu brainstormingu, každý může říci svobodně, co ho napadne. Nikdo v této fázi nekomentuje ani nehodnotí.
3. Poté vyzvěte žáky, aby zkusili z napsaných myšlenek vytvořit definici konfliktu. Definice bude začínat: Konflikt je...
4. Nyní diskutujte s žáky na základě vámi položených otázek. Otázky jsou: Kdy konflikty vznikají? Co je vyvolává? Co se musí stát, aby se konflikt vyřešil? Co to vlastně znamená vyřešený konflikt?

Názorová přímka

Forma a bližší popis realizace

Žáci se postaví na škálu podle toho, jak vnímají konflikt.

Metody

Pohybová, dialog, skupinová

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektor vyznačí ve třídě škálu od rozhodně ne až po rozhodně ano. Zdůrazní, že uprostřed je bod 0.
2. Lektor položí otázku: Zajímalo by mě, jak vnímáte konflikt? Zda negativně, pozitivně nebo něco mezi tím. Vyzve žáky, aby si stoupli na vyznačenou stupnici.
3. Nyní dává slovo jednotlivým žákům. Zeptá se, jaké číslo znázorňuje to, kde žák stojí a z jakého důvodu si toto místo zvolil.
4. Pokud je někdo přesvědčen názorem jiného žáka, tak se může na stupnici libovolně pohybovat.
5. Po skončení názorové přímky si sedneme do kruhu a nastává druhá fáze.

Mé pocity při konfliktu

Forma a bližší popis realizace.

Žáci sdělují své pocity, které zažívají, pokud se dostanou do konfliktu. Pomůckou je jím karta z deskové hry Dixit.

Metody

Ústní

Pomůcky

Karty z dekové hry Dixit



Podrobně rozpracovaný obsah

I. fáze – výběr karty a rozdělení žáků do skupin (6-7) - (15 min.)

II. fáze – práce ve skupinách (30 min.)

III. fáze – společné sdílení ve velké skupině (15 min.)

I. fáze – Všichni žáci sedí v kruhovém uspořádání a na zemi jsou položeny Dixit karty. Každý žák si vybere jednu až dvě Dixit karty. Pokyn lektora zní: „Vyberte si takovou kartu, která nejlépe znázorňuje vaše pocity, které zažíváte při konfliktu.“ Někteří žáci potřebují od lektora pomoci s výběrem karty. Potom, co každý žák má alespoň jednu kartu, tak rozdělte žáky do skupin. Skupin vytvořte tolik, aby mohl být s každou skupinou jeden dospělý. (Doporučujeme požádat o pomoc pedagogický dohled.)

II. fáze – Každá skupina si vybere své místo, kde má mít soukromí. Může to být jiná třída, chodba školy nebo si najde místo v učebně. Sedneme si s žáky do kruhového uspořádání. Nyní každý zvlášť popisuje na základě Dixit karty, jaké pocity zažívá při konfliktu a proč ho daná karta oslovila.

III. fáze – Všechny skupiny se sejdou v hlavní místnosti a každý položí svoji Dixit kartu před sebe. Pokud někoho zaujme jakákoliv karta, tak se může zeptat jejího vlastníka, proč si danou kartu vybral.

Druhy konfliktů

Forma a bližší popis realizace

Žáci se dozvědí, jaké jsou druhy konfliktů.

Metody

Inscenační

Pomůcky

Žádné

Podrobně rozpracovaný obsah

Lektoři představují metodou scének druhy konfliktů.

Lektoři mají vylepený a zatím skrytý flip. papír s napsanými druhy konfliktů (vnitřní, mezi lidmi, ve skupině, mezi skupinami).

Lektoři předvádějí pomocí inscenačních scének druhy konfliktů a žáci přemýšlejí, v čem je princip daného konfliktu. Jak by se takový konflikt mohl jmenovat.

3. Po přehrání scénky a žákovských návrzích na druh konfliktu či jeho princip se odkryje připravený flip. papír s příslušným druhem konfliktu. Lektor dovysvětlí princip daného konfliktu.

Odděluje reálný svět od hraní rolí. Sdělte žákům, že scénka začíná jedním tlesknutím. Jakmile scénka končí, tak se ozvou tři tlesknutí a řekne se výrazně konec. Tím scénka končí.

Námět scének pro lektory (napíšeme na flip a vysvětlíme druhy konfliktů).

- a) Pepa váhá, zda si má koupit červenou nebo modrou mikinu.



- b) Pepa s Františkou se nedokázali dohodnout, zda se půjdou dívat na fotbalový zápas nebo půjdou do kina.
- c) Naše třída se měla domluvit, jestli půjdeme na den dětí do bazénu nebo do lanového centra.
- d) Naše třída se chce na konci školního roku dívat ve škole na Harryho Pottera, zatímco běčáci se chtějí dívat na Spidermana.

Obcházejte žáky při přípravě a ptejte se, zda potřebují pomoc.

Připomeňte žákům, že skupina je i jejich třída.

Jak reagujeme na konflikt?

Forma a bližší popis realizace

Na pěti místech jsou vylepeny druhy reakcí na konflikt.

Metody

Dialog, skupinová

Pomůcky

Vylepené nápisy s druhy reakcí na konflikt, které jsou v příloze. 8 příloha č. 8. _reakce na konflikt_3_blok_odpoledne_2_den

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektori umístí 5 typů způsobů chování při konfliktu do místnosti (doporučujeme 4 rohy a uprostřed místnosti).
2. Lektor 5 typů reakcí blíže vysvětlí.
3. Vyzve žáky, aby si stoupli ke způsobu chování při konfliktu, o kterém ví, že ho nejčastěji používají.
4. Lektor se ptá žáků, z jakého důvodu si stoupli k danému způsobu chování.

Červená karkulka

Forma a bližší popis realizace

Na základě přečtení pohádky o Červené karkulce z pohledu vlka se otevírá debata o empatii.

Metody

Práce s příběhem

Pomůcky

Pohádku o Červené karkulce z pohledu vlka. Najdete v příloze č. 9_červená karkulka__3_blok_dopoledne_2_den

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektor přečte text pohádky.
2. Lektor pokládá následující otázky, které se vážou k přečtenému příběhu:



Jaký jste měli názor na vlka z Červené karkulky před přečtením tohoto příběhu?

Nyní, když znáte tento příběh, co si o něm myslíte?

Co jste si mysleli o Červené karkulce před přečtením tohoto příběhu?

Co si o ní myslíte teď?

Kdy se vám stalo, že jste změnili názor na nějakou situaci poté, co jste vyslechli názor jiné osoby?

Co nového o nových hlediscích jste se naučili z tohoto příběhu?

3. Lektor rozdělí žáky do skupiny po 3–4 členech a vyzve je, aby zkusili během 5 minut vymyslet, jak by zněla pohádka „O třech prasátkách“ z pohledu vlka, „O perníkové chaloupce“ z pohledu ježibaby, „O Popelce“ z pohledu macechy.

2.4 Tematický blok č. 4, odpoledne, 2 den, konflikt a hledání empatie – 3,20 h.

2.4.1 Téma č. 1 řešení konfliktu a empatie – 80 min.

Řešení konfliktu

Forma a bližší popis realizace

Žáci přehrávají stejnou situaci 3x, podle schématu vítěz – vítěz, poražený – poražený, poražený – vítěz.

Metody

Inscenační

Pomůcky

Nadepsaný flip. papír – příloha č. 10_řešení konfliktu__4_blok_dopoledne_blok_2_den.

Nadepsaný flip. papír – příloha č. příloha č. 11_témata scének pro žáky_4_blok_odpoledne_2_den,

příloha č. 12_já výroky__4_blok_dopoledne_2_den.

Podrobně rozpracovaný obsah

I. diskuze (5 min.)

1. Nadepište si flip. papír s možnostmi řešení konfliktu – 1. vítěz – vítěz; 2. poražený – poražený; 3. vítěz – poražený).

2. Flip. papír s možnostmi řešení konfliktu vylepte a řekněte větu: „Toto jsou varianty, jak může dopadnout konflikt“.

3. Následují dvě otázky k diskusi: Který výsledek konfliktu je podle vás nejlepší? Co musí lidé v konfliktu udělat, aby mohl skončit tak, že se oba cítí jako vítězové?

4. Výstupy z diskuze zapisujte na flip. papír.



II. Scénky (40 min.)

1. Rozdělte žáky do skupin cca po 4 členech. Každá skupina má za úkol vymyslet a nacvičit scénu jednoho příběhu konfliktu a tři různých scénářů, jak příběh může dopadnout (oba vítězové, oba poražení, vítěz – poražený).

Vzpruha: Z lesa do lesa

Forma a bližší popis realizace

Rychlá aktivizující hra.

Metody

Pohybové

Pomůcky

Materiál na vyznačení čáry v učebně (lano, švihadlo, provázek)

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Lektor vyznačí na podlahu místnosti dělicí čáru.
2. Vysvětlí a zahájí aktivitu z lesa – do lesa.

V místnosti je položené lano nebo vyznačená čára (z lepenky). Na jedné straně lana jsme „v lese“, na druhé straně jsme „z lesa“. Žáci si stoupnou na jednu stranu lana „v lese“. Lektor zahájí hru a náhodně říká: „Z lesa – do lesa“. Žáci podle toho přeskakují vyznačenou čáru. Lektor žáky schválně mate tím, že opakuje např. 2x z lesa. Kdo se pohne, nebo přeskočí, když nemá, tak vypadává.

Slon, jiný úhel pohledu

Forma a bližší popis realizace

Individuální. Každý žák kreslí podobu slona podle příběhu, který čte lektor.

Metody

Vyprávění příběhu

Pomůcky

Formulář pro žáky - příloha č. 13_slon__4_blok_odpoledne_2_den

Text příběhu pro lektory - příloha č. 14_slon__4_blok_odpoledne_2_den

Podrobně rozpracovaný obsah

1. Každý žák dostane nakopírovaný formulář na aktivitu Slon, nebo rozdejte žákům papír A4 a dejte pokyn, aby si papír rozdělili na osm částí.
2. Vysvětlíte, že nyní budete číst příběh o slonovi a slepých mužích.
3. Po každém odstavci nechte žáky nakreslit, jak si myslí, že podle nich slon vypadá.



4. Na závěr příběhu můžete nechat žáky nakreslit konečný obrázek slona, založený na všech výpovědích slepců.

2.4.2 Téma č. 2 táhneme za jeden provaz a reflexe dne – 65 min.

Přechod třídy – 40 min.

Forma a bližší popis realizace

Žáci překonávají společně cestu k cíli.

Metody

Skupinová a kooperační aktivita

Pomůcky

Židle v počtu žáků, lano či švihadlo pro vyznačení cíle

Podrobně rozpracovaný obsah

- 1) Postavíme židle do tří řad. Židlí je tolik, kolik je účastníků. Tedy jedna židle pro jednoho účastníka.
- 2) Na opačný konec, než kde jsou židle, vyznačíme lanem či provazem cíl.
- 2) Každý účastník si stoupne na židli. Jakmile lektor řekne start, tak musí být celá posádka naprosto potichu.
- 3) Cílem účastníků je se dostat jako celá posádka do vytyčeného cíle. (Principem přesunu je to, že žák se přesune na židli svého spolužáka - na židli jsou tedy dva a volná židle se přendá nad hlavami dopředu. Tím se pohybuje celá skupina).
- 4) Celá aktivita je beze slov a zvuků, tedy za absolutního ticha.
- 5) Když někdo udělá zvuk – mluvení, rána židlí, spadne ze židle, tak se odebere jedna židle.
- 6) Hra končí, jakmile se poslední žák dostane za hranici cíle.

Metodická poznámka:

Míru hluku posuzují lektori. Na začátku doporučujeme být přísnější.

Židle můžete i přidávat a tím ovlivňovat úspěšný přechod třídy.

Reflexe:

Popište průběh přechodu?

Jaké momenty pro vás byli zlomové?

Co bylo nejvíce napínavé?

Kdy se projevila spolupráce?

Čím to bylo, že se vám podařilo dosáhnout cíle?

Reflexe dne a celého programu – 30 min.

Forma a bližší popis realizace



Cíle: Žáci i lektori reflektují celý pobyt na kurzu.

Prostředí: místnost.

Čas na přípravu: 5 minut.

Čas na aktivitu: 20 minut.

Počet lektorů: všichni.

Metody

Skupinová, ústní

Pomůcky

Svíčky a sirky

Podrobně rozpracovaný obsah

Průběh: Na flip. papír nakreslete trojúhelník. K vrcholům trojúhelníka napište To, My, Já.

To = vyjádření k programu.

My = vyjádření k naší skupině.

Já = vyjádření k vlastní osobě.

Metodická poznámka: Žáci mluví jednotlivě. Dále se můžeme ptát na největší zážitek? Co se jako skupina žáci naučili? Co se jim dařilo? Koho by chtěli ocenit? Komu poděkovat?

Role lektora: Vyjadřuje se také.

3 Metodická část

- Na konci metodiky jsou uvedeny tzv. vzpruhy. Jsou to drobné hry, které doporučujeme využít, pokud by žáci ztráceli pozornost, nebo byli unaveni.

- Aktivita Gordický uzel má žákům symbolizovat název tohoto programu – „Táhneme za jeden provaz.“ Podle potřeby se k této myšlence po celý kurz vracejte a připomínejte jim témata spolupráce a empatie.

- Doporučujeme aktivity Camel trophy realizovat venku či v tělocvičně. Ukázalo se nám, že střídat prostředí kurzu, alespoň v rámci školy, má velmi pozitivní vliv na motivaci a aktivitu žáků.

- Pokud budete program realizovat s večerním spaním, tak je možné, že budou ráno žáci více unaveni. S tímto faktorem počítejte a zařaďte z nabídky na konci metodiky více vzpruh a ledolamek do programu.

- Na konci metodiky naleznete dvě aktivity týkající se konfliktu, které můžete v metodickém bloku 3 zaměnit s aktivitou Reakce na konflikt a Řešení konfliktu. V aktivitě Řešení konfliktu můžete místo scének využít aktivitu Mezci, která vede ke stejnému cíli, a to ukázat žákům schéma řešení vítěz – vítěz, poražený – poražený a vítěz – poražený. Obě aktivity najdete na konci metodiky.

3.1 Metodický blok č. 1, dopoledne, 1 den, seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, hledání empatie – 4,30 h.

3.1.1 Téma č. 1 organizační náležitosti, společné naladění – 70 min.



Přivítání žáků, rozdání jmenovek a seznámení s názvem kurzu

Cíle: Žáci si nadepíší jmenovky.

Žáci se seznámí s časovým harmonogramem kurzu.

Žákům se představí pravidla na kurzu.

Prostředí: Místnost, židle jsou v kruhovém uspořádání.

Čas na přípravu: 5 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: Všichni

Pomůcky:

Jmenovky, fixy, flip. papíry, nadepsaný flip. papír s názvem kurzu „Táhneme za jeden provaz“.

Legenda: Milí žáci, vítáme vás na prožitkovém programu, který má název: „Táhneme za jeden provaz.“

Průběh:

1. Žáci vcházejí do třídy a sedají si na připravené židle.
2. Přivítáme je, ukážeme na flip. papír s názvem kurzu, který přečteme.
3. Rozdáme žákům jmenovky a vyzveme je, aby si je nadepsali a připevnili k oděvu.
4. Představíme žákům časový průběh kurzu/programu.

Metodická poznámka:

1. Místnost, v které program probíhá je uspořádána do kruhového uspořádání.
2. Máme připravené jmenovky pro všechny žáky i učitele, popřípadě lektory.
3. V místnosti máme vylepený na viditelném místě název kurzu „Táhneme za jeden provaz“ a motto kurzu „Něco se ti nelíbí, tak jdi a vhodnou formou usiluj o změnu“.
4. Nadepsaný flip. papír s časovým průběhem kurzu.
5. Je důležité zdůraznit žákům název prožitkového programu a mít po celou dobu tento název vylepený na flip. papíře.

Role lektora: Uspořádá místnost, připraví pomůcky, nadepíše flip. papíry, má úvodní slovo.



Vzpruha: Masér

Cíle:

Rychlá aktivizace žáků

Odreagování žáků

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 5 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Žádné

Legenda: Delší sezení nás může unavovat. Pojdme se sami namasírovat.

Průběh:

1. Vyzveme žáky, aby si stoupli.

2. Lektor předvádí na sobě způsoby masáže. Každý účastník po něm na sobě opakuje:

a) protažení b) mnutí zápěstí a rukou c) plácání do stehen d) otočení se podle své osy e) masírování vlastních ramenou f) mnutí dlaní a poté si teplé dlaně položit na obličej g) tři až pět výskoků

Metodická poznámka:

Varianta, že každý žák vymyslí svůj způsob masírování a všichni po něm opakují.

Role lektora:

Uvádí a předvádí aktivitu na sobě.

Reflexe:

Není

Představení pravidel na programu

Cíle: Žáci se seznámí s pravidly chování během aktivit programu

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky:

1. Vytisknutá pravidla. příloha č. 4_pravidla na prožitkovém kurzu_1. blok_dopoledne_1_den

2. Napsaná pravidla na flip. papíře na viditelném místě



Průběh:

Seznámení s pravidly na kurzu. Lektor představí žákům pravidla chování při aktivitách.

Pravidla:

- 1) Mluví jen jeden
- 2) Nasloucháme
- 3) Nešeptáme
- 4) Nikdo nemá právo zesměšňovat druhé
- 5) Pravidlo STOP
- 6) Plachý jelen
- 7) Mluvíme k sobě

1. Mluví jen jeden

Připomenout žákům, aby mluvil pouze jeden, jelikož se jinak informace ztrácí.

2. Nasloucháme si

Pokud někdo mluví, naslouchám mu.

Nedělám nic jiného (nekreslím si, nebavím se s kolegou aj.)

3. Nešeptám

Pošeptání cokoliv sousedovi nepřispívá k bezpečí ve skupině.

4. Nikdo nemá právo zesměšňovat druhé

Uvedené pravidlo opět slouží k bezpečí ve skupině.

Pokud se při aktivitě nebo reflexi vyskytne vysmívání se druhým nebo konkrétnímu žákovi, je nutné aktivitu, reflexi zastavit a zjistit příčinu.

5. Pravidlo „STOP“

Některé aktivity nebo témata mohou být pro určité žáky velmi citlivá. Z tohoto důvodu mohou využít pravidla „STOP“ a aktivity, tématu se nezúčastnit jako aktivní člen. Je také důležité, při zavádění pravidla „STOP“ sdělit, že pokud žák využije toto pravidlo, nemusí své důvody zdůvodňovat, pokud nechce. Žák se neúčastní aktivity, ale může být v roli pozorovatele, hlídače pravidel, času.

6) Plachý jelen

Pravidlo slouží k utišení přílišného hluku kdykoliv během programu i mimo něj. Gesto plachého jelena může použít kdokoli z účastníků, tedy jak žák, tak lektor, a to kdykoliv se komukoli bude zdát, že hladina hluku je již nad přijatelnou úroveň.

Gesto plachého jelena je zvednutá ruka a z prstů ruky vytvoříme symbol jelena – na palec ruky položíme prostředníček a ukazováček, zatímco ukazovák a malíček zdvihneme.



Jakmile kdokoliv takto zvedne ruku, tak musí všichni také takto zdvihnout ruku a zároveň přestat mluvit a vydávat jakékoliv zvuky. Až je celá skupina utišená, tak se ruce dají dolu a může se pokračovat v činnosti.

7) Mluvíme k sobě

Při reflexích dbejte na to, aby žáci mluvili k dotyčné osobě, a nikoliv o dotyčné osobě. Žáci jsou zvyklí říkat: „Rád bych ocenil Radku, protože mě překvapila, jak byla v řešení úkolu rychlá.“ Mluví se o dotyčné osobě, ale ne k dotyčné osobě. Vy je vedte k tomu, aby mluvili k sobě: „ Chtěl bych tě Radko ocenit, jak jsi byla v řešení úkolu rychlá.“ Zde se mluví k dotyčné osobě, nikoliv o dotyčné osobě.

Metodická poznámka:

1. Může vás překvapovat, že si pravidla chování na kurzu nevytvářejí samotní žáci. My lektori, či učitelé jsme zodpovědní za bezpečnost ve skupině během aktivit (samozřejmě i mimo ně) a tyto pravidla je zajišťují. Proto je přinášíme jako lektori a nevytvářejí si je žáci. Doporučujeme mít pravidla napsaná na viditelném místě v hlavní místnosti kurzu.

2. Je možné položit žákům otázky: Jaké pravidlo vás nejvíce překvapuje? Jaké máte pocity, když vidíte, že někdo šeptá a dívá se na vás?

Role lektora: Vysvětlení pravidel.

Vzpruha: ElektriKa

Cíle:

Rychlá aktivizace žáků

Odreagování žáků

Prostředí: Místnost

Čas na přípravu: 0. min.

Čas na aktivitu: 5 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Jednotlivé aktivity budeme prokládat rychlými hříčkami, abychom udrželi pozornost a měli energii do méně pohybových aktivit.

Upozorněte, že chytnutí rukou symbolizuje jednotu a připomeňte, že naším cílem je táhnout za jeden provaz.

Průběh:

1. Účastníci sedí v kruhu.
2. Všichni se chytanou za ruce.
3. Cílem je, aby projela celým kruhem „elektriKa“. „ElektriKa“ představuje vzájemné mírné zmáčknutí dlaně.



4. Na signál začíná lektor, nebo dobrovolník posílat „elektriku.“

Metodická poznámka:

Upozorněte, na jemné zmáčknutí dlaně.

Může se hrát i ve stoje.

Role lektora: Vysvětluje aktivitu, zapojuje se do hry.

Reflexe: Není potřeba. Popřípadě rychlá otázka: „Čím to je, že se nám elektrika někde občas ztratila?“

Rychlé představení každého žáka
--

Cíle:

Každý žák promluví.

Aktivita je na straně žáků.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Od začátku jsme mluvili hlavně my lektori. Nyní budete mluvit vy. Každý z vás řekne své jméno, oblíbené jídlo a koníčky.

Průběh:

1. Na flip. papíře je napsané jméno, oblíbené jídlo, koníčky.
2. Žáci dostanou cca 30 s. na rozmyšlení daných otázek.
3. Lektor začne odpovídat a pošle po směru hodinových ručiček slovo.

Metodická poznámka:

Pobízejte k rychlému představení. Jinak hrozí, že se aktivita časově protáhne. Hlavním cílem je, aby hovořili žáci a navzájem se trochu představili.

Role lektora:

Pobízí ke stručnosti a ráznosti.

Reflexe:

Co vás u koho nejvíce zaujalo? Co máte stejně s někým stejně?



Gordický uzel

Cíle:

Žáci začínají pracovat s názvem kurzu – „Táhneme za jeden provaz.“

Žáci se domluví na postupu řešení.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 20 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné.

Legenda: Název kurzu je „Táhneme za jeden provaz“. Zatím jsme o něm spíše mluvili. Pojdme si sami na sobě zažít, co to vlastně znamená?

Průběh:

1. Lektor rozdělí žáky na skupiny cca po 6-7 členech.
2. Skupina vytvoří kruh.
3. V kruhu si všichni stoupnou levým ramenem dovnitř kruhu.
4. Každý člen skupiny natáhne svoji levou ruku do středu kruhu a chytne se za ruce s člověkem naproti.
5. Žáci zavřou oči a natáhnou do středu kruhu svoji pravou ruku a chytanou se s jakoukoliv nataženou rukou.
6. Poté žáci otevřou oči.
7. Cílem je rozmotat ruce a stát v kruhu. Nikdo se nesmí s nikým po celé trvání hry rozpojit.

Metodická poznámka:

Gordický uzel je pohybová evokační aktivita do tématu názvu kurzu.

Pokud program realizujete ráno od 8:00, tak je možné, že vám do aktivity zazvoní zvonek. Pokračujte po přestávce.

Pokud se žáci dostanou do mrtvého bodu, tak je vyzvěte, aby si opět vytvořili gordický uzel.

Role lektora: Obchází skupiny, komunikuje se skupinami.

Reflexe:

Popište mi průběh vašeho rozmotávání?

Jaké jste u rozmotávání zažívali pocity?

Jak tato Gordický uzel souvisí s názvem našeho programu?



Rozbor názvu programu

Cíle: Žáci pojmenují představy o tom, co je táhnutí za jeden provaz.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 15 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: flip. papír, fixy

Legenda: Táhnutí za jeden provaz...Co si pod tím, tak každý představujeme?

Průběh:

1. Žáci odpovídají po kruhu na otázku, co si představují pod pojmem: „Táhneme za jeden provaz“, nebo kdo zažil nějakou situaci, která by se dala takto označit? Varianta může být i negativní: Kdy jste zažili naopak situaci, kdy se za jeden provaz netáhlo?

2. Výstupy na flip. papíře vylepte na zeď. Můžete se k nim vrátit v závěrečné reflexi celého programu.

Metodická poznámka:

Je možné žáky rozdělit na dvě skupiny. Poté si představit každý svůj flip.

Role lektora: Podněcuje k odpovědím.

Reflexe: Jaká věta vás nejvíce zaujala? Překvapila?

Vzpruha: Mexická vlna

Cíle: Rychlá aktivizace žáků

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 0 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Po delší době přemýšlení se pojdme rozhýbat.

Průběh:

1. Žáci sedí v kruhu.



2. Od lektora jede mexická vlna. Mexická vlna vypadá tak, že postupně si každý ze sedu stoupne s rukama nad hlavou a postupně si zase sedá. Soused po levici si začne stoupat, když si začíná žák před ním sedat. Takto se v kruhu posílá „signál.“

Metodická poznámka: není

Role lektora: Vysvětluje a zapojuje se do aktivity.

Reflexe: Není

3.1.2 Téma č. 2 poznávání sebe sama a ostatních spolužáků – 140 min.

Varianta mého jména

Cíle: Žák sdělí oslovení svého jména, které je mu příjemné.

Prostředí: místnost.

Čas na přípravu: 0. min.

Čas na aktivitu: 25 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Papíry A4 v počtu žáků, propisky v počtu žáků.

Legenda: Naše jméno si nevybíráme. Dávají nám ho rodiče. V rodinném kruhu nebo v partě kamarádů nás mohou blízcí lidé oslovovat různými variantami jména, které jsou nám příjemné, ale někde jinde by nám to bylo nepříjemné. Vaším úkolem je nyní napsat všechny varianty vašeho jména a v jakém prostředí jste takto oslovováni. Nakonec sdělte, jak vám bude příjemné být oslovován zde.

Průběh:

1. Vysvětlení, že každý píše všechny varianty svého jména, které mu je příjemné a v jakém prostředí se s nimi setkává.
2. Lektor rozdává všem dětem papíry A4 (popřípadě A5) a propisky.
3. Každý žák čte varianty svého jména napsané na papíru. V závěru sdělí variantu (y) jména, která mu bude příjemná na tomto programu.

Metodická poznámka:

Záměr: přezdívkami a komoleními jmen, přispívá k častým konfliktům ve školních třídách.

Pozor na bezpečí ve skupině. Mohou se objevit různé posměšky nebo úšklebky. Ihned zastavte a řešte.

Připomeňte pravidlo STOP.

Role lektora: Zapojí se také.

Reflexe:

Jaká varianta jména vás překvapila?



Setkali jste se někdy s tím, že vám konkrétní oslovení vadilo nebo někomu z okolí a mohlo to vést k netáhnutí za jeden provaz?

Bingo

Cíle: Vzájemné poznávání spolužáků

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 30 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Vytisknuté „bingo“ pro každého žáka. Příloha č. 5_bingo_1. blok__dopoledne_1_den

Legenda: Může nás překvapit, kolik toho o svých spolužácích ještě nevíme.

Průběh:

1. Úkolem žáků je co nejrychleji získat odpovědi na všechny otázky v „bingu.“
2. Komu se povede vyplnit nejrychleji svůj dotazník, tak vykřikne „bingo“ a sedne si na svoji židli.
3. Jednoho člověka, se mohu ptát vždy na jednu otázku.
4. Můžu být více odpovědí u jedné otázky.

Metodická poznámka:

Pozor na časté porušování pravidel. Nejčastěji jde o napsání jména do odpovědi, který žák nesplňuje.

Otázky v bingo jsou např.: Kdo byl již u moře? Kdo má rád matematiku? Kdo hraje na hudební nástroj? atd.

Reflexe:

Jak jste spokojeni se výsledkem?

Která políčka byla nejlehčí k vyplnění? Čím si myslíte, že to bylo?

Které políčko vám přišlo k vyplnění nejtěžší?

Dozvěděli jste se o nějakém žákovi zde něco nového?

Máte s někým něco společného? Co to je?

Rozhovor s televizní hvězdou

Cíle: Žáci získají nové informace o svých spolužácích.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 10 min.

Čas na aktivitu: 60 min.



Počet lektorů: 1

Pomůcky: Příloha č. 6_dopoledne_rozhovor s tv hvězdou_1. blok_dopoledne_1 den, propisky do dvojice

Legenda: Budeme pokračovat ve vzájemném poznávání a budeme se dozvídat o sobě další informace.

Průběh:

1. Rozdáme vytisknutou přílohu – rozhovor s TV hvězdou.
2. Vyzveme žáky, aby vytvořili dvojice.
3. Ve dvojicích si navzájem vyplníme přílohu. To znamená, že jeden z dvojice se ptá druhého a ten mu odpovídá. Poté si role vymění. Necháme cca 10 min. na vyplnění.
4. Uvedeme, že se z dobrovolníků stanou moderátoři a televizní hvězdy.
5. Dvojice začnou prezentovat své formuláře. Domluví se, kdo z dvojice bude moderátor a kdo televizní hvězda. Moderátor představí televizní hvězdu divákům a začne číst (představovat) oblíbené z vyplněného formuláře. Poté si role vymění.
6. Zazní otázka: Co jsme se dozvěděli nového?

Metodická poznámka:

1. Připomeňte pravidlo STOP.
2. Čas na aktivitu je 60 minut. Vezměte tolik dvojice, kolik se dobrovolně přihlásí.
3. Proložte aktivitu některou vzpruhou, které najdete v závěru metodiky.
4. Doporučujeme se zapojit do aktivity a jít jako lektoři první představit svého kolegu. Ukážete dětem formu představování, přehrávejte, vložte do prezentace humor a také u žáků podpoříte motivaci.
5. Můžete připomenout žákům, že je důležité, aby v roli moderátora udržovali s posluchači oční kontakt.
6. Vybidněte, aby žáci vytvořili dvojice, s kým tak často nepřijdou do kontaktu nebo je pro ně žák nový.
7. V příloze jsou dvě otázky (s názvem libovolná otázka), kterou může moderátor využít pro libovolný dotaz na televizní hvězdu.

Role lektora: Vysvětlí aktivitu, aktivní zapojení.

Reflexe:

Co jsme se dozvěděli nového?

Pravda x Nepravda

Cíle: Rozvíjení poznávání spolužáků

Prostředí: místnost



Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 20 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Nyní se ukáže, kdo z vás má dobrou schopnost poznat, jestli někdo nemluví pravdu.

Průběh:

1. Žáci si o sobě vymyslí celkově tři tvrzení. Dvě z nich jsou pravdivá a jedno nepravdivé. (Závodně jsem hrál hokej (pravda), závodně jsem hrál i fotbal (pravda), nyní hraji na klarinet (nepravda).
2. Vyzvěte je, že jedno z tvrzení by mělo být něco, co nich nikdo ve skupině neví.
3. Žáci chodí libovolně po učebně a tvoří dvojice, v kterých si říkají navzájem připravené tvrzení.
4. Za každou odhalenou nepravdu se získává bludišťák. Kdo jich má po skončení hry nejvíce, tak je král bludišťáků.

Metodická poznámka:

Při vysvětlování doporučujeme ukázat na lektorech.

Reflexe:

Jak jste byli v odhalování nepravdy úspěšní?

Podle čeho jste nepravdu odhalovali?

Co jste rozhodně nečekali?

3.2 Metodický blok č. 2, odpoledne, 1 den, řešení problematických situací, kooperativní aktivity – 3,15 h.

3.2.1 Téma č. 1 řešení problematických situací a kooperační aktivity – 125 min.

Vzpruha: Ložisko

Cíle: Rychlá aktivizace žáků

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: židle

Legenda: Ukázkovým příkladem, kdy něco funguje na principu táhnutí za jeden provaz, je ložisko. Ložiska jsou součástí motorů, kol a všeho co je namáhané. Jsou to menší, nebo větší kuličky těsně vedle sebe, které mají tlumivý účinek. My si teď vyzkoušíme, jaké to je být ložiskem.



Průběh:

1. Vyzvěte žáky, aby vytvořili ze židlí vnitřní kruh a všichni si sedli.
2. Jednu židli odeberte. Jeden žák zůstane uprostřed kruhu.
3. Úkolem žáka je si sednout na libovolnou židli.
4. To se mu snaží překazit jeho spolužáci, co sedí. Ti se po zahájení aktivity pohybují po směru hodinových ručiček a snaží se nedat příležitost si sednout žákovi, který je v kruhu.

Metodická poznámka:

1. Pozor na bezpečnost. Upozorněte žáky, aby jejich úsilí nevítilo nad bezpečností.
2. Uveďte, že hráč, který je uprostřed, může kdykoliv hru zastavit a požádat, zda si s ním někdo chce vyměnit místo.

Role lektora:

Vysvětluje aktivitu, hlídá bezpečí žáků, případně aktivitu zastaví.

Reflexe:

Co bylo nejtěžší?

Jakou jste měli taktiku?

Vyjmenujte hraniční okamžiky, které vám utkvěly v paměti.

Společný sedánek**Cíle:**

Podpořit soudržnost skupiny.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 30 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: Přichází okamžik, kdy se ukáže, nakolik budete táhnout za jeden provaz.

Průběh:

1. Žáci vytvoří kruh.
2. Všichni si stoupnou levým ramenem dovnitř kruhu.
3. Žáci se k sobě co nejvíce přitisknou.



4. Nyní vyzvěte žáky, aby si pomalu začali sedat na stehna svého kolegy, které stojí za nimi.
5. Cílem aktivity je si sednout na stehna kolegy a vydržet tak sedět jako skupina co nejdéle.

Metodická poznámka:

1. Sedánek je vysoce kontaktní hra. Existuje tu riziko negativních hlášek a úšklebků. Pokud jsou myšleny zlomyslně, tak aktivitu zastavte.
2. Zeptejte se skupiny, v čem takové chování nepřispívá k táhnutí za jeden provaz.

Role lektora:

Hlídá bezpečnost ve skupině, motivuje a podporuje žáky.

Reflexe:

Jaký byl průběh sedánku?

Věřili jste, že ho jako skupina zvládnete?

Co bylo nejtěžší?

Jaké jste měli během sedánku pocity?

Camel trophy – skupinové a kooperační aktivity

Kooperační aktivity zaměřené na spolupráci, komunikaci a rozdělení rolí ve skupině.

Cíle:

Žáci spolupracují ve skupině na řešení neobvyklých a problémových situací.

Žáci pojmenují své místo ve skupině.

Žáci analyzují příčiny úspěchu či neúspěchu při řešení úkolů.

Žáci pojmenují skupinové role.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 30-40 minut

Čas na aktivitu: 85 minut

Počet lektorů: na každou skupinu jeden lektor

Pomůcky

Viz jednotlivá stanoviště

Průběh:

0. Příprava jednotlivých stanovišť.

1. Žáky rozdělíme do skupin cca po 7-8, tak aby skupiny byly silově a osobnostně vyrovnané.



2. Skupiny putují po jednotlivých stanovištích s kooperačními úkoly. Každou skupinu provádí jeden lektor.

3. Po každé aktivitě (pokud je to třeba) následuje reflexe, srovnání s předchozí aktivitou. Na závěr si každá skupina se svým lektorem udělá uzavření a reflexi. Doporučujeme zapisovat klíčové myšlenky na flip. papír.

4. Společná diskuse všech skupin.

Metodická poznámka:

1. Na jedno stanoviště vyčleňte cca 15 minut na řešení + 10 minut na reflexi. Pokud stihnou žáci stanoviště rychleji, tak se přesuňte k dalšímu úkolu.

2. Není nutné, aby každá skupina prošla všechny stanoviště. Měla by ovšem projít aspoň 4 stanoviště.

3. Lektor je v roli průvodce. Zásadně neradí skupině, jak má úkol vyřešit. Sleduje proces řešení a vede reflexi.

4. Žáci často odpovídají v reflexi, že budou příště lépe spolupracovat a komunikovat. Vedte žáky k pojmenování konkrétního chování, ve kterém se spolupráce či komunikace projevila.

5. Camel – trophy: skupinové a kooperační aktivity začínají hrou s názvem Sobolí šlacha. Tuto aktivitu hraje celá skupina. Po této aktivitě žáky rozdělte do skupin a začněte plnit úkoly na jednotlivých stanovištích.

Role lektora: Neradí skupině s vyřešením úkolu. Je v roli zadavatele úkolu a jeho hlavní role je ve vedení reflexe po skončení úkolu.

Vede reflexi po skončení úkolu.

Sobolí šlacha

Cíle:

Vzájemná spolupráce.

Rozdělení si rolí.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0

Čas na aktivitu: 20 min. (15 + 5 min. reflexe)

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Svázané lano, nebo svázané švihadlo.

Legenda: Oblíbená hra Eskymáků pro zahřátí.

Průběh: Jedná se o hru na jednotlivá kola. V průběhu jednoho kola hry provádí každé družstvo jiné úkony. Cílem hry je získat co nejvíce oběhů = bodů.

1. Všechny žáky rozdělíme do dvou skupin. Losem určíme, které družstvo začíná házet švihadlo.



2. Hra začíná tím, že jeden člověk z družstva A zatočí 3x nad hlavou lano a odhodí ho co nejdále. Družstvo A, které házelo lano, vytvoří co nejvíce těsný hlouček a ten člověk, který odhodil lano, začne tento hlouček obíhat. Jeden oběh = jeden bod. Body z jednotlivých kol se sčítají. Člověk obíhá své družstvo do té doby, dokud si družstvo B nepředá lano od prvního k poslednímu člověku a poslední v řadě odhodí lano co nejdále.

3. Družstvo B má za úkol běžet co nejrychleji k odhozenému lanu. Jakmile k němu dorazí, tak vytvoří družstvo B řadu a začnou si lano podávat od prvního člověka k poslednímu mezi nohama a nad hlavou. Jakmile lano dorazí k poslednímu člověku z družstva B, tak vezme lano, 3x s ním zatočí nad hlavou a odhodí lano co nejdále. Tím končí jedno kolo hry.

4. Nyní se role družstev prohodí.

5. Družstvo B, které házelo lano, vytvoří co nejvíce těsný hlouček a ten člověk, který odhodil lano, začne tento hlouček obíhat.

6. Družstvo A běží co nejrychleji k odhozenému lanu. Jakmile k němu přiběhne, tak vytvoří řadu a žáci si začnou lano podávat na střídačku od prvního k poslednímu člověku mezi nohama a nad hlavou. Jakmile lano doputuje k poslednímu člověku z družstva, ten ho vezme, zatočí s ním 3x nad hlavou a odhodí co nejdále.

Metodická poznámka:

1. Upozorněte žáky, že lano se nehází do nepřístupných míst (za plot, na střechu, na strom).
2. Ať si v družstvu zvolí člověka, který bude počítat oběhy a tedy body.
3. Body za jednotlivá kola se sčítají. Vyhrává družstvo, které má po skončení hry více bodů – oběhů.
4. Aby měly obě družstva stejné podmínky, tak se hra musí ukončit při oběhu toho družstva, které běželo v prvním kole pro lano (nezačínalo v prvním kole obíhat, ale běželo pro lano).
5. Zdůrazněte, že se žáci musí střídat v odhazování lana.

Role lektora: Zadání hry, hlídání pravidel.

Reflexe:

Jak se vám dařilo si střídat místo házejícího?

Jak se vám dařila dodržovat pravidla?

Co byste nyní udělali jinak?

Co bylo nejtěžší?

Reaktor

Cíle:

Žáci se domluví na řešení úkolu.

Žáci pojmenují role, které měli ve skupině.

Prostředí: venku, les, louka (v případě nepřízně počasí je možné reaktor realizovat i v místnosti)



Čas na přípravu: 10 min.

Čas na aktivitu: 20 min. aktivita + 10 minut reflexe.

Počet lektorů: 1

Pomůcky:

příloha č. 7_karty k reaktoru__2. blok_odpoledne_1_den

Jednotlivé karty s čísly a písmeny, lano na vyznačení startu, lano na vytvoření kruhu, stopky.

Průběh:

1. V kruhu o průměru cca 3 m jsou umístěny karty, na kterých je výběr čísel od 2 do 24 (cca 8 čísel) a stejně tak výběr písmen z abecedy od B – Z (cca také 8 čísel).
2. Cca 20 m od kruhu je startovní čára.
3. Úkolem skupiny je v co nejkratším čase doběhnout od startu ke kruhu a dotknout se postupně všech čísel popořadě a poté písmen podle pořadí v abecedě a doběhnout zpět za čáru.
4. V kruhu ale smí být vždy jen jeden člověk a nesmí se dotknout více karet po sobě (tzn. členové skupiny se střídají). Uvnitř kruhu se může dotýkat země vždy pouze jeden žák.
5. Fáze 1.: Návčiková pro určení pořadí doteků čísel a písmen. Celá skupina jde k obvodu kruhu. Zde má skupina cca 5 minut na strategii, jakou zvolí pro dotek čísel a písmen. Skupina se musí domluvit jakou konkrétně, kdo bude mít kartu.
6. Fáze 2.: Stopovaná na čas. Skupina jde na start. Na povel lektora vyběhne celá skupina k obvodu kruhu a jednotlivci začínají „vypínat“ své karty. Poté co poslední žák „vypne“ svoji kartu, tak celá skupina běží zpět ke startu. Stopky se vypínají poté, co poslední žák proběhne startem.

Metodická poznámka:

1. Před každým opakováním dejte žákům prostor, aby se domluvili na nové a lepší strategii.
2. Lektor hlídá, aby byl v kruhu pouze jeden člověk.
3. Ze startu vybíhá celá skupina a celá skupina běží po „vypnutí“ reaktoru zpět.

Role lektora:

Lektor hlídá dodržování pravidel. Doporučujeme také skupinu povzbuzovat při běhu.

Otázky k závěrečné reflexi

Kdo měl ve vaší skupině jakou roli (vůdce, brzdič, zdroj nápadů)?

Jak se vyvíjela spolupráce?

Bylo důležité se vzájemně poslouchat? Jak se vám to dařilo?

Našel se ve skupině někdo, kdo měl dobrý nápad a nebyl vyslechnut? Proč tomu tak bylo?

Byla vaše spolupráce lepší, než při předchozí aktivitě? Proč?



Jak se vyvíjela vaše spolupráce v průběhu všech aktivit?

Jaká pravidla se uplatnila/neuplatnila při řešení úkolů?

Jak byste pojmenovali role, které se uplatnily při řešení úkolů?

Jaké role ve skupině obecně dokážete pojmenovat? K čemu jsou jednotlivé role důležité?

Živá voda

Cíle:

Žáci spolupracují ve skupině na řešení neobvyklých a problémových situací.

Žáci pojmenují své místo ve skupině.

Žáci analyzují příčiny úspěchu či neúspěchu při řešení úkolů.

Žáci pojmenují skupinové role.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 5 minut

Čas na aktivitu: 15 minut + 10 minut na reflexi

Počet lektorů: 1

Pomůcky: voda, 1 x PET lahev (1,5 litru), 2–4 provázky, kotlík (hrnec či kyblík), lano na vyznačení kruhu 2,5 m.

Průběh:

1. V kruhu o průměru asi 4m je umístěn kotlík a vedle něj láhev s vodou.
2. Vodu z láhve je třeba přelít do kotlíku.
3. Jediné co je k dispozici, jsou 2 - 4 dlouhé provázky (cca 5m dlouhé).
4. Do kruhu se nesmí vstoupit.
5. Pokud se láhev zvrhne, může ji postavit pouze lektor. Při rozlití veškeré vody z lahve mimo kotlík si skupina může jít naplnit láhev ke zdroji vody (toalety, potok).
6. Aktivita končí ve chvíli, kdy je voda přelita do kotlíku (podařilo se) nebo vylita na zem (nepodařilo se).

Metodická poznámka: Čím více dáte skupině pomocných lan, tím bude spolupracovat více lidí. Pokud dáte 2 lana, většinou spolupracují pouze 4 lidi ve skupině. Je to velmi dobré téma do reflexe.

Role lektora: Vysvětluje pravidla, vede reflexi.

Reflexe:

Jakým způsobem se skupina rozhodla, že zrovna dotyčná čtveřice bude ovládat pomocné provázky.

Jakým způsobem jste se ve skupině domluvili na zvolené strategii?



Jaké role jste měli při této aktivitě?

Jakým způsobem jste se domluvili, kdo bude mít provázky?

Elektrický plot

Cíle:

Žáci spolupracují ve skupině na řešení neobvyklých a problémových situací.

Žáci pojmenují své místo ve skupině.

Žáci analyzují příčiny úspěchu či neúspěchu při řešení úkolů.

Žáci pojmenují skupinové role.

Prostředí: venku

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 25 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: 1 x gumový upínač do automobilu (tzv. gumicuk).

Průběh:

1. Upne se gumový upínač cca do výšky ramen žáků.
2. Cílem je to, aby se celá skupina dostala z jedné strany na druhou. Nesmí se podlézat, ani obcházet, ale skupina si musí pomáhat upínač přelézt.
3. Gumový upínač je „Pod elektrikou“ Kdo se ho dotkne, tak je cca na 20 sekund v šoku a nemůže se účastnit žádné aktivity.

Metodická poznámka:

Pozor na bezpečnost a pády.

Role lektora: Vede reflexi, pozoruje proces ve skupině.

Reflexe:

Kdo měl ve vaší skupině jakou roli (vůdce, brzdič, zdroj nápadů)?

Jak se vyvíjela spolupráce?

Bylo důležité se vzájemně poslouchat? Jak se vám to dařilo?

Našel se ve skupině někdo, kdo měl dobrý nápad a nebyl vyslechnut? Proč tomu tak bylo?

Byla vaše spolupráce lepší, než při předchozí aktivitě? Proč?

Jak se vyvíjela vaše spolupráce v průběhu všech aktivit?

Jaká pravidla se uplatnila/neuplatnila při řešení úkolů?



Jak byste pojmenovali role, které jste uplatnili při řešení úkolů?

Jaké role ve skupině obecně dokážete pojmenovat? K čemu jsou jednotlivé role důležité?

3.2.2 Téma č. 2 reflexe kurzu

Reflexe celého dne

Cíle:

Ohlédnutí za celým dnem.

Pojmenování klíčových momentů dne.

Prostředí: uvnitř

Čas na přípravu: 5 minut

Čas na aktivitu: 25 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: na flip. papíře nadepsané otázky.

Legenda:

Máme za sebou první den programu s názvem „Táhneme za jeden provaz.“ Pojdme se ohlédnout zpět na začátek dnešního dne a společně si říci, jaký ten vlastně byl.

Průběh:

Vytvoří se vhodná atmosféra pomocí ztlumení světla, zapálí se svíčky či vytvoří přítmí.

Uprostřed kruh s papíry s větami. Můžete poslat mluvící předmět, aby odpovídal každý nebo si vybral otázku, na kterou chce odpovědět.

- 1) Nejvíc mě dnes překvapilo...
- 2) Nejvíce mě dnes překvapil(a)...
- 3) Chtěl(a) bych upozornit...
- 4) Chci poděkovat ...
- 5) Dnes jsem sám sebe překvapil(a)...
- 6) Kdy jsem dnes dokázal víc, než jsem si myslel nebo naše skupina?

Metodická poznámka:

Je důležité vytvořit klidnou atmosféru, která povede ke společnému sdílení.



2. den programu

3.3 Metodický blok č. 3, dopoledne 2. den, konflikt a hledání empatie – 4,25 h.

Téma 3.3.1 Téma č. 1 konflikt a empatie – 205 min.

Ohlédnutí za předešlým dnem

Cíle:

Zjistit, zda v někom ještě něco nezůstává nevyřešené z předešlého dne.

Zjistit, jaké aktivity zaujaly žáky.

Zjistit, jaká je míra energie do začínajícího programu.

Společné naladění.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 minut

Čas na aktivitu: 10 minut

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: 0

Legenda: Než vstoupíme naplno do dnešního dne, tak se pojdme ohlédnout ještě za včerejšími událostmi.

Průběh:

1. Lektor připomene všechny aktivity z předešlého dne a položí otázku: Co mě nejvíce zaujalo? Na co si nejrychleji vzpomenu? Jaká první myšlenka, pocit, vzpomínka vyvstane?

2. Na škále 0–100 procent (0 = nejméně; 100 = nejvíce) ukaž na palci u ruky, kolik máš energie do dnešního dne (palec dolů znamená nejméně, palec nahoře znamená nejvíce).

Metodická poznámka:

1. Cílem je zjistit momentální naladění žáků a zda není otevřené nějaké téma ze včerejšího dne.

Seznam aktivit z prvního dne - Masáž sám sebe; Pravidla; Električka; Rychlé představení sebe sama; Gordický uzel; Název programu, Mexická vlna; Varianta mého jména; Bingo, TV hvězda, Ložisko, Sedánek, kooperační aktivity a reflexe dne.

Reflexe:

Co mě nejvíce zaujalo?

Na co si nejrychleji vzpomenu?

Jaká první myšlenka, pocit, vzpomínka vyvstane?



Skupinové žonglování

Cíle:

Rozvoj citlivosti ve skupině.

Rozvoj neverbálního vnímání.

Prostředí: místnost, nebo venku

Čas na přípravu: 0 minut

Čas na aktivitu: 20 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: tři míčky (tenisáky, florbalové míčky)

Legenda: Vyzkoušíme, jak jsme na tom se společným úsilím!

Průběh:

1. Cílem skupinového žonglování je, aby nám ani jeden míček nespadol na zem po co nejdelší dobu.
2. Fáze 1. Vytyčení trasy míčku a nácvik žonglování. Celá skupina stojí v kruhu. V první fázi hry si určíme trasu míčku, která se nemění po celou dobu hry (míček házíme stále stejnému účastníkovi, trasa míčku se tedy nemění po celou dobu hry). Lektor hodí míček komukoliv ze skupiny, dotyčný si vybere dalšího člena, takto se vyznačí trasa míčku, až poslední člen skupiny hodí míček zpět lektorovi.
3. Fáze 2. Samotné žonglování. Lektor hodí míček a postupně přidá do hry ještě další dva míčky. Pokud míček spadne komukoliv na zem, tak se vrátí všechny tři míčky lektorovi (nebo ten kdo začínal házet).
4. V druhé fázi lektorů záměrně mezi sebou vyvolají konflikt. Důvodem bude to, že jednomu z lektorů vždy míček spadne. Druhý lektor se na něj našťvaně oboří. Vstoupí se tak do tématu konfliktu.

Metodická poznámka:

1. Aktivitou skupinové žonglování vstoupíme do tématu konfliktu.
2. Dva lektorů se domluví, že v průběhu žonglování jednomu z nich vždy míček spadne. Když se tak stane po několikáté, tak mezi nimi nastane hádka. Jeden z nich může i našťvaně např. odejít za dveře.
3. Lektor se vrací a nastává diskuse viz otázky z reflexe.
4. Výstupem je to, že se mezi nimi stal konflikt, což bude tématem našeho dnešního dne.
5. Zatímco včera jsme se věnovali spolupráci – táhnutí za jeden provaz, tak dnes se budeme věnovat konfliktu, jak na nás konflikt působí a jak se dá řešit.
6. Skupinové žonglování je neverbální hra (nemluví se, ani se nevydávají žádné zvuky).
7. Při vytyčování trasy (v první fázi) doporučujeme nastavit pravidlo, že kdo měl míček, tak zvedne ruku.
8. Je dobré připomínat žákům, že je to hra na přesnost, citlivost a vzájemné napojení, než na rychlost. Míček může kdokoliv mít v ruce tak dlouho, než uzná za vhodné, že je bezpečné ho odhodit.



9. Nastavte pravidlo, že míček musíme hodit alespoň ob jednoho účastníka.

10. Pokud chcete zvýšit napětí ve hře, tak místo míčku použijte například hrnek, mobil. Nějakou věc, co zvýší úsilí a napětí.

Role lektora:

Dva lektori se domluví na konfliktní situaci týkající se toho, že jednomu z nich bude padat míček při aktivitě.

Reflexe:

Co se mezi lektory stalo?

Jaké nyní mohou mít pocity?

Proč to tak je?

Jak byste měli v jejich „kůži“ pocity?

Co je konflikt

Cíle:

Žáci pojmenují svoji představu konfliktu.

Prostředí: místnost.

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: flip. papír, fixy

Legenda: Pojdme si říct, co si vlastně pod slovem konflikt každý z nás představuje?

Průběh:

1. Žáci sedí v kruhovém uspořádání.
2. Položte otázku, co je podle žáků konflikt? Použijte metodu brainstormingu, každý může říci svobodně, co je napadne. Nikdo v této fázi nekomentuje, ani nehodnotí.
3. Poté vyzvěte žáky, aby zkusili z napsaných myšlenek vytvořit definici konfliktu. Definice bude začínat: Konflikt je...
4. Nyní diskutujte s žáky na základě vámi položených otázek. Otázky jsou: Kdy konflikty vznikají? Co je vyvolává? Co se musí stát, aby se konflikt vyřešil? Co to vlastně znamená vyřešený konflikt?

Metodická poznámka:

Definice konfliktu: lat. conflictum (srážka). Střetnutí dvou protichůdných snah, myšlenek, potřeb, zájmů, citů, hodnot, jednotlivců, skupin.



Role lektora:

Vede diskusi.

Reflexe:

Co vás překvapilo?

Co jste se dozvěděli nového?

(upraveno podle: Šmejkalová, R., Schmidová, K. Třída v pohodě. Scio, Praha: 2015. [online] 2019 [cit. 20.6.2019]. Dostupné na: www.scio.cz/download/skoly/Zdarma_materialy/Napadnik_pro_podporu_dobrych_vztahu_ve_tride.pdf

Názorová přímka**Cíle:**

Žáci znázorní své vnímání konfliktu.

Žáci pojmenují pozitiva konfliktu.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Průběh:**1 fáze – názorová přímka**

1. Lektor vyznačí ve třídě škálu od rozhodně ne až po rozhodně ano. Zdůrazní, že uprostřed je bod 0.
2. Lektor položí otázku: Zajímalo by mě, jak vnímáte konflikt? Zda negativně, pozitivně, nebo něco mezi tím. Vyzve žáky, aby si stoupli na vyznačenou stupnici.
3. Nyní dává slovo jednotlivým žákům. Zeptá se, jaké číslo znázorňuje to, kde žák stojí a z jakého důvodu si toto místo zvolil.
4. Pokud je někdo přesvědčen názorem jiného žáka, tak se může na stupnici libovolně pohybovat.
5. Po skončení názorové přímky si sedneme do kruhu a nastává druhá fáze.

2. fáze – diskuse nad otázkou: „Zažil někdo z vás, že měl konflikt pozitivní výsledek?“

Metodická poznámka: není

Role lektora: moderuje diskusi



Reflexe:

Kdo vás překvapil svým názorem?

Mé pocity při konfliktu

Cíle: Žáci sdělují, jaké jsou jejich pocity v konfliktních situacích.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 60 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: karty z deskové hry Dixit.

Legenda: Každý z nás jsme jistě zažili nějaký konflikt nebo se konflikt týkal přímo nás. Nyní probereme pocity, jaké máme u konfliktů.

Průběh:**1. Aktivita má tři fáze:**

I. fáze – výběr karty a rozdělení žáků do skupin (6-7) (15 min.)

II. fáze – práce ve skupinách (30 min.)

III. fáze – společné sdílení ve velké skupině (15 min.)

I. fáze – Všichni žáci sedí v kruhovém uspořádání a na zemi jsou položené Dixit karty. Každý žák si vybere jednu až dvě Dixit karty. Pokyn lektora zní: „Vyberte si takovou kartu, která nejlépe znázorňuje vaše pocity, které zažíváte při konfliktu.“ Někteří žáci potřebují pomoci lektora s výběrem karty. Potom, co každý žák má alespoň jednu kartu, tak rozdělte žáky do skupin. Skupin vytvořte tolik, aby mohl být jeden dospělý se skupinou (doporučujeme požádat o pomoc pedagogický dohled).

II. fáze – Každá skupina si vybere své místo, kde může mít soukromí. Může to být jiná třída, chodba školy nebo si najde místo v učebně. Sedneme si s žáky do kruhového uspořádání. Nyní každý zvlášť popisuje na základě Dixit karty, jaké pocity zažívá při konfliktu a proč ho daná karta oslovila.

III. fáze – Všechny skupiny se sejdou v hlavní místnosti a každý položí svoji Dixit kartu před sebe. Pokud někoho zaujme jakákoliv karta, tak se může zeptat jejího vlastníka, proč si danou kartu vybral.

Metodická poznámka:

Připomeňte pravidlo STOP.

Role lektora:

Vysvětluje aktivitu, podněcuje diskusi, dává otevřené otázky.

Reflexe:

Čím byla tato aktivita pro vás zajímavá?

Co jste se dozvěděli nového? Překvapujícího?



Druhy konfliktů

Cíle:

Žáci se seznámí s druhy konfliktů.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 5 min.

Čas na aktivitu: 10 min.

Počet lektorů: 2

Pomůcky:

Nadepsaný flip. papír s druhy konfliktů

Legenda: Ukážeme si, jaké existují druhy konfliktů.

Průběh:

1. Lektoři představují metodou scének druhy konfliktů (10 min).
2. Žáci vytvoří dvojici a ostatním přehrávají druh konfliktu. Ostatní hádají, o jaký konflikt se jedná. (5 min. příprava a 15 minut hraní scének).
3. Diskuse nad tím, kdy sami žáci nebo někdo z jejich blízkého okolí zažili jednotlivé druhy konfliktů (5 min).

Metodická poznámka:

Lektoři představují metodou scének druhy konfliktů.

Lektoři mají vylepený a zatím skrytý flip. papír s napsanými druhy konfliktů (vnitřní, mezi lidmi, ve skupině, mezi skupinami).

Lektoři předvádějí inscenačními scénkami druhy konfliktů a žáci přemýšlejí, v čem je princip daného konfliktu. Jak by se takový konflikt mohl jmenovat.

3. Po přehrání scénky a žákovských návrzích na druh konfliktu či jeho princip se odkryje připravený flip. papír s příslušným druhem konfliktu. Lektor dovysvětlí princip daného konfliktu.

Oddělujte reálný svět od hraní rolí. Sdělte žákům, že scénka začíná jedním tlesknutím. Jakmile scénka končí, tak se ozvou tři tlesknutí a řekne se výrazně konec. Tím scénka končí.

Námět scének pro lektory (napíšeme na flip a vysvětlíme druhy konfliktů).

- a) Pepa váhá, zda si má koupit červenou nebo modrou mikinu.
- b) Pepa s Františkou se nedokázali dohodnout, zda se půjdou dívat na fotbalový zápas nebo půjdou do kina.
- c) Naše třída se měla domluvit, jestli půjdeme na den dětí do bazénu nebo do lanového centra.
- d) Naše třída se chce na konci školního roku dívat ve škole na Harryho Pottera, zatímco běčáci se chtějí dívat na Spidermana.

Obcházejte žáky při přípravě a ptejte se, zda potřebují pomoci.



Připomeňte žákům, že skupina je i jejich třída.

Role lektora: Přehrávání scének, příprava flip. papíru s druhy konfliktu.

Reflexe:

Jaká scénka mě nejvíce překvapila?

Co znáte ze svého života?

Co stojí za vnitřním konfliktem?

Jak reagujeme na konflikt?

Cíle: Žáci si uvědomí své nejčastější reakce na konflikt.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 5 min.

Čas na aktivitu: 15 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky:

Po místnosti vylepené způsobů chování při konfliktu – příloha č. 8. _reakce na konflikt_3_blok_odpoledne_2_den.

Legenda:

Existuje pět nejčastějších způsobů chování při konfliktu. Pojdme si názorně ukázat, jaký způsob chování při konfliktu vám je nejvíce blízký.

Průběh:

1. Lektori umístí 5 typů způsobů chování při konfliktu do místnosti (doporučujeme 4 rohy a uprostřed místnosti).
2. Lektor 5 typů reakcí blíže vysvětlí.
3. Vyzve žáky, aby si stoupli ke způsobu chování při konfliktu, o kterém ví, že ho nejčastěji používají.
4. Lektor se ptá žáků, z jakého důvodu si stoupli k danému způsobu chování.

Metodická poznámka:

1. Blíže žákům vysvětlíte pět nejčastějších způsobů chování při konfliktu (únik; přizpůsobení; buď anebo; dohoda; kompromis):

1. Únik

Děláme, jakoby konflikt neexistoval nebo se nás netýkal. Způsoby chování jsou při úniku různé: mlčení, fantazijní představy, ignorování.

2. Přizpůsobení



Někdo na nás útočí. Vadí nám to, ale nedáváme nic znát a ještě s agresorem spíše souhlasíme.

3. Bud' anebo (kdo s koho)

Někdo reaguje na konflikt čelem a nenechá si nic líbit.

4. Dohoda – spolupráce

Společně se dohodneme. Z dohody je oboustranný dobrý pocit.

5. Kompromis

V rámci řešení konfliktu se oba aktéři vzdají části svých požadavků a jsou ochotni udělat ústupky ze svých požadavcích.

Podle: Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004

Role lektora: Vede diskusi.

Reflexe:

Co vás překvapilo?

Kdo vás překvapil?

S kým byste čekali/nečekali, že (ne) budete mít shodu ve vašich způsobech chování při konfliktech?

Červená karkulka

Cíle: Poznání, že mohou být dva naprosto odlišné pohledy na stejnou věc.

Prostředí: místnost.

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 45 min

Počet lektorů: 1

Pomůcky: Vytisknutý text pohádky v příloze č. 9_červená karkulka__3_blok_dopoledne_2_den

Legenda: Empatie znamená vcítit se do pocitů druhého. Nejspíš každý známe pohádku o Červené karkulce. Ale zamysleli jste se někdy, že ji vlastně známe jen z pohledu Červené karkulky?

Průběh:

1. Lektor přečte text pohádky.

2. Lektor pokládá následující otázky, které se vážou k přečtenému příběhu:

Jaký jste měli názor na vlka z Červené karkulky před přečtením tohoto příběhu?

Nyní, když znáte tento příběh, co si o něm myslíte?

Co jste si mysleli o Červené karkulce před přečtením tohoto příběhu?

Co si o ní myslíte teď?



Kdy se vám stalo, že jste změnili názor na nějakou situaci poté, co jste vyslechli názor jiné osoby?

Co nového o nových hlediscích jste se naučili z tohoto příběhu?

3. Lektor rozdělí žáky do skupiny po 3–4 členech a vyzve je, aby zkusili během 5 minut vymyslet, jak by zněla pohádka „O třech prasátkách“ z pohledu vlka, „O perníkové chaloupce“ z pohledu ježibaby, „O Popelce“ z pohledu macechy.

Metodická poznámka:

Pohádka o Červené karkulce z pohledu vlka

Les byl můj domov. Žil jsem v něm, staral se o něj a snažil se udržovat vše v čistotě.

Jednoho slunného dne, právě když jsem z lesa vynášel nějaké odpadky, co tu nechali turisté, jsem zaslechl kroky. Schoval jsem se za strom a uviděl malou děvenku s košíčkem. Musím uznat, že jsem byl zvědavý, kdo to je, protože byla legračně oblečená – celá v červeném a hlavu měla schovanou, jako kdyby nechtěla, aby jí někdo poznal.

Přirozeně jsem ji zastavil. Jen pro kontrolu samozřejmě. Zeptal jsem se jí, čím je, kam jde, odkud přichází, a tak dále. Místo odpovědi mi zazpívala písničku o tom, že jde k babičce a nese jí oběd. Také k tomu zatancovala. Působila velice mile a upřímně, avšak byla v mém lese a její oblečení vypadalo podezřele. Rozhodl jsem se, že ji poučím, jak neuváženě je procházet se nápadně oblečená po lese, aniž to někomu oznámí.

Nechal jsem ji jít, a běžel zkratkou k domku její babičky. Stará paní byla velice příjemná. Vysvětlil jsem jí svůj problém a ona souhlasila, že její vnučka takové ponaučení dávno potřebuje. Dohodli jsme se, že stará paní zůstane schovaná, dokud nezavolám. Schovala se tedy pod postel.

Když přišla dívenka, zavolal jsem ji do ložnice, kde jsem ležel v posteli, převlečený za její babičku. Holčička vešla celá rozesmátá a okamžitě poznamenala něco urážlivého o mých uších. Byl jsem na urážky zvyklý, a proto jsem odpověděl něco na způsob, že kdo má velké uši, lépe slyší. Mělo to znamenat, že ji mám rád a že souhlasím s tím, co říká. Na to ona přidala další urážku o mých vyvalených očích. Můžete si domyslet, že jsem začal měnit názor na tuto zprvu milou dívenku, která se mi dříve zdála tak příjemná. Ve skutečnosti byla velice škodolibá a posměvačná. Stále jsem se však držel a opět odpověděl vtípem, že kdo má velké oči, lépe vidí.

Její další poznámka mě však už vážně naštvála. Mám už tak velké trable se svými velkými zuby a tahle holka si z nich ještě začala tropit žerty. Přiznávám, že jsem se měl lépe kontrolovat, ale zkrátka jsem najednou vyskočil z postele a řval jsem, že velké zuby mám proto, abych ji mohl lépe sníst!

Když se nad tím zamyslíte, vlk by nikdy nemohl sníst malé děvčátko, každý to musí přece vědět, jenže tahle holka začala okamžitě křičet na celé kolo a utíkat pryč. Chtěl jsem ji dohonit, abych ji uklidnil. Strhl jsem babiččiny šaty, ale to situaci jen zhoršilo. Znenadání se otevřely dveře a vešel mladý myslivec s puškou. Podíval jsem se na něj a okamžitě mi došlo, že jsem v pěkném průšvihů. Zachránilo mě otevřené okno, kterým jsem rychle vyskočil a utekl.

Rád bych řekl, že to bylo vše!! Bohužel, babička nikdy nikomu o naší dohodě nepověděla. Než jsem se nadál, tak jsem byl pro všechny zlý a ošklivý vlk. Dokonce se rozšířili fámy, že jsem tu holčičku snědl. Takový nesmysl. Bohužel se mi začal každý vyhýbat. Tak si říkám, jestli mi to za to stálo, že jsem chtěl dát holčičce malou výchovnou lekci.

Podle: Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004



3.4 Metodický blok č. 4, odpoledne 2. den, konflikt a hledání empatie – 3,20 h.

Téma 3.4.1 Téma č. 1 řešení konfliktu a empatie – 205 min.

Řešení konfliktu

Cíle: Žáci se seznámí s možnostmi řešení konfliktu.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 45 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky:

Nadepsaný flip. papír – příloha č. 10_řešení konfliktu__4_blok_dopoledne_blok_2_den.

Nadepsaný flip. papír – příloha č. příloha č. 11_témata scének pro žáky_4_blok_odpoledne_2_den.

příloha č. 12_já výroky__4_blok_dopoledne_2_den.

Legenda: Seznámíme se a vyzkoušíme si, jak se dají řešit konflikty.

Průběh:

I. diskuze (5 min.)

1. Nadepište si flip. papír s možnostmi řešení konfliktu – 1. vítěz – vítěz; 2. poražený – poražený; 3. vítěz – poražený).
2. Flip. papír s možnostmi řešení konfliktu vylepte a řekněte větu: „Toto jsou varianty, jak může dopadnout konflikt“.
3. Následují dvě otázky k diskusi: Který výsledek konfliktu je podle vás nejlepší? Co musí lidé v konfliktu udělat, aby mohl skončit tak, že se oba cítí jako vítězové?
4. Výstupy z diskuze zapisujte na flip. papír.

II. Scénky (40 min.)

1. Rozdělte žáky do skupin cca po 4 členech. Každá skupina má za úkol vymyslet a nacvičit scénku jednoho příběhu konfliktu a tři různých scénářů, jak příběh může dopadnout (oba vítězové, oba poražení, vítěz – poražený).

Metodická poznámka:

1. Doporučíme žákům názorně předvést jedno z témat a tři scénářů.
2. Po cca dvou scénkách seznámte žáky s pravidlem „Já – výroky“ – příloha č. 12.
3. Ptejte se žáků po každé variantě, jaké chování napomáhá nebo nenapomáhá k řešení konfliktů a zapisujte na flip. papír.



Pokud by žáci nevěděli žádná témata na scénky a řešení konfliktů, tak jim nabídněte tyto témata:

Braní věcí bez dovolení, shazování věcí z lavice, předbírání, braní svačiny, pomlouvání, kdo má lepší mobilní telefon, potřeba jít první při přecházení do třídy, chození v zástupu, hádka o to, kdo bude sedět poslední v autobuse cestou na výlet, jestli někdo někoho strčil, vytahování se, posmívání se za vzhled – brýle, rovnátka, hádka o kamaráda, jedno družstvo prohrálo a jedno vyhrálo v TV.

Já výroky

„Promluva v 1. os.“ a „Promluva v 2. os.“ Mají na naslouchajícího velice rozdílné účinky. Tzv. Ty – sdělení většinou zanechává na posluchači dojem, že je souzen nebo obviňován a může si tak vyvodit závěr, že si mluvčí o něm/ní myslí, že je špatný. Vlastní sebeobrana pak zabere naslouchajícímu tolik času, že ani nestihne rozpoznat nebo porozumět názoru mluvčího. Nehledě na to, že se vůbec nebude zamýšlet nad tím, v čem je problém a jaké ponaučení si lze z toho vzít.

Při „Promluvě v 1. os.“ se posluchač jen málokdy cítí souzen, protože řeč se točí okolo chtění, potřeb a požadavků mluvčího. Naslouchající bude schopen lépe přijímat to, co řečník říká.

Formální „Promluva v 1. os.“ nazývaná „Já – sdělení“ má čtyři části. Tyto části většinou začínají:

„Já – sdělení“

Já...(můj pocit)

Když ty... (ty děláš – popis situace)

Protože... (dovysvětlím svůj důvod, proč...)

Chtěl/a bych, abys... (vysvětluji, co potřebuji nebo dávám návrh nebo doporučení co příště)

Příklad:

Ty výrok: Pěkně mě štveš, že si zase koušeš nehty!!

Já výrok: Nelíbí se mi, že si koušeš nehty!!!

(Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004)

Role lektora:

Moderuje diskusi, zapisuje na flip. papír.

Reflexe:

Jaké své prožité konfliktní situace byste nyní řešili jinak?

Vzpruha – Z lesa do lesa

Cíle: Rychlá aktivizace žáků

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 5 min.

Počet lektorů: 1



Pomůcky: Lano nebo švihadlo či lepenku na vyznačení čáry

Legenda: Podíváme se, jak se ještě dokážete soustředit.

Průběh:

1. lektor vyznačí na podlahu místnosti dělicí čáru.
2. Vysvětlí a zahájí aktivitu z lesa – do lesa.

V místnosti je položené lano nebo vyznačená čára (z lepenky). Na jedné straně lana jsme „v lese“, na druhé straně jsme „z lesa“. Žáci si stoupnou na jednu stranu lana „v lese“. Lektor zahájí hru a náhodně říká: „Z lesa – do lesa“. Žáci podle toho přeskakují vyznačenou čáru. Lektor žáky schválně mate tím, že opakuje např. 2x z lesa. Kdo se pohne, nebo přeskočí, když nemá, tak vypadává.

Metodická poznámka: Aktivitu vedte velmi svižně.

Role lektora: Vede aktivitu.

Reflexe: není

Slon – jiný úhel pohledu

Cíle:

Žáci si uvědomí, že každý může vnímat stejnou situaci rozdílně. Podle svého úhlu pohledu.

Nácvik empatie.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 30 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky:

Formulář pro žáky - příloha č. 13_slon__4_blok_odpoledne_2_den

Text příběhu pro lektory - příloha č. 14_slon__4_blok_odpoledne_2_den

Legenda: Řešení konfliktů velmi ovlivňuje, jak danou situaci vnímáme. Každý máme přeci svůj pohled a svoji pravdu. Je dobré se na konfliktní situaci podívat očima toho druhého.

Průběh:

1. Každý žák dostane nakopírovaný formulář na aktivitu Slon, nebo rozdejte žákům papír A4 a dejte pokyn, aby si do papíru nakreslili osm částí.
2. Vysvětlíte, že nyní budete číst příběh o slonovi a slepých mužích.
3. Po každém odstavci nechte žáky nakreslit, jak si myslí, že podle nich slon vypadá.
4. Na závěr příběhu můžete nechat žáky nakreslit konečný obrázek slona, založený na všech výpovědích slepců.



Metodická poznámka:

Příběh o Slonu a slepcích

Nechte žáky podepsat formulář a udělejte s obrázků malou galerii.

Příběh slepých mužů

Žilo kdysi šest slepých mužů v Industánu. Toužící naučit se něco víc, šli jednou slona prohlédnout si. (Pomyslete, vždyť jsou všichni slepí).

První ke slonu se přiblížil a stalo se, že zakopl a přímo proti velkému statnému slonímu tělu padl. Začal okamžitě křičet: „Můj Bože, vždyť slon, zdá se, velké zdi snad podobá se!“.

Druhý, cítící pod rukou sloní kel, křičí: „Oh, copak to tu máme?! Tak oblé, hladké, ostré je to! Můj hmat jasně říká mi, že slon má po oštěpu tvary!“

Když třetí přišel ke slonu blíže, stalo se, že do rukou vzal slonův ocas kroutící se. Hrdinně jej zvedaje pak poznamená: „Zjišťuji, že slon téměř jak had tvary má“.

Čtvrtý obrovskou sloní nohu pod kolenem osahává. „Jaké to zvláštní tvary náš Pán to dokázal stvořit, řekl bych, že slon je více stromu podobný!!“

Pátý, který dostal šanci, sloní ucho poznat blíže, říká: „Och vy ze všech nejslepější, já vám povím, co slon nejlépe připomíná. A vyvrát ten fakt, můžeš-li. Vždyť tenhle zázrak sloní, má jasně jen k vějíři skony“!

Šestý nechtěje více otálet, pomalu kolem zvířete se plíží, až náhle, vlnící se chobot uchopil. Cítí v rukách tvary jeho, hned s jistotou všem tvrdí: „Slon jak provaz vypadá!“

A tak muži z Industánu dlouho a hlasitě se dohadují, každý si za svým tvrdohlavě stojí, různě a hlasitě se přesvědčují. Ač každý z nich část pravdy má, přec každý z nich se mýlí!

Podle: Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004

Role lektora:

Čte příběh, vede reflexi.

Reflexe:

Co vyvolalo nesouhlas mezi slepými muži?

Podle čeho si každý slepý muž vytvořil své očekávání?

Které názory byly správné a které ne?

Jak mohla být tato debata vyřešena?

Co důležitého jste si nyní uvědomili?



3.4.2 Téma č. 2 táhneme za jeden provaz a reflexe dne – 65 min.

Přechod třídy

Cíle:

Skupinová kooperace

Prostředí: uvnitř**Čas na přípravu:** 5 min.**Čas na aktivitu:** 40 min.**Počet lektorů:** 1-3**Pomůcky:** židle, lano či švihadlo pro vyznačení cíle**Legenda:**

Čeká nás poslední aktivita, která finálně prokáže, zda táhnete za jeden provaz!

Průběh:

- 1) Postavíme židle do tří řad. Židlí je tolik, kolik je účastníků, tzn. jedna židle pro jednoho účastníka.
- 2) Na druhý konec, než jsou židle, vyznačíme lanem či provazem cíl.
- 2) Každý účastník si stoupne na židli. Jakmile lektor řekne start, tak musí být celá posádka naprosto potichu.
- 3) Cílem účastníků je se dostat jako celá posádka do vytyčeného cíle. Principem přesunu je to, že žák se přesune na židli svého spolužáka, jsou na židli tedy dva a volná židle se přendá nad hlavami dopředu. Tím se pohybuje celá skupina.
- 4) Celá aktivita je beze slov a zvuků, tedy za absolutního ticha.
- 5) V momentě, kdy někdo udělá zvuk nebo promluví, udělá ránu židlí, spadne ze židle, tak se odebírá jedna židle.
- 6) Hra končí, jakmile se poslední žák dostane za hranici cíle.

Metodická poznámka:

Míru hluku posuzují lektori. Na začátku doporučujeme být přísnější.

Pokud žákům přechod příliš nepůjde. Můžete jim i přidávat židle a tím ovlivnit úspěšné zakončení kurzu.

Role lektora:

Odebírá či přidává židle v závislosti na hluku.

Reflexe:

Popište průběh přechodu?



Jaké momenty pro vás byly zlomové?

Co bylo nejvíce napínavé?

Kdy se projevila spolupráce?

Čím to bylo, že se vám podařilo dosáhnout cíle?

Reflexe dne a celého programu

Cíle:

Žáci pojmenují, jak vnímali druhý den programu.

Žáci pojmenují, jak vnímali celý program.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 25 min.

Počet lektorů: všichni

Pomůcky: žádné

Legenda: Je tu konec programu a čeká nás ohlédnutí za dnešním dnem i celým programem.

Průběh:

1. Reflexe dnešního dne:

1. Připomeňte aktivity dnešního dne.

Nechá se dvě minuty na přemýšlení. Poté každý žák odpovídá na větu, kterou si sám vybere.

Napište na flip. papír:

1. Nejvíce mě dnes překvapil/a...
2. Chtěl bych upozornit na...
3. Chci poděkovat za...
4. Dnes jsem (jsme) dokázali více, než jsem si myslel, když...
5. Tento kurz byl pro mě objevný v ...
6. Na tomto kurzu jsem se naučil...
7. Nejvíce v paměti mi utkvělo...

2. Reflexe celého programu:

Připomeňte aktivity a řekněte název programu. Vyzvěte žáky, aby kurz zhodnotili z hlediska TO – MY – JÁ.

To = z hlediska obsahu.



My = naše skupina, třída.

Já = já sám.

Metodická poznámka:

Vytvořte příjemnou atmosféru.

Vzpruhy

Cíle:

Rychlé odreagování.

Krátké hry sloužící ke krátkému přeladění.

Prostředí: místnost či venku

Čas na přípravu: 0

Čas na aktivitu: 2-5 minut

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Legenda: žádná

1. Žabka

Cílem hry je, aby se mezi žáky v kruhu předával tlesknutím rytmický zvuk (žabka).

Žáci stojí v kruhu. Levou ruku mají mírně nataženou ke svému sousedovi po levé ruce. Lektor zahájí hru tím, že pravou rukou tleskne do své ruky a tím pošle zvuk dále. Hra končí tím, že lektor "chytne" žabku do své ruky.

3. Koňské dostihy

Všichni hráči sedí v kruhu. Napodobují zvuky a náladu při koňských dostizích. Začnou se plácet do stehů v rytmickém sledu napodobující koňský dusot.

Tento pohyb žáci dělají po celou dobu hry. K tomu lektor vykřikuje a předvádí změny. Jelikož je hlavní žokej, tak musí všichni koně v dostihu opakovat to samé. Varianty jsou:

- Zatáčka vlevo: všichni se nahnou doleva a plácají do stehů kolegy.
- Zatáčka vpravo: všichni se nahnou doprava a plácají do stehů kolegy.
- Překážka: všichni naznačují zdvíženými rukama skok, při kterém krátce vstanou.
- Tribuna s diváky: všichni začnou jásat a povzbuzovat jednotlivé koně.
- Zmatek mezi koňmi: všichni začnou frkat.

4. Pudl

Pudl, který právě vylezl z vody, se snaží vytřepat si z kožichu všechnu vodu...



1. Pohodlně se postavíme, nohy rozkročené na šíři ramen.
2. Zatřepeme zlehka a uvolněně dlaněmi (cca 15 vteřin).
3. Postupně třepání zesiluje a rozšiřuje se i na předloktí a nadloktí, třepeme silně (15 vteřin).
4. Zpomalíme...
5. Vyklepeme vodu i z pravé nohy i z levé nohy
6. Následně 15 vteřin odpočíváme a užíváme si uvolnění.

5. Bagr – jahoda

Procvičení jmen, rychlé odreagování

1. Všichni jsou v kruhu.
2. Lektor ukazuje náhodně na konkrétního žáka a říká: „jahoda“, nebo „bagr“.
3. Oslovený žák musí bez otáčení hlavy hned reagovat: na slovo „jahoda“ řekne křestní jméno souseda po levici, na slovo „bagr“ jméno toho po pravici. Když se splete, dostává zlatého bludištěka, ale pokračuje dál.

6. Evoluce

1. Zeptejte se žáků, co je to evoluce a pojem vysvětlete.
2. Žáci se pohybují po prostoru (třídě) a znázorňují vždy jednu z fází evoluce. Pohyb je doprovázen nějakým typickým gestem, pohybem.
3. Všichni začínají jako „měňavky“. Když se dvě měňavky setkají, tak si stříhnou (kámen, nůžky, papír). Kdo vyhraje, tak postupuje na vyšší vývojovou fázi – Rybu. Ta svůj pohyb doprovází dýchání žábami.
4. Nyní se pohybují ve třídě měňavky a ryby. Stříhat si o další vývojovou fázi mohou pouze stejné druhy.
5. Když se potkají dvě ryby, tak ta co vyhraje, se stává opicí.
6. Opět mohou stříhat jen stejné druhy (měňavky – měňavky, opice – opice, ryby – ryby).
7. Pokud se setkají dvě opice, tak ta, která zvítězí, se stává člověkem a sedá si na židli.
8. Hra končí, když jsou všichni, nebo téměř všichni na židli.
9. Vše se odehrává bez mluvení.

7. Klíčník

1. Uspořádejte židle do kruhu. Dejte židli o jednu méně, než je žáků.
2. Jednoho určete jako klíčníka a dejte mu do ruky klíče.
3. Klíčník chodí uvnitř kruhu a dotykem si vybírá žáky, kteří s ním tvoří řetěz a chodí s ním v kruhu.
4. Když v náhodný okamžik klíčník pustí klíče na zem, musí si všichni, kteří tvoří řetěz, sednout co nejrychleji zpět na židle. Nemusí však na své místo.



5. Na koho nezbylo místo, tak se stává klíčníkem.

8. Drak a princezna

1. Postavte se do kruhu tak, abyste mohli nechat plynule kolovat nějaký předmět z ruky do ruky (šátek, fixu).
2. Vybraný předmět předávejte v kruhu jeden druhému, cílem je, aby předmět „objel“ kruh co nejrychleji.
3. Po několika kolech přidejte druhý předmět: ten první „utíká“ a druhý předmět se ho snaží „chytit“.
4. Po chvíli vyšlete znovu oba předměty najednou, avšak každá na jinou stranu.
5. Hra končí nebo kolo končí, když se oba předměty setkají.

Varianty aktivit programu

Dopoledne

Do programu jsme přímo vložili vzpruhy, které mají žáky aktivizovat a udržet jejich pozornost.

Odpoledne

Nabízíme programové varianty, kterými můžete reagovat na aktuální rozpoložení žáků nebo přizpůsobit program podle věku žáků.

Místo aktivity „Reakce na konflikt“ můžete realizovat aktivitu s názvem „Otevřená ruka.“

Místo konfliktu a jeho řešení můžete realizovat program s názvem „Mezci.“

Otevřená ruka

Cíle: Žáci se učí předcházet konfliktům a vytvářet kompromisy v situacích, které to vyžadují.

Prostředí: místnost.

Čas na přípravu: 0 min.

Čas na aktivitu: 25 min.

Počet lektorů: 1

Pomůcky: žádné

Průběh:

1. Rozdělte žáky na sedmičlenné skupiny.
2. Tři žáci z každé skupiny budou sedět za jedním stolem (hrají spolu) naproti dalším třem žákům ze stejné skupiny (také hrají spolu). Sedmý žák bude v roli rozhodčího. Každá trojice se pokouší během techniky získat co nejvíce bodů. Jednotlivé trojice spolu nesmí v průběhu celé techniky komunikovat.



3. Žáci sedící naproti sobě za stolem budou mít ruce schované za zády.
4. Rozhodčí má papír, na který bude zapisovat body.
5. Hru začínají dva žáci sedící naproti sobě.
6. Rozhodčí odpočítá tři, dva, jedna, teď. Na „teď“ vytáhnou oba hráči nad stůl pravou ruku, která bude buď otevřená dlaní směrem ke spoluhráči nebo bude sevřená v pěst. Během této části techniky je zakázáno mluvit.
7. Pokud ukáží oba žáci sevřenou pěst, oba obdrží jeden bod. Pokud oba zvednou otevřenou dlaň, oba dostanou dva body. Pokud jeden žák ukáže pěst a druhý otevřenou dlaň, ten, který ukázal pěst, obdrží tři body, druhý z dvojice žádný bod.
8. Rozhodčí zaznamená body.
9. Stejným způsobem pokračují další dva žáci ze skupiny. Mezi jednotlivými koly mají žáci na stejné straně stolu vždy minutu na domluvu, jak pokračovat.
10. Každá skupina odehraje celkem šest kol.

Metodická poznámka:

Není

Reflexe:

Co bylo podle vás cílem techniky?

Kterou strategii jste považovali za nejlepší? Otevřít dlaň nebo ukázat pěst?

Která strategie vám naopak připadala nejhorší?

Co pro vás bylo důležité pro rozhodnutí, co v dalším kole ukázat?

Dá se něco z toho, co jste se v této technice dozvěděli, využít i v jiných situacích ve třídě? Co konkrétně a jak?

Šmejkalová, R., Schmidová, K. Třída v pohodě. Scio, Praha: 2015. [online] 2019 [cit. 20.6.2019].

Dostupné na:

www.scio.cz/download/skoly/Zdarma_materialy/Napadnik_pro_podporu_dobrych_vztahu_ve_tride.pdf

Mezci

Cíle: Žáci si uvědomí různé varianty řešení konfliktu.

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 5 min.

Čas na aktivitu: 20 min.



Počet lektorů: 1

Pomůcky: Vytisknout do skupiny příloha č. _11_slon_odpoledne_2_

Průběh:

1. Obrázek z přílohy pro každou skupinu žáků rozstříhejte podle podélných čar na šest kusů.
2. Náhodně rozdělte žáky do skupin cca po šesti. Každá skupina si najde svůj pracovní prostor.
3. Dejte každému jeden ze šesti připravených obrázků. Žáci mají minutu na prohlédnutí svého obrázku,
během této doby nesmí komunikovat s ostatními ani ostatním svůj obrázek ukazovat. Poté každý svůj obrázek otočí rubem vzhůru tak, aby ho ostatní neviděli.
4. Nyní si všichni žáci ve skupině vzájemně popíší své obrázky a jejich úkolem je domluvit se společně na pořadí, v němž mají být jejich obrázky seřazeny.
5. Po této domluvě obrázky otočí a seřadí v dohodnutém pořadí. Skupina ještě může udělat případné poslední úpravy.
6. Když mají všechny skupiny úkol hotový, každá představí své pořadí ostatním spolužákům a zdůvodní,
proč dané pořadí zvolila.
7. Ukažte nyní třídě původní obrázek, tj. správné pořadí.

Metodická poznámka: není

Reflexe:

Jak probíhala práce ve vaší skupině?

Byli jste spokojeni s pořadím, na kterém jste se dohodli, než jste všechny obrázky viděli?

Jaké úpravy jste provedli, když jste obrázky otočili?

Popište příběh, který se dá z obrázků vyčíst. O čem obrázky mohou vypovídat?

Je možné se od mezků z příběhu něco naučit? Co konkrétně?

Řídila se vaše skupina při práci něčím z příběhu? Čím?

Šmejkalová, R., Schmidová, K. Třída v pohodě. Scio, Praha: 2015. [online] 2019 [cit. 20.6.2019].
Dostupné na:
www.scio.cz/download/skoly/Zdarma_materialy/Napadnik_pro_podporu_dobrych_vztahu_ve_tride.pdf



4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu

Seznam příloh:

příloha č. 1 _časový harmonogram program

příloha č. 2_program_táhneme za jeden provaz

příloha č. 3_metodika_táhneme za jeden provaz

příloha č. 4_pravidla na prožitkovém kurzu_1. blok_dopoledne_1_den

příloha č. 5_bingo_1. blok__dopoledne_1_den

příloha č. 6_dopoledne_rozhovor s tv hvězdou_1. blok_dopoledne_1 den

příloha č. 7_karty k reaktoru__2. blok_odpoledne_1_den

příloha č. 8._reakce na konflikt_3_blok_odpoledne_2_den

příloha č. 9_červená karkulka__3_blok_dopoledne_2_den

příloha č. 10_řešení konfliktu__4_blok_dopoledne_blok_2_den

příloha č. 11_témata scének pro žáky_4_blok_odpoledne_2_den

příloha č. 12_já výroky__4_blok_dopoledne_2_den

příloha č. 13_slon__4_blok_odpoledne_2_den

příloha č.14 _formulář na aktivitu Slon__4_blok_odpoledne_2_den

příloha č.15_mezci_varianty k programu__4_blok_odpoledne_den



příloha č. 1 _časový harmonogram program

Ukázka časového harmonogramu 1 dne programu.

	dopoledne (9 – 12:00)							
den	8	9	10	11	12	13	14	15
1. den	B.I.dopoledne T. Organizace, naladění Přivítání, Pravidla, Organizace programu, Gordický uzel, přestávka 8:45 – 8:55, Táhneme za jeden provaz 8:00 – 9:25	T. Poznávání sebe sama a ostatních Varianta svého jména 9:25 - 9:50 Přestávka 9:50 – 10:00 Bingo 10:00 – 10:30 TV hvězda 10:30 – 11:30 přestávka 11:30-11:40) Pravda x nepravda 11:40 – 12:00			Oběd 12:05 12:50	BII. Problematické situace a koo.úkony Sedánek 12:45 – 12:55 Přestávka 12:55 – 13:35 Camel –trophy 13:35- 15:00 Šlacha Reaktor Živá voda Elektrický proud 15:00 – 15:05		T. Reflexe 15:05- 15:30



příloha č. 1 _časový harmonogram program

Ukázka časového harmonogramu 2 dne programu.

2. den	B III. T. konflikt a hledání empatie	Oběd	B IV. T. konflikt a hledání
	Ranní ohlédnutí 8:00-8:10	12:00	Řešení konfliktu
	Skupinové žonglování 8:10 – 8:30	-	12:45-13:30
	Co je konflikt? 8:30-8:45	12:45	Přestávka
	Přestávka 8:45-8:55		13:30 – 13:35
	Názorová přímka		Vzpruha Z lesa – do lesa
	8:55 – 9:15		13:35 – 13:40
	Mé pocity v konfliktu?		Slon a jiný úhel
	9:15-10:15		13:40 – 14:10
	Přestávka		Přestávka
	10:15-10:25		14:10 – 14:20
	Druhy konfliktu		Přechod třídy
	10:25-10:50		14:20- 15:00
	Přestávka		Přestávka
	10:50 – 11:00		15:00 – 15:05
	Reakce na konflikt		Reflexe
	11:00-11:15		15:05-15:35
	Červená karkulka		
	11:15 – 12:00		



příloha č. 2_program_táhneme za jeden provaz

Text programu je orientován na šířku. Nelze proto přiložit.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

**MS
MT**
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

příloha č. 3_metodika_táhneme za jeden provaz

Metodika je totožná s kap. 3 v tomto dokumentu.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

**MS
MT**
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Pravidla na prožitkovém kurzu

1. Mluví jen jeden

- Připomenout žákům, aby mluvil pouze jeden, jelikož se jinak informace ztrácí.

2. Nasloucháme si

- Pokud někdo mluví, naslouchám mu.

- Nedělám nic jiného (nekreslím si, nebavím se s kolegou aj.).

3. Nešeptám

Pošeptání čehokoliv sousedovi nepřispívá k bezpečí ve skupině.

4. Nikdo nemá právo zesměšňovat druhé

- Uvedené pravidlo opět slouží k bezpečí ve skupině.

- Pokud se při aktivitě nebo reflexi vyskytne vysmívání se druhým, nebo konkrétnímu žákovi, je nutné aktivitu, reflexi zastavit a zjistit příčinu

5. Pravidlo „STOP“

- Některé aktivity nebo témata mohou být pro určité žáky velmi citlivá. Z tohoto důvodu mohou využít pravidla „STOP“ a aktivity, tématu se nezúčastnit jako aktivní člen. Je také důležité při zavádění pravidla „STOP“ sdělit, že pokud žák využije toto pravidlo, nemusí své důvody vysvětlovat, pokud nechce.

- Žák se neúčastní aktivity, ale může být v roli pozorovatele, hlídače pravidel, času.

6) Plachý jelen

- Pravidlo slouží k utišení přílišného hluku kdykoliv během programu i mimo něj. Gesto plachého jelena může použít kdokoliv z účastníků, tedy jak žák, tak lektor, a to kdykoliv se komukoliv bude zdát, že hladina hluku je již nad přijatelnou úroveň.

- Gesto plachého jelena je zvednutá ruka a z prstů ruky vytvoříme symbol jelena – na palec ruky položíme prostředníček a ukazováček, zatímco ukazovák a malíček zdvihneme.

Jakmile kdokoliv takto zvedne ruku, tak musí všichni také takto zdvihnout ruku a zároveň přestat mluvit a vydávat jakékoliv zvuky. Až je celá skupina utišená, tak se ruce dají dolu a může se pokračovat v činnosti.



7) Mluvíme k sobě

- Při reflexích dbejte na to, aby žáci mluvili k dotyčné osobě a nikoliv o dotyčné osobě. Žáci jsou zvyklí říkat: „ Rád bych ocenil Radku, protože mě překvapila, jak byla v řešení úkolu rychlá.“ (Mluví se o dotyčné osobě, ale ne k dotyčné osobě). Vy je ved'te k tomu, aby mluvili k sobě: „ Chtěl bych tě Radko ocenit, jak jsi byla v řešení úkolu rychlá.“ (Zde se mluví k dotyčné osobě, nikoliv o dotyčné osobě).



LIDSKÉ BINGO

Najděte pro každé políčko odpověď od jiné osoby

KDO: Hraje na hudební nástroj.	KDO: Rád čte.	KDO: Chtěl by psa
KDO: Pravidelně snídá.	KDO: Byl u moře.	KDO: Chtěl by si vyzkoušet život delfína.
KDO: Rád plave.	KDO: Jezdil na koni.	KDO: Má rád vánoce.



Rozhovor s televizní hvězdou

Jméno TV hvězdy:

Její oblíbené:

Jídlo

Pití

Barva

Roční období

Film

Seriál

Den v týdnu

Hudba

Kniha

Časopis

Libovolná otázka:

Libovolná otázka:



příloha č. 7_karty k reaktoru__2. blok_odpoledne_1_den

Karty k reaktoru jsou zformátované v příloze do velikosti, že sem nejdou přiložit. Zde malá ukázka:

A, G, D, R, T, S, P, 8, 4, D, S, 4, 2,



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MSMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Témata scének pro lektory

1. Vynucování – Spolužák si chce sednout na místo ve třídě, kde ty už sedíš. Chceme, aby alespoň jednou týdně byly ve školní jídelně palačinky (sladké jídlo).
2. Vztekání se – Dostal jsem špatnou známku. Spolužák mi nechtěně polil tričko vodou.
3. Říkám to kamarádům, místo, abych to řešil – V šatně v tělocvičně jsou rozbité dveře. Chtěli bychom každý svoji skříňku na oběd. Požadavek na automaty ve škole.
4. Naštvané mlčení – Kamarádka nepřišla na moji oslavu narozenin.
5. Naštvaní – Ondra měl půjčit Petrovi sešit k dopsání, ale zapomněl sešit přinést. Petr dostal z písemné práce trojku a je naštvaný na Ondru.
6. Odmlouvání – Učitel po mě chce, abych si lépe připravoval aktovku.
7. Ignorování – Mám utřít tabuli, ale mě se nechce.
8. Urážení se – Kamarádka se baví se spolužákem z druhé třídy. Prohráli jsme na tělocviku neférovým způsobem.



Pohádka o Červené karkulce z pohledu vlka

Les byl můj domov. Žil jsem v něm, staral se o něj a snažil se udržovat vše v čistotě.

Jednoho slunného dne, právě když jsem z lesa vynášel nějaké odpadky, co tu nechali turisté, jsem zaslechl kroky. Schoval jsem se za strom a uviděl malou děvenku s košíčkem. Musím uznat, že jsem byl zvědavý, kdo to je, protože byla legračně oblečená – celá v červeném a hlavu měla schovanou, jako kdyby nechtěla, aby jí někdo poznal.

Přirozeně jsem ji zastavil. Jen pro kontrolu samozřejmě. Zeptal jsem se jí, čím je, kam jde, odkud přichází, a tak dále. Místo odpovědi mi zazpívala písničku o tom, že jde k babičce a nese jí oběd. Také k tomu zatancovala. Působila velice mile a upřímně, avšak byla v mém lese a její oblečení vypadalo podezřele. Rozhodl jsem se, že ji poučím, jak neuvážené je procházet se nápadně oblečená po lese, aniž to někomu oznámí.

Nechal jsem ji jít, a běžel zkratkou k domku její babičky. Stará paní byla velice příjemná. Vysvětlil jsem jí svůj problém a ona souhlasila, že její vnučka takové ponaučení dávno potřebuje. Dohodli jsme se, že stará paní zůstane schovaná, dokud nezavolám. Schovala se tedy pod postel.

Když přišla dívenka, zavolal jsem ji do ložnice, kde jsem ležel v posteli, převlečený za její babičku. Holčička vešla celá rozesmátá a okamžitě poznamenala něco urážlivého o mých uších. Byl jsem na urážky zvyklý, a proto jsem odpověděl něco na způsob, že kdo má velké uši, lépe slyší. Mělo to znamenat, že ji mám rád a že souhlasím s tím, co říká. Na to ona přidala další urážku o mých vyvalených očích. Můžete si domyslet, že jsem začal měnit názor na tuto zprvu milou dívenku, která se mi dříve zdála tak příjemná. Ve skutečnosti byla velice škodolibá a posměvačná. Stále jsem se však držel a opět odpověděl vtípem, že kdo má velké oči, lépe vidí.

Její další poznámka mě však už vážně naštvála. Mám už tak velké trable se svými velkými zuby a tahle holka si z nich ještě začala tropit žerty. Přiznávám, že jsem se měl lépe kontrolovat, ale zkrátka jsem najednou vyskočil z postele a řval jsem, že velké zuby mám proto, abych ji mohl lépe sníst!

Když se nad tím zamyslíte, vlk by nikdy nemohl sníst malé děvčátko – každý to musí přece vědět – jenže tahle holka začala okamžitě křičet na celé kolo a utíkat pryč. Chtěl jsem ji dohonit, abych ji uklidnil. Strhl jsem babiččiny šaty, ale to situaci jen zhoršilo. Znenadání se otevřely dveře a vešel mladý myslivec s puškou. Podíval jsem se na něj a okamžitě mi došlo, že jsem v pěkném průšvihů. Zachránilo mě otevřené okno, kterým jsem rychle vyskočil a utekl.

Rád bych řekl, že to bylo vše!! Bohužel, babička nikdy nikomu o naší dohodě nepověděla. Než jsem se nadál, tak jsem byl pro všechny zlý a ošklivý vlk. Dokonce se rozšířili fámy, že jsem tu holčičku snědl. Takový nesmysl. Bohužel se mi začal každý vyhýbat. Tak si říkám, jestli mi to za to stálo, že jsem chtěl dát holčičce malou výchovnou lekci.

Podle: Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004



Možnosti řešení konfliktů

1. Vítěz – Vítěz

2. Vítěz – poražený

3. Poražený - Poražený



Témata na scénky žáků

a) Nabízená osobní témata: braní věcí bez dovolení, shazování věcí z lavice, předbíhání, braní svačiny, pomlouvání, kdo má lepší mobilní telefon, potřeba jít první, chození v zástupu, hádka o to, kdo půjde první, nebo poslední, jestli někdo někoho strčil, vytahování se, posmívání se za vzhled – brýle, rovnátka, hádka o kamaráda, jedno družstvo prohrálo a jedno vyhrálo v TV.

b) Žádost o změnu či požadavek – hudba místo zvonění, sladké jídlo v jídelně, žaluzie do oken, nové počítače do tříd, nové skříňky, lepší vybavení nábytku ve třídách, nové interaktivní tabule, více výletů.



Já výroky

„Promluva v 1 .so.“ a „Promluva v 2. os.“ Mají na naslouchajícího velice rozdílné účinky. Tzv. Ty – sdělení většinou zanechává na posluchači dojem, že je souzen nebo obviňován, a může si tak vyvodit závěr, že si mluvčí o něm/ní myslí, že je špatný. Vlastní sebeobrana pak zabere naslouchajícímu tolik času, že ani nestihne rozpoznat nebo porozumět názoru mluvčího. Nehledě na to, že se vůbec nebude zamýšlet nad tím, v čem je problém a jaké ponaučení si lze z toho vzít.

Při „promluvě v 1. o.s.“ se posluchač jen málokdy cítí souzen, protože řeč se točí okolo chtění, potřeb a požadavků mluvčího. Naslouchající bude schopen lépe přijímat to, co řečník říká.

Formální „promluva v 1. o.s.“ nazývaná „Já – sdělení“ má čtyři části. Tyto části většinou začínají:

„Já – sdělení“

Já...(můj pocit)

Když ty... (ty děláš – popis situace)

Protože.. (dovysvětlím svůj důvod, proč...)

Chtěl/a bych, abys.... (vysvětluji, co potřebuji, nebo dávám návrh, nebo doporučení co příště)

Příklad:

Ty výrok: Pěkně mě štve, že si zase koušeš nehty!!

Já výrok: Nelíbí se mi, že si koušeš nehty!!!

(Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004)



Příběh slepých mužů

Žilo kdysi šest slepých mužů v Industánu. Toužíce naučit se něco víc, šli jednou slona prohlédnout si. (Pomyslete, vždyť jsou všichni slepí).

První ke slonu se přiblížil a stalo se, že zakopl a přímo proti velkému statnému slonímu tělu padl. Začal okamžitě křičet: Můj Bože, vždyť slon, zdá se, velké zdi snad podobá se!“.

Druhý, cítící pod rukou sloní kel, křičí: „Oh, copak to tu máme?! Tak oblé, hladké, ostré je to! Můj hmat jasně říká mi, že slon má po oštěpu tvary!“

Když třetí přišel ke slonu blíže, stalo se, že do rukou vzal slonův ocas kroutící se. Hrdinně jej zvedaje pak poznamená: „Zjišťuji, že slon téměř jak had tvary má“.

Čtvrtý obrovskou sloní nohu pod kolenem osahává. „Jaké to zvláštní tvary náš Pán to dokázal stvořit, řekl bych, že slon je více stromu podobný!“

Pátý, který dostal šanci, sloní ucho poznat blíže, říká: „Och vy ze všech nejslepější, já vám povím, co slon nejlépe připomíná. A vyvrať ten fakt, můžeš-li. Vždyť tenhle zázrak sloní, má jasně jen k vějíři skony“!

Šestý nechtěje více otálet, pomalu kolem zvířete se plíží, až náhle, vlnící se chobot uchopil. Cítí v rukách tvary jeho, hned s jistotou všem tvrdí: „Slon jak provaz vypadá!“

A tak muži z Industánu dlouho a hlasitě se dohadují, každý si za svým tvrdohlavě stojí, různě a hlasitě se přesvědčují. Ač každý z nich část pravdy má, přec každý z nich se mýlí!

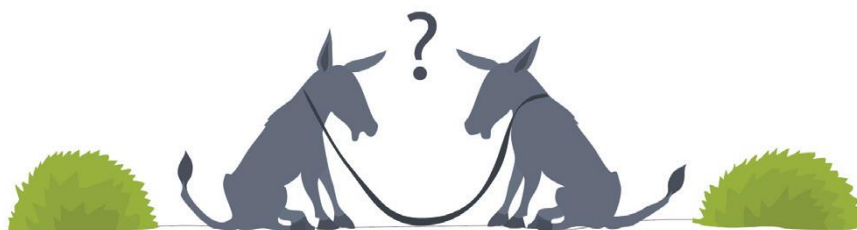
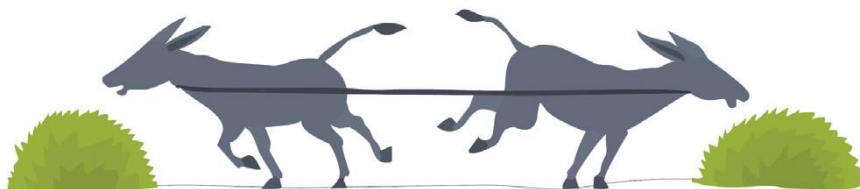
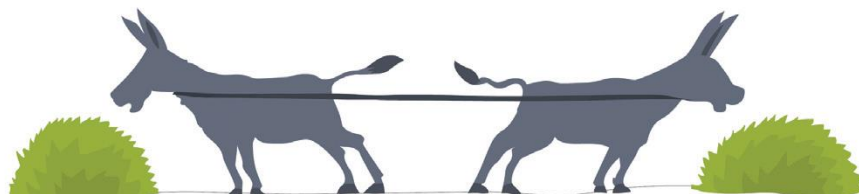
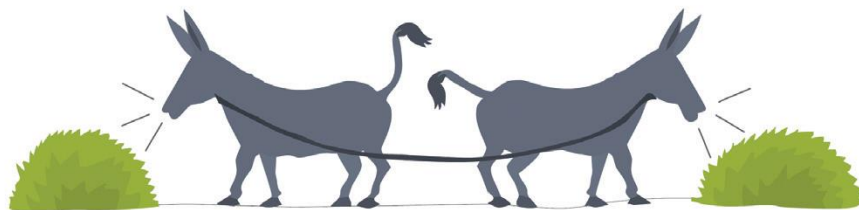
Podle: Sadalla, G. A kol. Konflikt, koření života. 2. vyd. Praha: 2004



Formulář na aktivitu Slon – jiný úhel pohledu



Příloha č. k aktivitě Mezci - Převzato z: Šmejkalová, R., Schmidová,



6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi

Zpráva o ověření programu v praxi závěrečná

II.

Místo ověření programu	Datum ověření programu	Cílová skupina, s níž byl program ověřen
ZŠ Zákupy	11. – 12. 10. 2018	24 žáků 5. ročníku ZŠ Zákupy
ZŠ Chýně	28. – 29. 1. 2019	24 žáků 3. ročníku ZŠ Chýně
ZŠ Pečky	9. - 10. 5. 2019	25 žáků 5. ročníku ZŠ Pečky

1. Hodnocení účastníků a realizátorů ověření¹

a) *Jak probíhalo ověření programu (organizace, počet účastníků, počet realizátorů atd.)?*

Příprava ověření vzdělávacího programu probíhala od září 2018 na ZŠ Zákupy a Chýně a od ledna 2019 na ZŠ Pečky. Manažer klíčové aktivity s koordinátorkou škol začali připravovat program, zjišťovat potřeby zapojených škol, nastavovat evaluaci ověřování s evaluátorem a konzultovat program s didaktickým konzultantem tak, aby co nejvíce odpovídal identifikovaným potřebám školy.

S navrženým a po ověřování upraveným programem zážitkového kursu „Táhneme za jeden provaz“ byli následně seznámeni lektori, kteří ho na ZŠ vedli. Na metodickou správnost ověřování na místě dohlížel manažer aktivity a didaktická konzultantka, která program po celou dobu sledovala. Současně program se školou z organizačního a logistického hlediska zajišťovala koordinátorka škol. Ověřování se tedy zúčastnilo 5 realizátorů.

Ověřování samotného se zúčastnilo 24 žáků z 5. ročníku ZŠ Zákupy, 24 žáků z 3. ročníku ZŠ Chýně a 25 žáků z 5. ročníku ZŠ Pečky.

b) *Jaký byl zájem cílové skupiny?*

Celkově zájem škol o ověřování programů rozvíjejících kompetence pro demokratickou kulturu právě u nich ve škole byl enormní. Ještě před začátkem projektu jsme oslovili školy, které s CEDU v minulosti spolupracovaly. Ozvalo se jich dokonce víc, než můžeme v rámci 18 ověřování, jež jsou v projektu naplánovány, pokrýt.

Zájem cílové skupiny – žáků z 3. - 5. ročníku ZŠ – byl rovněž veliký. Nakonec se po dohodě s didaktickými konzultanty ověřování účastnili žáci z 3. a 5. ročníku.

¹ Vychází z evaluačních dotazníků žáků, učitelů, realizátorů programů – pracovníků neformálního vzdělávání či záznamů z rozhovorů s dětmi, které příjemce uchovává pro kontroly na místě.



c) *Jaká byla reakce cílové skupiny?*

Cílová skupina – žáci 3. a 5. ročníku ZŠ – reagovala na ověřovaný program velmi pozitivně. V průběhu kursu byli žáci na svůj věk velmi soustředění, aktivní a nadšení. Při společné závěrečné reflexi kurs vyzdvihovali, protože „tohle se ve škole normálně neučí, je to jiné, než školou organizovaný výlet a protože se toho hodně naučili a dozvěděli.“

Z písemné zpětné vazby od žáků, kterou jsme na závěr kursu posbírali, vyplývá, že se jim program velmi líbil, dozvěděli se spoustu věcí o sobě navzájem a uvědomili si, jak funguje respekt a empatie i konflikt a jeho řešení. Na kursu by žáci nic neměnili, byli by rádi, aby byl společný program delší a mimo školu.

d) *Jak účastníci z cílové skupiny hodnotili ověřovaný program?*

Program kursu byl hodnocen kladně a to z několika důvodů. V první řadě bylo kladně hodnoceno uspořádání daného kursu a to, jak jej realizátoři uskutečnili, ať již po stránce bezchybné práce lektorů, tak i po stránce toho, jak byl celý kurz realizován vzhledem k časové náročnosti. Účastníci ocenili aktivity, které různým způsobem pracují s komunikačními dovednostmi. Rovněž bylo pozitivně hodnoceno, jak jednotlivé aktivity posilují spolupráci mezi žáky. Účastníci vyzdvihovali to, jak kurz pomohl stmelit kolektiv žáků a posílit jejich empatické dovednosti včetně dovedností komunikačních. Krom výše uvedeného bylo velmi kladně hodnoceno i to, jak byli účastníci schopni reflektovat svoje vlastní předsudky ke skupině. Zcela konkrétně se jedná o to, že žáci byli podceňováni v tom, co jsou schopni zvládnout a co ne, přičemž kurz přispěl k tomu, že právě toto podceňování bylo reflektováno a označeno jako nežádoucí.

Většina žáků kladně hodnotila celý program. Vyzdvihovali pak první odpoledne s aktivitami zaměřenými na spolupráci, které pro ně byly úplně nové, daly jim možnost poznat spolužáky v různých rolích a hlavně byly zábavné a plné výzev. Žáci rovněž velmi pozitivně hodnotili i divadelní aktivity spojené s konfliktem a empatií, které je přiměly přemýšlet o podobách konfliktů a o tom, jak je řešit.

e) *Co bylo v programu hodnoceno v rámci ověřovací skupiny nejlépe?*

Dle účastníků byl program velmi dobře vytvořený, respektoval možnosti a schopnosti zúčastněných žáků. Nejlépe bylo hodnoceno, že program zahrnoval různé typy aktivit. Část z nich probíhala ve venkovním prostředí a byla vnímána jako důležitá vzhledem k dynamice celého kursu. Vyzdvihovalo se rovněž to, že některé aktivity měly okamžitý dopad na kolektiv, který z toho čerpal v následujícím programu.

Žáci vyzdvihovali zejména kooperační aktivity (první den odpoledne – *Camel Trophy* a *Přechod třídy*), představitelskou aktivitu *Životopis*, přespání ve škole a divadelní aktivity spojené s řešením konfliktů.

f) *Jak byl hodnocen věcný obsah programu?*

Obsah kursu byl hodnocen jako vyvážený, velmi dobře orientovaný k cílům kursu. Vyzdvihovány byly především aktivity, které se zaměřovaly na rozvoj komunikačních dovedností a empatie (viz výše). Z tohoto pohledu byla velmi kladně hodnocena aktivita *Dixit*, a to právě proto, že žáci museli využívat empatii a jít velmi hluboko do podstaty problému. Výjimečnost této aktivity dokládá i to, že



se na ni žáci velmi soustředili a všichni se do ní aktivně zapojili.

g) Jak bylo hodnoceno organizační a materiální zabezpečení programu?

Organizační a materiální zabezpečení kurzu bylo hodnoceno kladně. Účastníci nevznášeli žádné požadavky či připomínky tohoto charakteru.

h) Jak byl hodnocen výkon realizátorů programu?

Organizační tým byl hodnocen kladně. Především bylo kladně hodnoceno, že tým byl dostatečně početný, a že neustále komunikoval se žáky. Tým dodržoval časový rozvrh a i to dle účastníků přispívalo k celkovému pozitivnímu vnímání celého programu navzdory jeho délce a náročnosti.

Výkony lektorů se žákům velmi líbily.

i) Jaké měli účastníci výhrady/připomínky?

Připomínky směřovaly k samotnému úvodu kurzu. Konkrétně bylo zmíněno, že ze strany realizačního týmu neoznámilo (dostatečně jasně) na jakém kurzu se žáci nacházejí, co je čeká a co je cílem daného kurzu. V tomto ohledu byla pak navazující aktivita „seznamování se“ příliš dlouhá a děti nedokázala nabudit do dalších aktivit. Dynamika kurzu tak v první části byla spíše slabší, což se ale povedlo zvrátit a kurz dále probíhal velmi dynamicky. Rovněž zazněla připomínka ke způsobu vysvětlování, a to především ke slovům, která občas lektori volili. Účastníci doporučovali používat jednodušší slova, tak aby jim žáci v daném věku porozuměli. Objevily se také připomínky k náročnosti aktivity pojmenované *Divadlo Fórum* a k délce kurzu (především v rámci programu druhého dne), kdy byli žáci již unavení a hůře se koncentrovali na zadané úkoly. Někteří účastníci projevíli zájem o to, aby kurz probíhal mimo školu, neboť by to přispělo k jeho daleko větší relevanci (problém toho, jak je prostředí formativní).

Podle zpětné vazby žáků, na jejich straně žádné připomínky nebyly, žáci si povětšinou přáli, aby se kurs ve škole konal opakovaně.

j) Opakovala se některá výhrada/připomínka ze strany účastníků častěji? Jaká?

Zazněla výhrada k únavě žáků, především pak v rámci programu druhé dne.

Žádná z výhrad/připomínek nezazněla častěji.

k) Budou případné připomínky účastníků zapracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?

Všechny připomínky pečlivě shromažďujeme a následně zapracováváme do finální verze programu.

l) Jak byl program hodnocen ze strany realizátorů programu?

Realizátoři byli s ověřováním programu spokojeni. Po organizační stránce vše proběhlo k velké spokojenosti, materiálně se nám rovněž podařilo vše pokrýt ještě před kursem. Z programového



hlediska jsme ověřování vnímali jako vyzkoušení druhé verze programu a následně poslední možnost k vyzkoušení programu. Zařadili jsme nové aktivity na konflikt, empatii a upravili jsme kooperační aktivity. Současně potenciálně slabší místa jsme díky ověřování identifikovali a pracujeme na jejich vyladění a celkovém zlepšení.

m) Navrhují realizátoři úpravy programu, popř. jaké?

Úpravy programu jednoznačně navrhujeme, většinu jsme na základě zpětné vazby přímých realizátorů ověřování popsali výše, v bodu 2 – výsledky ověření. Do finální verze programu zapracujeme navržené úpravy v oblasti dynamiky programu (aby nedocházelo ke ztrátě koncentrace žáků), zjednodušení některých aktivit na *Konflikt a empatii* a připsání dalších aktivit, z nichž by si budoucí realizátoři kursů mohli vybírat. Také navrhujeme zjednodušení schématu konfliktů. Přestože ho žáci zvládli pochopit, působí v programu příliš teoreticky.

n) Budou tyto návrhy realizátorů zapracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?

Návrhy rozhodně do další – již finální - verze programu zapracovány budou

o) Konkrétní výčet úprav, které budou na základě ověření programu zapracovány do finální verze programu:

Dopoledne – seznamování, poznávání sebe sama a ostatních spolužáků, posilování empatie:

- Do metodiky uvedeme varianty aktivit, které pružně reagují na schopnosti a aktuální soustředění žáků.
- K seznamovacím aktivitám přidáme práci s názvem kurzu Táhneme za jeden provaz. Bude možné se k němu podle potřeby v průběhu kursu vracet a zvědomovat u žáků téma spolupráce a empatie.
- Na závěr tohoto bloku doporučíme zařadit ještě jednu kooperační aktivitu, která žáky připraví na následující blok, zvýší skupinovou dynamiku a v reflexi otevře otázky poznávání a empatie.

Odpoledne – kooperační aktivity, řešení problémových situací:

- Vyzdvihneme v metodice, jak důležité je vystřídat se žáky prostředí – v zimě jít do tělocvičny, na jaře a na podzim na hřiště.

Bude-li program s přespáním: Večer – kooperační aktivity, řešení problémových situací:

- Vysvětlíme, jaké výhody (a úskalí) přináší přespání ve škole.

Druhý den, dopoledne – konflikt a hledání empatie:

- Aktivity zaměřené na Konflikt a empatii v metodice rozepíšeme formou nabídky, aby si budoucí realizátoři kursů mohli dle své úvahy a věku dětí odpovídající aktivity zvolit.
- Dále je rozdělíme na divadelní část, kterou budou mít připravenou lektori a potom dostanou prostor pro divadelní ztvárnění žáci.
- Zařadíme aktivitu o konfliktu odkazem na existenci odlišných pohledů na situaci Červená Karkulka.

Druhý den, odpoledne - konflikt a hledání empatie:

- Navážeme aktivitami zaměřenými na odlišné pohledy za pomoci kreativních metod.
- Na odpoledne zařadíme pohybové aktivity.



7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu

Odborné a didaktické posudky přikládáme zvlášť, neboť pro zveřejnění nemusí být tato příloha připojena.

8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu

Elektronickou kopii nabídky ke zveřejnění programu na portálu www.rvp.cz přikládáme zvlášť, neboť pro zveřejnění nemusí být tato příloha připojena.

9 Nepovinné přílohy

Další nepovinné přílohy nepřikládáme.

