



**Pedagogicko-psychologická
poradna
Plzeň**

Pracoviště Plzeň-město
Částkova 78, 326 00 Plzeň
poradnamesto@pepor-plzen.cz
377 468 124

TŘÍDA PLNÁ POHODY

METODIKA NA PODPORU VEDENÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN A OSOBNOSTNĚ SOCIÁLNÍHO ROZVOJE NA 1. STUPNI ZŠ

PRAKTICKÁ ČÁST 2. TŘÍDA

Metodika byla zpracována na základě dlouhodobé zkušenosti metodiků prevence PPP Plzeň s prací s dětmi na 1. stupni v oblasti rozvoje sociálních dovedností a prevence rizikového chování. Užívané techniky jsou pro danou věkovou skupinu ověřené.



Charakteristika programu Třída plná pohody

Metodika je složena ze dvou samostatných částí: teoretického základu pro vedení třídnických hodin (struktura hodiny, návaznost témat, komunitní kruh, zásady interakčních her...) a programu ucelených na sebe navazujících lekcí.

Cíl programu

Program Třída plná pohody se ve 2. třídě zaměřuje na podporu **pozitivního sociálního klimatu třídy, vzájemnou toleranci a respekt. Vede žáky k efektivní formě komunikace a spolupráce.**

Cílem jednotlivých lekcí je, aby se děti **více poznaly, naučily se základním komunikačním pravidlům, jak spolupracovat ve dvojicích i ve více početných skupinách, vzájemně se ocenit a také posílit celkovou soudržnost kolektivu.**

Práce s lekcemi

Ve 2. ročníku se program skládá **z 9 lekcí**. V každé lekci je vždy uveden cíl, popis aktivit a pomůcky, které budou potřebné pro realizaci. U jednotlivých aktivit jsou pak uvedené i příklady konkrétních otázek pro reflexi.

Metodika, kterou předkládáme, není pro učitele závazná. Chápeme ji jako nabídku, inspiraci, představení způsobu práce s dětmi ve 2. třídě ZŠ. Učitel může pracovat tak, jak je metodika nastavená, formou pravidelných setkání k programu Třída plná pohody, nebo uplatnit vlastní zkušenosti a osvědčené aktivity dle potřeb žáků a rozpracovat nabízené techniky do celoroční náplně třídnických hodin. Dílčí aktivity jsou navíc koncipovány tak, aby byly snadno zařaditelné do běžných vyučovacích hodin (např. VV, TV, ČJ...).

Jako nejvhodnější se jeví dlouhodobá a systematická práce formou pravidelných třídnických hodin. Délka jedné hodiny je závislá od časových možností i aktuálního naladění. Doporučujeme jednu vyučovací hodinu - 45 minut. Pokud jde o četnost jednotlivých hodin, ideální je týdenní interval. Program můžeme doplnit nebo i nahradit komunitním kruhem na úvod týdne, zhodnocení týdne nebo rozebrání aktuálního tématu. Při sestavování jednotlivých třídnických hodin je nutné vždy přihlédnout k aktuálním potřebám dané třídy.

STRUKTURA TŘÍDNICKÉ HODINY	
Cíl: Co chci s dětmi dnes dělat. Jaký mám cíl. K čemu chci směřovat.	
ÚVOD 5 min	- přeladění - připomenutí pravidel - ohlédnutí za předchozím setkáním - zopakování klíčových témat - seznámení s cílem hodiny
OTEVŘENÍ TÉMATU 5 – 20 min	- aktivita, kterou otevíráme, motivujeme, přinášíme téma, kterému se chceme věnovat, přibližujeme téma žákům
DISKUZE K TÉMATU 5 – 20 min	- komunitní kruh - vztažení aktivity k životu naší třídy (např. Jak to máme s nasloucháním u nás ve třídě my?) - domluvení výstupu – Co s tím budeme dělat?



PROSTOR PRO PŘÍPADNÉ DALŠÍ AKTIVITY	- využití navazující techniky z TPP - praktické zkoušení/modelování toho, o čem jsme se bavili - dáme prostor dětem – hrajeme jejich oblíbenou hru - řešení organizačních věcí...
SHRNUTÍ 5 – 10 min	- zopakování průběhu hodiny - připomenutí dojednaných dohod - zhodnocení průběhu (škálování, palce...)

Pro přehlednost připojujeme přehled témat v jednotlivých ročnících:

1. třída

- program je zaměřen na adaptaci dětí ve školním kolektivu
- podpora pocitu sounáležitosti, bezpečí, ochoty pomáhat, naučit se spolupracovat, respektovat ostatní

2. třída

- **podpořit pozitivní sociální klima třídy, poznat lépe sebe i druhé,**
- **aktivní naslouchání, podpořit komunikaci, spolupráci, toleranci při společném plnění úkolů, zpětnovazebné techniky**

3. třída

- seznámit žáky s prvky verbální a neverbální komunikace, vést je k efektivní formě komunikace a spolupráce,
- aktivní naslouchání jako součást komunikace

4. třída

- podpořit pozitivní sociální klima třídy, pozitivní zpětnou vazbu,
- hlavní tématem je spolupráce, kooperace, posílení vzájemných vztahů a podpora soudržnosti třídy.

5. třída

- sebepoznání a osobnostní rozvoj žáků ve třídě, budování pozitivního sebepojetí a sebehodnocení, uvědomění si svých schopností, silných stránek, úspěchů
- seznámit s principy práce s cíli, posílit dovednost vytvářet reálných cílů, rozvoj vlastní odpovědnosti za svůj život
- upevnit pozitivní sociální klima třídy.



1. LEKCE	
Cíl: Podpořit pozitivní sociální klima třídy. První lekce je zaměřená na podporu poznávání dětí mezi sebou, navazování kontaktu, seznámení se s principy aktivního naslouchání.	
Materiál: pexeso	
Technika č. 1	Pexeso
Čas	5 – 15 min
Popis činnosti	Žáci sedí v kruhu. „Už se děti více než rok znáte a spoustu věcí o sobě už víte. V dnešní hodině budete mít možnost si to připomenout, nebo se dozvědět o spolužácích i něco nového.“ Na začátku si spolu zahrajeme pexeso. Učitel doprostřed rozloží pexeso (tolik kartiček, kolik je dětí). Každý si vybere jednu kartičku a pak, tak jako v pexesu, najděte svoji dvojici (možnost hledat pomocí zvuků nebo pantomimy). Pokud je lichý počet žáků, zapojí se i učitel. <u>Varianta:</u> Pexeso můžeme využít jako motivační techniku k připomenutí osvojených dovedností doptávat se druhého. Žák se svojí kartičkou oslovuje spolužáka a doptává se: např. Jsi zvíře? Máš křídla?... <u>Reflexe:</u> Dařilo se mi doptávat se spolužáka? Co bylo klíčové pro odhalení dvojice? Jak to ve třídě máme s navazováním kontaktu? Co je pro mě přirozené – chodím za druhými a navazuji nebo spíše čekám, až ostatní přijdou za mnou? Co je v pořádku?
Technika č. 2	Představení spolužáka
Čas	45 min
Popis činnosti	Vaším úkolem bude představit svého spolužáka z dvojice. Aby to ale nebylo tak složité, nechám vám čas, abyste si s ním teď krátce popovídali o tom, co by o vás měl říct. Na rozhovor máte 5 minut. Než děti začnou samostatně pracovat, můžeme si společně říct, co je při představování důležité, na co se v rozhovoru zaměřit. Můžeme rozhovor i tematizovat, např. jak jsi strávil prázdniny... Vedeme děti k plánování činnosti (5 min = 2,5 + 2,5 min na jednoho; „Řeknu vám po 2 minutách.“) a k tomu, aby si informace raději dvakrát zopakovaly. Poté následuje představování jednotlivých spolužáků. Představování je vhodné limitovat, např. 3 informace/5 vět. Pokud někdo v 5 větách nestihne říci vše, co chtěl, nevadí, určitě bude i jiná příležitost.¹ <u>Shrnutí:</u> Učitel se ptá, o kom se dozvěděli něco nového, s kým mají co společného.

¹ Pokud mám ve třídě dítě, které má problém mluvit před třídou, mohu pomoci s formulací informace nebo zvolím variantu – ostatní se doptávají a dítě odpovídá ANO/NE.



Technika č. 3	Záhadná osoba
Čas	20 min
Popis činnosti	Nyní si vyzkoušíme, jak dobře jste poslouchali . Jeden z vás si vybere jednoho ze svých spolužáků a představí ho ostatním jako záhadnou osobu (řekne o něm alespoň 5 informací, ale neprozradí, o koho jde). Vy si ho děti v tichosti vyslechnete, a jakmile domluví, přihlásí se ten, kdo záhadnou osobu poznal a řekne jeho jméno. Aktivitu lze zařadit na konci hodiny nebo třeba až následující den.
Závěr	Učitel se ptá: Daří se nám navazovat kontakt? Dozvěděli jsme se něco nového o svých spolužácích? Našli jste něco společného? Co to znamená aktivní naslouchání?



2. LEKCE	
Cíl: Rozvíjet vnímání skupiny a jednotlivců, posílit skupinovou soudržnost, vést děti ke spolupráci.	
Materiál: jeden velký balicí papír s předkreslenou siluetou listnatého stromu, barevné papíry, nůžky, lepidla, fixy, případně z hodiny VV připravené šablony (listů, květů, plodů...)	
Technika č. 1	Kdo patří k sobě?
Čas	5 min
Popis činnosti	Děti chodí volně prostorem, na zvukový signál – tlesknutí se zastaví a mají podle zadání učitele vytvořit skupinky a dotknout se toho, ke komu patří . Děti tak vydrží, než učitel provede kontrolu a nedá další pokyn. Rozdělení: podle barvy očí, velikosti uší, barvy vlasů, délky vlasů, počtu sourozenců, měsíce narození, oblíbeného předmětu...
Technika č. 2	Místa si vymění ti, kteří...
Čas	10 min
Popis činnosti	Otázky cílíme na zájmy, oblíbené předměty apod.
Technika č. 3	Společný strom
Čas	30 min
Popis činnosti	V předchozích dvou hrách jsme měli možnost něco o sobě zjistit a všimnout si, co máme s ostatními společného. V první, s kým máte něco společného zejména po vzhledové stránce, a v druhé jsme se zaměřili víc na to, co máte rádi, co rádi děláte, jaké jsou vaše zájmy, jaké máte vlastnosti, dovednosti... A to teď budeme potřebovat. Učitel na balicí papír předkreslí siluetu listnatého stromu – kmen s korunou. Děti chodí po třídě a utvářejí libovolné dvojice, ve dvojicích se snaží najít něco, co mají společného . Dvojice pak společně vystříhne z barevného papíru předmět, který se hodí do koruny stromu – list, květ, plod, ptáček ² – a napíší na to, co mají společného. Výtvar přilepí do koruny stromu. Poté si každý najde jiného spolužáka do dvojice a vše se opakuje. Při hledání spolužáka do dvojice se zkuste potkat s těmi, které tolik neznáte . Aktivita končí ve chvíli, kdy se všichni setkali nebo už je koruna stromu úplně plná. <u>Varianta:</u> V průběhu hry můžeme udělat pouze 2 – 3 výměny a ke společnému stromu se pravidelně vracíme v rámci komunitních kruhů, kdy děti mohou doplňovat to, co v uplynulém týdnu zjistily, že mají společného. Strom mohou doplňovat i děti samy, např. každý den po dobu jednoho týdne mají za úkol hledat a doplňovat, co mají se spolužáky společného.
Závěr	Učitel si s dětmi přečte, co všechno mají společného . Diskuse podporuje uvědomění si vlastností a zájmů druhých . Hodnotíme pozitivně, kolik toho děti vymyslely. Hotový strom se může ve třídě vystavit.

² lze předem připravit šablony, nebo v hodině VV/pracovního vyučování vystříhat různé plody, květy, listy apod.



3. LEKCE

Cíl: Podpořit pozitivní sociální klima třídy. Rozvíjet vnímání skupiny a jednotlivců. **Potěšení spolužáka.** Upevnit dovednost aktivního naslouchání.

Materiál: papíry A4, tužky, fixy, pastelky, kartičky na rozlosování do dvojic

Technika č. 1	Ruka
Čas	45 min
Popis činnosti	Dnes budete mít možnost potěšit a obdarovat někoho ze svých spolužáků. Protože svým kamarádům určitě děláte radost častěji, rozlosujete se dnes do dvojic tak, abyste mohli potěšit i někoho dalšího. Každý si vylosuje kartičku s číslem a podle čísel se děti rozdělí do dvojic (lze opět využít i pexeso). Utvořené dvojice spolu budou spolupracovat. „Jeden obkreslí tužkou na svůj papír ruku druhého (prsty, dlaň a zápěstí), potom si role vyměníte. Každý z dvojice má svůj papír. Dál už budete pracovat samostatně. Vaším úkolem je vzpomenout si, co má daný spolužák rád, co rád dělá, co by mu udělalo radost. A to mu do ruky můžete nakreslit. Vaším úkolem je tedy ruku spolužáka obtáhnout a vybarvit podle své fantazie. Ruka může být také jenom barevná. Barvy můžete volit podle toho, která barva se k němu hodí, která ho charakterizuje (např. je usměvavý jako sluníčko = žlutá atd.). Cílem je vytvořit takovou ruku, která udělá druhému radost. Nakonec můžete do ruky dopsat i věnování a přidat svůj podpis.³“ Na závěr si všichni sedneme do kruhu. Každý žák řekne, čí ruku kreslil a představí svůj obrázek, ten předá svému spolužákovi jako dárek.
Závěr	Ted' můžete poděkovat, říct, co se vám líbí. <u>Reflexe:</u> Bylo jednoduché či složité ruku vymalovat? Věděli jste, co by druhému mohlo udělat radost? U někoho to možná bylo jednodušší u někoho těžší. Ruce si můžeme vystavit ve třídě nebo je žáci mohou odnést domů a ukázat rodičům.

³ Riziko – jsem ve dvojici s někým, kdo mi není sympatický. → Nemusím ho mít rád, ale můžu vědět, co dělá rád, jak mu udělat radost.



4. LEKCE

Cíl: Upevnit dovednost **aktivního naslouchání**, **rozvoj schopnosti žáků předat si zpětnou vazbu**, podpora pozitivního sociálního klimatu třídy.

Materiál: balicí papír/velká čtvrtka, fixy

Technika č. 1	Kouzelná slovíčka
Čas	20 min
Popis činnosti	Kouzelná slovíčka⁴ – tento pojem jste už jistě slyšeli od svých rodičů nebo ode mne. Naším dnešním úkolem je vytvořit plakát kouzelných slov, která umí vykouzlit úsměv, potěšit druhé, ale také mohou pomoci druhému, aby něco špatného změnil. Jaká znáte kouzelná slova? Vedeme děti k tomu, aby se hlásily a vzájemně si naslouchaly, neopakovaly se. Směřujeme nápady do oblasti pozdravů, pochval, omluvy, konstruktivní kritiky. Kouzelná slova děti nebo učitel zapisují na balicí papír. „Plakát už je plný, možná na něm nejsou všechna slova, ale plakát nám tu zůstane, a pokud bude potřeba, slova tam můžeme kdykoliv doplnit. Slova ale nesplní svůj úkol, když je nepoužijeme, a to si vyzkoušíme hned teď.“
Technika č. 2	Ocenění
Čas	25 min
Popis činnosti	S dětmi sedíme v kruhu a máme zde o jednu židli navíc. Ten, kdo ji má po své pravé ruce, může kohokoli požádat, aby si k němu sedl a kromě žádosti vyslovit i další kouzelná slova – pochvalu, žádost o změnu. Vedeme děti k tomu, aby mluvily k sobě ne k ostatním v kruhu.
Závěr	Učitel s dětmi zhodnotí hodinu, co se jim líbilo, co si odnášení nového.

⁴ Kouzelná slova = slova, která přinášejí nějakou změnu. → Nemusí být vždy vyslyšeno, ale většinou už se nestane nic horšího (vypláznutí jazyka, nadávka...)

K tématu kouzelných slovíček je vhodné se vracet ve formě reflexí v průběhu celého školního roku: **Našli jste nějaké nové kouzelné slovíčko? Kdy jsme ho použili a jak zafungovalo? Zlepšilo mi nějaké kouzelné slovíčko náladu? Pomohlo mi v nějaké situaci?**



5. LEKCE

Cíl: Upevnit získané dovednosti z předchozí lekce – **kouzelná slova, žáci si uvědomí důležitost pozdravu, význam zrakového kontaktu, úsměvu, podání ruky. Rozvíjet vnímání skupiny, zvládat fyzický kontakt, být ohleduplný vůči druhým.**

Materiál:

Technika č. 1 Čas Popis činnosti	Pozdravy 20 min Děti se potichu procházejí po třídě. Na znamení učitele (tlesknutí) se zastaví, vytvoří dvojici s nejbližším spolužákem a pozdraví se. Na učitelův pokyn se dále procházejí, vytvoří novou dvojici, pozdraví se. Reflexe: Jak tě pozdravil kamarád? Který pozdrav se ti líbil nejvíce? Aktivitu zopakujeme, ale děti se teď zdraví dle instrukcí učitele: pohledem do očí, představí se jménem, dále přidají úsměv a nakonec přidají k pozdravu a úsměvu podání ruky. Který pozdrav byl nejpříjemnější ? Jaké pozdravy lidé ještě používají? Proč je při pozdravu důležitý pohled do očí, proč podání ruky? Znáte ještě jiné gesto pozdravu?
Technika č. 2 Čas Popis činnosti	Hrad 20 min Podle počtu dětí učitel rozdělí třídu na dvě nebo tři skupinky ⁵ , cca po 10. V jednotlivých skupinách se děti chytí pevně za ruce a utvoří malý kruh = „hrad“ a další dítě (dobrovolník) z ostatní skupinky má najít takový způsob kontaktu s dětmi tvořící „hrad“, aby byl do „hradu“ vpuštěn. Existuje čarovný způsob, který musí dítě objevit. Připomínáme dětem plakát kouzelných slov, který mohou při svých pokusech využít. Je-li kontakt pro „hrad“ nepříjemný, řekne: <i>Ne, ne, ne, jsem jako z kamene.</i> A „hrad“ zůstává uzavřený, žák musí hledat jiný způsob. Když je způsob příjemný, „hrad“ odpovídá: <i>Je konec strachu, vítám tě můj brachu.</i> ⁶ Kruh se otevře a dítě může vstoupit do hradu. V dalších kolech hledají žáci nové způsoby kontaktu/oslovení „hradu“. Zbylí žáci fungují zároveň jako korekce, pokud „hrad“ vyhodnotí navazování kontaktu dobrovolníka nesprávně. Nejprve vysvětlíme a popíšeme průběh hry a až poté najdeme dobrovolníka: Kdo si o sobě myslí, že dokáže přesvědčit ostatní, aby ho do hradu pustili? Reflexe: Jaké formulace fungovaly? Co bylo překvapivé/příjemné/nepříjemné? Kdy mohu podobnou situaci zažít ve třídě?
Závěr	Učitel si s dětmi povídá, jak zvládly hru na Hrad. Jakým způsobem se děti dostali do hradu. Potvrzujeme a chválíme kladné způsoby jednání. Povídáme si o tom, jak reagujeme na různé chování.

⁵ Vždy hraje jen jedna skupinka a ostatní jsou pozorovatelé – sledují a na konci mohou zhodnotit.

⁶ Formulace je vhodné napsat na tabuli nebo na papír a dát doprostřed kruhu.



6. LEKCE

Cíl: Upevnit získané dovednosti z předchozích lekcí – **kouzlená slova, spolupráce. Učit se relaxovat, naslouchat druhým. Podpořit efektivní komunikaci, toleranci při společném plnění úkolu.**

Materiál: papíry/čtvrtky A3, pastelky, fixy

Technika č. 1	Relaxace
Čas	10 min
Popis činnosti	Žáci zůstávají v lavicích, pohodlně se uvelebí, mohou si zavřít oči a položit si hlavu na lavici. Pokud je to ve třídě možné, mohou si lehnout na koberec, podložky. Necháme prostor, aby se žáci skutečně uklidnili. Potom k nim potichu, klidným hlasem promlouváme: „Představte si, že je ráno, vy jste ještě v posteli a probudili jste se do nového dne, ale ještě chvíli se můžete jen tak válet... Představte si, jak by podle vás vypadala kouzelná nebo ideální škola. Pojďme si ji prohlédnout, jak vypadá, kde stojí, co je v jejím okolí... Podívejme se i dovnitř, jak vypadají třídy, jací sem chodí žáci. Koukněme na rozvrh hodin, jaké tu mají předměty...“ Na závěr vrátíme děti zpět do místa, kde skutečně jsou, pomaličku otevírají oči, mohou se protáhnout, kdo potřebuje, může vstát a zaskákat si...
Technika č. 2	Kouzelná škola
Čas	30 min
Popis činnosti	„Dneska zkusíme využít kouzelná slova, schopnost spolupráce i naslouchání, které jsme trénovali v minulých hodinách. Vaším úkolem bude namalovat kouzelnou školu podle vašich představ. Nejprve se rozdělte do malých skupinek po čtyřech tak, aby se vám dobře spolupracovalo.“ Učitel případně pomáhá vytvořit skupinky, variantou je, že třídu rozdělí učitel, např. losováním, rozdáním kartiček při relaxaci... „Ve skupinkách si nejprve řekněte, jakou školu jste si představovali a domluvte se, jak bude vypadat vaše společná škola. Nezapomeňte dát prostor pro vyjádření názoru všem. Až budete domluveni, přijďte si ke mně pro papír.“
Technika č. 3	Povídání o obrázcích
Čas	25 min
Popis činnosti	Když jsou všichni hotovi, sedíme v kruhu a uprostřed jsou na hromádce obrázky. Učitel vždy jeden otočí a skupinka představí svou školu: kde stojí, jak vypadá, co je uvnitř, jaké předměty se tam učí... Dáme prostor také dětem, pokud se chtějí k jednotlivým obrázkům spolužáků na něco zeptat.
Závěr	Učitel s dětmi zhodnotí, jak se jim ve skupině pracovalo, co se jim dařilo, co jim pomáhalo, co bylo příjemné: Co byste mohli příště zlepšit? Všimli jsme si, že někdo použil naše kouzelná slovíčka, že někdo někoho ocenil? Každý žák má možnost ohodnotit sebe i své spolužáky.



7. LEKCE

Cíl: Vést děti ke spolupráci, podpořit **efektivní komunikaci při společném plnění úkolu**, rozvíjet schopnost **neverbálně komunikovat, domluvit se na společném postupu**. **Uvědomit si důležitost rozdělení rolí ve dvojici. Rozvíjet schopnost pomoci druhému a přijmout pomoc.**

Materiál: balicí papíry, tužky/pastelky

Technika č. 1	Upír
Čas	10 min
Popis činnosti	Žáci stojí v kruhu. Uprostřed kruhu stojí učitel/dítě a představuje upíra. Upír se pomalu přibližuje k jednomu z žáků (své oběti). Úkolem žáka je zkontaktovat jiného člena třídy očima a zamrkat na něj. Ten žák, který je kontaktován, musí vyslovit nahlas jméno žáka (oběti) rychleji než k němu upír dojde a tím jej zachránit. Pokud to stihne, upír si hledá jinou oběť. Pokud to nestihne, „oběť“ jde dělat upíra. <u>Otázky pro reflexi:</u> Je náročné si říci o pomoc? Jaké to bylo, když vás někdo zachránil – řekl vaše jméno? Jaké to pro vás bylo, když jste nestihli oběti pomoci?
Technika č. 2	Společné malování – Naše ideální třída
Čas	30 min
Popis činnosti	„Vaším úkolem bude nakreslit na balicí papír (pro 25člennou třídu je nutné slepit minimálně dva balicí papíry) společně obrázek – Naše ideální třída⁷. Každý z vás se musí do tvorby zapojit. Nezáleží na tom, kdo a jak umí kreslit, cílem je užít si pohodu při kreslení a společně se zkusit domluvit. Než se pustíte do práce, máte 5 minut na to, abyste se dohodli, co budete kreslit, v jakém pořadí, jakou barvou. Na kresbu máte 10 min.“ Připomínáme dětem plakát kouzelných slov, která mohou při práci využít. <u>Reflexe:</u> Cílem reflexe není sdělovat, kdo a co nakresli. Jak jste spokojeni s vaším obrázkem? Jak se ti kreslilo s ostatními? Jak se vám dařilo spolupracovat? Který moment tvorby se ti líbil/potěšil tě? Jak probíhala domluva? Jaká kouzelná slova jsi použil/jste použili? Co bys dělal příště jinak? Reflexe může mít přesah do třídních pravidel a můžeme otevřít i téma spolužák x kamarád.
Závěr	Učitel si s dětmi povídá o tom, že při společné práci je důležité se domluvit na společném postupu, vzájemně si pomáhat, rozdělit si role. Někdy je také vhodné se střídat o vůdcovskou roli.

⁷ K ideální třídě se nikdy nemůžeme dostat, ale je důležité se k ní pořád vztahovat.



8. LEKCE

Cíl: Rozvíjet schopnost **spolupráce a komunikace mezi žáky, podpořit soudržnost třídy. Vytvořit třídě prostor pro společný zážitek.**

Materiál: kameny (vyrobené ze čtvrtek, kartonu, novinového papíru nebo papíry A4)

Technika č. 1	Bažina na zahradě
Čas	40 min
Popis činnosti	„Představte si, že naše třída se stala zahradou. Na zahradě je spousta rozkvetlých kytěk a záhon s jahodami... Jednoho dne hodně pršelo. Celá zahrada se promáčela a stala se z ní velká bažina. Vy se ale musíte dostat na druhou stranu zahrady. Zkusíte tedy tu bažinu přejít.“ Pro přechod bažiny (volné místnosti) dostanou děti k dispozici kameny (vyrobené z papíru). Děti se mohou pohybovat pouze po kamenech. V případě, že někdo z dětí stoupne vedle kamene, jeden kámen je odebrán. Před začátkem aktivity si s dětmi povídáme, jak by se bažina dala překonat. Aktivitu můžeme dětem i rozfázovat, aby našly způsob, jak se v bažině pohybovat: 1) každý má svůj papír, na kterém stojí – má svůj vymezený prostor 2) jeden papír sebereme, ale nikdo nesmí zůstat stát v bažině – jak si s tím děti poradí? 3) sebereme třetinu papírů 4) můžeme se pokusit přejít bažinu. <u>Reflexe:</u> Jak se vám podařilo bažinu přejít? Kdo vymyslel, jak půjdete? Co by se stalo, kdybyste si vzájemně nepomáhali? Dařilo se vám se společně domluvit? Je něco, co byste udělali jinak, kdybychom zkusili ještě jednou?
Závěr	Učitel si s dětmi povídá, jak je důležité si vzájemně pomáhat.



9. LEKCE

Cíl: Zlepšit či podpořit pozitivní sociální klima třídy. **Poskytnout zpětnou vazbu ostatním členům skupiny.**

Materiál: předtištěné obláčky na A4 (příloha č. 3)

Technika č. 1	Obláčky
Čas	45 min
Popis činnosti	Část 1 Dnes budete mít možnost potěšit několik dětí ze své třídy. Každý dostane jeden list, na kterém je nakresleno 5 prázdných obláčků. Vaším úkolem je dobře si rozmyslet, koho dneska potěšíte – nemusí to být zrovna vaši nejlepší kamarádi, dnes můžete potěšit i ty, kteří jsou dnes smutní, nebo vás často zlobili, ale teď je to lepší. Na každý obláček zapíšete jedno jméno spolužáka ze třídy. Část 2 Nyní si obláčky vystříhneme. Kdo je rychlejší, pomůže ostatním, a protože je to společný úkol, zkusme dnes pomoc dokázat přijmout. Část 3 Obláčky jsou vystřižené a vy teď z druhé strany můžete zapsat cokoli, co by toho dotyčného spolužáka potěšilo. Vzpomeňte si, co jsme spolu už prožili, co jste se o spolužácích dozvěděli, jaká znáte kouzelná slova. Pokud chcete, můžete se pod vzkaz podepsat, nebo můžete vzkaz nechat i anonymní. Část 4 Já si dnes zahraju na pošťáka a budu vaše „dopisy“ doručovat – rozdávat. Důležité je připomenout listovní tajemství. Obláček je určen pro mě, nikomu ho nemusím ukazovat. Někdo jich bude mít možná víc, někdo méně. Důležitý není počet obláčků, které dostanu, ale obsah toho, co je tam napsáno. POZOR: Pokud je ve třídě někdo, kdo by nemusel dostat žádný obláček, pošle mu obláček se vzkazem učitel. Učitel si může předem připravit vzkaz pro každého žáka. / Každý žák obdrží jeden obláček navíc, který bude směřovat tomuto spolužákovi
Závěr	Teď máte možnost někomu před ostatními poděkovat, nebo jen říct, co vás potěšilo. <u>Další možné otázky pro reflexi:</u> Bylo jednoduché či složité někoho ocenit? Přišlo vám psaníčko od někoho, od koho jste ho nečekali? Překvapilo vás ocenění? Obláčky si děti odnesou domů a ukážou rodičům.



PŘÍLOHY:

PŘÍLOHA Č. 1

LEKCE – 45 min	
Cíl:	
Materiál:	
Technika č. 1 Čas Popis činnosti	<u>Reflexe:</u>
Technika č. 2 Čas Popis činnosti	<u>Reflexe:</u>
Technika č. 3 Čas Popis činnosti	<u>Reflexe:</u>
Závěr	



PŘÍLOHA Č. 2 - Vybrané publikace s náměty pro interakční hry a cvičení

- Belz, H., Siegrist, M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Praha: Portál, 2001
- Gillernová, I., Krejčová, L. a kol. *Sociální dovednosti ve škole*. Praha: Grada, 2012
- Hermochová, S. *Hry pro život 1, 2. Sociálně psychologické hry pro děti a mládež*. Praha: Portál, 1994
- Hermochová, S. a kol. *Hry do kapsy I – X. Sociálně psychologické, motorické a kreativní hry*. Praha: Portál, 2003 – 2005
- Skácelová, L. *Metodika vedení třídnických hodin*. Praha: Togga, 2012. Elektronická monografie dostupná z: www.adiktologie.cz/cz/articles/download/5306/imprim-METODIKA-TH-via-02-pdf
- Smith, Charles A. *Třída plná pohody*. Praha: Portál, 2011
- Šmejkalová, R. a Schmidová, K. *Třída v pohodě aneb aktivity pro podporu dobrých vztahů mezi žáky*. Praha: SCIO, 2013. Elektronická příručka dostupná z: <http://pohoda.scio.cz/content/download/napadnik.pdf>

Příklady odkazů na webové stránky:

- www.odyssea.cz
- www.hranostaj.cz
- www.pepor-plzen.cz



PŘÍLOHA Č. 3

