



**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 5. 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

V 5. třídě je program Třída plná pohody zaměřen na sebezpoznání a osobnostní rozvoj žáků ve třídě. Žáci si prostřednictvím různých aktivit **uvědomí své schopnosti a silné stránky**, pojmenují své úspěchy a budou **vytvářet pozitivní sebehodnocení**.

Cílem jednotlivých lekcí je podpořit **zdravé sebehodnocení, sebezpojetí žáků, posílit dovednost vytváření reálných cílů a rozvíjet vlastní odpovědnost za svůj život**. Program dále upevňuje pozitivní sociální klima třídy, ochotu pomáhat si a respektovat ostatní.

Práce s lekcemi

V 5. ročníku se **program skládá ze 4 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 v 5. 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: První lekce je zaměřena na otevření tématu – rozvoj sebepojetí žáka, poznávání sebe i druhých.	
Materiál: čisté papíry/čtvrtky, pastelky	
Technika č. 1	Myšlenková mapa – JSEM, MÁM, UMÍM
Čas	45 min
Popis činnosti	„Dnes se každý pokusíme podívat sami na sebe. Vaším úkolem je nakreslit svoji osobní myšlenkovou mapu, na které zkusíte zachytit, kdo jste, co nebo koho máte a co umíte.“ Vedeme žáky k tomu, aby se zaměřili na oblasti vlastností, dovedností, školního vzdělávání, volného času, osobních vztahů – rodina, kamarádi... Můžeme pomoci doplňujícími otázkami: V čem si myslíš, že jsi dobrý? Co máš společného ty i všichni tvoji blízcí? Co na tobě lidé nemohou ocenit, protože to není vidět?... Ztvárnění necháme zcela na fantazii dětí – můžou kreslit i psát. Na konci si sednou do kruhu a každý má prostor představit svoji mapu. <u>Reflexe:</u> Jak se vám mapa tvořila? Bylo snadné/těžké hledat odpovědi na otázky? Dozvěděli jste se něco nového o sobě? Co vás zaujalo/překvapilo u ostatních?
Závěr	Učitel s žáky shrne hodinu: V čem je pro nás užitečné zabývat se poznáváním své osobnosti?“ Sebehodnocení a seberozvoj budou také hlavní témata, kterými se budeme v letošním školním roce zabývat.



2. LEKCE

Cíl: Rozvoj **sebereflexe a sebepojetí** – podpořit **zdravé sebehodnocení, uvědomit si a pojmenovat své silné i slabé stránky** (vlastnosti, dovednosti, úspěchy), uvědomit si své zdroje podpory a jejich využití prostřednictvím svého okolí. Seznámit žáky s tím, že sebereflexe se týká i tělesné schránky. Rozvíjet **vnímání jednotlivce, předávat a umět přijímat zpětnou vazbu**.

Technika č. 1	Balony a kotvy
Čas	45 – 75 min
Materiál	předtištěné balony (příloha č. 3), tužky/pastelky
Popis činnosti	„Na obrázku před sebou máte horkovzdušný balon, který symbolizuje vaše silné stránky, vše co vás povznáší a pomáhá být spokojený, úspěšný, šťastný. Svůj obrázek předtištěných balónů si podepište. Zapřemýšlejte teď, jak to máte vy: Co vás povznáší a pomáhá vám být spokojený? A napište to do levého obrázku.“ Váš balón nyní vypustíme do světa (mezi ostatní spolužáky). Vaším úkolem teď bude zapřemýšlet nad silnými stránkami vašich spolužáků. Chodte po třídě a do pravého prázdného balónu запиšte to, co vnímáte, že je předností vašeho spolužáka – pomáhá mu být spokojený sám se sebou. Na závěr si sedneme všichni do kruhu. Kdo chce, může přečíst, co napsal a co o něm napsali druzí. <u>Reflexe:</u> Bylo pro vás lehké/těžké najít co vás povznáší? Překvapilo vás něco u druhých? Co máme společného? Co můžeme ocenit? Jak se cítíš když...? Jak to máte vy ostatní s...?
Doplňková aktivita	Kotvy Kotva naopak představuje to, co nás v životě táhne dolů: naše hendikepy, nechtěné vlastnosti, obavy, strachy apod. Zapřemýšlejte teď, jak to máte vy: s čím se v životě potýkáte, co vás brzdí, co je tou pomyslnou kotvou. Kdo chce, může přečíst, co napsal.
Shrnutí	Na aktivitu můžeme navázat diskuzí o tom, co nám pomáhá si silné stránky udržet a jak třeba změnit to, co nás táhne k zemi. Co děláme pro udržení naší pohody, zvládání těžkých situací (s využitím balónu) a co děláme se svým „černým Petrem“. Jak ho můžeme změnit a pokud nejde změnit, jak se s ním vyrovnat. <u>Otázky do diskuze:</u> Co děláš, když ti není dobře? Kdo/co ti pomáhá? Za kým půjdeš?
Technika č. 2	Ruka
Čas	15 min + hodina ČJ a VV
Materiál	připravené výkresy rukou z hodiny VV, 2x arch balicího papíru, čisté papíry, nůžky, lepidlo



Příprava	Před realizací lekce je vhodné využít část hodiny ČJ a hodinu VV. V hodině ČJ vyzveme děti k brainstormingu na téma: Jaké mají lidé vlastnosti? Děti chodí na balicí papír/tabuli psát všechny vlastnosti, které mají lidé z jejich okolí a které znají. Popíšeme dobré i špatné – můžeme rozdělit na dvě skupiny: kladné a záporné. Jednotlivé vlastnosti si také vysvětlujeme, jaký takový člověk je, jak se chová. V hodině VV si každý obtáhne na čistý papír (čtvrtku) svoji ruku a vybarví ji, vyzdobí si ji tak, aby charakterizovala jejich osobnost (žáci si výkres z druhé strany podepíší).
Popis činnosti	Při seznamování podáváme druhému svoji ruku. I my ji dnes použijeme k seznámení. Rozdáme dětem připravené ruce z hodiny VV. Vyzveme je, aby do prstů napsali pět svých charakteristických vlastností (alespoň 3 dobré). <u>Reflexe:</u> Bylo těžké vymyslet své dobré vlastnosti? A co ty záporné? Je lehčí hodnotit vlastnosti cizích nebo ty své?
Technika č. 3 Čas Popis činnosti	Ruka II - Poznej, kdo to je... 45 min Vybereme jednotlivé obrázky rukou, postupně je žákům ukazujeme a čteme charakteristiky. Žáci zapisují své typy (na připravený papír), komu by mohla ruka patřit. Motivujeme je, aby si zkusili otestovat svoji empatii a typovali jen na základě barevného zpracování a uvedených vlastností. <u>Reflexe:</u> Jak jste byli úspěšní? Podle čeho jsi poznával? Bylo pro tebe něco překvapující? Rozdáme žákům zpět jejich ruce. Ti si do dlaně doplní své jméno, ruce vystříhnou a nalepí na společný balicí papír. Na konci vytvoříme kruh a každý může ještě okomentovat, co napsal a nakreslil. <u>Reflexe:</u> Jak se ti práce líbila? Co nového ses dozvěděl o svých spolužácích? Překvapilo vás něco? Chtěl bys někoho pochválit? Úkol do příště – Přemýšlejte, jaké důležité vlastnosti byste ještě ke svým spolužákům doplnili.
Technika č. 4 Čas Materiál Popis činnosti	Líbí se mi na mě... 20 min dotazník „Líbí se mi..., protože...“ (příloha č. 4) Na začátku seznámíme žáky s tím, že navážeme na předchozí část našeho bloku – Sebepojetí a sebereflexe. „Dnes se budeme věnovat vlastnostem fyzickým, tedy tomu, jak vnímáme naši tělesnou schránku a tomu, jak dokážeme říci, co se nám vzhledově líbí na ostatních.“ Rozdáme žákům papír s postavičkou (příloha č. 4) a vyzveme je, aby si každý našel nějaké místo, kde bude mít klid a nebude ho nikdo rušit a koukat mu do papíru. „Každý z vás má za úkol na postavičce



	zakroužkovat a krátce napsat, co se vám na vašem těle líbí a proč. Napište minimálně tři věci.“ Postavičky si nechte u sebe a nikomu je neukazujte, ani prozatím nikomu neříkejte, co jste napsali. <u>Reflexe</u>: Bylo pro vás náročné ohodnotit, co se vám na svém těle líbí? Pokud ano, proč si myslíte, že tomu tak je?
Technika č. 5 Čas Materiál Popis činnosti	Líbí se mi na tobě... 60 min Rozdáme žákům druhý papír s dotazníkem „Líbí se mi..., protože...“ (příloha č. 4). „Každý z vás si dejte na své místo na lavici tento papír a podepište si ho. Vaším dalším úkolem je v tichosti procházet po třídě a k jednotlivým žákům dopisovat, co se vám na daném spolužákovi po fyzické stránce líbí a proč. Každý má pět vlastností a vaším úkolem je zaplnit dotazníky všem.“ Motivujeme žáky, aby zaplnili všechny dotazníky, ale vedeme je k tomu, aby k danému spolužákovi psali jen jednu fyzickou charakteristiku a aby se charakteristiky neopakovaly. Když jsou všechny dotazníky plné, vyzveme žáky, aby si vzali své postavy, které sami psali, a svůj dotazník vyplněný od spolužáků, zatím do nich nenahlíželi a posadili se do kruhu. <u>Reflexe</u>: Když byste srovnali vyplňování vaší postavičky a hodnocení cizího těla, co pro vás bylo obtížnější/lehčí? Setkali jste se s něčím, s čím jste si nevěděli rady? „Každý teď máte chvíli na to si připomenout, jak jste hodnotili sami sebe, a přečíst si, co se na vás líbí spolužákům. Až to budete mít, složte si papíry pod sebe, ať víme, že máte hotovo. Kdo bude chtít, může se s námi podělit o to, co se právě dozvěděl.“ <u>Reflexe</u>: Co vás potěšilo? Co vás překvapilo? Líbila se vám formulace, jakou vám spolužák napsal? Shoduje se vaše postavička s tím, co o vás psali ostatní? Chtěli jste někomu něco vepsat, ale někdo vás už předběhl a vy byste mu to teď chtěl říci? Proč je důležité umět zhodnotit svůj nebo cizí vzhled? <u>Shrnutí</u>: Měli bychom umět ohodnotit nejen vnitřní ale i vnější fyzické vlastnosti. Je důležité si uvědomit, jak vidíme sami sebe, umět se ocenit, zároveň je i důležité umět ocenit zevnějšek ostatních. Než ukončíme hodinu s touto aktivitou, je vhodné se ujistit, že je pro všechny vše v pořádku. V případě potřeby můžeme nabídnout individuální rozhovor.
Technika č. 6 Čas Popis činnosti	Rozehřívací technika – naladění na téma: Jsem opravdu dobrý/á 10 min Zamyslete se nad tím, co se vám daří, v čem jste dobří (ve sportu, v ručních pracích, vaření, výrobě šperků, v učení, ve štipování ponožek,



	skládání nádobí do myčky, v provokování...). Řekněte to ostatním. Větu vždy začněte slovy: „Nechci se chválit, ale v ... jsem opravdu dobrý/á.“
Technika č. 7	Erb I
Čas	45 min + návazný komunitní kruh
Materiál	Čtvrtky, pastelky, fixy
Popis činnosti	Dnes se zamyslíme nad svými dosavadními životními zkušenostmi a úspěchy. Všichni jistě víte, co je to erb a co takový erb znázorňuje: ve středověku to byl majetek šlechtice, do kterého se zaznamenávaly úspěchy, přednosti, zásluhy. A to bude také vaším dnešním úkolem – nakreslit erb (nemusí mít klasickou podobu), který by reprezentoval vše, co jste se již naučili, vaše úspěchy, to, co umíte, na co jste hrdí, co byste chtěli, aby o vás věděli vaši spolužáci. Zaměřte se na 3 oblasti života: rodina a přátelé, škola, zájmy – volný čas. Z každé oblasti vymyslete a symbolicky znázorněte, v čem jste úspěšní, vaše schopnosti, dovednosti. Do každé aktivity stačí pro začátek jeden symbol – budeme s erby pracovat dlouhodobě a ostatní přednosti budete moci průběžně doplňovat. Na práci máte 20 minut, pak každý svůj erb představí. Erby si žáci můžou vyvěsit ve třídě. <u>Reflexe:</u> Co pro mne bylo obtížné a proč? Proč je těžké se chválit? Bereme své schopnosti jako samozřejmost a proč? <u>Shrnutí:</u> Můžeme hledat společné prvky, společné úspěchy nebo naopak pracovat s tématem odlišnosti, která nás vzájemně obohacuje V závěru hodiny zadá učitel úkol: Každý máte za úkol získat informace od své rodiny, přátel, učitelů: Čeho si na tobě váží?
Další průběžná práce se třídou	Vzájemně si sdělíme, co jsme zjistili od svých blízkých, čeho si na nás váží – vlastnosti, dovednosti, úspěchy doplníme na své erby. Na závěr může učitel představit pověst O Bruncvíkovi, který toužil mít ve svém erbu lva.¹
Závěr	Učitel s žáky zhodnotí, zda se jim daří objektivní sebereflexe, zdravé sebehodnocení, dokáží pojmenovat své silné a slabé stránky, umí předávat i přijímat vhodnou formou zpětnou vazbu .

¹ např. Pohádka o Bruncvíkovi – Lucie Seifertová (<https://seifertova.cz/produkty/pohadka-o-bruncvikovi/>)



3. LEKCE

Cíl: Seznámit s principy práce s cíli – **nacvičit dovednost vytyčení splnitelného cíle**, rozvoj vlastní odpovědnosti za své plány. Práce ve skupinách – rozvoj komunikačních dovedností, diskuse. **Uvědomění si, kde jsem, kam v životě směřuji.** Uvědomění si možných životních rolí.

Materiál: předtištěné erby (příloha č. 5), čistý papír

Technika č. 1	Erb II
Čas	45 min
Popis činnosti	Četli jsme společně pověst O Bruncvíkovi a jeho touze mít ve vlastním erbu lva. Ta souvisí s vaším dnešním úkolem – určité jsou před vámi cíle, kterých toužíte stejně jako Bruncvík dosáhnout, nebo je nějaká oblast, ve které byste mohli být lepší (např. zlepšit si známku z..., samé jedničky na vysvědčení, dostat se na gymnázium, vyhrát závody, naučit se trik na skateboardu, něco uvařit... Cíl se nemusí vázat na školu). Zkuste se zamyslet a vybrat jeden z nich, na kterém byste chtěli aktuálně nejintenzivněji pracovat. Tento cíl запиšte do předtištěného erbu. Cíl by měl být dosažitelný do měsíce/konce školního roku (kratšího časového úseku, tak abychom s ním mohli dále pracovat). Každý představí svůj cíl, na kterém chce v dohledné době pracovat. <u>Reflexe:</u> Bylo těžké stanovit si cíl? Překvapil vás cíl někoho jiného? Jak se vám daří dosahovat cílů? Zkuste do příště zapřemýšlet, jaké kroky by bylo dobré udělat pro dosažení vašeho cíle.
Technika č. 2	Co mohu udělat k dosažení svého cíle
Čas	45 min (až 90 min)
Popis činnosti	Vyzveme děti, aby si utvořily skupinky podle podobných cílů v erbech. Úkolem skupiny je vytvořit co nejvíce kroků k dosažení svého cíle (<i>př. cíl: chci jít na gymnázium; kroky k dosažení cíle: budu se doma učit, doučovat se u kamarádky, zúčastním se olympiády...</i>). Když začíná práce ve skupinkách vážnout, požádáme skupiny, aby si své postupy vyměnily, prostudovaly a doplnily je o nové nápady. Výměnu provedeme i podle času. Vyzveme žáky, aby vrátili cíle do původních skupin a skupiny si je dobře prostudovaly. Každý za sebe třídě sdělí, který postup (první 3 kroky) nyní zvolí, k dosažení svého cíle. <u>Reflexe:</u> Bylo těžké vymyslet jednotlivé kroky? Co mě z nápadů překvapilo? Který nápad bych chtěl ocenit? Co v budoucnu určitě využiji?
Další průběžná práce se třídou	Čeho jsem již dosáhl V následujících 3 – 5 komunitních setkání věnujeme 10 – 15 min rekapitulaci kroků, navazujícím krokům, přístupu k dosahování cíle. Vyzveme žáky, aby v krátkosti popsali, čeho ve svém cíli již dosáhli, co pro dosažení cíle již udělali, jaké další postupy chtějí zvolit.



	Může se stát, že původní cíl je pro žáka moc vysoký, učitel mu poradí, aby ze svého cíle trochu ubral, změnil nároky. Podle vyzrálosti třídy volíme formu komunitního kruhu nebo sdělování v menších skupinkách. Je možné delegovat patrony – zdůraznit vzájemnou podporu mezi žáky. Pokud žák dosáhne svého vytyčeného cíle, věnujeme v komunitním kruhu prostor pro ocenění a překreslení textu do symbolu.
Technika č. 3 Čas Materiál Popis činnosti	Koláž – Já za 10 let 45 min + hodina VV čtvrtky, různé časopisy/noviny, nůžky, lepidla Dnes se společně budeme dívat do budoucnosti. Budeme vytvářet koláž na téma „Já za 10 let“. Koláž je obrázek složený a slepený podle vaší představy z mnoha různých časopisových obrázků. Koláž lze vytvořit v hodině VV a v třídnické hodině už si jenom povídat a reflektovat. „Pojďte se na chvíli zasnít, můžete klidně zavřít oči, položit si hlavu na lavici: Jací asi budete za 10 let? Jak budete vypadat? Co vás bude bavit? Jakou školu budete třeba studovat, nebo na jakou práci se budete připravovat? Co pro vás bude důležité a kam v životě budete směřovat?“ Jak obrázek vytvoříte, čím ho naplníte je jen na vás. Každý jsme jiný a můžeme mít jinou představu, směřovat jiným směrem. Když jsou všichni hotovi, vytvoříme si výstavní galerii. Každý položí svůj obrázek na židli v kruhu nebo ho umístí někde ve třídě. Vyzveme žáky, aby si potichu prohlédli všechny obrázky. Až prohlídku dokončí, vrátí se zpět do kruhu. <u>Reflexe</u>: Každému dáme prostor říci pár vět ke svému obrázku. Co a proč ztvárnil, jak se mu to dělalo. Ostatní mají možnost se doptat, ocenit obrázek druhého... Bylo pro vás těžké představovat si sebe za 10 let? Co vás u spolužáků překvapilo? Co si myslíte o reálnosti cílů svých spolužáků? Směřujete již teď k dosažení svých cílů?² Jaké kroky je třeba udělat, abyste naplnili svoji představu? Jaké role budu zastávat?
Závěr	Učitel s žáky společně rekapituluje kroky ke splnění vytyčeného cíle: Jaké kroky je nutné udělat? Jsou naše cíle reálné? Jak by měl vypadat dobře naformulovaný cíl. Umíme objektivně posoudit nastavené cíle?

² Pro zhodnocení reálnosti cílů můžeme využít semafor (zelená – dobře nastavený cíl, žlutá – něco na tom je, je třeba to ještě doladit, červená – nereálný cíl/přestřelil jsi/příliš jednoduchý cíl)



4. LEKCE

Cíl: Zlepšit a podpořit pozitivní sociální klima třídy. Umožnit žákům uvědomění si pozitivních rolí jednotlivých žáků ve třídě. Podpořit aktivní zapojení všech žáků ve třídě.

Materiál: čisté papíry, pastelky/fixy, kruhy s názvy a popisem rolí (příloha č. 6), kartičky z tvrdého papíru, balicí papír

Technika č. 1	Barevné kruhy - Role
Čas	45 min
Příprava	Z tvrdého papíru vystříháme 12 barevných kruhů a napíšeme na ně názvy rolí (viz níže a příloha č. 6). Na druhou stranu napíšeme stručný popis role.
Popis činnosti	Necháme žáky, aby vytvořili skupiny po 4 (např. aby se jim dobře pracovalo, formou losu...). Počet členů skupiny můžeme přizpůsobit podle počtu žáků ve třídě. Do skupin pak rovnoměrně rozdělíme 12 kruhů s názvy a stručným popisem rolí. „Vaším úkolem je se ve skupině domluvit, kteří ze spolužáků (i vy sami) podle vás tyto role ve třídě zaujímají, případně si myslíte, že by tuto úlohu mohli plnit. Až budete mít rozmyšleno, vezměte si prázdné kartičky a jména těchto spolužáků na ně napište.“ Nyní si sesedneme do kruhu. Každá skupina seznámí zbytek třídy s podrobnějším popisem rolí, se kterými pracovala, a nalepí barevné kruhy s názvy rolí na balicí papír. Ted' každá skupina položí kartičky se jmény spolužáků ke kruhům, ke kterým je přidala. Společně případně vytvoříme kartičky se jmény všech zbylých spolužáků a najdeme a přiřadíme k rolím, k nimž mají nejblíže. Každý žák má nyní právo svou kartičku přemístit ke kruhu, o kterém si myslí, že se k němu nejlépe hodí. Přesun může zdůvodnit. Reflexe: Jak se vám dařilo se ve skupinách domluvit, kdo ze spolužáků se k jednotlivým rolím hodí? Viděli vás spolužáci v nějaké roli, o které si myslíte, že se k vám nehodí? Je ve třídě někdo, kdo může zastávat více rolí? Napadá vás nějaká role, která se neobjevila, ale byla by pro naši třídu užitečná? Je někdo, kdo by ji splňoval? Můžete nějak využít tuto techniku i v jiných činnostech, kdy jako třída spolupracujete? ROLE: Chrlič nápadů – neustále přináší nové myšlenky a nápady. Chodící encyklopedie/Wikipedie – poskytuje nové informace, hodně ví, co neví, zjistí. Přemýšlivce – přichází se svými názory a úvahami. Bavič – zajišťuje, aby byla vždy legrace. Režisér – řídí práci skupiny, rozděluje role. Hlídač rizik – upozorňuje na rizika, která mohou nastat (např. „Pozor, takhle nám to spadne.“). Povzbuzovač – umí povzbudit a dodat energii, když aktivita skupiny skomírá („makejte, vždyť už to skoro máme“).



Doplňková aktivita	Pracant – udělá, co je potřeba (když je potřeba zalít kytky, vezme konvici a zalije je, smaže tabuli...) Kronikář – pamatuje si vše, co se kdy ve třídě událo („To bylo ve čtvrté třídě, když měla Jana narozeniny, zrovna jsme měli dějepis.“). Záchranář – pomáhá druhým, zajímá se o druhé, všimne si, když někomu není dobře, když někdo potřebuje pomoc. Náčelník – kope za skupinu, má odvahu rozhodnout, „nastavuje krk, když přijde medvěd“. Role v různých skupinách Formou diskuze nebo samostatného pracovního listu můžeme s dětmi diskutovat o tom, že v různých skupinách (školní třída, rodina, parta kamarádů, kolektiv na kroužku, tým ve sportu...) můžeme mít různé role.
Závěr	Učitel shrne lekci: „Každý celek/třída potřebuje všechny své jednotlivé části, aby mohla úspěšně fungovat. Každý z nás jsme jedineční a můžeme třídě nabídnout vlastnosti/dovednosti, které přispějí k dobrému fungování nebo k dokončení společného úkolu.“ Jak nás spolužáci mohou podpořit v dobrých rolích? Jakou roli si chci vzít do případného nového kolektivu?



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

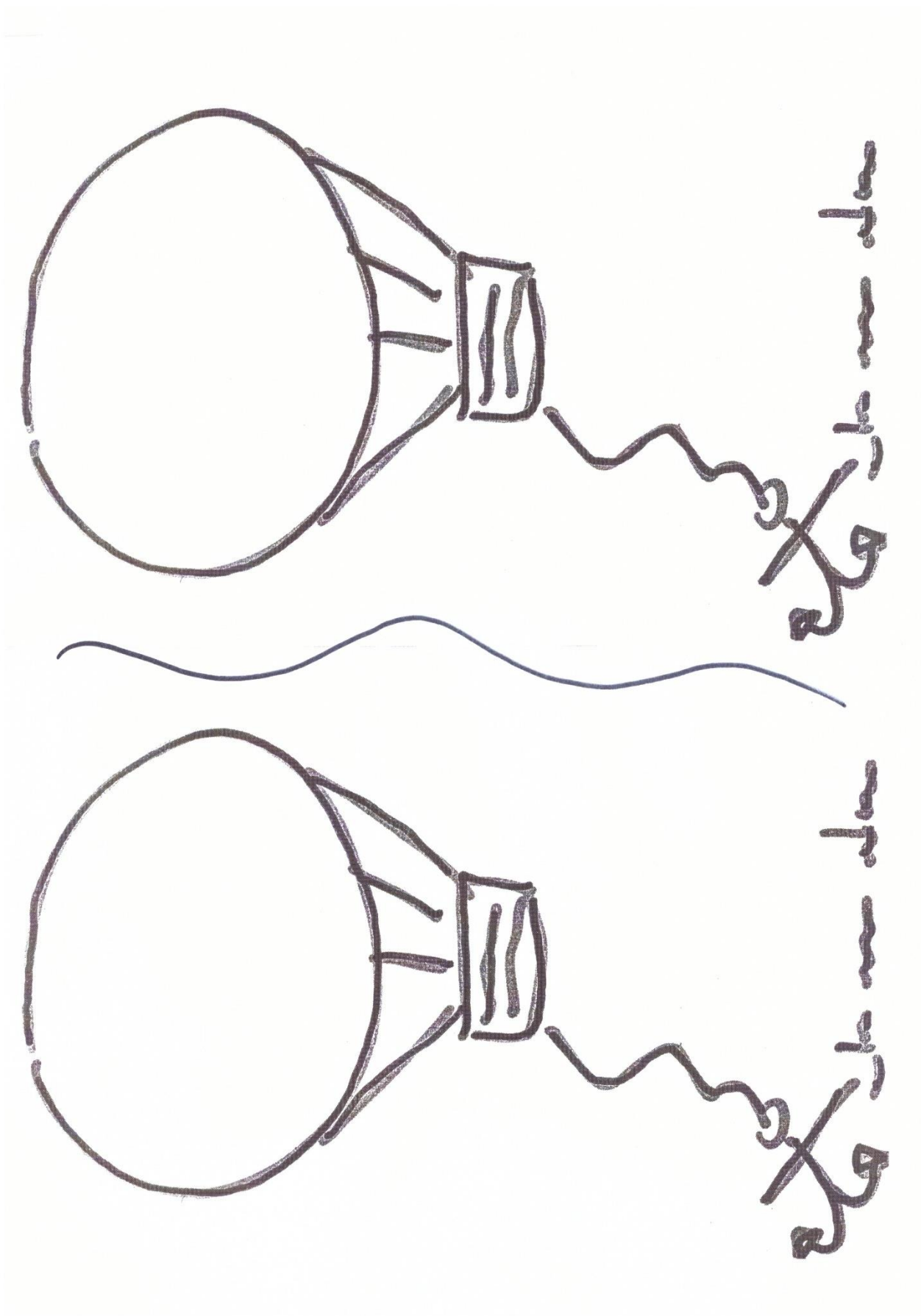
- Belz, H., Siegrist, M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Praha: Portál, 2001
- Gillernová, I., Krejčová, L. a kol. *Sociální dovednosti ve škole*. Praha: Grada, 2012
- Hermochová, S. *Hry pro život 1, 2. Sociálně psychologické hry pro děti a mládež*. Praha: Portál, 1994
- Hermochová, S. a kol. *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

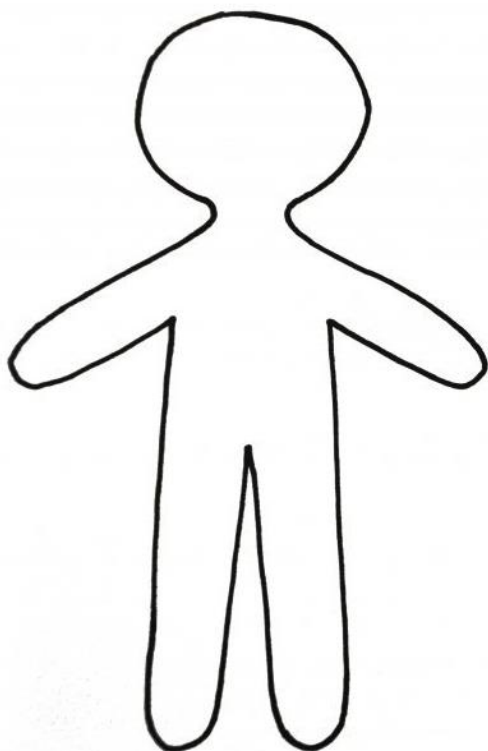


PŘÍLOHA Č. 3





PŘÍLOHA Č. 4



1) Líbí se mi, protože

.....
.....

2) Líbí se mi, protože

.....
.....

3) Líbí se mi, protože

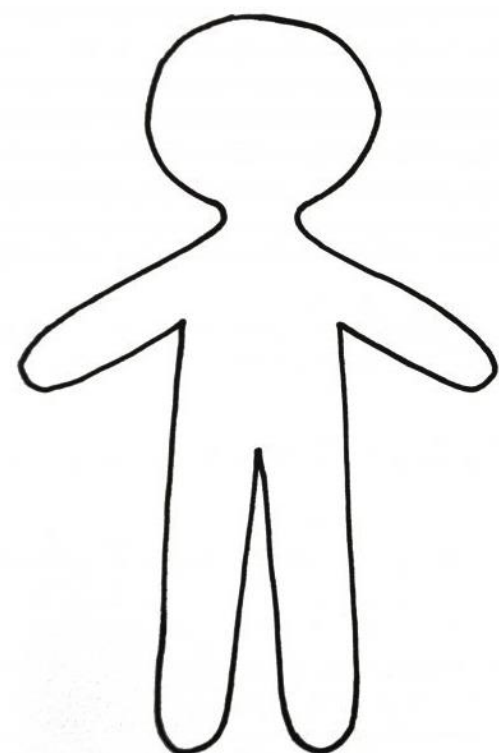
.....
.....

4) Líbí se mi, protože

.....
.....

5) Líbí se mi, protože

.....
.....



1) Líbí se mi, protože

.....
.....

2) Líbí se mi, protože

.....
.....

3) Líbí se mi, protože

.....
.....

4) Líbí se mi, protože

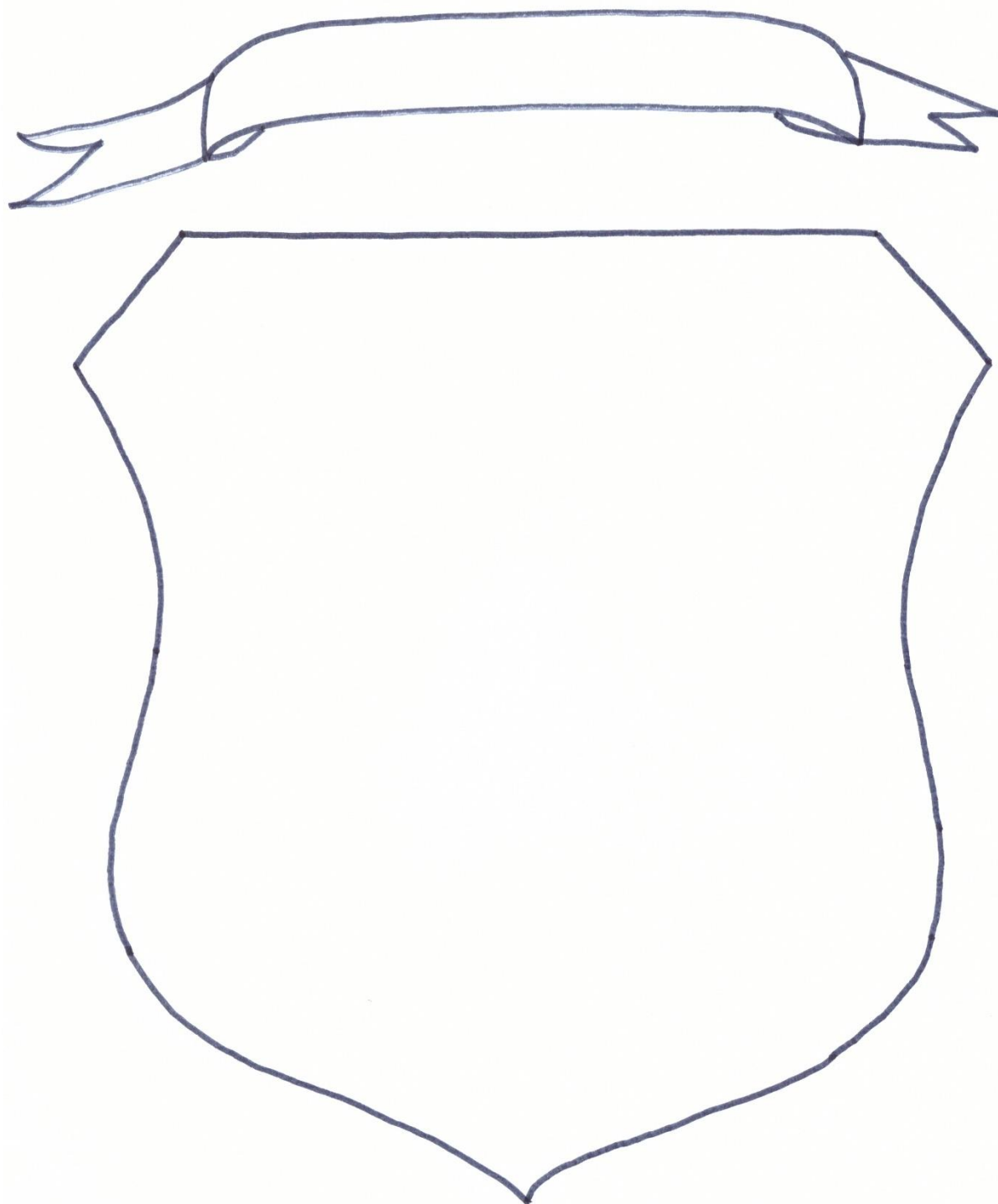
.....
.....

5) Líbí se mi, protože

.....
.....



PŘÍLOHA Č. 5







CHRLIČ NÁPADŮ



neustále přináší nové
myšlenky a nápady



CHODÍCÍ ENCYKLOPEDIE/ WIKIPEDIE



poskytuje nové
informace, hodně ví, co
neví, zjistí



PŘEMÝŠLIVEC



přichází se svými názory
a úvahami



BAVIČ



zajišťuje, aby byla vždy
legrace



REŽISÉR



řídí práci skupiny,
rozděluje role



HLÍDAČ RIZIK



upozorňuje na rizika, která
mohou nastat
(např. „Pozor, takhle nám to
spadne.“)



POVZBUZOVAČ



umí povzbudit a dodat
energii, když aktivita
skupiny skomírá
(např. „Makejte, vždyť už to
skoro máme.“)



PRACANT



udělá, co je potřeba
(smaže tabuli; když je
potřeba zalít kytky, vezme
konvici a zalije je...)



KRONIKÁŘ



pamatuje si vše, co se kdy ve
třídě událo

(např. „To bylo ve čtvrté třídě,
když měla Jana narozeniny, zrovna
jsme měli dějepis.“)



ZÁCHRANÁŘ



pomáhá druhým, zajímá se
o druhé, všimne si, když
někomu není dobře, když
někdo potřebuje pomoc



NÁČELNÍK



kope za skupinu, má
odvahu rozhodnout,
„nastavuje krk, když
přijde medvěd“