

# Kočíčí zahrada

Rozvoj sociálních dovedností dětí  
v rámci prevence rizikového chování

Metodika pro učitele



Markéta Exnerová  
Tereza Kaufová  
Lenka Skácelová

UČEBNÍ TEXTY

**KOČIČÍ ZAHRADA**  
**ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ DĚTÍ**  
**V RÁMCI PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ**  
**METODIKA PRO UČITELE**

Klinika adiktologie  
1. LF UK v Praze  
a VFN v Praze



**KOČIČÍ ZAHRADA**  
**ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ DĚTÍ**  
**V RÁMCI PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ**  
**METODIKA PRO UČITELE**

**Autorský kolektiv**  
Markéta Exnerová  
Tereza Kaufová  
Lenka Skácelová

*Recenzenti:*

Mgr. Lenka Macková

Mgr. Anna Aujezká

## **KOČIČÍ ZAHRADA**

**ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ DĚTÍ V RÁMCI PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ  
METODIKA PRO UČITELE**

Autorský kolektiv: Markéta Exnerová, Tereza Kaufová, Lenka Skácelová

Překlad původní metodiky z řeckého jazyka: Kostas Mioviský

Dotisk 1. vydání vydala Klinika adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze, Apolinářská 4, Praha 2 v NLN. s.r.o., Nakladatelství Lidové noviny, Dykova 15, Praha 10

Dotisk byl vydán díky podpoře projektu *Implementace a evaluace minimálního preventivního programu, systémových nástrojů ve vzdělávání a vytvoření sběrného systému v oblasti prevence rizikového chování pro pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni* (ESF OPVK č. CZ.1.07/1.1.00/53.0017), jehož hlavním cílem bylo otestovat a ověřit možnosti zavedení celonárodního systému školské prevence rizikového chování (včetně prevence užívání návykových látek, šikany atd.) pro děti základních škol.

Příprava vydání publikace byla dále podpořena z programu institucionální podpory vědy Univerzity Karlovy v Praze PRVOUK č. P03/LF1/9.

© Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie, 2012, 2015

Ilustrace: Kristýna Hrichová

Jazyková korektura: Lenka Tomsová

Koncept obálky: Hana Valíhová

Typografie a sazba z písma Baskerville a John Sans: Marie Tvrďá

Tisk: Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

Dotisk 1. vydání, Praha 2015

ISBN 978-80-7422-401-0

Všechna práva vyhrazena. Tato kniha ani její části nesmějí být žádným způsobem reprodukovány, ukládány či rozšiřovány bez písemného souhlasu autorů.

# Obsah

<i>Úvod</i>	7
<b>1. Struktura publikace</b>	<b>8</b>
<b>2. Metodika pro učitele 1. stupně ZŠ</b>	<b>9</b>
2.1 Práce s lekcemi	9
2.2 Doporučení pro pedagogy	9
2.3 Stručný přehled lekcí a témat	10
2.4 Jména koček a jejich charakteristiky	13
Lekce 1 <b>Tajná schůzka</b>	15
Lekce 2 <b>Kocour Siam a magický lektvar</b>	20
Lekce 3 <b>Pantoflíček se bojí tmy</b>	25
Lekce 4 <b>Smrt Skvrnčina dědečka</b>	30
Lekce 5 <b>Závod</b>	35
Lekce 6 <b>Přátelství</b>	41
Lekce 7 <b>Špatný vtip</b>	46
Lekce 8 <b>Když si pomáháme, jde to líp</b>	51
Lekce 9 <b>Jak Fouska bolelo břicho</b>	56
Lekce 10 <b>Jak se Drápek málem otrávil</b>	60
Lekce 11 <b>Návštěva Chalimy</b>	65
Lekce 12 <b>Snížek před velkým rozhodnutím</b>	71
<i>Seznam vložených příloh</i>	76

**Publikace vznikla a byla vydána pod odbornou záštitou a koordinací:**



**Klinika adiktologie**

1. LF UK a VFN v Praze

**Díky finanční podpoře:**

Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR

**a**

projektu Tvorba systému modulárního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů  
pro pedagogické a poradenské pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni  
CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP VK



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt byl spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky  
a byl spolufinancován z institucionální podpory na rozvoj výzkumné organizace, PRVOUK-P03/LF1/9

## Úvod

Do rukou se vám dostává metodika práce s dětmi na 1. stupni ZŠ, vytvořená s cílem rozvoje sociálních dovedností dětí v rámci prevence rizikového chování. K jejímu zpracování inspirovala autory řecká verze (Ο ΚΗΠΙΟΣ ΜΕ ΤΙΣ 11 ΓΑΤΕΣ, vydavatelství SHYMA A CHROMA, KE.TH.E.A, 1994), kterou přepracovali s ohledem na podmínky naší školské prevence a se souhlasem a svolením původních autorů. Překlad původní řecké verze do češtiny pro potřeby naší národní adaptace zajistil Kostas Miovský. Tato verze následně prošla úpravami a sloužila jako jeden z hlavních podkladů vzniklé české verze.



# 1. Struktura publikace

Publikace je složena ze tří částí, a to z úvodu, metodiky pro učitele a dvanácti lekcí. Každá lekce má dvě části. První tvoří samotný příběh, druhou pak metodika pro pedagogy, vysvětlující, jak mají s konkrétním tématem pracovat. Jednotlivé příběhy na sebe navazují. Pro snadnější orientaci a práci s textem byla použita jednotná struktura zpracování.

## 1.1 Časová dotace

Program se skládá ze 13 setkání. Prvnímu, úvodnímu setkání by měla být věnována jedna vyučovací hodina a zbývajícím dvanácti pak dvě vyučovací hodiny. Úvodní setkání slouží k seznámení dětí s jednotlivými hrdiny příběhů, dalších dvanáct je pak zaměřeno na samotnou práci s 12 tématy. Celkový časový rozsah je tedy 25 vyučovacích hodin.

## 1.2 Cílová skupina

Cílovou skupinou jsou žáci 1. stupně základní školy, tedy děti ve věku 6 až 10 let.

## 1.3 Typ prevence

Jedná se o specifickou všeobecnou primární prevenci rizikového chování.

## 1.4 Forma práce

Doporučujeme při práci využít komunitní kruh, při kterém zúčastnění sedí vedle sebe v kruhu a všichni mají rovnoprávné postavení. Cílem této metody je rozvíjet mezilidské vztahy, posilovat soudržnost třídy, budovat pocit sounáležitosti mezi spolužáky i vytvářet zdravé klima ve třídě. Umožňuje také žákům bezpečně projevit své názory, pocity a zážitky.

## 2. Metodika pro učitele 1. stupně ZŠ

Jedná se o příběhy ze zahrady, kde žijí samé kočky, které prožívají společná dobrodružství, řeší své každodenní starosti a úspěchy. Dvanáct z nich se stává hlavními hrdiny příběhů, se kterými se blíže seznámíme v jednotlivých lekcích. Budou nás provázet i aktivitami při práci s dětmi v rámci této zpracované metodiky prevence rizikového chování a rozvoje sociálních dovedností dětí.

### 2.1 Práce s lekcemi

Na začátku každé lekce je dobré shrnout předchozí děj a připomenout dětem, o čem jsme si povídali posledně. Stručně je pak seznámíme s dnešním tématem. V každé lekci jsou vždy uvedeny konkrétní cíle k danému tématu i pomůcky, které budou potřebné pro další práci s dětmi. U každého příběhu jsou vytvořeny i příklady konkrétních otázek, které téma dále rozvíjejí a pomáhají dětem se nad situací zamýšlet a řešit ji. Po této diskusi učitel dětem přečte příslušný příběh. Následuje práce s dětmi, převážně ve skupinkách dle uvedené metodiky a v neformálně uspořádaném prostředí s využitím komunitního kruhu. U každé lekce je uvedena i skupinová aktivita, která dokresluje přečtený příběh. Na konci je pak i krátké shrnutí dané lekce, doporučení pro učitele a připomínka provést adekvátně věku krátkou evaluaci daného setkání.

### 2.2 Doporučení pro pedagogy

Doporučujeme program zahájit úvodním setkáním, ve kterém se děti obecně seznámí s programem, jeho cíli, tématy jednotlivých lekcí, organizací a časovou dotací setkání. Důležité je také seznámit děti s hlavními hrdiny příběhů, jejich jmény a povahovými charakteristikami. K tomu můžeme využít společný obrázek všech kočičích hrdinů, který je v příloze této publikace. Lepší variantou může být i to, že si děti mohou samy v závěru **úvodního** setkání nakreslit jednotlivé kočky dle uvedeného seznamu níže. Doporučujeme kreslit je ve dvojicích. Děti pak představí svůj obrázek, představí jméno kočky, kterou kreslily, i to, jaká je, jaké má vlastnosti a jak se chová k ostatním. Obrázky je možné využít i dále při práci v průběhu celého programu, například po přečtení kaž-

dého příběhu u určité lekce si děti mohou vybrat ze svých již nakreslených obrázků hlavní hrdiny pro dnešní téma a vystavit je.

Je zde i další možnost: pro ukončení každého setkání využít volně vložené obrázky v příloze této publikace. Jsou typu omalovánky a jsou seřazeny podle pořadí lekcí od 1 do 12. Pedagog si předem může namnožit počet obrázků podle počtu přítomných žáků a dát jim je domů k dokreslení. V úvodu další lekce se k nim může vrátit. Děti své obrázky představí ostatním a mohou si je ve třídě i vystavit. Navodí to i plynulý návrat k minulému tématu a motivaci k pokračování práce v dalším tématu.

Metodika, kterou předkládáme, není pro učitele závazná. Pedagogové mají možnost uplatit i vlastní zkušenosti a osvědčené techniky pro práci s touto cílovou skupinou.

### **2.3 Stručný přehled lekcí a témat**

#### **Lekce 1: Tajná schůzka**

První příběh z Kočí zahrady je o zodpovědnosti, tajném setkání malých koček s kocourem Siamem a jeho tajemstvím, které nesmějí nikomu prozradit.

Téma:

- ◆ zvědavost
- ◆ zvědavost
- ◆ tajemství
- ◆ tajemnost (mystika)

Hlavní představitelé: Mourek, Snížek, Siam, Čertík, Míca, Číča, Skvrnka, Fousek, Pantoflíček, Drápek

#### **Lekce 2: Kocour Siam a magický lektvar**

Druhý příběh navazuje na tajemství kocoura Siama. Budeme si povídat o tom, co je to být šťastný a také o tom, jak můžeme odmítnout to, co neznáme a čeho se bojíme.

Téma:

- ◆ štěstí
- ◆ spokojenost
- ◆ problémy
- ◆ špatná nálada
- ◆ zvládání nepřijemných stavů

Hlavní představitelé: Siam, Snížek, Číča, Zrzka, Starouš, Čertík

### **Lekce 3: Pantoflíček se bojí tmy**

Třetí příběh je o tom, jak se Pantoflíček bál tmy. Vysvětlíme si, co je to strach, proč a jak vzniká a jaké má podoby. Naučíme se také, jak strachu předcházet a zjistíme, že to není tak jednoduché.

Téma:

- ◆ strach
- ◆ odvaha
- ◆ rozdílné prožívání strachu
- ◆ odvaha na nesprávném místě a v nevhodnou dobu může být nebezpečná

Hlavní představitelé: Pantoflíček, Drápek, Mourek, Siam

### **Lekce 4: Smrt Skvrnčina dědečka**

Čtvrtý příběh z Kočičí zahrady je o dědečkovi kočky Skvrnky a jeho úmrtí. Budeme si povídat o tom, co je to smrt, jak ztrátu blízkého člověka prožíváme. I o tom, že smrt patří do našeho žití stejně tak, jako zrození nového života.

Téma:

- ◆ smrt
- ◆ ztráta

Hlavní představitelé: Skvrnka, Snížek, Míca, Pantoflíček

### **Lekce 5: Závod**

V pátém příběhu si budeme povídat o tom, co se může stát, když někdo někoho podvede, nejedná čestně (fair play). Zároveň si povíme, proč není dobré lhát a mstít se.

Téma:

- ◆ lež
- ◆ podvod
- ◆ „fair play“ jednání
- ◆ pomsta

Hlavní představitelé: Snížek, Čertík, Míca, Mourek

### **Lekce 6: Přátelství**

Šestý příběh vypráví o tom, jak si Míca, Číča a Fousek společně hráli, rybařili a cvrnkali kuličky.

Téma:

- ◆ přátelství
- ◆ vyčlenění z kolektivu

Hlavní představitelé: Fousek, Číča, Míca

### **Lekce 7: Špatný vtip**

Sedmý příběh pojednává o tom, jak se Fousek nechal od ostatních kamarádů přemluvit k lumpárně. Dozvíme se také, co se potom stalo.

Téma:

- ◆ tlak skupiny
- ◆ obhájení svého názoru

Hlavní představitelé: Čertík, Fousek, Zrzka, Číča, Drápek

### **Lekce 8: Když si pomáháme, jde to líp**

Osmý příběh vypráví o kočíčích kamarádech, jak společně uklízeli zahradu, aby byla krásná, protože očekávali návštěvu vzácného hosta.

Téma:

- ◆ spolupráce
- ◆ řešení problémů

Hlavní představitelé: Mourek, Skvrnka, Čertík, Siam, Fousek

### **Lekce 9: Jak Fouska bolelo břicho**

V devátém příběhu si budeme povídat o tom, jak Fouska bolelo břicho a co by se mohlo stát, kdyby dostal špatný lék.

Téma:

- ◆ nemoc
- ◆ užívání léků
- ◆ dávkování

Hlavní představitelé: Fousek, Míca, Zrzka, doktor

### **Lekce 10: Jak se Drápek málem otrávil**

Desátý příběh je o Drápkovi, který si sám vzal tatínkovy léky na bolest hlavy, a málem to s ním nedopadlo dobře. Nebýt rychlého zásahu doktora a kamaráda Čertíka, mohl i umřít.

Téma:

- ◆ správné dávkování léků
- ◆ otázka smrti
- ◆ správná míra

Hlavní představitelé: Drápek, Čertík, doktor

### Lekce 11: Návštěva Chalimy

Jedenáctý příběh se týká návštěvy Chalimy, která bydlí v jedné hodně vzdálené zahradě. Bude kočkám vyprávět o tom, jaké jsou v její zemi zvyky.

Téma:

- ◆ kulturní odlišnost
- ◆ tradice
- ◆ předsudky
- ◆ tolerance
- ◆ zvědavost

Hlavní představitelé: Chalima, Snížek, Skvrnka

### Lekce 12: Snížek před velkým rozhodnutím

V posledním příběhu si budeme povídat o Snížkovi, který stojí před velmi důležitým rozhodnutím a neví si rady.

Téma:

- ◆ svoboda rozhodování a jeho důsledky
- ◆ zklamání
- ◆ to tajemné lákavé

Hlavní představitelé: Snížek, Siam, Mourek

## 2.4 Jména koček a jejich charakteristiky

Jména koček jsou seřazena podle toho, jak často v jednotlivých příbězích hrají důležitou roli.

**Snížek:** marnivý exhibicionista, egocentrický. Dělá vše tak, aby byl v centru pozornosti. Ještě navíc používá kouzelnické triky, aby dosáhl svého cíle.

**Mourek:** je rozumný, citlivý, plný zralosti, stabilnosti a sebedůvěry. Je dobruosrdčný, laskavý a ochotný.

**Siam:** pokušitel neurčitého stáří. Je tajuplný kouzelník, zcela uspokojen a zbaven všech sebeklamů. Ve svůj prospěch používá všechny prostředky, i ty kouzelnické.

**Čertík:** líbí se mu poroučet. Je mstivý, ukřivděný a je přesvědčený o tom, že musí vést ostatní k neplechám. Současně stanovuje směr skupiny vždy na opačnou stranu, než je ta správná.

**Fousek:** neschopný, patetický, samolibý. Aby se projevil, dělá ve skupině věci, kterých pak lituje. Je z toho nešťastný a je si vědom, že není nezbytně nutné, aby prováděl špatné věci a ještě k tomu naváděl i ostatní.

**Drápek:** pořád si kouše dráčky. Je to tvrďas a při osobním souboji vždy vítězí nad ostatními.

**Pantoflíček:** droboučký, nahrbený. Sní o tom, že by mohl jednou být velký a silný jako Mourek.

**Skvrnka:** v kolektivu je ostýchavá, při jednání vystupuje jemně a způsobně. Někdy je pomalá, ale zato dokáže pomoci ostatním. Potřebovala by nabýt většího sebevědomí.

**Míca:** jen hubuje, k ostatním se ale chová velmi citlivě. Má dobré srdce. V některých případech je málo zručná, ale otevřeně přiznává, že dělá chyby a že také někdy něco nesvede.

**Doktor:** je rozumný kocour, doktor. Velmi zkušený ve svém oboru.

**Číča:** panovačná, egoistická, smělá a horlivá. Za všech okolností se staví do popředí, což se jí ale příliš nevyplácí. O druhé se zajímá jen tehdy, když je může ovládat a využívat.

**Chalima:** je mysteriózní, exotická královna v jedné vzdálené zahradě, kde okouzluje a láká.

**Zrzka:** rozumná, veselá. V kolektivu působí velmi pozitivně.

**Starouš:** je apatický, starý ubrblanec, pro kterého je všechno špatné.

# Lekce 1

## TAJNÁ SCHŮZKA

V jednom velkém městě, uprostřed mezi domy, auty a autobusy, se nachází zahrada, kde spolu žije spousta malých i velkých koček. Nejvzdělanější z nich je kocour Mourek. Je veliký, moudrý, hodný a šlechetný. Všechny kočky ho mají rády. Zbožňují ho. Proto mu také říkají Mourek Veliký.

Dnes je krásný slunečný den a na kočičí zahradě je nezvyklý ruch. Snížek je hodně zmatený, protože se právě probudil. Dnes je jeho velký den. Spolu s dalšími malými kamarády, tajně, aby to velké kočky nevěděly, se sejdou. Místem tajné schůzky je prostor, kde se odděluje velká zahrada od malého dvorku. Tam se mají potkat se Siamem, kocourem, kterého poznali nedávno při hrách. Siam jim slíbil, že jim řekne tajemství, které nesmí nikomu jinému vyzradit. Snížek se poctivě olizuje, aby byl čistý a úhledný. Dává si moc záležet na svém vzhledu. Vůbec se nemůže dočkat kocoura Siama a jeho tajemství. Snížek proto spěchá s přípravami, aby dorazil jako první.

Kocour, kterému říkají Čertík, ještě spí smotaný do klubíčka ve svém koši a Míca, neposlušná jako vždy, na něj padá.

„Co děláš? Ty ještě spíš? Jestli si nespíš, přijdeš poslední,“ směje se mu Míca.

„Už jsem vzhůru dlouho,“ odpovídá nervózně Čertík. S očičkami slepenýma únavou a naježeným kožíškem se rozbíhá k místu schůzky a Míca ho následuje.

„Utíkej, lenochu, kvůli tobě zmeškám schůzku.“ Míca se na něj udiveně podívá a přemýšlí, zda neřekla něco, co ho naštvalo.

Číča a Skvrnka utíkají spolu na dvorek. Za nimi přichází zpocený a uřícený Fousek.

„Pospěš, Fousku, přijdeme o nejlepší místa a můžeš za to ty,“ volají na něj.

„Je mi líto,“ říká Fousek, sotva popadá dech, „nevím, jak to dělám, že přijdu vždycky všude pozdě.“ Pantoflíček, protože ho popoháněl Drápek, který je všude vždycky první, dorazil na schůzku jako první.

„Jsem první, počkej tady, Pantoflíčku, běžím si obsadit nejlepší místo,“ říká Drápek.

„Kdybych byl velký a silný jako Mourek,“ říká Pantoflíček, „nedovolil by sis se ke mně takhle chovat.“

Dorazili už téměř všichni. Chybí jen Snížek. Ostatní na něj proto čekají pod zdí zahrady.



## 1. Shrnutí z úvodního setkání

V minulém, úvodním setkání jsme si povídali o programu Kočí zahrada. Seznámili jsme se s tématy 12 lekcí, řekli jsme si, jakým způsobem budeme pracovat a co všechno spolu zažijeme. Také jsme si přiblížili dovednosti, které získáte pro svůj život, abyste se cítili dobře. Kreslili jsme kočí hrdiny, kteří se v jednotlivých příbězích vyskytují. Teď si obrázky znovu prohlédneme a připomeneme si, jací jsou.

### O čem to dnes bude?

Dnes si přečteme první příběh z kočí zahrady. Bude o zodpovědnosti, tajném setkání malých koček s kocourem Siamem a jeho tajemstvím, které nesmí nikomu prozradit.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Vést děti k pochopení slova zvědavost a rozdílem mezi její dobrou a nebezpečnou podobou.
- ◆ Zprostředkovat jim prožitek a schopnost rozlišovat podoby zvědavosti a její možné dopady.
- ◆ Vést děti k pochopení a uvědomění si rozdílu tajemství u dospělých lidí a u dětí, zejména ve vztahu k osobnímu bezpečí.

## 3. Pomůcky

- ◆ Flipchart

### **TÉMA: Zvědavost, zvidavost, tajemství, tajemnost (mystika)**

- ◆ Co je to zvědavost?
- ◆ Kdy jste byli naposledy zvědaví?
- ◆ Dovedli byste vysvětlit, když se o někom řekne, že je zvidavý? Jaký je tedy rozdíl mezi zvědavostí a zvidavostí?
- ◆ Může být to, že je někdo zvedavý, nebezpečné? Kdy?
- ◆ Co je to tajemství?
- ◆ Zažili jste už někdy, že vám někdo svěřil nějaké tajemství nebo vás poprosil, abyste určité tajemství nikomu neříkali?
- ◆ Může mít určité „tajemství“ i nebezpečné následky?

## 4. Příběh číslo 1

Přečíst si příběh číslo 1 z Kočičí zahrady o tajemné schůzce s kocourem Siamem.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Jak se vám příběh líbil? Která část nejvíce?
- ◆ Byly kočky také zvědavé?
- ◆ Jaké tajemství asi skrývá kocour Siam?
- ◆ Těšily se kočky na tajnou schůzku? Jak se to projevilo v jejich chování?

### Aktivita – Práce ve skupinkách

Rozdělte děti do 4 až 5 skupinek a nechte je zpracovat možné odpovědi na následující otázky:

#### ZVĚDAVOST

- ◆ Kdy jste byli naposledy zvědaví? Napište různé situace.
- ◆ Zkuste podtrhnout, které ze situací, jež jste uvedli, mohou být pro vás nebezpečné či mohou vést ke zklamání.

Následuje prezentace zpracování jednotlivých skupin a pedagogovo shrnutí.

#### TAJEMSTVÍ

Děti zpracovávají ve stejných skupinách další odpovědi na otázky:

- ◆ Napište opět různé příklady situací, kdy jste měli udržet nějaké tajemství.
- ◆ Zkuste z uvedených případů vybrat ty situace, které by mohly mít pro vás nebezpečné následky.

Následuje prezentace zpracování jednotlivých skupin a pedagogovo shrnutí.

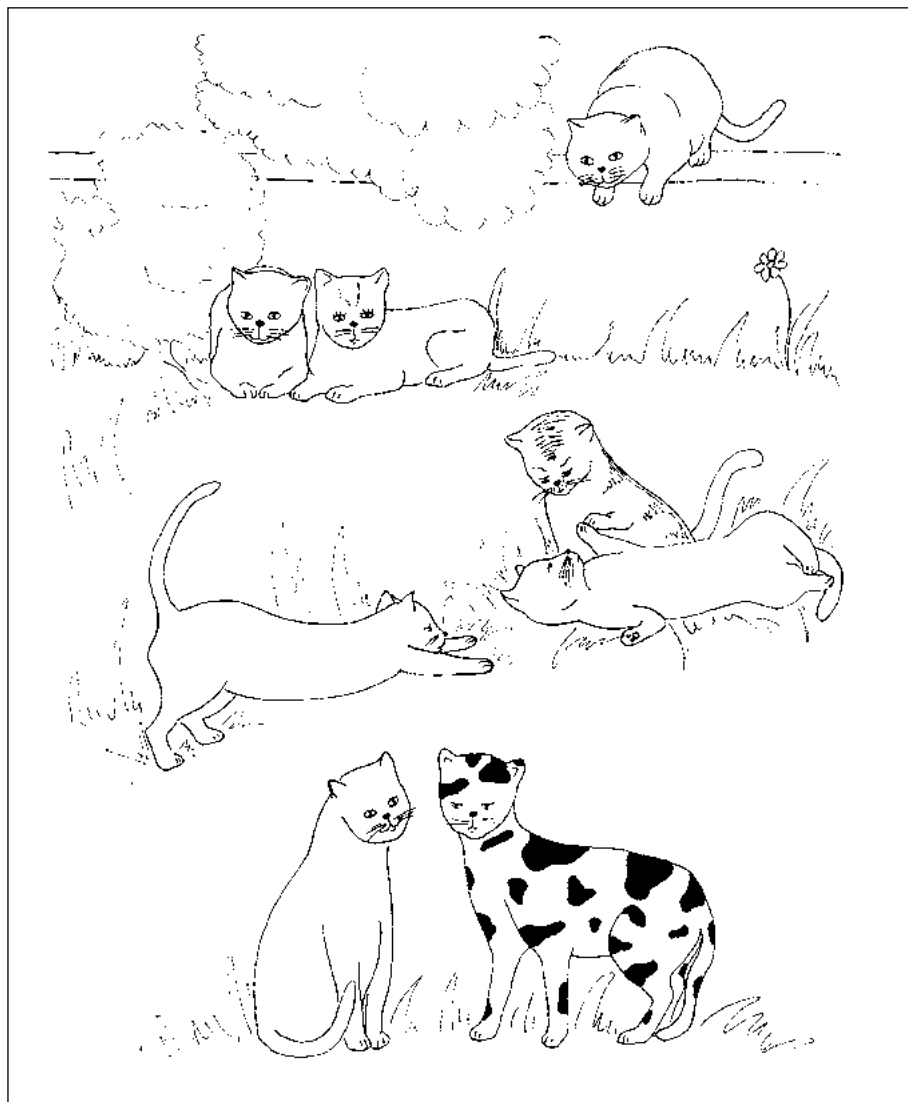
#### Otázky:

- ◆ Jak se vám pracovalo ve skupinkách?
- ◆ Která otázka byla pro vás těžká?
- ◆ Stalo se vám někdy, že jste nechtěli říct rodičům nějaké své tajemství?
- ◆ V kterých případech by je měli rodiče vědět?

Oddechová aktivita: „Tichá pošta.“

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme mluvili o zvědavosti, vysvětlili jsme si, že může mít různé podoby a také může mít následky, které mohou ohrozit naše bezpečí. Také jsme mluvili o tajemství i o tom, kdy je můžeme udržet a kdy je pro nás naopak také nebezpečné.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Pečlivě si připravte možné odpovědi na otázky kladené dětem.  
Pomáhejte jim překonat zábrany v prezentaci tak, že sami zahájíte diskusi svým příkladem (kdy jste vy sami zvědaví, měli jste jako dítě velké tajemství atd.)
- ◆ Nepodceňujte výběr dětí do skupinek. V každé skupině by mělo být alespoň jedno dítě, které je komunikačně zdatné.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 2

# KOCOUR SIAM A MAGICKÝ LEKTVAR

Všechny kočky sedí na zídce v zahradě a netrpělivě čekají na kocoura Siamu.

„Doufám, že už přijde,“ říká Snížek, „naposledy nám slíbil, že nám řekne o magickém lektvaru, který nás všechny může udělat šťastnými.“

„Hele, hele,“ šeptá Číča, „už jde.“

Siam dorazil. Sedl si do stínu na zídce. Všechny kočky kolem něho obcházejí a s očima upřenými na něj ho poslouchají. Začal povídat. „Kdysi jednou byla jedna zahrada, kde žilo mnoho koček, kterým se ale nedařilo a byly nešťastné. Jednoho dne na tu zahradu dorazila siamská kočka, která s sebou donesla z velkých dálek lahvičku plnou magického lektvaru. Od té doby se všechno změnilo.“

„Co se stalo?“ zeptala se dojatě Zrzka.

„Všechny kočky se napily a jako zázrakem zapoměly na všechny problémy, přestaly se mezi sebou hádat a cítily se šťastné.“

„Já tomu nevěřím,“ řekl Snížek a nedůvěřivě koukl na Siamu, který před ně postavil záhadnou lahvičku.

„Chceš se trochu napít?“ zeptal se Siam.

„Pozor, pozor všichni, přichází Starouš.“

Zatímco se Starouš přibližoval k partě mladých koček, Siam se vytratil jako bůh kouzel.

„Copak se děje?“ zeptal se. „Tváříte se, jako byste chystali nějakou kulišárnu.“

„My nic,“ řekl Čertík, „my jsme si hráli.“

Starouš si je podezřívavě prohlédl a vzdálil se. Kočky si sedly do kruhu a šep-tem si povídaly. „Nevím, co si o tom mám myslet,“ řekl Čertík.

„Já vím,“ odvětila Číča. „Siam nám tu napovídal spoustu lží. Jen tu ztrácíme čas takovými hloupostmi. Pojd', Skvrnko, půjdeme si hrát.“

Snížek zabrblal. „Nepotřebuji magický lektvar na to, abych byl šťastný.“

„To není tak jednoduché, aby byli vždycky všichni šťastní,“ odpovídá mu Zrzka a hned vedle se přidává Pantoflíček. „Já bych chtěl být jako Mourek, je hodný, vzdělaný, statečný a má rád všechny kočky i kocoury. Myslím, že toto znamená být šťastný.“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

V prvním příběhu jsme četli o tajné schůzce malých koček s kocourem Siamem a jeho tajemství. Povídali jsme si o různých podobách zvědavosti a také tajemství.

### O čem to dnes bude?

Dnes si přečteme příběh číslo dva z Kočičí zahrady, který je pokračováním o tajemství kocoura Siama a jeho kouzelném lektvaru. Budeme si povídat o tom, co je to být šťastný a také o tom, jak můžeme odmítnout to, co neznáme a čeho se bojíme.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Objasnit dětem, co znamená být spokojený a šťastný a porovnat s nespokojeností a problémy.
- ◆ Společně vymyslet možná řešení těchto situací.

## 3. Pomůcky

- ◆ Obrázky koček–hlavních hrdinů příběhu (Čertík, Číča, Snížek a Pantoflíček)
- ◆ Pracovní list „Jsem spokojený/šťastný × nespokojený/nešťastný“ (viz příloha č. 3)
- ◆ Čistý papír A4
- ◆ Pastelky, fixy (pro každé dítě)

## **TÉMA: Štěstí, spokojenost, problémy, špatná nálada (a zvládání těchto stavů)**

## 4. Příběh číslo 2

Přečíst příběh číslo 2. Jde o pokračování děje z prvního příběhu.

## PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Uvěřili jste vyprávění kocoura Siama o kouzelném lektvaru?
- ◆ Jak reagovaly na jeho nabídku ostatní kočky? Která z nich odpověděla podle vás nejlépe?
- ◆ Jak byste reagovali vy? Pojdte se každý postavit k obrázku té kočky, která nejlépe podle vás odpověděla na lákavou nabídku kocoura Siama.
  - Čertík – neví, co si má myslet.
  - Číča – je to samá lež, ztrácíme jen čas hloupostmi; raději si půjde hrát.
  - Snížek – ví, že nepotřebuje kouzelný lektvar, aby byl šťastný.
  - Pantoflíček – může být šťastný, když se bude snažit být jako jeho velký vzor Mourek (hodný, vzdělaný, statečný a mít všechny rád).

### Aktivita

Pracovní list na téma „Jsem spokojený/šťastný × nespokojený/nešťastný“ (viz příloha č. 3). Celá třída sedí v kruhu na židlích a pracuje podle pokynů učitele:

- ◆ Nejdříve do plochy „Jsem šťastný/spokojený“ nakreslí svůj obličej, jak vypadá, když jsi spokojený.
- ◆ Do spodní části tohoto pole napiš, jak se cítíš, co děláš, když jsi spokojený (jsem aktivní, směju se, dělám legraci, bavím se s kamarády, jdu do kroužku, sportuji, mám chuť něco podnikat...).
- ◆ Děti jednotlivě odprezentují své obrázky a sepsané pocity.
- ◆ Do plochy „Jsem nespokojený/nešťastný“ opět nakreslí svůj obličej, jak vypadá, když jsi v tomto stavu.
- ◆ Do spodní části stejného políčka napiš, jak se cítíš a co děláš, když jsi smutný (mám špatnou náladu, pláču, nic mě nebaví, nechci mezi kamarády, bojím se).
- ◆ Děti jednotlivě odprezentují své obrázky a sepsané pocity.
- ◆ Do prostřední části děti promyslí a napíší odpovědi na otázku učitele:
- ◆ Co byste mohli udělat pro to, abyste se dostali z nespokojenosti do stavu, kdy jste spokojeni a šťastní? Co by vám k tomu pomohlo?

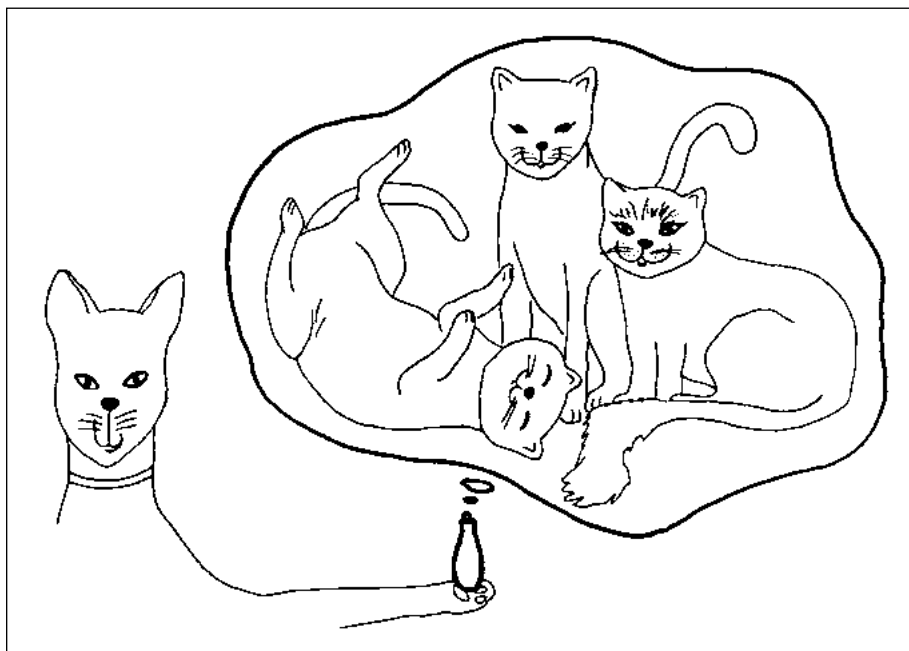
Po zpracování děti jednotlivě prezentují své nápady. Ostatní poslouchají a srovnávají se svým řešením. Pedagog aktuálně a citlivě reaguje, chválí, upřesňuje, doplňuje a může přidat i další možnosti, jak si udržet pozitivní naladění.

## Otázky:

- ◆ Jak se vám pracovalo? Bylo to pro vás těžké?
- ◆ Dovedli jste najít řešení pro to, jak si udržovat pozitivní naladění?
- ◆ Dozvěděli jste se něco nového?
- ◆ Myslíte, že je dobré se svěřit dospělým nebo kamarádům, když si někdy nevíte rady, a požádat je o pomoc?
- ◆ Použil by někdo z vás kouzelný lektvar kocoura Siama k tomu, aby byl šťastný?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jaké je to být šťastný, spokojený, co prožíváme, jak se cítíme a co můžeme sami nebo s podporou či pomocí dospělých udělat pro to, abychom si pozitivní naladění udrželi. Také jsme si povídali o tom, že to, co je pro nás neznámé, tajemné, čeho se můžeme i bát, můžeme také odmítnout, tak, jak to udělaly kočky kocoura Siama, když jim nabídl ochutnat tajný lektvar.





## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Citlivě a trpělivě reagovat na odpovědi dětí v pracovním listu.
- ◆ Pomáhat jim pojmenovat pocity u zadaných situací pracovního listu.
- ◆ Podporovat důvěru, přátelské a otevřené vztahy ve třídě.
- ◆ Připravit si pomůcky a pracovní listy pro všechny žáky (pracovní listy na konci posbírat pro práci v další lekci).

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 3

# PANTOFLÍČEK SE BOJÍ TMY

Je téměř tma a všechny kočky jsou už doma. Pantoflíček je sám v zahradě, schovaný uprostřed keře a bojí se. „Slíbil jsem mámě, že budu doma dříve, než se setmí. Kdo ví, jestli najdu cestu.“

Za kmenem dubu se znenadání objevil Drápek. Malý Pantoflíček se před Drápkem stydí přiznat, že se bojí, a tak předstírá lhosejnost.

„Ahoj Pantoflíčku, nechtěl by sis zahrát na schovávanou, nebo se bojíš tmy?“

„Já že se bojím tmy? To nemyslíš vážně,“ říká Pantoflíček a utíká se schovat za lampu v zahradě, která se právě rozsvítila.

Drápek ho chvíli hledá a když ho nenajde, vydá se na cestu domů. Venku je už noc. Pantoflíček zůstává dál schovaný za lampou. Všude kolem je tma a ticho. „Maminko moje, maminečko. Pomoc!!! Bojím se tmy!!!“ nařiká Pantoflíček.

Zatímco se třese strachy, ani si nevšiml, že hned za ním stojí Mourek. Mourek má ve zvyku se každý večer projít. Proto našel vystrašeného Pantoflíčka.

„Ahoj Pantoflíčku, co tady děláš tak sám? Chceš, abych tě doprovodil domů? Jdi dál od té lampy, kalí ti zrak. Oči kočky, tedy naše oči, jsou přizpůsobeny, aby viděly ve tmě,“ vysvětluje Mourek.

Pantoflíček se uklidnil, hned jak uslyšel klidný Mourkův hlas. Vzdálil se od lampy, otevřel zešíroka oči a v dále rozpoznal dům, kde bydlí. Lehce se vousky a jazýčkem dotkl Mourka, aby mu tím poděkoval, a šťastně se rozběhl k domovu. „Jak je Mourek silný, klidný a statečný! Snad budu jednou stejný jako on,“ pomyslel si Pantoflíček.

Dalšího dne ráno se všechny kočky sešly uprostřed zahrady na trávníku. Drápek se přede všemi začal Pantoflíčkovi posmívat.

„Neumřel jsi včera večer strachy, strašpytle? Vsadím se, že jsi nemohl najít cestu domů. Zatímco jsi umíral strachem, já jsem umíral smíchem.“

Pantoflíček se poníženečně vzdaluje se staženým ocáskem a slzavýma očima. Náhle se zpoza keře vynořil Siam. „Siame, ty mi určitě pomůžeš! Všichni se mi smějí, že jsem strašpytel. Moc bych chtěl být tak statečný jako je Mourek, ale nedokážu to. Snad něco zmůže tvůj magický lektvar. Dej mi trochu.“

„Samozřejmě, že ti dám, ale ty mi dáš na oplátku ten krásný koš, který máš na spaní. Ten, který jsem viděl u tebe doma.“

„Můj koš? Ne, prosím, je pro mě velmi cenný. A jak to, že jsi nám nikdy neřekl, že ti musíme zaplatit, abys nám dal magický lektvar?“

„Je mi líto, ale všechno má svou hodnotu. Nedáš koš, nebude magický lektvar.“

„Tak dobře, vezmi si můj koš, je tvůj.“ A sám pro sebe si Pantoflíček říká: „Kdo ví, co by tomu řekl Mourek, kdyby se to dozvěděl.“

Pantoflíček se utíká schovat někam, kde může v klidu vypít magický lektvar. Chvilí potom se přidává mezi své kamarády, kteří si hrají na trávě.

„Konečně, Pantoflíčku! Začínali jsme se o tebe bát, nikde jsme tě neviděli.“

„Já nejsem Pantoflíček, hlupáci! Nevidíte, že jsem Mourek?“

Kočky vyprskly smíchem. „Pantoflíčku, zbláznil ses? Co ti přelítlo přes čumáček?“

„Já jsem Mourek! A nikoho se nebojím, ani Dráпка! Když už jsme u toho, zlý Dráпка, včera jsem tě viděl, jak jsi zlobil Mícu, tahal jsi ji za vousky. Neodvažuj se ji znovu zlobit, nebo uvidíš ten výprask!“

„Co myslíš, že mi asi tak můžeš udělat, ty utrápený Pantoflíčku?“ Najednou mu dal Drápek ránu a odhodil Pantoflíčka na druhou stranu zahrady.

„Zapamatuj si pro příště!“ pokračoval Drápek. „Síly si měř se sobě rovnými.“

Míca běžela utěšit Pantoflíčka, který na ni zmateně koukal. Vůbec nechápal, co se to stalo.

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

V minulém setkání jsme si četli příběh o kocouru Siamovi, jak nabízel malým kočkám kouzelný nápoj, který by je mohl učinit šťastnými. Také jsme si povídali o tom, kdy jsme šťastní, nebo naopak nespokojení a co v těchto situacích můžeme prožívat. Co můžeme udělat pro to, abychom byli pozitivně naladěni a jaké to má pro nás výhody.

Dovedli byste si vzpomenout, které způsoby či možnosti jste uváděli?

Vzpomenete si na některé způsoby odmítnutí nabídky kouzelného lektvaru od kocoura Siama?

## O čem to dnes bude?

Dnes se seznámíme s už třetím příběhem z Kočí zahrady. Bude o tom, jak se Pantoflíček bál tmy. Vysvětlíme si, co je to strach, proč a jak vzniká a jaké má podoby. Naučíme se také, jak strachu předcházet a že to není tak jednoduché.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Objasnit dětem, co je to strach a jaké může mít podoby.
- ◆ Uvědomit si, že všichni máme občas strach.

- ◆ Vést děti k tomu, aby pochopily, že obavám a strachu můžeme předcházet a učit se je zvládat sami nebo s pomocí někoho jiného.

### 3. Pomůcky

- ◆ Obrázky koček Pantoflíčka, Drápka a Mourka
- ◆ Čistý list papíru pro každého žáka

### **TÉMA: Strach, odvaha, rozdílné prožívání strachu; odvaha na nesprávném místě a v nevhodnou dobu může být nebezpečná**

- ◆ Zažili jste někdy pocit strachu? V jakých situacích to bylo a jak se to projevovalo?
- ◆ Víte, co je to strach? Děti definují strach podle dosavadních zkušeností. Jako náповědu uvádíme pro učitele jednu z mnoha jednoduchých definic (strach je emoce a má různé podoby, můžeme mít strach o někoho, o něco – máme obavy, jsme nervózní, znepokojení, vylekaní, pochybujeme, cítíme se v ohrožení, jsme zděšení, prožíváme hrůzu až paniku atd.).

### 4. Příběh číslo 3

Přečíst příběh o Pantoflíčkovi, jak se bál tmy.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Líbil se vám příběh?
- ◆ Proč se asi Pantoflíček bál tmy?
- ◆ Co mu pomohlo překonat strach ze tmy?
- ◆ Jaké bylo chování Drápka? A jaké Mourka?
- ◆ Co mohl Pantoflíček udělat, když se mu před ostatními kočkami Drápek posmíval za to, jak se bál?
- ◆ Proč se napil kouzelného lektvaru? Co od toho očekával?

## Aktivita

Práce ve skupinách (4–5 dětí).

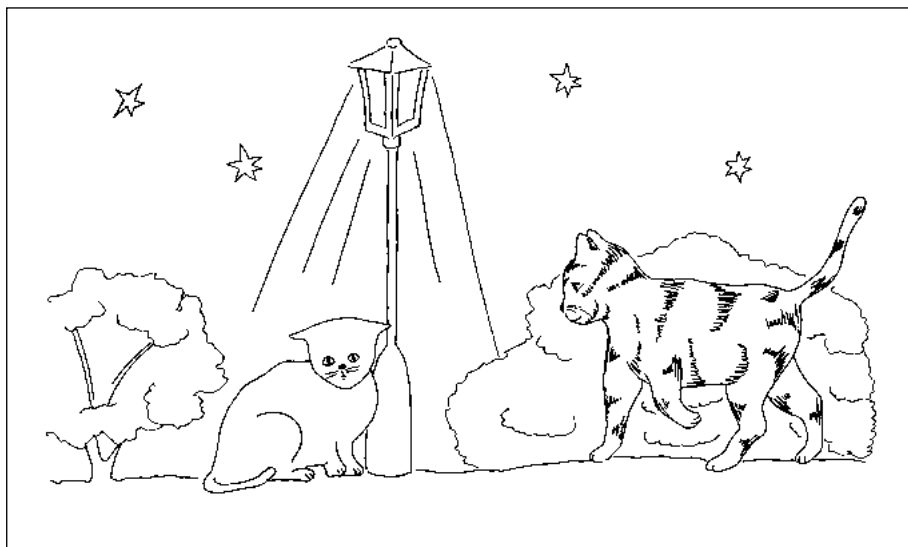
Učitel zadá všem skupinkám stejný úkol: aby každá z nich vytvořila seznam různých podob strachu. Ponecháme asi sedm minut na přípravu. Poté zástupce z každé skupinky svůj seznam odprezentuje. Učitel zapisuje na tabuli jmenované druhy strachu a při prezentaci dalších skupinek zapisuje pouze ty, které ještě nebyly jmenovány. Vznikne tak ucelený seznam strachů. Učitel rozdá každému žákovi čistý papír a vyzve žáky, aby si na něj přepsali seznam z tabule. Poté každý žák vytvoří své pořadí strachů od 1. po 5. místo, od největšího po nejmenší. Na prvním místě je hodně velký strach, na druhém místě velký, na třetím střední, na čtvrtém malý a na pátém místě hodně malý strach. Žáci své listy nepodepisují, jen je po ukončení práce položí doprostřed kruhu. Učitel je posbírá a prezentuje odpovědi, které děti uvedly na prvním místě. Jeden ze žáků, kterého vybere učitel, zapisuje čárky do seznamu na tabuli, k jednotlivým druhům strachu. Zjistíme, který je na prvním místě v celé třídě. Stejným způsobem vyhodnotíme i další pořadí.

## Otázky:

- ◆ Proč si myslíte, že zrovna tato podoba strachu stanula na prvním místě?
- ◆ Proč si myslíte, že na posledním, 5. místě skončila naopak tato podoba strachu?
- ◆ Jak bychom mohli strach překonat?
- ◆ S kým můžeme o strachu mluvit?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o strachu a jeho podobách. Poznali jsme, že všichni z nás máme z něčeho strach a že jej prožíváme v různé intenzitě. Také jsme se snažili porozumět tomu, že strachu můžeme předcházet a zvládat jej s ohledem na naše znalosti, odhad našich možností (sil), zkušeností a že se můžeme s našimi pocity a obavami svěřit například rodičům nebo i kamarádům a požádat o radu či pomoc.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

Citlivě a ohleduplně reagovat na sdělení dětí, povzbuzovat je v diskusi.

Udržovat bezpečné prostředí v programu.

Předcházet posměškům ze strany některých žáků na odpovědi určitých dětí.

Aktivně se zapojovat se svými zkušenostmi do diskuse k danému tématu.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 4

# SMRT SKVRNČINA DĚDEČKA

Všechny kočky se sešly nahoře na zahradě, seděly na trávniku a vyhřívaly se na slunci. Také dělaly kotrmelce a soutěžily, která z nich udělá nejlepší skok. V tu chvíli se pomalým krokem a se staženým ocasem objevila Skvrnka. Vypadala utrápeně a neklidně.

„Co je ti, Skvrnko,“ ptá se Snížek, „proč jsi utrápená?“

„Můj dědeček je nemocný. Je velmi starý a všichni doma se o něho strachujeme.“

„Máš ho velmi ráda, že?“ ptá se Míca.

„Ano, mám ho moc ráda. Je hodný a trpělivý. Utěšuje mě, když jsem smutná a vypravuje mi krásné pohádky.“

„Neměj strach, Skvrnko,“ říká Míca, „uvidíš, tvému dědečkovi bude brzy lépe. Pojď, zahraj si s námi.“ Všechny kočky si spolu znovu začaly hrát.

Další den se kočky opět sešly nahoře na trávniku. Chyběla jen Skvrnka.

„Už to víte?“ říká Snížek. „Dědeček Skvrnky včera večer zemřel.“

„Ubohá Skvrnka,“ dodala Míca, „musí být moc nešťastná. Jdeme ji najít, bude nás potřebovat.“

Skvrnka je schovaná v koutě zahrady a pláče. Pantoflíček k ní jde blíž, aby ji utěšil. „Skvrnko, co pro tebe můžeme udělat?“

„Nikdo mi nemůže pomoci,“ pláče Skvrnka, „můj dědeček mi umřel.“

Její kamarádi sedí tiše okolo ní. Míca sbírá odvahu a ujímá se slova: „Nebreč, Skvrnko. Tvůj dědeček teď žije na jiné zahradě, na mnohem hezčí a šťastnější, než je ta naše. Řekla mi to moje babička. Říkala, že tvůj dědeček teď žije na nebeské zahradě. Ta je ještě mnohem hezčí než zahrada, o které nám říkal Siam. Tvůj dědeček tam je společně se všemi ostatními kočkami, které opustily tento svět. Žije život, který nemůžeme vidět našima očima, ani se ho nemůžeme dotýkat našimi tlapkami.“

„A to je,“ ptá se Skvrnka, „jako když sníš? Není to stejné jako s magickým světem, o kterém nám vyprávěl Siam?“

„Ne, tam život pokračuje a ty pokaždé, když si vzpomeneš na dědečka, citlivě uctíš jeho památku. Nemusíš se cítit osamocena.“

„A dědeček mě má rád i z toho místa, kde se teď nachází?“ ptá se Skvrnka.

„Ještě víc než dříve, Skvrnko moje, ještě víc než dříve.“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minule jsme si četli příběh z Kočičí zahrady o tom, jak se Pantoflíček bál ve tmě. Mluvili jsme o strachu a jeho podobách. Potvrdili jsme si, že všichni někdy prožíváme strach a můžeme mu předcházet nebo se ho naučit zvládnout. V příběhu jsme také hodnotili reakci Pantoflíčka na chování Drápka vůči němu a hledali jsme i jiné způsoby řešení.

## O čem to dnes bude?

Dnes se seznámíme už se 4. příběhem z Kočičí zahrady. Bude o dědečkovi kočce Skvrnky a jeho úmrtí. Budeme se bavit o tom, co to je smrt, jak ztrátu blízkého člověka prožíváme. I o tom, že smrt patří do našeho života stejně tak, jako zrození nového života.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Vést děti pomocí děje v příběhu k pochopení toho, že smrt patří do našeho života.
- ◆ Vysvětlit dětem, že lidé ztrátu blízké milované osoby prožívají bolestně.
- ◆ Uvědomit si formou hry rozdíl mezi situacemi skutečnými a pomyslnými (ve filmu, počítačových hrách, knihách apod.).

## 3. Pomůcky

- ◆ Lístky se zadáním situace pro aktivitu
- ◆ Flipchart

## TÉMA: Smrt a ztráta

- ◆ Co v této situaci prožíváme?
- ◆ Co nám pomůže se s touto situací vyrovnat?
- ◆ Setkali jste se někdy s někým, kdo přišel o blízkého člověka, kterého měl moc rád?
- ◆ Proč k tomu dochází, když je to tak bolestné?
- ◆ Jaký je rozdíl mezi ztrátou blízké osoby a oblíbené věci? Dá se to srovnat?
- ◆ Zažili jste někdy také ztrátu nějaké pro vás hodně oblíbené věci, kterou jste měli moc rádi (hračka, kolo)? Pokud ne, znáte někoho takového ve svém okolí?
- ◆ Co by takovému člověku pomohlo, aby se se ztrátou vyrovnal?



## 4. Příběh číslo 4

Přečíst příběh z Kočí zahrady o smrti Skvrnčina dědečka.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Jak na vás příběh zapůsobil?
- ◆ Porozuměli jste tomu, co řekla Míca Skvrnce?
- ◆ Našly odvalu i další kočky a uměly vyjádřit soucit Skvrnce i jiným způsobem?
- ◆ Můžeme nějakým způsobem pomoci člověku, který trpí velkou bolestí ze ztráty blízkého člověka?

### Aktivita

**1. Aktivita** – Děti se rozdělí do skupinek po pěti pomocí hry Jízda v taxíku. Popis hry: Žáci si budou hrát na lidi, kteří nastupují do taxíku. Vejde se do něj jen určitý počet lidí (4–5). Učitel vybere několik žáků, kteří budou dělat řidiče. Ti chodí po třídě a postupně nabírají pasažéry, dokud nemají plný taxík.

Učitel vyzve zástupce jednotlivých skupin, aby si vylosovali lístečky se zadáním a vyřešili následující situace:

A: Spolužákovi umřela babička, kterou měl moc rád. Jak byste mu vyjádřili soustrast? Co byste mu řekli?

B: Jirkovi se ztratila při povodních kniha o planetách. Dostal ji od táty k narozeninám a měl ji moc rád. Pořád si v ní listoval, četl a vyprávěl si o tom s tátou. Jak byste Jirku podpořili?

C: Hance se zatoulal pesek, kterého dostala od rodičů. Byl to její nejlepší kamarád i přítel celé rodiny. Pečlivě se o něj starala a trávila s ním každou volnou chvíli. Trvá to už týden, co o něm nemá žádné zprávy. Jak můžete Hance pomoci?

D: Pavlův starší bratr hodně kouří a Pavel se moc bojí, že umře na rakovinu plic. Co může Pavel udělat?

Děti ve skupinkách vypracují možnosti řešení zadaných situací (10 minut). Poté zástupci – mluvčí jednotlivých skupinek – odprezentují zadání a řešení, ke kterému dospěli.

Po každé prezentaci učitel klade otázky:

- ◆ Jak se vám pracovalo ve skupince?
- ◆ Co pro vás bylo obtížné při hledání řešení?
- ◆ Chtějí něco doplnit ještě ostatní?

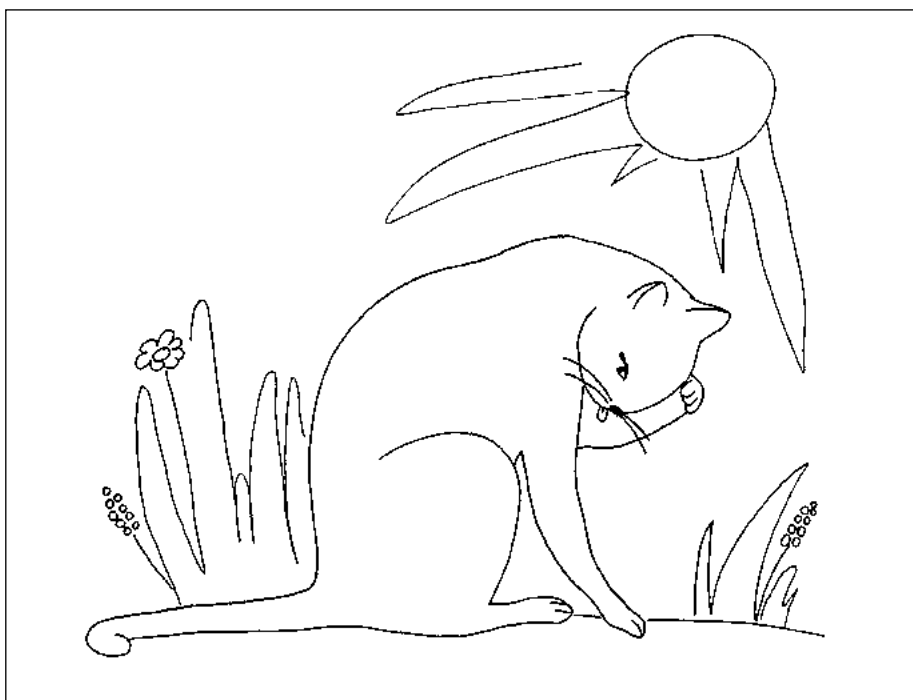
**2. Aktivita** – V poslední aktivitě budeme přemýšlet o tom, jak bychom mohli předcházet různým nebezpečným situacím, ve kterých bychom se mohli vážně zranit, ublížit si a způsobit tak bolest svým nejbližším. Hledáme možnosti, které můžeme ovlivnit my sami, aby k těmto situacím nedošlo.

Děti formou „brainstormingu“ své nápady zapisují na flipchart.

Následuje vyhodnocení a diskuse nad příklady, které děti uváděly.

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali na smutné téma – téma ztráty blízkého člověka – smrti. Snažili jsme se pochopit, že smrt patří k životu a že některé situace nemůžeme ovlivnit. Jiné můžeme ovlivnit my sami – a to tak, že budeme předcházet nebezpečným situacím a starat se o své bezpečí. Také jsme se pokoušeli najít způsoby, jak podpořit člověka, který prožívá těžkou životní situaci.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Doporučujeme učitelům pečlivě se na tuto lekci o citlivém tématu smrti připravit.
- ◆ Zmapovat si a uvědomit, zda máme ve třídě žáky, kteří již prožili situaci ztráty blízkého člověka (zejména rodičů).

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 5

# ZÁVOD

Snížek a Čertík si sami hrají na zahradě. „Poběžíme k plotu, ať zjistíme, kdo doběhne první,“ říká Snížek, „ten, kdo prohraje, pozve druhého na večeři.“

„Souhlasím,“ řekl Čertík a přemýšlí, proč s ním chce Snížek závodit, když zatím pokaždé prohrál. Netuší ale, že na něj Snížek nastražil past. Natáhl totiž mezi dva kmeny stromů starý provázek. Když Čertík proběhl mezi kmeny, zakopl – a jak dlouhý, tak široký ležel na hromadě na zemi. Zato Snížek provázek přeskočil a doběhl do cíle jako první. Čertík se velice rozzlobil a navíc si při pádu škaredě natloukl. Chtěl však dodržet dohodu a pozvat Snížka na večeři.

„Vyhrál jsi jen proto, že jsem zakopl,“ rozčiluje se Čertík.

„No a co? Počítá se to, že jsem zvítězil,“ odpovídá Snížek a vzprímeně odchází s ocasem nahoru.

Čertík zůstává sedět rozzlobený u plotu. Vtom přichází Míca a nese provázek. „Podívej, co jsem našla na zemi pod stromem. Není to tvoje? Neztratil jsi to?“ ptá se ho.

„No, pod stromem jsem upadl. To Snížek na mě nachystal past. Draze mi za to zaplatí, přísahám na jméno svého dědečka!“

Další den přišel na zahradu Mourek. Přiběhl ke Snížkovi a s úsměvem pod svými krásnými vousky říká: „Gratuluji, Čertík mi řekl, že jsi ho porazil v běhu. Tento rok tedy budeš reprezentovat naši zahradu na zahradních hrách ty.“

„Ať žije Snížek, ať žije!“ volají všechny kočky společně.

Snížek začal ztrácet pevnou půdu pod nohama. „Co teď budu dělat? Doběhnu poslední a udělám ostudu všem kočkám z naší zahrady,“ přemýšlí Snížek. „Maminko moje! Pomoc! Do čeho jsem se to namočil!“ nařká.

Druhého dne na trávníku uprostřed zahrady dělal Snížek ty nejtěžší kotrmelce. V těch je nejlepší, proto ho všichni kamarádi nenápadně, po očku pozorují.

„Dávej pozor, Snížku, jestli se ti něco stane, tak se nebudeš moci zúčastnit závodů.“

„To je přesně to, co si přeju,“ myslí si Snížek. „Budu dělat, že jsem se zranil a to bude dobrá výmluva, proč nemůžu závodit.“

„Au, au! To to bolí! Zvrtnul jsem si nohu. Nebudu moci závodit. Taková škoda!“ nařikal Snížek.

Následující den proležel Snížek v posteli. Byl obklopen svými kamarády, kteří ovšem netušili, že simuluje. Chtěli ho překvapit, a proto mu koupili konzervu sardinek, kterou má tak rád.

„Chudáčku Snížku,“ lituje ho Míca, „představ si, že dnes všichni společně půjdeme chytat ryby do rybníčku. Škoda, že nemůžeš jít taky.“ Snížek na ni nešťastně kouká. Je zelený závistí a našťvaný sám na sebe.

Další den ho navštívil Mourek. „Škoda, Snížku, že nemůžeš závodit v zahradních hrách. Poběží za tebe Čertík. Taky je velká škoda, že nemůžeš jít na ten velký večírek, který po zahradních hrách pořádně.“

„Nemusíš se bát, tvou porci jídla sním za tebe,“ říká mu stále hladová Číča.

„Škoda, že nemůžeš závodit ani v těžkých přemetech, ve kterých jsi tak dobrý,“ přizvukuje Skvrnka.

Čertík si spokojeně olizuje vousky a říká si: „Věřím, že jsem se mu pomstil dostatečně.“ Konečně všichni odešli a Snížek se tak může vyplakat do polštáře: „Dobře mi tak, zasloužím si to.“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minule jsme si četli příběh z Kočí zahrady o smrti dědečka kočky Skvrnky a povídali si na toto smutné téma. Snažili jsme se pochopit, že smrt patří k životu a že některé situace nemůžeme ovlivnit. Jiné můžeme ovlivnit my sami – a to tak, že budeme předcházet nebezpečným situacím a starat se o své bezpečí.

Také jsme se pokoušeli najít způsoby, jak podpořit člověka, který prožívá tuto těžkou životní situaci.

### O čem to dnes bude?

Dnešní příběh se jmenuje Závod. Budeme si povídat o tom, co se může stát, když někdo někoho podvede, nejedná čestně (fair play). Zároveň si budeme povídat o tom, proč není dobré lhát a mstít se.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Učit děti otevřené komunikaci a sdělování svých emocí.
- ◆ Dovést děti k uvědomění si toho, že:
  - Je dobré jednat čestně a spravedlivě.
  - Lež má „krátké nohy“.
  - Lež i podvod mohou být pro člověka prospěšné, ale pouze krátkodobě a často jsou spojeny s negativními emocemi a nakonec i se sankcemi.
  - Nečestné jednání, lhaní ohrožuje přátelství.

### 3. Pomůcky

- ◆ Hrací karty (4 prázdné karty + 1 karta se symbolem čtyřlístku)
- ◆ Čistý papír pro každé dítě
- ◆ Pastelky, fixy – jedna pro každé dítě

### TÉMA: Lež, podvod, fair play jednání, pomsta

- ◆ Co to znamená, když se řekne fair play?
- ◆ Stalo se vám někdy, že na vás někdo nastražil nějakou lest, past? Jak vám bylo?
- ◆ Máme právo se někomu posmívat a ponižovat ho jenom proto, abychom se sami vyhnuli nepříjemným problémům?
- ◆ Na čem všem může záviset vítězství v nějakém závodě, soutěži?
- ◆ Zkuste vysvětlit, co znamená slovo pomsta.
- ◆ Myslíte si, že je dobré se mstít?
- ◆ Jaké následky může mít pomsta?

### 4. Příběh číslo 5

Přečíst příběh o tom, jak spolu Snížek a Čertík závodili.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Kdo je opravdovým vítězem závodu?
- ◆ Prospěla lež Snížkovi?
- ◆ Jak se na konci příběhu Snížek cítil?
- ◆ Jak se mohl Snížek zachovat, aby se mohl účastnit všech těch příjemných aktivit (chytání ryb, účast na závodech...)?
- ◆ Jak se mohl zachovat Čertík, když zjistil, jak to doopravdy bylo?

### Aktivita – Lov čtyřlístků:

Navrhněte dětem, ať si zkusí představit, že se ocitly u koček na zahradě. V jednom z rohů této zahrady vždycky vyrůstá jeden čtyřlístek, jen se nikdy neví, v kterém rohu čtyřlístek právě vyroste. Děti se nejdříve procházejí po zahradě (uprostřed místnosti) a po zaznění signálu (písknutí, cinknutí apod.) se rozutečou do libovolného rohu zahrady (místnosti). Z každého ze čtyř rohů

je vyslán jeden zástupce, který si jde vylosovat k pedagogovi kartičku. Vždy nemusí být obsazeny všechny čtyři rohy. Pokud si vylosuje kartičku se symbolem čtyřlístku, všichni žáci v daném rohu si na svůj prázdný papír namalují jeden čtyřlístek. Toto se opakuje cca pětkrát. Vyhrává to dítě, které má na svém papírku namalováno pět čtyřlístků. V průběhu lovení čtyřlístků však pedagog změní pravidla a místo kartičky se symbolem čtyřlístku dá prázdnou kartičku. V tomto kole tedy nikdo nemůže vyhrát čtyřlístek, čímž je znemožněno vyhrát hlavní výhru.

Je dobré hrát do té doby, kdy má některé z dětí čtyři čtyřlístky a poté dát kolo s prázdnou kartičkou, pro umocnění pocitu nespravedlnosti. Lze to provést tak, že se pedagog po 4. kole žáků zeptá, zda se někomu již podařilo sebrat čtyři čtyřlístky.

## Otázky:

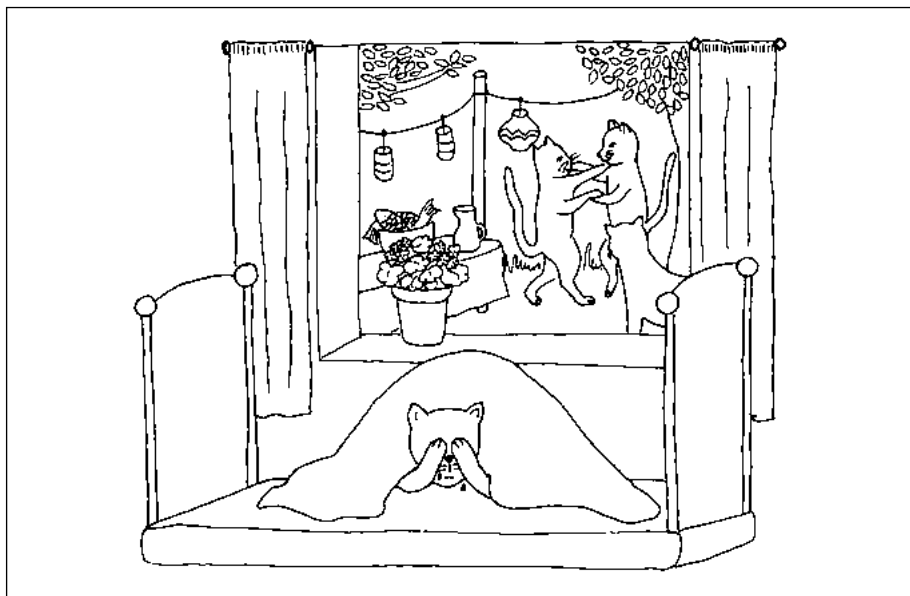
- ◆ Jaké to bylo, lovit čtyřlístky?
- ◆ Na čem konkrétně záviselo získání čtyřlístku?
- ◆ Vymysleli jste si pro sebe nějakou taktiku pro získání co největšího počtu čtyřlístků?
- ◆ Bylo pro vás snadné soutěžit podle pravidel?
- ◆ Napadlo někoho z vás, že byste hráli nefér, například byste si přimalovali nějaký čtyřlístek navíc?
- ◆ Jaké to bylo, když došlo v průběhu hry ke změně pravidel (na žádné kartičce nebyl symbol čtyřlístku)?
- ◆ Jak jste se cítili, když díky změně pravidel i hodně přísně nastaveným pravidlům vlastně nikdo z vás nemohl vyhrát?

## Práce s příběhem

Pro další práci s příběhem jej můžete rozdělit na několik částí, podle toho, kde všude se stalo něco „špatného“. Třídou poté rozdělíte na skupinky podle počtu jednotlivých částí příběhu. Každá skupinka dostane přiřazenou určitou část příběhu a bude mít za úkol v této části najít, co se tam stalo „špatného“ a poté zkusit vymyslet, jak by to mohlo vypadat lépe, aby se nedělo nic nekalého. Na tuto novou variantu příběhu mohou děti sehrát scénku.

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jaké to je, když někdo jedná nečestně ve svůj prospěch a co všechno takové jednání může způsobit. Mluvili jsme o tom, že i když provedeme něco špatného, vždycky se můžeme omluvit a zkusit své chování např. napravit. Zároveň když nám někdo provede něco nepříjemného, můžeme s ním o tom otevřeně mluvit a společně vymyslet řešení, nemusíme se mstít. Pomsta může způsobovat další nepříjemné situace.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

Zprostředkovat dětem pocity pedagoga při změně pravidel v průběhu aktivity Lov čtyřlístků. Vyzdvižení toho, že každá legrace nemusí znamenat pouze zábavu. Pokud je negativně namířena proti někomu, může to být velice nepříjemné. Jaké to bylo pro pedagoga i pro děti, když pedagog nečekaně musel změnit pravidla hry bez jakéhokoli vážnějšího důvodu, čímž bylo také docíleno toho, že při vysvětlování dané aktivity nemluvil pravdu („vždy vyroste jeden čtyřlístek...“ nebylo tedy dodrženo).



## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 6

# PŘÁTELSTVÍ

Fousek, Číča a Míca šli společně rybařit na jezírko, které je na velké zahradě.

„To je krása, že jsme všichni tři spolu,“ raduje se Míca. „Ty, Číčo, se mi líbíš, protože jsi rozhodná a věříš si. A ty, Fousku, protože jsi milý a laskavý.“

„Uvidíme, kdo chytí nejvíce ryb!“ křičí Číča.

Míca hned nahazuje, ale je nepozorná a nevšimne si, že se háček zamotal Číče do ocásku.

„Jsi tak lehkomyšlná a k ničemu! Podívej, co jsi udělala! Nedá se s tebou ani rybařit. Pojď Fousku, jdeme si hrát jinač,“ zlobí se Číča.

Míca zůstala u rybníku sama. „Všechno pokazím, proč jsem tak nemožná, tak k ničemu? Já za to ale nemůžu,“ pláče. „Když tak nad tím přemýšlím, co kdybych zašla za Siamem a řekla mu o jeho magický lektvar? Ten přece, podle Siama, řeší všechny problémy. Teď si ale vzpomínám, že když se Pantoflíček lektvaru napil, nic se nestalo. Dosáhl jen toho, že dostal nakládačku. Nejlepší asi udělám, když se vrátím domů,“ přemýšlí Míca.

Odpoledne se Míca potkala s Číčou a Fouskem na malém dvorku. „Ahoj Číčo, omlouvám se ti za dnešní ráno. Jestli si se mnou budete hrát, dám vám své barevné kuličky.“

Číča se ale nechce o kuličky dělit s Fouskem, odvede proto Mícu stranou a říká: „Ahoj Fousku, už si s tebou nemůžeme hrát, musíme se jít postarat o mé malé sestřičky. Pojď, Míco, jdeme.“

Fousek se v tu chvíli cítil velice špatně. „To jsou ale sobecké kočky,“ přemýšlí.

Později odpoledne se všichni znovu potkali na malém dvorku. „Ahoj Fousku,“ říká Míca, „zlobíš se?“

„Jestli se zlobím? Vykašlali jste se na mě a nechali jste mě tu samotného. Co je to za chování?“

„Vy jste mě taky nechali dnes ráno u rybníčku samotnou, a přesto jsem vám odpustila. Pojď, usmíříme se. Je to přece tak hezké, když si spolu můžeme hrát všichni dohromady,“ říká Míca.

„Mícinu kuličky stačí pro nás všechny. Nejdříve upravíme důlek v zemi a pak můžeme hrát,“ navrhuje Číča.

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

V minulém příběhu jsme si četli o tom, jak Snížek s Čertíkem proti sobě závodili. Snížek vyzval Čertíka na souboj v běhu, i když ho prozatím Čertík vždycky porazil. Tentokrát však Snížek na Čertíka nastražil past, kvůli níž Čertík upadl, zranil se a závod tak vyhrál Snížek. Čertík se však dozvěděl o Snížkově lsti a rozhodl se mu pomstít. Řekl tedy Mourkovi, že ho Snížek v souboji porazil. Díky tomu byl Snížek nominován na souboj v běhu na zahradních hrách. Aby se vyhnul ponížení z prohry, předstíral zranění. Díky tomu však přišel o řadu dalších příjemných aktivit – chytání ryb, účast na zahradních hrách.

Co Snížek Čertíkovi při závodě provedl?

Jak se zachoval Čertík, když se to dozvěděl?

Co všechno musel Snížek udělat, aby se nikdo o jeho lsti nedozvěděl?

## O čem to dnes bude?

Dnes si budeme číst o tom, jak si Míca, Číča a Fousek společně hráli, rybařili a cvrnkali kuličky.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Dovést děti k uvědomění si toho:
  - Co je to přátelství,
  - Co je v přátelství důležité.
- ◆ Zprostředkovat dětem, jak se cítí člověk, který je vyčleněn z kolektivu.
- ◆ Učit děti, jak se zachovat v situacích, kdy jsou ony samy či někdo jiný vyčleňován a odstrkován ostatními.

## 3. Pomůcky

- ◆ Párové kartičky s obrázky zvířat (mohou si je děti namalovat samy)

## TÉMA: Přátelství, vyčlenění z kolektivu

- ◆ Co je to přátelství?
- ◆ Co se vám líbí × nelíbí na vašich přátelích, kamarádech?
- ◆ Stalo se vám někdy, že jste někde moc chtěli být s ostatními, ale z nějakého důvodu to nebylo možné? Jak vám bylo?
- ◆ Co byste poradili někomu, s kým se nikdo nechce kamarádit?

## 4. Příběh číslo 6

Přečíst příběh o přátelství Míci, Číči a Fouska.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Jsou tyto tři kočky přátelé?
- ◆ V příběhu je jejich přátelství ohroženo. Z jakého důvodu?
- ◆ Jaké pocity zažívá Míca a Fousek, když si s nimi ostatní kočky nechtějí hrát?
- ◆ Měli jste někdy podobný problém? Jak jste se zachovali?
- ◆ Co napadlo Mícu, když zůstala u rybníka sama?
- ◆ Proč si nakonec magický lektvar nevzala?
- ◆ Jak se podařilo, že si pozdě odpoledne už všichni hráli opět společně?
- ◆ Ke které z těchto tří koček byste se přidali a proč? (Na tuto otázku lze vytvořit diskusní skupinky a vést diskusi, proč si ta která skupinka vybrala právě tuto kočku, co si o tom myslí ostatní skupiny apod.)

### Aktivita – Hledání zvířátek:

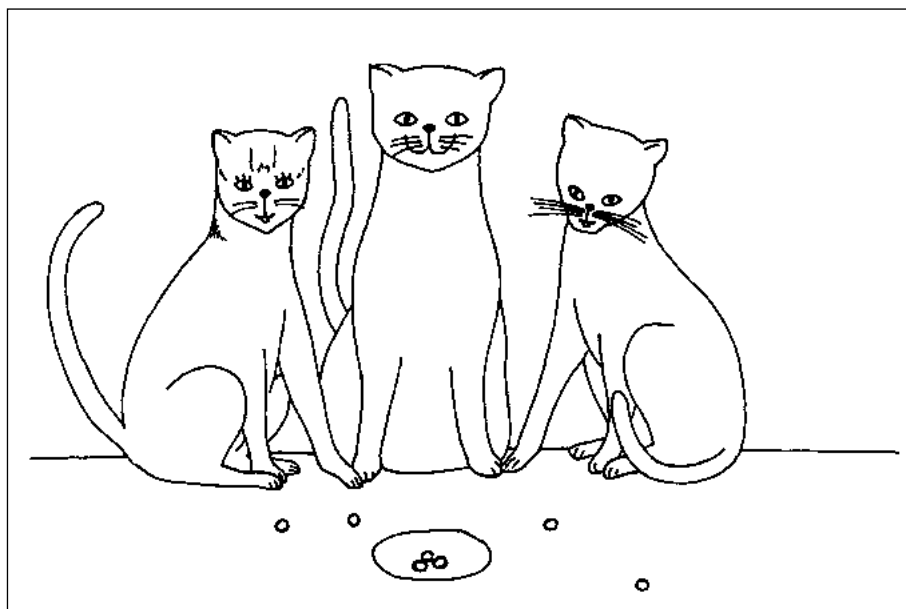
- ◆ Práce v celé skupině, práce ve dvojici.
- ◆ Každý ze třídy si vylosuje jednu kartičku s obrázkem zvířete. Kartička patří jenom jemu, nikomu ji nesmí ukazovat. Když si všechny děti své kartičky prohlédnou, budou pouze pomocí zvuků daného zvířete hledat stejné zvíře, aby mohly dohromady vytvořit dvojici. U této aktivity se nemluví, mohou být slyšet pouze zvuky zvířat.
- ◆ Dvě kartičky však budou pouze jedenkrát, nebude možné se tedy spárovat. Dvě děti tak zůstanou samy, nebudou moci najít svou dvojici.

### Otázky:

- ◆ Jak jste se cítili jakožto ti, kteří si nenašli druhého člena dvojice?
- ◆ Proč si myslíte, že nebyli dva vaši spolužáci v žádné dvojici?
- ◆ Jak jste se cítili vy ostatní? Chtěl jste jim někdo pomoci?
- ◆ Proč si myslíte, že jsme tuhle hru hráli?
- ◆ Napadá vás, jestli se to, co jsme tu teď hráli, nějak podobá našemu příběhu? A jak?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jaké to je, když se stane, že se s námi nikdo nechce kamarádit. Mluvili jsme o tom, co je pro nás v přátelství důležité a jak bychom nechtěli, aby se k nám naši přátelé chovali. Zároveň jsme si povídali o tom, jak je důležité otevřeně s přáteli mluvit o tom, co bychom potřebovali, chtěli, co se nám líbí, ale i nelíbí. Pokud o tom s nimi nebudeme mluvit, může se stát, že je to vlastně vůbec nenapadne.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Velmi citlivě přistupovat k výběru dobrovolníků pro hru.
- ◆ Otevřeně odmítat chování, které někoho jiného ponižuje, vyčleňuje.
- ◆ Podporovat vědomí, že v každém z nás je něco dobrého, že každý z nás je pro něco výjimečný.
- ◆ Podporovat přátelské a otevřené vztahy v kolektivu.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 7

# ŠPATNÝ VTIP

Čertík, Fousek, Zrzka, Číča a Drápek se sešli na zdi, která odděluje malý dvorek od velké zahrady. Starouš spal na zahradě ve stínu dubu. Čertík nemá Starouše moc rád, protože všem pořád jen nadává. „Uděláme si ze Starouše legraci,“ navrhuje.

„Pojďte, postříkáme ho hadicí!“ volá Drápek.

Fousek s tím ale nesouhlasí. „Váš žert je krutý. Chudák Starouš!“

„Já s tím také nesouhlasím,“ vstává rozzlobená Zrzka. „Stydím se za vás a odcházím.“

Čertík se začal Fouskovi posmívat. „Ty jeden strašpytle! Tady máš hadici. Dělej! Postříkej ho, jen trochu. Tak jako tak, nikdy nezjistí, kdo to udělal.“

„Tak dobře,“ řekl Fousek. Vzal hadici a stříkl na Starouše. Když chtěl utéct, ve spěchu zakopl a spadl na zem.

Mokrý a rozzlobený Starouš mu dal pořádný výprask a nechal ho na zemi naříkat. „Nechci tě tu celý týden ani vidět. Rozuměl jsi mi?!“

Fousek vyskočil na zeď, aby si olízal rány. Zrzka zatím s celou partou radostně pobíhala po zahradě a všichni dělali kotrmelce.

Mourek vyskočil na zeď za Fouskem a sedl si vedle něj. Fousek naříkal. „Jsem to ale osel! Poslechl jsem ty dva zlobivce, Drápka s Čertíkem a dostal jsem místo nich výprask. Zrzka, která s jejich nápadem nesouhlasila a nenechala se od nich přesvědčit tak jako já, odešla, a přitom nepřišla o jejich přátelství. Podívej se na ně, všichni si společně hrají, jako by se vůbec nic nestalo!“ stěžuje si Fousek.

„No, vidíš to,“ řekl Mourek, „pochopil jsi, kde jsi udělal chybu?“

„Myslím, že ano. Dovolil jsem jim, aby mě přesvědčili udělat něco, s čím jsem nesouhlasil.“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

V minulém příběhu jsme si četli o tom, jak si Míca, Číča a Fousek společně hráli, rybařili a cvrnkali kuličky. Vzpomínáte si, co Číča udělala Míce a Fouskovi?

Číča se nejdříve rozzlobila na Mícu, že jí nedopatřením zamotala při rybaření háček do ocásku, a už si s ní potom nechtěla hrát. Odešla si hrát pouze s Fouskem. Později odpoledne, když se všichni tři potkali na dvorku, se Míca Číče omluvila a nabídla jim své barevné kuličky, když si s ní opět budou hrát. Číča však chtěla barevné kuličky pro sebe, proto si šla hrát pouze s Mícou a Fousek zůstal sám.

Co napadlo Mícu, když zůstala u rybníka sama?

Proč si nakonec magický lektvar nevzala?

Jak se podařilo, že si pozdě odpoledne už všichni hráli zase spolu?

## O čem to dnes bude?

Dnes si budeme povídat o tom, jak se Fousek nechal přemluvit od ostatních, a co se potom stalo.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Dovést děti k uvědomění si toho, že:
- ◆ Můj názor je stejně hodnotný jako názor ostatních.
- ◆ Nemusím přistoupit na něco, s čím nesouhlasím jen proto, že mě k tomu ostatní přemlouvají.
  - Když udělám to, co chtějí ostatní, nezaručí mi to jejich přátelství.
  - Každý si nese následky svého chování a rozhodnutí sám.

## 3. Pomůcky

- ◆ Nastříhané prázdné lístky papíru pro každé dítě
- ◆ Tužky
- ◆ Klobouk nebo krabička na losování lístků papíru



## **TÉMA: Tlak skupiny, obhájení svého názoru**

- ◆ Stalo se vám někdy, že vás někdo k něčemu přemlouval?
- ◆ Jaké to pro vás bylo?
- ◆ Podle čeho se rozhodujete, když si máte vybrat mezi několika možnostmi?
- ◆ Zažili jste někdy, že vás někdo přesvědčil k něčemu, co jste nejdřív vůbec nechtěli udělat?
- ◆ Co se potom stalo? Jak vám potom bylo?

### **4. příběh číslo 7**

Přečíst příběh o Fouskovi, jak se nechal přemluvit.

### **PRÁCE S DĚTMI**

- ◆ Proč se Čertík Fouskovi posmíval?
- ◆ Proč si myslíte, že se Fousek nechal přemluvit k tomu, aby postříkal Starouše vodou?
- ◆ Jak se zachovaly ostatní kočky, když Fousek postříkal Starouše?
- ◆ Co myslíte, že by se stalo, kdyby Fousek odmítl Starouše postříkat?

### **Aktivita:**

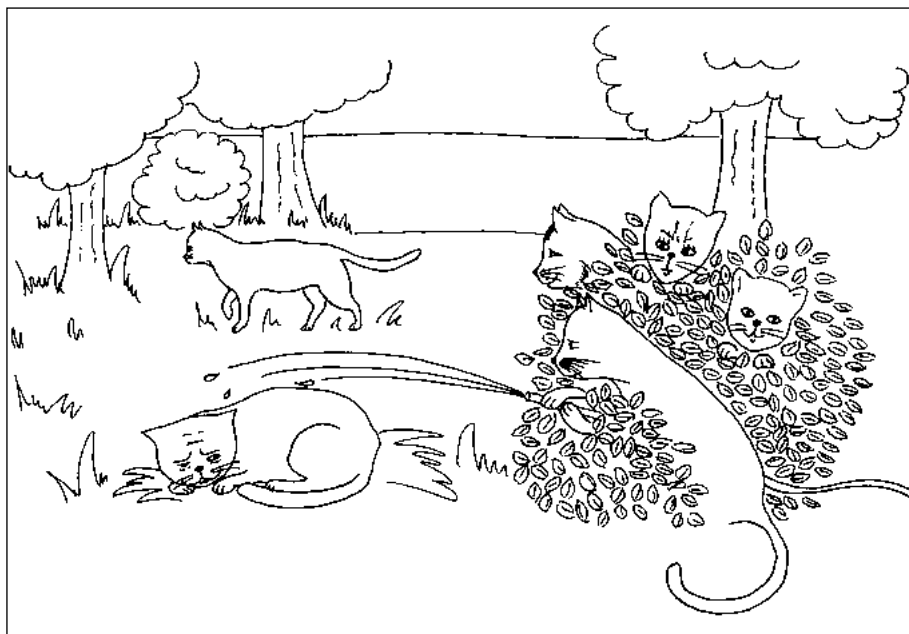
- ◆ Každé dítě se zkusí zamyslet, kdy koho k něčemu přemlouvali, k nějaké „lumpárně“. Jednu situaci poté krátce napíše na prázdný lísteček a hodí do klobouku (krabičky).
- ◆ Vyberte z dětí 4–6 dobrovolníků.
- ◆ 2–3 dobrovolníci budou „přemlouvači“ a ostatní 2–3 dobrovolníci budou „přemlouvaní“. „Přemlouvači“ si za dveřmi vytáhnou lísteček s konkrétní situací, ke které budou „přemlouvaní“ přemlouvat. Po návratu zpět do třídy dojde k sehrání scénky, kdy se jeden „přemlouvač“ bude snažit jednoho z „přemlouvaných“ přemluvit. (Tyto dvojice mohou být předem stanoveny losem.) Ostatní ve třídě budou mít za úkol pozorně sledovat, co se děje.

## Otázky:

- ◆ Jaké to bylo, někoho přemlouvat k „lumpárně“?
- ◆ Co pomohlo k tomu, že ses nechal přemluvit? × Co pomohlo k tomu, že ses nenechal přemluvit?
- ◆ Co jste viděli vy ostatní? Co lidi vede k tomu, že se nechají přemluvit k nějaké lumpárně, legráccce? Co naopak lidem může pomoci, aby se přemluvit nenechali a stáli si za svým názorem? Proč si myslíte, že lidé někoho přemlouvají k nějaké lumpárně?
- ◆ Líbí se vám vtipy, legrácky?
- ◆ Kdy si myslíte, že není dobré dělat si legraci?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jaké to je, když se někdo nechá přemluvit k něčemu, co se mu nelíbí, co nechce. Je dobré myslet na to, že každý má svůj vlastní názor, který nemusí být stejný jako názor ostatních, ale je stejně hodnotný. Když se přizpůsobím ostatním a udělám to, co po mě chtějí, nezaručí mi to jejich přátelství. Pokud se člověk k něčemu rozhodne, je za své rozhodnutí zodpovědný sám a sám také nese jeho následky. Legrace je moc fajn, když nikomu neublíží, nikoho neponižuje.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Přijetí názoru a pohledu každého žáka.
- ◆ Vyzdvižení toho, že každá legrace nemusí znamenat pouze zábavu.  
Pokud je negativně namířena proti někomu, může to být velice nepříjemné.
- ◆ Citlivý výběr dobrovolníků.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 8

# KDYŽ SI POMÁHÁME, JDE TO LÍP

Dnes je na malém dvorku velký rozruch. „Za pár dní dorazí z velké dálky náš vzácný host, moje příbuzná. Je až z Persie a jmenuje se Chalima,“ říká Mourek. „Proto vám teď svěřím velmi zodpovědnou práci. Je potřeba, abyste na počest jejího příjezdu uklidili a svátečně vyzdobili celou zahradu.“

„Co přesně tedy máme udělat?“ vyzvídá Skvrnka.

„Kočky budou zkrášlovat cestičky v zahradě a kocouři upravovat štěrk v průjezdu. Ty, Čertíku, vytrháš plevel.“

„Samozřejmě,“ řekl Čertík, „jsem velmi rychlý při práci a budu hotov dříve, než se setmí.“

„Tak do toho! Všichni do práce.“

Čertíka po chvilce rozbolí záda. „Teď, když nad tím tak přemýšlím, chvilku bych si mohl odpočinout ve stínu pod dubem.“

„Co to děláš, Čertíku? Ty už nepracuješ?“ ptá se nervózně Snížek. „Koukej, sluníčko už začíná zapadat.“

„Buď v klidu, jsem dost rychlý a dokončím všechno ještě dřív než ty. Hleď si své práce a nestrkej do všeho nos.“

Všichni svou práci dokončili a odešli, jen trávník zůstal plný listí a plevele. „Co si teď počnu?“ naříká Čertík. „Už je tma a já svou práci nestihnu dokončit. Udělám špatný dojem na Mourka.“

Zrovna jde okolo Siam. „Jé, ahoj, Čertíku, máš nějaký problém? Připadáš mi nějak smutný.“

„Nestihl jsem dodělat svou práci. Co si o mně zítra pomyslí Mourek a ostatní? Co mám dělat?“

„Už na to nemysli,“ říká Siam. „Napij se trochu z mého magického lektvaru a zapomeň na všechny své starosti.“

„Zapomenu?“ přemýšlí Čertík. „Ano, to je přesně to, co potřebuji. Zapomenout.“

Druhý den se Čertík probudil až pozdě odpoledne. Bolela ho hlava, nemohl se na nic soustředit a špatně se mu přemýšlelo. „Jéé, už si vzpomínám, musím dokončit úklid.“

Když přiběhl na trávník, zůstal překvapeně stát. Všechno je krásně čisté. Je jako opařený. Vtom vidí přicházet Fouska a Skvrnku.

„Koukejte,“ křičí Čertík z plných plic. „Všechno to udělal Siamův magický lektvar! Je opravdu kouzelný.“

Fousek a Skvrnka málem praskli smíchy. „Ty jsi tak hloupý, Čertíku, jaký lektvar? My dva jsme to dokončili za tebe. Slyšeli jsme, že ses bál, že uděláš špatný dojem na Mourka, tak jsme ti chtěli pomoci.“

„Já jsem ale osel! Měl jsem požádat o pomoc vás a ne Siama. Moc vám, kamarádi, děkuji, nikdy vám to nezapomenu.“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minulý příběh byl o tom, jak se nechal Fousek přemluvit k lumpárně.

Fousek se nechal přemluvit k tomu, aby postříkal Starouše hadicí, i když to původně vůbec udělat nechtěl. Protože Fousek upadl, Starouš hned zjistil, kdo ho postříkal, na Fouska se velmi rozzlobil a na týden ho vyštval ze zahrady. Ostatní kočky si ale mohly dál na zahradě dovádět.

Kdo Fouska k lumpárně přemluvil?

Co si nakonec Fousek uvědomil a kdo mu k tomu pomohl?

## O čem to dnes bude?

Dnes si přečteme příběh o tom, jak kočky společně uklízely zahradu, aby byla krásná, protože očekávají návštěvu vzácného hosta.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Dovést děti k uvědomění si toho, že:
- ◆ Nemusím být na všechno sám, mohu si říci o pomoc.
- ◆ Požádat o pomoc ostatní není ostuda.
  - Existují lidé v našem okolí, na které se můžeme obrátit s žádostí o pomoc.
  - Každý z nás je při řešení svých úkolů jinak rychlý.
- ◆ Učit děti rozlišit, na koho se mohou obrátit s žádostí o pomoc a v jakých situacích.
- ◆ Učit děti požádat o pomoc.
- ◆ Nechat děti zažít si pocit, že v některých situacích je skupinová práce velkou výhodou.
- ◆ Učit děti konstruktivnímu řešení problémů.

### 3. Pomůcky

- ◆ „Umělé kameny“ vytvořené z velkých papírů nebo z molitanu apod.

### TÉMA: Spolupráce, řešení problémů

- ◆ Stalo se vám někdy, že jste dostali úkol, který jste nemohli vyřešit či se vám nechtělo řešit (lze uvádět konkrétní příklady)?
- ◆ Co byste poradili někomu, kdo by se dostal do podobné situace?
- ◆ Na koho byste se obrátili, kdybyste potřebovali pomoci?
- ◆ Co byste udělali, kdybyste chtěli zapomenout na něco nepříjemného?
- ◆ V kterých situacích se vyplatí spolupracovat?
- ◆ V kterých situacích je lepší pracovat samostatně?
- ◆ Zkuste vymyslet výhody a nevýhody spolupráce ve skupině (lze provést pomocí skupinové práce).

### 4. Příběh číslo 8

Přečíst příběh o kočkách, jak uklízely zahradu.

### PRÁCE S DĚTMI

- ◆ Udělal Čertík dobře, když se napil magického lektvaru?
- ◆ Proč se vlastně Čertík lektvaru napil?
- ◆ Proč Fousek se Skvrnkou uklidili zahradu za Čertíka?
- ◆ Proč si myslíte, že ostatní kočky stihly udělat svou práci včas?

### Aktivita – Přejít do bažiny:

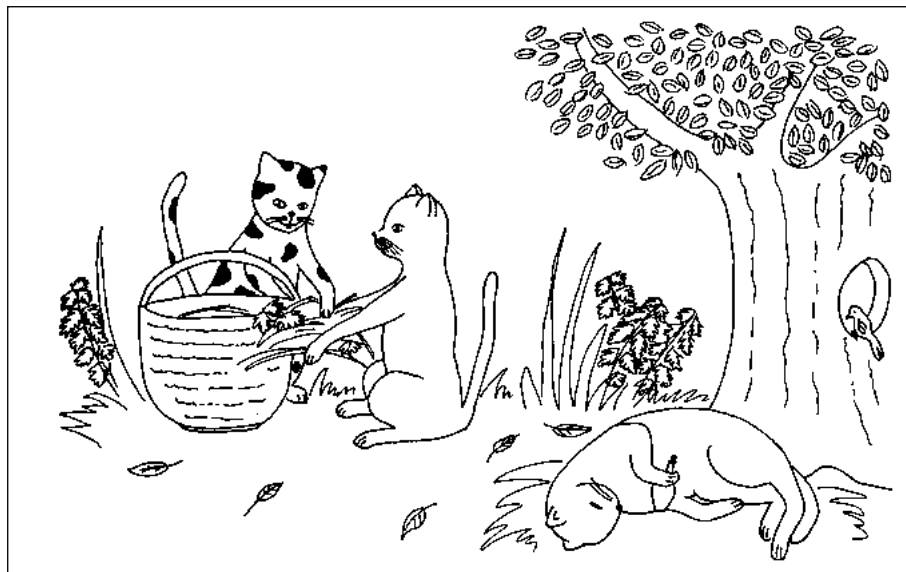
- ◆ Pracuje celá třída.
- ◆ Motivace dětí na začátku aktivity – např.: Představte si, že na zahradě hodně přšelo, celá zahrada se promáčela a stala se z ní velká bažina. Vy se ale musíte dostat na druhou stranu zahrady. Zkusíte tedy tu bažinu přejít.
- ◆ Pro přechod bažiny (místnosti) budou mít děti k dispozici „umělé kameny“. Počet kamenů závisí na velikosti dané třídy (tip: počet kamenů = polovina dětí ve třídě). Mohou se pohybovat pouze po kamenech. V případě, že někdo z dětí stoupne vedle kamene, jeden kámen je odebrán. Před začátkem aktivity nechat dětem pár minut na domluvení strategie pro přechod bažiny.

## Otázky:

- ◆ Jak se vám podařilo bažinu přejít? × Co se stalo, že se vám nepodařilo bažinu přejít?
- ◆ Co by se stalo, kdybyste si vzájemně nepomáhali?
- ◆ Jakou jste vymysleli strategii?
- ◆ Jak se vám dařilo společně se na strategii domluvit?
- ◆ Je něco, co byste teď na své strategii změnili?
- ◆ Je něco, co byste udělali jinak, kdybychom to zkusili ještě jednou?
- ◆ Jak by se mohlo stát, že by jiná skupinka dětí bažinu nepřešla? × Jak by se mohlo stát, že by jiná skupinka dětí bažinu přešla?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jak je dobré vzájemně spolupracovat a pomáhat si. Každý z nás umí dobře něco jiného a každý z nás je šikovný na jiné věci. Pokud si s něčím nevím rady nebo se mi něco nedaří, jsou kolem mě ostatní, na které se mohu obrátit o pomoc; nemusím vše umět a zvládnout sám. Zároveň je dobré to zkusit, abych zjistil, jestli od ostatních pomoc potřebuji, nebo nepotřebuji. Když chci zapomenout na něco nepříjemného, mohu zkusit dělat věci, které mě baví, nebo si o tom mohu s někým popovídat. Vždy je více možností, jak se dá nepříjemná situace vyřešit, záleží jen na nás, kterou si vybereme s ohledem na to, co dané řešení může přinést.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Podpora vzájemné spolupráce a komunikace.
- ◆ Poukázání na více možností řešení nepříjemných situací.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.



## Lekce 9

# JAK FOUSKA BOLELO BŘÍŠKO

Míca a Fousek měli dokončit přípravy k příjezdu Chalimy, ale po Fouskovi nebylo ani vidu ani slechu. Míca ho hledala snad úplně všude. Jenže po Fouskovi jako by se slehla zem. Nakonec ho našla, jak seděl schovaný ve křoví. Měl matný kožíšek a opuchlá očka.

„Co se s tebou děje, Fousku? Čekala jsem na tebe na zahradě, abychom dokončili přípravy – a ty nikde.“

„Nemůžu vstát, necítím se dobře. Motá se mi hlava a světlo do očí mi nedělá dobře,“ naříkal Fousek.

„Utíkám požádat o pomoc Zrzku. Ona vždycky ví, co má dělat.“

Zrzka si hrála na malém dvorku společně s Drápkem. „Rychle, pojdte za mnou, Fouskovi je špatně. Musíme něco udělat!“ volá Míca.

„Můžeme poprosit o pomoc Siama. On přece má zázračné léky a určitě by nám pro Fouska nějaký dal,“ navrhuje Drápek.

„Co to říkáte za nesmysly?“ zlobí se Zrzka. „Tady je zapotřebí doktora. Zním někoho, kdo bydlí u obchůdku, hned jak se vyjde ze dvorku. Je to kočí doktor, běžím pro něj.“

Doktor Fouska pozorně vyšetřil. „Je to vážné, doktore?“ ptá se netrpělivě Míca.

„Ale ne, můžete se uklidnit. Je to obyčejné bolení břicha. Fousek je asi velký jedlík, co? Dejte mu tento lék třikrát denně a pečlivě si přečtete dávkování. Vše je popsáno tady v návodu.“

Míca dala Fouskovi lžičku léku a Zrzka ji poprosila: „Schovej ten lék někam vysoko, ať na něj nedosáhnou malá kořata.“

Mezitím přišel Mourek. „Výborně, holky! Udělaly jste moc dobře, že jste okamžitě zavolaly doktora. Musíte pozorně a pečlivě dodržovat návod k užívání léku, který jste dostaly od doktora. Zítra už bude Fouskovi určitě lépe,“ pochválil je Mourek.

„Opatruj se a dávej na sebe pozor, Fousku!“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minulý příběh byl o tom, jak kočky společně uklízely zahradu, aby vypadala hezky, když za nimi přijede na návštěvu Chalima až z daleké Persie. Vzpomínáte si, co se stalo s Čertíkem?

Čertík byl unavený, šel spát a po probuzení zjistil, že je tma a nestihne udělat svou práci. Siam mu dal napít lektvaru, aby mu šla práce rychle od ruky. Čertík si ale po probuzení vůbec nic nepamatuje. Ráno uviděl, že je vše uklizeno, myslel si, že to způsobil Siamův lektvar. Ale ve skutečnosti to místo něj udělali Fousek a Skvrnka, zatímco Čertík spal.

Proč nemohl uklízet s ostatními?  
A kdo to za něj udělal?

## O čem to dnes bude?

Dnes si budeme povídat o tom, jak Fouska bolelo břicho a co by se stalo, kdyby dostal špatný lék.

## 2. Konkrétní cíle

Uvědomit si, že:

- ◆ Každá nemoc potřebuje speciální léčení i lékaře – odborníka.
- ◆ Ordinovat a podávat léky mohou pouze osoby, které jsou k tomu určeny.
- ◆ Léky se nesmí užívat bez přečtení návodu.
- ◆ Nikdy se nesmí užívat léky, které jsou určeny pro někoho jiného.

## 3. Pomůcky

- ◆ Příbalový leták nějakého léku
- ◆ Přehled některých specializovaných lékařských oddělení + čím se zabývají

## TÉMA: Nemoc, užívání léků, dávkování

- ◆ Jak to vypadá, když jste nemocní? Jak se to projevuje?
- ◆ Kdo o vás pečuje a jak se o vás stará?
- ◆ Může nemocného člověka léčit i někdo jiný než pan doktor/paní doktorka?
- ◆ Jaký je rozdíl mezi léčením od lékařů a léčením od léčitelů (magická kouzla, zařikávání, bylinky)?

- ◆ Můžete si sami naordinovat a vzít potřebný lék?
- ◆ Víte, kde máte doma uložené léky?
- ◆ Užíváte vy sami nějaké léky?
- ◆ Znáte někoho, kdo užil jiné léky než ty, které má předepsané a z toho onemocněl?
- ◆ Co jsou nežádoucí účinky (např. při užívání některých léků se nesmí chodit na sluníčko, jinak může být vyrážka atd.)?

## 4. Příběh číslo 9

Přečíst příběh o Fouskovi, jak ho bolelo břicho

### PRÁCE S DĚTMI:

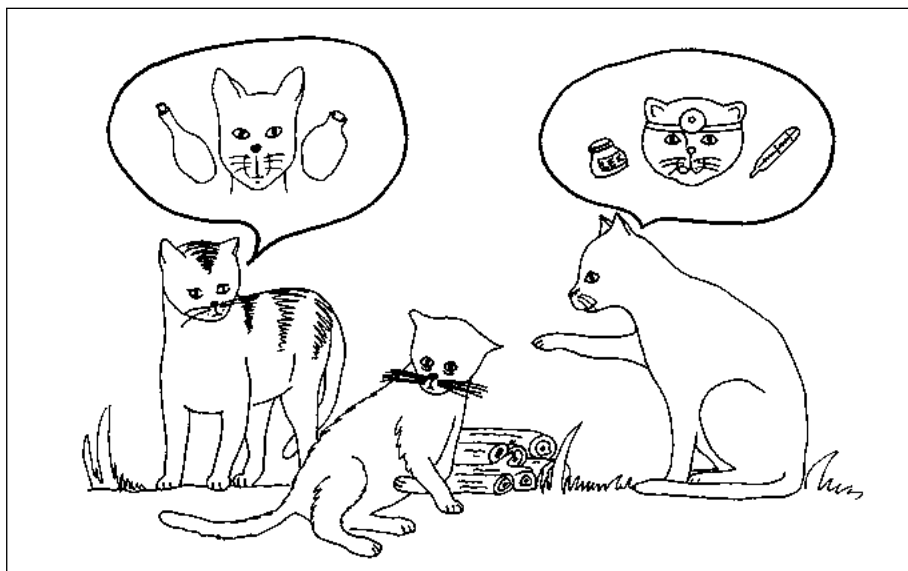
- ◆ Rozdělit děti do skupin po 4–5 členech, které společně odpovídají na otázky.
- ◆ Proč Zrzka nechtěla zavolat na pomoc Siama s magickým lektvarem?
- ◆ Co by se mohlo stát, kdyby se Fousek napil magického lektvaru?
- ◆ Co udělal doktor, když přiběhl za Fouskem?
- ◆ Z čeho Fouska bolelo břicho?
- ◆ Do každé skupiny dát příbalový leták:
  - K čemu to je?
  - Co se z toho dá vyčíst?
  - Je tam psané užívání?
  - Kdo by si to měl přečíst?
- ◆ Jaké druhy nemocí znáte a kde se dají léčit?
- ◆ Co znamená, když se řekne, že lékař určí diagnózu?
- ◆ Jaké typy léků znáte (tabletky, sirup, injekce, mastičky)?
- ◆ Kde se dají léky koupit?
- ◆ Prodají vám je jen tak, nebo k tomu něco potřebujete?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jak je důležité užívat na nemoc ty správné léky a dodržovat přesné dávkování. Pokud byste jich užili víc, než lékař předepíše, mohli by se vám ještě přitížit. Rozhodně by to nepomohlo a neurychlilo průběh nemoci.

U každého léku je příbalový leták, ve kterém je napsáno, z čeho je lék složen, jaké je doporučené dávkování, na co se lék užívá, kdo ho nesmí užívat a jaké se mohou objevit nežádoucí účinky.

Léky lze koupit pouze v lékárně, a to na lékařský předpis. Některé jsou dostupné i volně, např. léky na nachlazení.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Důraz na to, že před použitím léku je důležité přečíst příbalový leták.
- ◆ Potřeba užívat jen doporučené množství.
- ◆ Na každou nemoc je jiný lék a diagnózu určuje lékař – odborník.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 10

# JAK SE DRÁPEK MÁLEM OTRÁVIL

Drápek celý den tvrdě pracoval pod žhavým sluncem. Čistil cestičky a zastříhával živý plot kolem trávníku. Z celodenního pobytu na sluníčku ho teď strašlivě rozbolela hlava.

Naříkal si: „Běda mi, běda, praskne mi hlava. Za chvíli začíná fotbalový zápas, který máme každý týden, a já jako brankář tam nemůžu chybět. Na chvíli si lehnu a nebudu nic dělat, snad mě to přejde.“

Po chvilce odpočinku ale zjistil, že to nepřechází. „Poběžím domů vzít si tatínkův lék na bolest hlavy. Pro jednu. Co zlého se mi může stát?“ uvažoval Drápek.

„Hele, jak vysoko to tatínek schoval? Proč asi? Píší tady – jeden prášek dvakrát až třikrát denně. Vezmu si jich celou hrst, tak mě určitě přestane bolet hlava dřív.“

Už už se schylovalo k začátku zápasu. Všechny kočky se sešly na trávníku, aby mohly fandit a povzbuzovat. Brankáře Drápkovi ale nebylo nikde vidět.

„Jak budeme hrát bez brankáře?“ špitl neklidně Fousek.

„Jdu se po něm podívat,“ řekl Čertík.

„Myslíte, že usnul a zapomněl, že máme dnes hrát?“ divili se ostatní.

Čertík mezitím doběhl k Drápkovi domů. „Drápku, probud se, vzbud se, ty lenochu! Čekáme na tebe, abychom mohli začít hrát. Drápku, vstávej, slyšíš mě?“ strachuje se Čertík.

Drápek měl zježený kožíšek a oči mu zbělaly. Vypadá to, že je mu hodně zle, pomyslel si Čertík a rozběhl se pro doktora.

„Doktore, rychle za mnou! Drápkovi je zle! Je tam i nějaká lahvička od léků na bolest hlavy.“

Doktor byl u Drápkovi co by dup. „Bože můj, je to prázdné. Okamžitě musíme do nemocnice!“ Doktor vypadal velmi vážně. „Je potřeba Drápkovi vypláchnout žaludek. Nesmíme ztratit ani minutu!“

Drápek se probudil až v nemocničním pokoji. První, koho uviděl, byl doktor.

„Doktore, co se děje, co mi je?“ ptal se Drápek. „Neumřu, že ne?“

„Víš, čemu jsi unikl?“ říká doktor vážným hlasem. „Opravdu jsi mohl umřít. Ty nevíš, že se užívají jen léky předepsané lékařem a ve správném dávkování? Tuto nerozvážnost jsi mohl zaplatit životem!“ zlobí se doktor.

„Máš pravdu, doktore, zachoval jsem se velmi hloupě. Navždy si budu pamatovat, co se mohlo stát. Měl jsem takový strach, že umřu a že už nikdy nevidím ostatní kamarády! Děkuji za pomoc!“

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minulý příběh byl o tom, jak se Fousek přejechl a pak ho z toho bolelo břicho. Míca ho našla doma a utíkala za ostatními pro pomoc. Chtěli požádat Siama o kouzelný lektvar, ale Zrzka to nedovolila. Utíkala pro doktora, který Fouska prohlédl, předepsal mu léky na bolavé břicho a Fouskovi pak už bylo dobře.

Proč Zrzka nechtěla, aby Fousek dostal od Siama magický lektvar?  
Co Fouskovi pomohlo, aby se uzdravil?

## O čem to dnes bude?

Dnes si přečteme příběh o Drápkovi, který si sám vzal tatínkovy léky na bolest hlavy, a málem to s ním špatně dopadlo. Nebýt rychlého zásahu doktora a kamaráda Čertíka, mohl i umřít.

## 2. Konkrétní cíle

Zapamatovat si, že:

- ◆ Není možné vzít si lék sám bez porady s někým dospělým.
- ◆ Není možné užít větší dávku, než je doporučeno lékařem nebo je uvedeno v příbalovém letáku.
- ◆ Nesprávné užití léků může způsobit i smrt.

Vyzkoušet si:

- ◆ Jak je těžké odhadnout tu správnou míru.

## 3. Pomůcky

- ◆ Dřevěné špejle pro každé dítě (raději několik)
- ◆ Kostky na stavění věže, komínu

## **TÉMA: Správné dávkování léků, otázka smrti, správná míra**

- ◆ Byl někdo z vás v nemocnici?
- ◆ Jen na návštěvě, nebo i hospitalizovaný?
- ◆ Byli jste někdy sami doma a stalo se něco, s čím jste si nevěděli rady?
- ◆ Jak jste to řešili?
- ◆ Když jste nemocní, kdo vám podává léky?
- ◆ Dávali jste vy sami někdy někomu léky?
- ◆ Co se stane, když najednou spolknete více léků, než je předepsáno? Uzdravíte se rychleji? Co to může způsobit?
- ◆ Co je vyplach žaludku? Kdo ho může udělat a proč se dělá?

### **4. Příběh číslo 10**

Přečíst příběh o Drápkovi, jak spolykal tatínkovy léky a málem ho to stálo život.

### **PRÁCE S DĚTMI:**

#### **KOSTKY – hra ve skupinkách**

- ◆ Práce v týmu (4–5 členů).
- ◆ Postavit komín do takové výšky, aby nespádl.
- ◆ Je potřeba, aby se všichni členové skupinky domluvili na správné výšce.
- ◆ Lze to pojmout i jako soutěž – vyhrává ten tým, kterému se podaří postavit nejvyšší komín.

#### **Otázky**

- ◆ Jak se vám dařilo domluvit na tom, kolik kostek na sebe můžete postavit, aniž by stavba spadla?
- ◆ Stavěli jste všichni, nebo jen jeden člověk za celý tým?
- ◆ Kdo rozhodl, jestli už je to ta nejvyšší možná výška, nebo můžete přidat ještě jednu kostku?
- ◆ Jak jste se cítili, když komín spadl?
- ◆ Jak jste se cítili, když komín zůstal stát?
- ◆ Co jste cítili při přidání další kostky?

## ŠPEJLE – hra pro jednotlivce

- ◆ Každý žák dostane dřevěnou špejli.
- ◆ Má za úkol ohnout ji tak, aby co nejvíc vytvořila most, ale pozor – nesmí prasknout.
- ◆ Je těžké odhadnout správnou míru, kdy je ještě možné ohýbat.
- ◆ Hranice mezi „akorát“ a „moc“ je nepatrná.

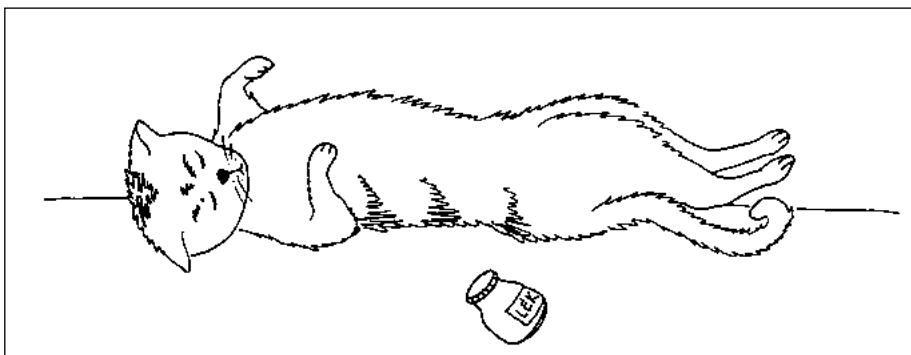
## Otázky

- ◆ Jak se vám podařilo odhadnout tu správnou míru, aby se špejle nezlomila a přitom byla ohnutá co nejvíc?
- ◆ Kolik špejlí jste zlomili, než jste přišli na tu pravou míru?
- ◆ Jak jste se cítili, když se špejle zlomila?
- ◆ Jak jste se cítili, když se špejli podařilo ohnout, aniž by praskla?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, že každému z nás občas není dobře. Může to být, třeba jako u Drápka, z dlouhého pobytu na sluníčku nebo z nachlazení – bolest v krku, rýma, nebo natlučené koleno z honičky či z pádu z kola.

Vždy, když nás něco bolí a potřebujeme si vzít lék, je důležité, abychom užili ten správný lék a ve správném množství. To znamená, že je vždy potřeba poradit se s někým dospělým, abychom nedopadli jako Drápek. Ten si vzal tatínkovy léky, ačkoli je měl tatínek schované vysoko, aby se k nim nikdo nedostal. Drápek si mylně myslel, že když jich spolkně víc, rychleji mu zaberou. To ale vůbec není pravda. Jen se mu ještě víc přitížilo. Díky tomu, že ho brzo našel kamarád Čertík a zavolal doktora, který Drápka odvezl do nemocnice, nepřišel o život. Jinak by se tím velkým množstvím léků otrávil.





## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Důraz na správné užívání léků.
- ◆ Nevhodné dávkování může způsobit i smrt

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 11

# NÁVŠTĚVA CHALIMY

Konečně nastal ten den, kdy měla přijet Chalima na návštěvu. Všechny kočky se podílely na přípravách slavnostního přivítání. Dole pod dubem byl přichystaný stůl se spoustou dobrot. Vtom přišla Chalima, kterou doprovázeli Mourek a Starouš. Ostatním kočkám se zatajil dech a uchváceně ji sledovaly.

„Podívej, jakou má krásnou lesklou srst,“ obdivuje ji Skvrnka. „Vypadá, jako by byla sametová.“

„Maminko, ta je tak krásná!“ vzdychl Čertík chvějícím se hlasem.

„Jsme všichni šťastni, že tě můžeme uvítat mezi námi, naše milá kamarádko. Vítejte na naší Kočičí zahradě!“

„I já jsem šťastná, že jsem tu s vámi,“ přede si Chalima. „Jste krásné, zdvořilé a laskavé. I vaše zahrada je nádherná.“

„Promiň, Chalimo,“ ptá se stydlivě Skvrnka a chvějí se jí při tom vousky, „proč držíš očásek napřímený vzhůru a máš pozvednutou přední tlapku, když s námi mluvíš?“

„V naší zemi je to zvykem, když mluvíme s někým, koho dobře neznáme. Projevujeme tak úctu a přátelství. Máme i další zvyky, které jsou odlišné od těch vašich.“

„Povídej nám o své zemi!“ prosí Míca a všechny kočky s ní souhlasí. „Ano! Ano!“ opakují jednohlasně.

„V mé zemi,“ začíná vyprávět Chalima, „mají všechny kočky velmi dlouhou srst. Abychom byly pořád krásné, čistíme si ji ráno i večer devadesát devětkrát.“

„Devadesát devětkrát?!“ vykřikují překvapeně všechny kočky najednou.

„V mé zemi si také bojovníci brousí každý večer své drápy o kmen stromu, dokud nejsou jejich špičky ostré.“

Chalima dál pokračovala ve vyprávění a čas plynul velmi rychle. „Teď bych vám ráda předala dárky, které jsem vám přivezla. Toto jsou misky, které v naší zemi používáme na jídlo a pití mléka.“

„Jak moc bych chtěla vidět tvoji zemi!“ povzdychne si Skvrnka.

„Ráda bych jednu z vás vzala s sebou a ukázala jí vše, o čem jsem dnes vyprávěla. Co ty na to, Mourku?“ navrhuje Chalima.

„To je výborný nápad. Vážíme si tvé nabídky,“ odpověděl Mourek a zeptal se ostatních.

„Kdo by chtěl jít s Chalimou, podívat se do její země?“ zeptal se Mourek.

„Já, já,“ volal hned Snížek, „musíte vybrat mě. Ukážu jim takové kotrmelce, až všichni zůstanou stát s otevřenou pusou!“

„To ne,“ řekl Čertík, „tak si o nás budou myslet, že tu žijí samí šašci. Já bych vybral někoho jiného.“

„A co ty, Skvrnko,“ ptá se Chalima vlídně, „ty bys nechtěla jít se mnou?“

„Já... Já bych byla velice ráda, kdybych mohla jít s tebou,“ koktá Skvrnka.

„Chci říct, že se mi moc líbíš a chci tě víc poznat. Vybírám si tebe, Skvrnko,“ říká Chalima.

„Sláva, výborně jsi vybrala!“ volají ostatní.

Všichni jsou šťastni a radostně pobíhají po zahradě. Nikdo ani nepostřehl, že se Snížek vzdálil se sklopenými oušky a vzteky celý bez sebe. Byl smutný z toho, že na výlet do cizí země nepojede on.

Když Skvrnka odešla s Chalimou, život všech ostatních se vrátil do starých kolejí. Ne však Snížkův. Ten seděl stranou od ostatních a přemýšlel celý den o cestě, na niž mohl jít. O věcech, které mohl vidět a o kterých by potom všem mohl vyprávět. Za tohle by ho všichni obdivovali. Tohle všechno se mu honilo hlavou pořád dokola. Vztekalo se a cítil se čím dál hůř. A tak se stalo, že si přestával rozumět s ostatními. A jednoho dne se rozhodl jít za Siamem.

## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minulý příběh byl o Drápkovi, kterého bolela hlava. Protože potřeboval být včas na fotbalovém zápase, vymyslel jedno rychlé řešení, jak se bolesti zbavit. Vzpomínáte si, co udělal?

Dráпка po celém dni, stráveném na slunci, bolela hlava. Měl před fotbalovým zápasem, proto si šel na chvilku lehnout a doufal, že ho to přejde. Ovšem opak byl pravdou. Proto se rozhodl, že si vezme tatínkovy léky. A aby se pojistil, že to zabere, spolykal hned všechny, co byly v lahvičce. Až se jimi málem otrávil. Včas jej našel Čertík, přivolal doktora a ten Dráпка v nemocnici zachránil.

Proč spolykal všechny tabletky najednou?  
Jak ho doktor zachránil?

## O čem to dnes bude?

Dnes si budeme povídat o návštěvě Chalimy, která bydlí v jedné hodně vzdálené zahradě. Bude kočkám vyprávět o tom, jaké jsou v její zemi zvyky.

## 2. Konkrétní cíle

Uvědomit si, že:

- ◆ Existují rozdíly mezi obyvateli celého světa – nejen mezi lidmi, jejich vzhledem a řečí.
- ◆ Rozdílné jsou i jejich kulturní a náboženské tradice a zvyky (případně i hospodářské a politické postavení).

## 3. Pomůcky

- ◆ Papír A3 pro každou skupinu (nebo čtyři A4 pro každou skupinku)
- ◆ Pastelky

## **TÉMA: Kulturní odlišnost, tradice, předsudky(?), tolerance, zvědavost**

- ◆ Byli jste někdy v cizí zemi (v zahraničí)? Kde? S kým? Co jste tam dělali?
- ◆ Jak jste se cítili mezi cizími lidmi?
- ◆ Jak jste s místními obyvateli mluvili? Dokázali jste se s nimi domluvit, když jste si chtěli něco koupit?
- ◆ Byli jste zvědaví, jak to tam bude vypadat?
- ◆ Co se vám tam nejvíc líbilo?
- ◆ Překvapilo vás něco? Narazili jste na něco nečekaného?
- ◆ Láká vás poznávat nové věci?
- ◆ Kdo je to cizinec? Znáte nějakého?
- ◆ Podle čeho se pozná, že člověk pochází z cizí země?
- ◆ Máte nějakou vysněnou zemi, kam byste se chtěli podívat? Proč vás to tam láká?

## 4. Příběh číslo 11

Přečíst příběh o návštěvě Chalimy.

## PRÁCE S DĚTMI:

### Otázky:

- ◆ Jak Chalima vypadala a jak se chovala?
- ◆ Dělal ona sama něco jiného než naše známé kočky?
- ◆ Mluvila o něčem, co se u ní v zemi dělá jinak než v Kočí zahradě?
- ◆ Proč byl Snížek smutný, že nemůže jít právě on s Chalimou podívat se do její země?
- ◆ Co pak udělal? Proč šel za Siamem?

### Skupinová aktivita

- ◆ Rozdělit děti do skupin po 4–5 členech.
- ◆ Úkol: rozdělte papír A3 na čtyři části (nebo každý obrázek zvlášť na papír A4) a namalujte 4 obrázky na následující témata:
  - Jak podle vás vypadá cizí země (pro starší děti – co je pro tuto zemi typické)?
  - Jak vypadají obyvatelé, kteří tam žijí?
  - Jak vypadají domy, v nichž bydlí?
  - Co jedí?

### Otázky:

- ◆ Jak se vám spolupracovalo?
- ◆ Bylo těžké dohodnout se, jak bude cizí země vypadat? Proč to bylo těžké?
- ◆ Proč obrázky vypadají právě takto?

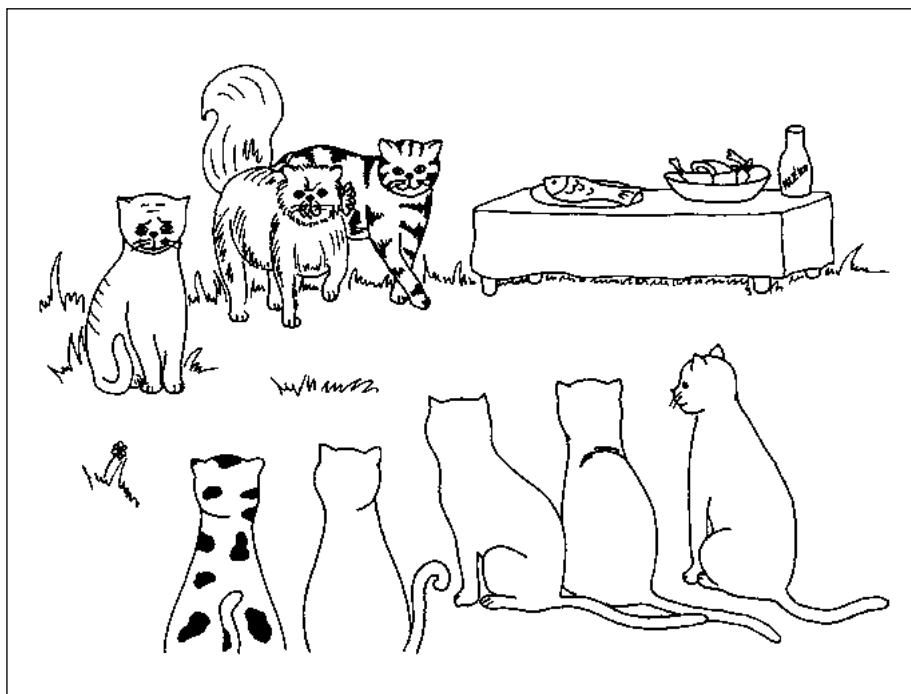
Aktivita s jednotlivci:

- ◆ Dodržují se i u vás v rodině nějaké tradice a zvyky?
- ◆ Jak prožíváte Vánoce? (kapr, koledy, držení půstu – „zlaté prasátko“, lití olova atd.); Jak Velikonoce (pletení pomlázky, koledování, barvení vajíček, vázání mašliček, pečení beránka a mazance atd.)?

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, že žádná země, která je na světě, nevypadá úplně stejně jako ta naše. Jsou tam jiní lidé, jinak mluví, jinak vypadají, jinak se chovají, něco jiného jedí. Mají i jiné tradice a zvyky. Stejně, jako to popisovala

Chalima ostatním kočkám. Skvrnka měla to štěstí, že se mohla společně s Chalimou podívat k ní domů. O tuto poznávací cestu velice stál zvědavý Snížek, ale toho nevybrali. Moc ho to mrzelo, byl smutný a cítil se ukřivděný. Jednoho dne proto odešel od ostatních koček a šel hledat pomoc za Siamem.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Důraz na odlišnost národů, jinakost obyvatel a jejich životního stylu i tradic a zvyků.
- ◆ Nejen cizí národy se od sebe odlišují, stejné tradice se praktikují jinak i rodinu od rodiny .
- ◆ Není na tom však nic špatného – důležitá je tolerance.
- ◆ Zdravá zvědavost nás žene kupředu, ale přílišná může být na škodu (sami se tím můžeme připravit o moment překvapení – např. hledání vánočních dárků).

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Lekce 12

# SNÍŽEK PŘED VELKÝM ROZHODNUTÍM

Už je to hodně dlouho, co si Snížek nehraje se svými kamarády. Celé dny sedává samotný blízko dvorku a čeká na Siam, který mu každý večer nosí lahvičku magického lektvaru. Mourek má špatné tušení, že se Snížkem není něco v pořádku. Je z toho celý nervózní. Jednou ráno se proto odhodlal jít za Snížkem a promluvit si s ním. Ten ale neměl náladu si s ním povídat. A už vůbec ne o tom, o čem s ním chtěl Mourek mluvit.

Snížek sedával stále na tom stejném místě blízko dvorku. Mourek šel za ním a zeptal se ho: „Proč si nejdeš hrát s ostatními? Tvoji kamarádi na tebe čekají a dělají si o tebe starosti.“

„Já nemám kamarády,“ odpověděl Snížek, „jediný můj kamarád je Siam. Jen díky jeho magickému lektvaru jsem každý večer šťastný.“

„Ale mně nepřípadáš šťastný,“ odpověděl zarmouceně Mourek.

„Počkej, až se napiji magického lektvaru. To uvidíš!“ říká Snížek.

„Co to je za štěstí, které cítíš?“ ptá se Mourek s ještě většími obavami. „Popiš mi to, čemu se to podobá?“

Náhle se za nimi objeví Siam. „Neztrácej tu čas, Snížku. Pojď se mnou. Nemůžeš tu dál žít. Vezmu tě na zahradu, kde jsou všichni šťastní. I ty tam budeš už napařád šťastný,“ láká Siam Snížka.

„I na naší zahradě jsme šťastní!“ ozve se Mourek rozhodným hlasem. „Ne vždy, ne každý den, ale dost často ano.“

„Pojď, Snížku, neposlouchej ho!“ naléhá Siam. „Na mé zahradě, o které jsem ti vyprávěl, můžeš být, kým si jen budeš přát.“

„Jestli zůstaneš tady, budeš moci být sám sebou,“ namítá Mourek.

„Na mé zahradě ale zapomeneš na všechny své problémy, na vše, co tě tu trápí,“ pokračuje Siam.

„A tady se zase naučíš své problémy řešit a zvládat své obavy s pomocí ostatních, svých kamarádů. Rozmysli se dobře, Snížku! Nemůžeme tě tu držet násilím, rozhodnutí je teď jen na tobě,“ dodá Mourek.

Mezitím se všechny ostatní kočky pomaloučku přibližují a sledují, co se bude dít dál.

Co bude Snížek dělat? Kterou zahradu si vybere?



## 1. Shrnutí z předchozí lekce

Minulý příběh byl o Chalimě, která přijela za kočkami na návštěvu z daleké země. Vzpomínáte si, co všechno jim vyprávěla o své zemi?

Chalima jim vyprávěla, jak to u nich v zemi vypadá, jak vypadají její kamarádky kočky, jak se chovají a co jedí. Chalima kočkám nabídla, že jednu z nich vezme s sebou domů, aby se podívala, jak to u nich vypadá. A po návratu to může všechno povyprávět svým kamarádům a kamarádkám. Největší zájem o tento výlet měl Snížek, ale ten vybrán nebyl. Na cestu nakonec s Chalimou odešla Skvrnka. Snížek se cítil zklamaný a ukřivděný. Jednoho dne se rozhodl požádat o pomoc Siama.

Kdo nakonec odešel s Chalimou?

Proč nevybrali Snížka?

Co Snížek udělal, jak se cítil?

### O čem to dnes bude?

Dnes si budeme povídat o Snížkovi, který stojí před velmi důležitým rozhodnutím a neví si rady.

## 2. Konkrétní cíle

- ◆ Člověk někdy stojí před velkým rozhodnutím a není si jistý, zda existuje správné řešení dané situace.
- ◆ Každý nese zodpovědnost za své svobodné rozhodnutí, musí být připraven nést jeho důsledky.
- ◆ Je důležité mít dobré kamarády a vědět, že se na ně mohou spolehnout.

## 3. Pomůcky

- ◆ Symbol pro „zakázané ovoce“
- ◆ Papír a tužky

## **TÉMA: Svoboda rozhodování a její důsledky, zklamání, to tajemné lákavé**

- ◆ Ocitli jste se někdy v situaci, se kterou jste si nevěděli rady?
- ◆ Jak jste to řešili? Požádali jste někoho o pomoc?

- ◆ Jak jste se cítili, když jste žádali o pomoc? Bylo to pro vás jednoduché?
- ◆ Byli jste někdy zklamaní? Čím bylo zklamání způsobeno? Jak jste to prožívali?
- ◆ Lákají vás věci, které máte zakázané?
- ◆ Udělali jste už někdy něco, co vám rodiče zakázali?
- ◆ Jak vám u toho bylo?
- ◆ Přišlo se na to? Co pak následovalo?

## 4. Příběh číslo 12

Přečíst příběh o Snížkovi, který stojí před velkým rozhodnutím.

### PRÁCE S DĚTMI:

#### Otázky:

- ◆ Jak se Snížek cítí?
- ◆ Proč je smutný, zklamaný?
- ◆ Je správné se jen tak přestat kamarádit se starými přáteli?
- ◆ Jaké řešení Snížkovi nabízí Mourek?
- ◆ A jaké řešení nabízí Siam?
- ◆ Které je správné? Podle čeho se má Snížek rozhodnout?
- ◆ Co mu to přinese, když půjde s Mourkem? Jak se to asi bude dál vyvíjet?
- ◆ Co se stane, když půjde se Siamem? Co bude následovat?
- ◆ Je pro Snížka jednoduché rozhodnout se, co má dělat?
- ◆ Co byste dělali vy, kdybyste se ocitli na místě Snížka, Mourka, Siama?

### Aktivita s jednotlivci

- ◆ Technika **Zakázané ovoce** – vysvětlit pojem, krátce si každý představit svoje zakázané ovoce, položit předmět – symbol doprostřed místnosti. Každý žák pantomimou předvede svůj vztah k zakázanému ovoci. Diskuse – porovnání navzájem, překvapení, očekávání, možnosti jak se zachovat, důsledky rozhodnutí.
- ◆ Technika **Jak odmítnout** – úvodní slovo učitele o tom, že do situace rozhodování, zda si vzít, či nevíz nabízenou zakázanou látku (drogu), se dostane asi každý + příklady nejčastějších způsobů manipulace a jak si je

Lze vyložit. Společně s žáky brainstormingem přijít na 10 nejosvědčenějších způsobů odmítnutí:

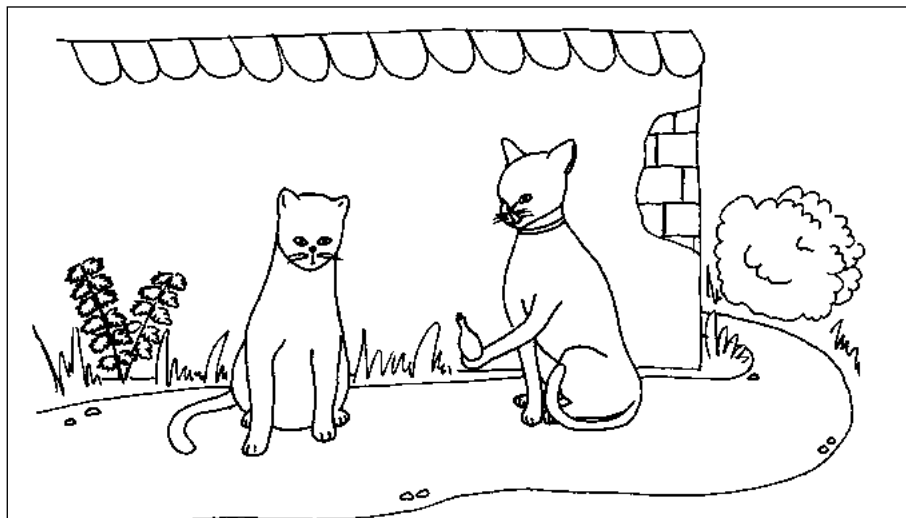
1. nevidím, neslyším,
2. řeč beze slov (zavrtět hlavou, nekomentovat),
3. prostě řekni „ne“,
4. odmítnout, zdůvodnit a nenechat se zaskočit,
5. porouchaná gramofonová deska,
6. odmítnutí protiútokem,
7. odmítnutí s vysvětlením,
8. nabídnutí lepší možnosti,
9. odmítnutí jednou provždy,
10. odmítnutí s nabídkou pomoci.

Situace lze i přehrát v krátkých scénkách.

Cíl: praktický návod na řešení problémové situace, posílení správných názorů ve třídě.

## 5. Shrnutí lekce

Dnes jsme si povídali o tom, jak je těžké udělat to správné rozhodnutí. Nikdy totiž dopředu nevíme, jaké důsledky naše rozhodnutí bude mít. Je dobré požádat o pomoc, pokud si nevíme rady. Není ale vždy jednoduché si o pomoc říct. Je fajn, když máme kamaráda nebo kamarády, o nichž víme, že nám rádi pomohou, když se ocitneme v těžké situaci.



## 6. Doporučení pro lekci (v kostce pro učitele)

- ◆ Poukázat na těžkost svobodného rozhodování.
- ◆ Každý musí být připravený nést důsledky svého rozhodnutí.
- ◆ Je důležité mít kamarády, na které je spolehnutí.
- ◆ Být připravený a ochotný poskytnout pomoc kamarádovi.
- ◆ Umět říct si o pomoc.

## 7. Evaluace

- ◆ Ze strany dětí – děti odpovídají jednotlivě.
  - Co vás v programu nejvíce oslovilo, co pro vás bylo důležité?
- ◆ Ze strany učitele – učitel z každé lekce provede velmi stručný záznam (viz otázky).
  - Jak se vám pracovalo s daným tématem?
  - Co se vám podařilo?
  - Co se vám nepodařilo a proč?
  - Co vás překvapilo?
  - Shrnutí hodnocení lekce ze strany dětí.
  - Doporučení.

## Seznam vložených příloh

Příloha č. 1

Jména koček a jejich charakteristiky

Příloha č. 2

Omalovánky k jednotlivým lekcím

Příloha č. 3

Pracovní list – „Jsem spokojený(-á)/šťastný(-á) × nespokojený(-á)/nešťastný(-á)“



## **Klinika adiktologie**

**1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze  
a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze  
Apolinářská 4 / 128 00 Praha 2  
[www.adiktologie.cz](http://www.adiktologie.cz)**

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN je výukové, výzkumné a klinické pracoviště 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, které se zaměřuje na rozvoj adiktologie jako samostatného vědního oboru zabývajícího se problematikou užívání návykových látek a návykového chování obecně. Adiktologie spojuje biologická, psychologická a sociální hlediska do jednotného transdisciplinárního výzkumného rámce zaměřeného na konkrétní problematiku rizikového prostředí užívání návykových látek a závislostního chování, přičemž se snaží přinášet společnosti relevantní vědecké informace špičkové úrovně. Cílem adiktologie je přispívat ke zkvalitňování duševního i fyzického zdraví populace svým aktivním podílem při realizaci výzkumem podložených intervencí v oblasti prevence a léčby závislostí a minimalizace rizik souvisejících s užíváním návykových látek, jakož i v oblasti drogových trhů. Klinika adiktologie realizuje klinický lůžkový provoz, výuku a výzkum v oblasti adiktologie, samostatného transdisciplinárního vědního oboru zabývajícího se zkoumáním rizikového prostředí užívání návykových látek a návykového chování obecně. Hlavní činnosti kliniky se dělí do čtyř oblastí.

**Klinický provoz** zajišťuje osm pracovišť (oddělení) Kliniky adiktologie: Lůžkové oddělení pro muže, Lůžkové oddělení pro ženy, Detoxifikační oddělení, Centrum metadonové substituce, Ambulance pro alkoholové závislosti, Ambulance pro nealkoholové závislosti, Centrum pro psychoterapii a rodinnou terapii a Ambulance dětské a dorostové adiktologie.

**Pregraduální výukové programy** tvoří tři hlavní ohniska: pregraduální výuka v bakalářském oboru adiktologie (cca 200 studentů), pregraduální výuka v magisterském oboru adiktologie (cca 100 studentů), výuka adiktologie pro studenty všeobecného lékařství a stomatology – širší rámec oboru psychiatrie.

**Vědecko-výzkumná činnost a postgraduální výuka** zahrnuje také zahraniční spolupráci v této oblasti. Klinika garantuje samostatný postgraduální (čtyřletý) studijní program *Adiktologie* (cca 15 studentů). Vědecko-výzkumná činnost je rozdělena do tří samostatných útvarů: Centrum primární prevence užívání návykových látek, Centrum diagnostiky, terapie a rehabilitace poruch a onemocnění spojených s užíváním návykových látek, Centrum pro studium trestněprávních a kriminologických souvislostí užívání návykových látek, Centrum pro minimalizaci rizik v oblasti užívání návykových látek.

## **Byla zahájena realizace systémového projektu řešícího koncepční nastavení a zvýšení kvality prevence rizikového chování dětí a mládeže v České republice.**

Dne 1. září 2014 byl spuštěn rozsáhlý jednoletý projekt pod názvem *Implementace a evaluace minimálního preventivního programu, systémových nástrojů ve vzdělávání a vytvoření sběrného systému v oblasti prevence rizikového chování pro pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni* (ESF OPVK č. CZ.1.07/1.1.00/53.0017), jehož hlavním cílem je otestovat a ověřit možnosti zavedení celonárodního systému školské prevence rizikového chování (včetně prevence užívání návykových látek, šikany atd.) pro děti základních škol.

V letech 2009–2011 vznikl v České republice velice originální návrh celonárodního systému školské prevence rizikového chování. Tento návrh byl vyústěním více než desetileté práce stovek profesionálů v prevenci po celé České republice, pracujících v několika desítkách institucí, které se nakonec do celé akce zapojily. Tato práce byla realizována v rámci projektu nazvaného **Tvorba systému modulárního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů pro pedagogické a poradenské pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni** (projekt číslo CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost). Všechny výsledky a výstupy projektu byly předány lidem z praxe a Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (MŠMT) pak uvedenou vizi dále rozpracovalo a rozhodlo se prakticky ji ověřit. Tak vznikla myšlenka pilotní implementace, při které by se ve vybraných krajích České republiky hlavní komponenty celého systému otestovaly a na dostatečném počtu škol, pedagogů a dětí bylo ověřeno, zda je tento systém skutečně realizovatelný v praxi. Tak vznikla idea ústící až do společného projektu čtyř krajů ČR (Jihomoravský kraj, Olomoucký kraj, Středočeský kraj a Severočeský kraj), který nakonec dostal složitý název **Implementace a evaluace minimálního preventivního programu, systémových nástrojů ve vzdělávání a vytvoření sběrného systému v oblasti prevence rizikového chování pro pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni** (Projekt ESF OPVK č. CZ.1.07/1.1.00/53.0017).

Hlavním smyslem a cílem tohoto projektu je pečlivě ověřit na přibližně čtyřech tisících dětí jednotlivé komponenty navrženého celonárodního systému školské prevence rizikového chování v praxi a zjistit, za jakých podmínek (materiálních, technických, personálních a ekonomických) by je bylo možné realizovat ve všech krajích ČR, pokud o to tyto kraje a základní školy na jejich území budou mít zájem. Jde tedy o ověření podmínek postupné implementace a vytvoření plánu, jak ji krok za krokem provést, v jakém pořadí kroků a s čím vším je třeba počítat. Jaké výhody a nevýhody takový systém na národní úrovni bude mít a co od něj je možné očekávat.

Jednotlivé komponenty projektu reprezentují tři hlavní pilíře celého systému:

(1) ucelený model posuzování a hodnocení kvalifikací pro preventivní práci s dětmi v rámci školní prevence rizikového chování,

(2) jednotný systém hodnocení a řízení kvality, zahrnující standardy kvality pro pracovníky, pro dílčí programy a intervence a pro jejich poskytovatele (včetně požadavků zahrnujících bezpečnost dětí, rodičů i pracovníků), a jednotný systém kontroly a hodnocení výkonnosti,

(3) model kurikula preventivních aktivit pro základní školu od první do deváté třídy pro všechny typy rizikového chování s modulárním řešením kombinování preventivní práce dle věku, tematické oblasti rizikového chování a náročnosti cílové skupiny (tato komponenta zahrnuje též databanku příkladů dobré praxe).

**Projekt v průběhu léta a podzimu 2015 představí hlavní výsledky, které budou zdarma k dispozici školám i jejich zřizovatelům a provozovatelům a které umožní zahájit širší veřejnou diskusi o dalším směřování školské prevence rizikového chování v České republice.** Tato diskuse by pak následně měla vyústit v rozhodnutí dotčených ministrů uvést celý systém nebo jeho úspěšné části do praxe. Klíčem k úspěchu je však nyní právě ověření všech dílčích komponent v praxi a formulace jasného plánu případného zavedení do škol.





Jedná se o velice zdařilou metodiku, která vyplňuje velkou poptávku po preventivních programech pro žáky 1. stupně, a lze ji jistě doporučit k uvedení do praxe. Metodika je jasně a přehledně sestavena, pedagogové jsou srozumitelně seznámeni, jak s jednotlivými lekcemi a tématy pracovat. V úvodním setkání jsou žáci seznámeni s hlavními postavami koček v jednotlivých lekcích a konkrétním způsobem preventivní práce. Za velice zdařilou považují variantu seznámení se s kočkami, kdy děti samy kreslí jednotlivé kočky podle charakteristik; jsou tak vtaženy do příběhu a motivovány s příběhem pracovat. Za velice přínosné pro praktické využívání metodiky také považují konkretizaci cílů v úvodu každé lekce a nabídku otázek stimulačních diskusí s žáky nad daným tématem.

*Mgr. Lenka Macková*

Hlavní přínos metodiky spatřuji v tom, že velmi přehledným, názorným a srozumitelným způsobem popisuje konkrétní návod postupu při práci s třídou. Zcela odpovídá dané věkové skupině a je velmi nápaditá. Dotýká se většiny důležitých témat, se kterými děti v tomto věku přicházejí do kontaktu. Nevyhýbá se ani tématům ztráty blízké osoby, vyčleňování z kolektivu a (ne)tolerance a děti jsou s nimi konfrontovány citlivým, neohrožujícím způsobem. Velkou výhodou je, že pro pedagoga nejsou předkládané instrukce závazné a dávají prostor i pro jeho vlastní zkušenosti a tvořivost. Zároveň poskytují oporu a srozumitelné provázení při použití metody. Metodiku považuji za velmi inspirující a užitečnou pro práci s žáky 1. stupně ZŠ.

*Mgr. Anna Aujezká*

ISBN 978-80-7422-401-0



NEPRODEJNÉ



## Klinika adiktologie

- ● ● ● 1. lékařská fakulta  
Univerzita Karlova v Praze  
a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze  
Apolinářská 4 / 128 00 Praha 2  
Česká republika  
[www.adiktologie.cz](http://www.adiktologie.cz)



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ