

stejně složení, takže je možné stavět na předchozích zkušenostech žáků, na skupinových procesech, které se zde odehrály, i celkovém životě skupiny. Při kvalitně vedeném programu pochopitelně využívané aktivity působí i na celkové klima skupiny.

Přestože myšlenka těchto programů předpokládá specifické formy práce se skupinou ve vymezeném čase a prostoru, jejich dílčí prvky lze využívat při různých příležitostech, zejména když skupina, s níž jsou realizovány, ve škole stále přetrvává. Kromě pravidelných setkání s realizátory programů je velmi výhodné, pokud učitelé dokážou **navazovat na realizované aktivity v rámci výuky** a využívat znalostí a dovedností žáků v průběhu běžných školních činností. Mnohé prvky programů, jestliže si je učitel osvojí, je možné velmi snadno propojit s dalšími složkami edukačního procesu. Například u tématu komunikace se dá ukázat na souvislosti při prezentaci projektů, žákovských referátů a seminárních prací. Učitel společně se žáky pojmenuje prvky komunikace, které jsou pro kvalitní sdělení potřebné, a následně věnuje pozornost jejich skutečnému projevení při praktické činnosti. Obdobně lze při diskusích o významných historických osobnostech aktivovat žáky k úvahám o důvodech jejich chování, jejich motivaci nebo o tom, jak takové chování působí na současného člověka. Tím jsou žáci nuceni využívat metakognitivní procesy, ale současně jejich aktivita souvisí s procesy sociálního vnímání a sociálního poznávání. Při jakékoli školní práci učitelé mohou informovat žáky o chování, jež od nich očekávají, a hovořit o pravidlech společné i individuální práce, poskytování zpětné vazby spolužákům, dodržování dohod apod. Rovněž skupinová práce, kterou lze realizovat na kterékoli úrovni školní docházky, nabízí množství příležitostí k definování postupů práce, aby se jednalo o skutečnou kooperaci. Je vhodné se žáky stanovit cíl práce, rozdělit si role, podpořit jejich společné plánování a komunikaci. I mnohé drobnosti umožní, aby byli všichni žáci zapojeni.

V jedné třídě prvního stupně základní školy třídní učitelka naučila žáky, že se při společné práci pravidelně střídají v zapisování poznámek. Pokud každý hovoří, ale jen jeden píše, dělají to průběžně všichni, tak se o tuto funkci dělí a všichni jsou stále aktivně zapojeni.

Jiným příkladem je práce učitelky střední odborné školy, která často využívala v rámci opakování práci ve dvojicích či skupinách. Za tímto účelem žáky vždy náhodně dělila, aby získali zkušenost s prací s různými spolužáky, měli příležitost s nimi hovořit a poznávat je. Pokud vezmeme v úvahu, že se velmi často druzí do skupin žáci s podobnou úrovní znalostí a školního prospěchu, může takové členění přispět také k tomu, aby žáci pracovali s někým, kdo má jinou úroveň znalostí – buď tak pomohou svému spolužákovi a naučí ho, co nevěděli, nebo naopak oni získají informace, které neznali.

Při těchto i mnoha dalších příležitostech jsou rozvíjeny sociální dovednosti žáků a současně nedochází k narušení standardní výuky. Významnou podmínku však představuje, že učitelé mají alespoň základní znalosti a zkušenosti, jaké formy práce se žáky je vhodné použít. Ačkoli je zde věnována pozornost rozvoji sociálních dovedností dětí a dospívajících, pro jejich úspěšné zapojení do školní práce je nutné, aby se s principy takové práce seznámili především učitelé.

3.4 VYBRANÉ AKTIVITY PRO ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ ŽÁKŮ A JEJICH METODICKÉ ZPRACOVÁNÍ

Lenka Krejčová, Simona Horáková Hoskovicová

3.4.1 METODICKÉ SOUVISLOSTI VÝCVIKOVÝCH POSTUPŮ

Na následujících stranách si představíme některé aktivity, které je možné využít při práci se třídou v průběhu třídnických hodin, na školních výletech, na škole v přírodě, při společných mimoškolních aktivitách, případně ve školní družině a v určité modifikaci také v rámci běžné výuky. Kromě popisu samotných aktivit budou v podkapitole 3.5 uvedeny příklady konkrétních krátkodobých i déletrvajících programů v podobě, jak je lze se třídami realizovat s ohledem na stupeň studia. V úvodu jednotlivých podkapitol jsou stručně uvedeny vybrané **charakteristiky vývojového období**, v němž se žáci právě nacházejí. Vhodnost aktivit i způsob jejich realizace záleží nejen na zkušenostech dětí a dospívajících s daným typem práce, ale také je zapotřebí zvažovat, jak jsou vyspělí a zda nároky určité činnosti zvládnou. U mnoha aktivit přitom není nutné je zcela vyřadit u mladších žáků, ale je nezbytné promyslet, jakými postupy je může učitel žákům zprostředkovat. Zatímco starší žáci například vede jen minimálně a sami zvládají danou činnost, u mladších je třeba více jejich práci strukturovat a napomoci jim, aby úkoly zvládli nebo se technika dá modifikovat do jednodušší varianty.

Nesmírně významnou charakteristikou všech aktivit je jejich **propojení se zkušenostmi** žáků s každodenní realitou. Co na první pohled vypadá jako hra, rozvíjí žáky, pokud činnost doplníme adekvátně vedenou přípravou i následnou diskusí. Je třeba si uvědomit, že **samotná aktivita je pouze prostředek k rozvoji určité dovednosti**. Ten zajistíme, pokud budeme se žáky **cíleně pracovat**.

Mezi důležité kroky, které je vhodné učinit, patří následující:

- Na počátku aktivity **prodiskutujeme se žáky**, jak budou postupovat, co se od nich očekává a jak je možné úkol splnit.
- V průběhu aktivity sledujeme, zda jsou **skutečně všichni zapojení**, podporujeme vzájemné naslouchání, vzájemnou pomoc a spolupráci.
- Pokud v průběhu činnosti žáci něco vytvořili, **při prezentaci opět podporujeme vzájemné naslouchání**. V některých případech je výhodné, aby se pokusily o výtvaru hovořit další skupiny ze třídy a jeho autoři poslouchají interpretace spolužáků. Tímto zapojíme do děje i ty, kteří právě neprezentují své dílo, a jakmile vysloví své nápady, jsou také mnohem zvědavější na prezentaci autorů, protože chtějí vědět, zda měli správný odhad, zda se strefili.
- Po každé aktivitě, případně bloku podobně zaměřených činností je třeba **společně se třídou zrekapitulovat, jak se jim dařilo úkoly plnit**, jak se zapojili, co jim pomohlo, jak

- Při **skupinové činnosti** se ptáme, jak se jim pracovalo, ale také jak si rozdělili role, zda si všimli, kdo přicházel s nápady, případně komu se podařilo vymyslet řešení problému.
- Při společné práci, která kladla větší nároky na spolupráci, se ptáme, za jakých **okolností se podařilo dosáhnout cíle**. Klademe pokud možno otevřené otázky, ať žáci sami dojdou k závěru, že společné naslouchání, výměna informací a vzájemná shoda přispěly k řešení. Velmi často v takových situacích třída na počátku hlučí, překřikuje se, některé návrhy nejsou postřehnuty. Při diskusi lze využít těchto dvou zkušeností a podnítit žáky k porovnání, za jakých okolností se skutečně práce podařila (někdy je však také nutné, aby změnu podpořil učitel a k uvedeným projevům žáky vedl, jinak se cíle vůbec nedoberou, případně jim to trvá tak dlouho, že se začnou nudit a aktivita ztrácí efekt).
- Při řadě činností žáci přemýšlejí o svých spolužácích i o učiteli, a ptáme se jich tedy, **jakým způsobem budou přemýšlet**, co budou zvažovat, jaké nápovědy ve sdělení druhých osob mohou využít.
- Snažíme se vždy klást tzv. **otevřené otázky**, které vyžadují souvislé odpovědi (tj. nejen odpověď „ano“ či „ne“). Otázky tvoříme tak, aby podnítily k přemýšlení, nenavádíme v jejich znění k formulaci odpovědi (např. je rozdíl, jestli se ptáme: „Jak se vám pracovalo?“, nebo: „Pracovalo se vám dobře?“). V této souvislosti je dobré si uvědomit, že žáci mohou přijít na jinou odpověď, než bychom čekali. Při těchto aktivitách nezkoušíme znalosti, proto každou možnou odpověď oceníme, případně jen žádáme další nápady a další odpovědi, nespokojíme se jen s jednou verzí.
- Stejně tak **se nespokojíme s vágními a obecnými odpověďmi**. Vždy po žácích chceme, aby odpovídali konkrétně, případně rozvedli, co právě řekli. Vedeme přitom v patrnosti, že pokud odpoví stručně, nemusíme si pod danou informací představit všichni totéž, proto je výhodné myšlenku rozvést a společně promyslet.
- Jestliže se žáky pojmenujeme, co při dané aktivitě dělali, respektive na co byla zaměřena (např. spolupráce, porozumění druhým, naslouchání druhým, přemýšlení o druhých osobách, přesné vyjadřování), je vhodné pokračovat otázkou, **v jakých každodenních situacích je výhodné danou dovednost použít**. Pokusíme se se žáky vyjmenovat co nejvíce příkladů nejen ze školy, ale i z běžného života. Je pro ně zajímavé, pokud vymýšlíme i příklady ze života dospělých, aby si uvědomili, že to, co právě dělali, není nutné jen ve škole, ale využíváme to stále i v dospělém životě.
- Při práci se rovněž snažíme, aby dostali **příležitost k vyjádření názorů všichni žáci**. Jestliže nabudeme dojem, že někteří vůbec nehovoří, můžeme je cíleně vyvolat a požádat o názor. Pokud žáci nejsou příliš ochotní hovořit, nebo se naopak překřikují, je vhodnější jejich promluvy strukturovat a nechat hovořit každého, například postupně tak, jak sedí v kruhu. Zkušenosti někdy ukazují, že ačkoli nedokážou odpovědět, když je otázka předestřena celé skupině, při takto definovaném uspořádání, kdy se od každého očekává, že něco řekne, zazní mnoho zajímavých nápadů a podnětů.

- Současně se snažíme, aby **žáci hovořili mezi sebou, reagovali na sebe**, podněcujeme je k rozvíjení tématu, o němž právě hovoříme. Zpočátku mají zpravidla tendenci vždy hovořit na učitele, což někdy ve spolužácích vyvolává dojem, že nemusí poslouchat, neboť informace je určena učiteli. Proto se co nejvíce snažíme vtáhnout do diskuse všechny a vyžadovat od žáků, ať se vzájemně oslovují a reagují na sebe. Učitel má v ideálním případě pouze roli moderátora, který jejich společnou rozpravu strukturuje a podporuje.
- Nezapomínáme ani na **principy generalizace a rutiny**, popsané výše v této kapitole. Jakmile postřehneme, že si žáci osvojili činnost, již jsme s nimi v minulosti trénovali (např. vzájemně si naslouchají, neskáčou si do řeči, všichni se zapojí do práce), ihned jim poskytujeme zpětnou vazbu ve formě pojmenování jejich chování a vyjádření ocenění, že došlo k dané změně.
- Na konci každého déletrvajícího setkání **je důležité uzavřít jeho průběh** konkrétním postupem. Lze například požádat každého žáka, aby poděkoval osobě, jež sedí po jeho pravici, za něco, co v průběhu setkání učinila. Nebo se každý vyjádří k průběhu a uvede zážitek, který pro něj byl nejdůležitější, popřípadě ocení sám sebe za něco, čím se mile překvapil. Ve vyspělejších skupinách nemusíme provádět závěrečnou reflexi v kruhu, ale žáci mohou hovořit samostatně podle vlastní potřeby.

Vysvětlivky ikon



= aktivita pro žáky prvního stupně základní školy



= aktivita pro žáky druhého stupně základní školy



= aktivita pro žáky střední školy



= k uvedeným aktivitám jsou nutné pomůcky

3.4.2 HRY PRO VZÁJEMNÉ POZNÁVÁNÍ, PŘEDSTAVENÍ, ZAPAMATOVÁNÍ JMEN

■ Tleskaná jména

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10 minut (záleží na velikosti skupiny)

Postup: Skupina sedí v kruhu. Nejdříve se každý krátce představí. Vedoucí vysvětlí fungování hry, upozorní na to, aby byl jmenován vždy někdo další – nový (lze nechat i volný průběh, ale pak může vzniknout situace, kdy si hru navzájem „posílají“ třeba čtyři žáci, což se pak musí usměrnit). Potom začne vytleskávat rytmus – dvakrát dlaněmi o sebe, dvakrát dlaněmi do kolen. Při tlesknutí rukama řekne do rytmu dvakrát své jméno, při tlesknutí do kolen řekne dvakrát jméno někoho ze skupiny. Ten, jehož jméno bylo vysloveno, při tlesknutí do dlaní řekne dvakrát své jméno a při tlesknutí do kolen jméno dalšího člena skupiny atd. (Petr-Petr-Hanka-Hanka – Hanka-Hanka-Katka-Katka), dokud se neprojdou všechna jména ve skupině.

Zhodnocení aktivity: Zhodnocení není nutné, aktivita má být zábavná a skupinu „rozehrát“. Probrat můžeme případné problémy při hře.

Zaměření aktivity: Zapamatování jmen podpořené rytmickým vytleskáváním. Zvýšení skupinové soudržnosti vyladěním se na společný rytmus.



■ Občanské průkazy

Pomůcky: pastelky nebo fixy, tvrdé kartičky velikosti vizitek, spínací špendlíky, případně samolepicí štítky velikosti vizitek



Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 15–30 minut (záleží na velikosti skupiny)

Postup: Každý člen skupiny si vytvoří z kartičky a špendlíku visačku, kterou si pak zavěsí na tričko (v případě samolepicích štítků si po vytvoření „občanky“ štítek nalepí na viditelné místo na sobě). Na visačku uvede své jméno v podobě, jak chce být oslovován, a k němu ztvární svou fotku a charakteristický neboli identifikační znak, jímž může vystihnout svou osobu (např. nějakou značku, obrázek, heslo). Dětem z první třídy, které ještě neumějí napsat své jméno, můžeme kartičky předepsat a děti si je dotvoří – vyzdobí podle svého.

Zhodnocení aktivity: Každému je poskytnut dostatek prostoru představit se a vysvětlit svůj „průkaz“. V závěru se můžeme dotázat, zda se ve skupině našli jedinci se shodnými identifikačními znaky, případně se žáků, pokud už se nějakou dobu znají, zeptáme, zda je ve sdělení spolužáků něco zaujalo nebo překvapilo.

Zaměření aktivity: Sebe prezentace (prostřednictvím svého charakteristického znaku má každý žák příležitost o sobě něco skupině sdělit), žáci s visačkou následně chodí po celou dobu programu, takže se jména snadno zapamatují. Aktivitu lze využít i tehdy, pokud se žáci mezi sebou znají, ale potřebuje se s nimi seznámit učitel.

■ Anděla Andělská

Pomůcky: míček nebo něco podobného na přehazování v kruhu

Cílová skupina: žáci od třetí třídy ZŠ, celá SŠ

Doba trvání: 15–30 minut

Postup: Skupina sedí v kruhu a každý její člen se představí tak, že uvede své jméno a smyšlené příjmení, které začíná stejnou hláskou jako jeho křestní jméno. Současně má toto příjmení dotyčného nějakým způsobem vystihovat (např. jeho vlastnosti, zájmy, záliby). Pokud se skupina vůbec nezná, následuje druhé kolo, kdy každý řekne znovu své jméno i smyšlené příjmení a zopakuje jména dvou osob, které sedí před ním v kruhu. Následně členové skupiny házejí míček vždy osobě, jejíž celé jméno si pamatují a zopakují ho nahlas. Pokud je skupina větší, nezná se a zapamatování jmen trvá delší dobu, lze posleze házet míček také osobám, jejichž jméno si stále nepamatujeme, a požádat je, aby ho zopakovaly. Naopak jestliže se skupina už zná, můžeme využít mírně odlišný postup, kdy třída vymyslí příjmení pro své spolužáky. Princip je zachován stejný, ale tentokrát žák mlčí, ostatní nabízejí různá příjmení, on si nakonec může jedno zvolit a současně si může vyžádat vysvětlení příjmení, která mu spolužáci přidělili. Opět zachováváme pravidlo, že příjmení má vystihovat nějakou charakteristiku jedince.

Variace: Po ukončení této aktivity můžeme třídu rozdělit do dvou skupin, jež se shromáždí na protilehlých stranách třídy. Mezi skupinami drží dva lidé deku nebo jinou zástěnu takovým způsobem, aby na sebe členové skupin vůbec neviděli. Skupina vždy vyšle jednoho svého zástupce, který si sedne či dřepne přímo za deku. Když jsou na obou stranách připraveni reprezentanti skupiny, ti, kdo drží deku, ji spustí. Úkolem žáků za dekou je co nejrychleji říci celé jméno (včetně smyšleného příjmení) spolužáka, kterého právě uviděli. Ostatní spolužáci nenapovídají. Ten, kdo řekne jméno rychleji a správně, získá spolužáka na druhou stranu, pro svou skupinu.

Zhodnocení aktivity: Zeptáme se především, zda si všichni přiměřeně pamatují jména spolužáků, můžeme dát prostor k okomentování některých příjmení, pokud je to vhodné.

Zaměření aktivity: Tato aktivita má být primárně zábavná a zacílená na představení žáků a zapamatování jejich jmen. Učitelé průběžně sledují, aby byli jmenováni všichni žáci. Kdyby hra trvala již příliš dlouho a stále někteří nebyli osloveni, vyzveme třídu, aby si všichni zkusili vzpomenout, kdo ještě nebyl, a házel se jim (případně požádáme ty, kdo nebyli jmenováni, aby se přihlásili). Pokud pokračujeme ještě variantou s dekou, není třeba ukončovat hru až tehdy, kdy jsou všichni přetaženi na jednu stranu, záleží na organizaci a časových možnostech. Současně přetažení na jednu stranu spíše komentujeme tak, že jsou opět všichni spolu jako jedna třída, není nutné zdůrazňovat soutěživý aspekt hry.



■ Lovec jmen

Pomůcky: papír nebo noviny smotané do ruličky

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10–15 minut

Postup: Skupina sedí nebo stojí v kruhu, jeden žák stojí uprostřed. Vždy jeden žák vyvolá jménem některého ze svých spolužáků, ten pak pokračuje vyvoláním dalšího žáka. Lovec uprostřed se snaží ruličkou z papíru či novin lehce zasáhnout vyvolaného spolužáka dříve, než stihne říci jméno dalšího. Jestliže si vyvolaný nevzpomene na jiné jméno ze skupiny, nebo je zasažen rychleji, než jméno vysloví, vymění si oba místo a hra pokračuje s novým lovcem.

Variace: Pokud se skupina již zná velmi dobře, případně se třídou chceme procvičit nějaké pojmy, lze místo vlastních jmen každému přidělit určitý pojem (např. jména květin, historických postav, zemí a měst). Poté co si celá třída označení spolužáků přiměřeně dobře zapamatuje, postupujeme stejným způsobem s lovcem uprostřed kruhu.

Zhodnocení aktivity: Můžeme se žáků ptát, kdo byl nejrychlejší, případně si s nimi pojmenovat schopnosti, které potřebujeme, abychom úkol zvládli (tj. paměť, pozornost, rychlé reakce). Pokud je dostatek času a je to vhodné, můžeme pokračovat v diskusi, kdy se takové schopnosti ještě hodí a jak je lze trénovat.

Zaměření aktivity: Primárně se opět jedná o trénink zapamatování jmen. V případě této aktivity je důležité zajistit, aby se lovec uprostřed spolužáků pouze dotýkal a jeho „lov“ nebyl nadměrně agresivní.



■ Jméno a zájem

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10–15 minut



Postup: Žáci i učitel stojí v kruhu. První v kruhu (ideálně učitel) řekne své jméno a připojí k němu svůj největší zájem, který předvedeme pantomimicky. Jeho soused po pravé straně opakuje jméno prvního, předvádí jeho koníček a pak pokračuje svým jménem a nějakou svou zálibou (předvedenou pantomimou). Další zopakuje předchozí dvě jména a přidá své. Takto pokračujeme až do konce kruhu. Pokud je skupina příliš velká a činnost by trvala postupně moc dlouho, opakuje každý jen dvě před ním řečená jména a napodobuje zájmy těchto spolužáků.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se žáků, jak se jim vymýšlelo ztvárnění zájmu, jestli poznali zájmy všech spolužáků i učitele, případně se doptáme, co měl dotyčný na mysli. Při předvádění tohoto typu se můžeme také zeptat, jestli to všem bylo příjemné, a probrat se žáky případnou stydlivost. Když je příležitost a dostatek času, můžeme prohodit, že každý je jiný a zatímco někteří se rádi předvádějí a jsou v centru dění, jiným je to nepříjemné. Žáci mohou i sami sdělovat, kdy jim je a kdy naopak není příjemné něco před druhými prezentovat. Současně se dá se žáky probrat využívání mnemotechnických pomůcek – spojení jména spolužáka s jeho zájmem může být takovou pomůckou. Opět se lze ptát, kdy jaké mnemotechnické pomůcky používáme, případně vyzvat žáky, aby některé své pomůcky uvedli jako příklady.

Zaměření aktivity: Primárně sebeprezentace a zapamatování křestních jmen, prostřednictvím aktivity je však možné zavést diskusi i na téma zapamatování, fantazie, kreativity, introvertního a extrovertního temperamentového zaměření.

■ Jak jsem přišel/přišla ke svému jménu

Pomůcky: žádné, případně kniha: Rameš, V.: *Po kom se jmenujeme. Encyklopedie křestních jmen*. Libri, 2000, 2001. On-line dostupné na: <http://www.libri.cz/data-baze/jmena/>.



Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 15–20 minut

Postup: Žáci si ve dvojicích sdělí, co vědí o původu svého jména. Jednak z hlediska rodinné tradice nebo rozhodnutí rodičů, proč jim dané jméno vybrali, jednak z etymologického hlediska, jestli je jim známo, z jakého jazyka jejich jméno pochází, případně co znamená či znamenalo. Na tuto část dáme k dispozici dvojicím asi 5–10 minut. Následně v každé dvojici představují žáci vždy svého partnera a snaží se sdělit vše, co si zapamatovali. Zajímavým doplněním je, když dáme s předstihem žákům úkol zeptat se rodičů, jak se při volbě jejich jména rozhodovali.

Zhodnocení aktivity: Můžeme se žáků zeptat, jak dobře se jim pamatovaly slyšené informace, a na druhou stranu jaké pro ně bylo, když o nich hovořil někdo druhý a sděloval, co mu řekli. Když je dostatek času, můžeme rozebrat, zda všichni byli spokojeni se sdělením partnera o jejich jménu, jestli od něj slyšeli všechny podstatné informace. Pokud k tomu vyvstane příležitost, lze se žáky dále diskutovat o tom, že někdy ze stejného sdělení každý pochytil jinou informaci, případně jinou informaci pokládá za důležitou. Můžeme s nimi také vymyslet další příklady, kdy se jim toto přihodilo, a současně je vyzvat, aby promysleli, jak se takové situace vyvarovat (např. tím, že zdůrazníme, že toto je třeba si zapamatovat, že to pokládáme za důležité). V závěru můžeme přečíst informace o jménu z knihy o jménech. V této podobě je možné aktivitu zařadit do hodin občanské výchovy k tématům rodiny apod. a propojit vzájemnou sebeprezentaci žáků s výukou.

Zaměření aktivity: Primárně se opět jedná o aktivitu sebeprezentující, ale lze ji využít k diskusi o zapamatování slyšených informací.

■ Mimoszemšťané

Pomůcky: papíry A4, psací potřeby, respektive fixy či pastelky

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10–15 minut

Postup: Papír přeložíme napůl po delší straně a napíšeme na něj své jméno tak, že hrana přeloženého papíru je naše linka (kličky, které by měly jít pod linku, ukončíme také na ní). Následně přiložíme přepůlený papír na okno nebo jiné sklo proti světlu tak, aby jméno prosvítalo, a na druhé půlce přeloženého papíru ho překreslíme podle vzoru, opět přímo na přeložené hraně (obkresluje ho vlastně pozpátku). Když papír rozevřeme, stojí před námi mimozemšťan vytvořený z našeho jména. Žáci ho mohou fixami různě dotvořit. Následně každý prezentuje mimozemšťana ze svého jména a může si k němu vymyslet i příběh, jímž ho představí (instrukci můžeme zadat tak, aby příběh vypovídal o žákovi, nebo se může jednat o jakoukoli historku o mimozemšťanovi). Když bude dostatek času, lze třídu vyzvat, aby vymyslela příběh o celé planetě, na níž tito mimozemšťané (jinými slovy naše třída) žijí.

Zhodnocení aktivity: V závislosti na zadání instrukce můžeme ocenit kreativitu žáků nebo se ptát, jak se jim přemýšlelo o jejich mimozemských vlastnostech, zda by spolužáci přidali ještě nějakou vlastnost některým jedincům, jestli je třída na své planetě spokojená.

Zaměření aktivity: Primárně jejím prostřednictvím opakujeme jména žáků, ale lze ji využít také pro rozvoj kreativity, snadno se dá zapojit do výuky jazyků, nácviku charakteristiky, současně takto podněcujeme schopnost sebereflexe.



■ „Místa si vymění všichni ti, kdo...“

Pomůcky: židle

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: libovolná, alespoň 10 minut

Postup: Třída sedí v kruhu, techniku zahajuje zpravidla učitel, který stojí uprostřed kruhu a jeho židle byla odejmuta pryč. Tak zůstane vždy v kruhu jeden člověk, který si nemá kam sednout a následně dává instrukci, aby si vyměnily místa osoby podle určitého charakteristického znaku, jenž platí i pro daného jedince uprostřed kruhu (např. délka vlasů, místo narození, oblíbené jídlo...). Záleží pouze na atmosféře ve skupině a také na věku žáků, zda setrvají u povrchních dotazů, nebo se budou ptát i na více osobní informace.

Zhodnocení aktivity: Skupina rekapituluje, které společné rysy si zapamatovali, ptáme se, zda někoho překvapilo, že si ve skupině s nimi vyměňoval místo někdo, koho by nečekali, doptáváme se na jakékoli informace, jež se žáci o svých spolužácích dozvěděli.

Zaměření aktivity: Sebe prezentace i poznávání druhých, aktivita je vhodná také v případě, kdy skupina dlouho pracovala v klidu a seděla, pokud ji potřebujeme oživit. Touto metodou lze rovněž nenásilně získat některé informace o vztazích ve skupině. Je však vždy vhodné začínat u jednodušších položek, aby žáci nevnímali úkol jako příliš náročný. Učitel současně stále monitoruje, zda se dodržuje pravidlo, že výzva od žáka uprostřed kruhu platí i pro něho samotného.



■ Tematické molekuly

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 15 minut, dokud je aktivita pro děti zábavná

Postup: Děti jsou atomy a volně se pohybují ve vymezeném prostoru. Vedoucí hry řekne kritérium, podle něhož se vytvoří molekula: podle počtu sourozenců, barvy očí, domácího zvířete, oblíbené roční doby, oblíbené barvy atd. Krátce projdeme a pojmenujeme, jaké molekuly vznikly. Pak se řekne: „Atomy, hýbejte se...“, molekuly se rozpustí, děti se volně pohybují a podle dalšího kritéria vytvoří jinou molekulu.

Zhodnocení aktivity: Vedoucí může v závěru upozornit, že je vidět, kolik společného děti mají. U starších žáků je výhodnější, pokud se ptáme přímo jich, co o sobě navzájem zjistili, s kým našli společné vlastnosti i jiné charakteristiky, případně zda je něco ze zjištěných informací překvapilo.

Zaměření aktivity: Děti mají možnost zjistit, s kým mají ve skupině něco společného. Někdy se dozvědí o spoluhráči novou informaci. Aktivita může sloužit jako seznamovací u dětí prvního stupně, které o sobě ještě neumějí tolik hovořit.



■ Průzkum třídy

Pomůcky: Lístičky, na nichž jsou předem zadány úkoly, které budou žáci plnit. Úkoly jsou formulovány ve smyslu „Najdi ve třídě někoho, kdo...“ (lze vymyslet libovolné charakteristiky, dovednosti, vlastnosti, je možné rovněž uvést seznam „nej...“, která chceme ve třídě zjistit). Je vhodné, aby byly převážně zahrnuty otázky, na něž nelze odpověď zjistit na první pohled, ale žáci v ideálním případě musí oslovit všechny spolužáky a teprve na základě vyhodnocení informací od nich zjistit odpověď. Počet úkolů odpovídá počtu žáků ve skupině, případně počtu dvojic, jež ve třídě můžeme vytvořit. Dále potřebujeme psací potřeby a papíry na poznámky.



Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: průzkum třídy 10–15 minut (úkol je však možné zadat i několik dní předem a následně se vrátit k jeho vyhodnocení), prezentace výsledků 30 minut

Postup: Žáci jsou informováni, že budou provádět průzkum své třídy. Jednotlivci, v případě větších tříd náhodně vytvořené dvojice, si vylosují úkol a v zadaném časovém intervalu (např. na seznamovacím kurzu do druhého nebo třetího dne) zjistí odpověď. Není nutné, aby odpověď byl jen jeden člověk, lze formulovat otázky tak, že budou platit pro více žáků ve třídě.

Zhodnocení aktivity: Každý prezentuje výsledky svého průzkumu, skupina kontroluje, zda zjistil skutečně adekvátní odpovědi. Je vhodné odpovědi zapisovat na velkou plachtu papíru nebo na tabuli, zejména když jsou zjišťovány pozitivní charakteristiky, třída tak získá přehled o kvalitách všech svých členů. Pokud není odpověď pouze jednoslovná a zcela jednoduchá, vyzveme žáky, kterých se týká, aby vysvětlili, proč pro ně platí (např. sdělují sami, jakým sportům se věnují nebo jaká mají domácí zvířata). V závěru zrekapitulujeme, co všechno jsme se o spolužácích dozvěděli, ptáme se žáků, co je zaujalo a překvapilo na jejich spolužácích.

Zaměření aktivity: Vzájemné poznávání, prezentace informací, které se nemusíme při běžném chodu třídy dozvědět, plnění úkolu s partnerem, s nímž žáci možná doposud nepracovali. Je dobré, pokud jsou u odpovědí různá jména, z toho důvodu zaměřujeme otázky na různé oblasti. Není cílem ukázat jednoho nejlepšího jedince, ptáme se raději na více spolužáků, kteří mají podobné charakteristiky.

Příklady dotazů do průzkumu:

1. Kdo má nejneobvyklejší zájem?
2. Kdo má nejvíc sourozenců?
3. Kdo má příbuzné na nejvzdálenějším místě?
4. Kdo byl v nejvíce zemích?
5. Kdo bydlí nejdál od školy?
6. Kdo umí hrát na nejvíc hudebních nástrojů?
7. Kdo má doma nejvíc domácích zvířat?

8. Kdo má doma nejexotičtější zvíře?
9. Kdo ušel nejdelší pěší túru?
10. Kdo získal nejvíc medailí nebo diplomů?
11. Kdo se aktivně věnuje nejvíce sportům?
12. Kdo má největší číslo boty?
13. Kdo má nejmenší číslo boty?
14. Kdo si pamatuje nejdelší básničku?
15. Kdo zná někoho slavného?

■ Indiánské jméno

Pomůcky: papíry menšího formátu, psací potřeby

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ



Doba trvání: 30 minut

Postup: Se žáky nejprve rozebereme, jak vznikala indiánská jména, uvedou některé příklady, uvědomíme si, že to může být spojení adjektiva s podstatným jménem (např. sedící býk) nebo celá věta (např. Ten, kdo tančí s vlky), která jejich nositelé získali na základě svých vlastností nebo významných událostí ve svém životě. Následně si každý zkusí pro sebe vymyslet indiánské jméno, jež by mohl mít na základě kritérií, která jsme jmenovali. Jména se napíší na lístky a učitel je vybere k sobě. Posléze si každý žák vylosuje jméno nějakého svého spolužáka a pokusí se na jeho základě popsat, jaké jsou asi charakteristiky člověka, který je nositelem jména. Skutečný autor jména v tuto dobu mlčí a jen poslouchá. Až po představení se odhalí jeho totožnost.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se třídy, co nového se dozvěděli o svých spolužácích, jednotlivců se pak tážeme, do jaké míry se interpretátoři jejich jména strefili do jejich představy tohoto jména. Každý má příležitost říci, proč si jméno zvolil. Ačkoli nemusí dojít ke shodě v interpretaci nositele jména a žáka, který si jméno vylosoval, můžeme se ptát, zda některé vyslovené informace odpovídají pravdě.

Zaměření aktivity: Vzájemné poznávání, ale také rozvoj metakognice (tj. přemýšlení o myšlení druhých lidí), empatie, rozvoj tvořivosti. Před zahájením druhé etapy, kdy se losují jména spolužáků, je vhodné se třídou prodiskutovat, jak budou o jménech přemýšlet, ať sami žáci navrhnou, jak je budou interpretovat (např. budou zvláště přemýšlet o použitém adjektivu a podstatném jménu, vzpomenou si, jaké charakteristiky se pojí se zvířaty, která bývají často ve jméně použita, pokusí se propojit oba druhy informací). Po této diskusi nebo na konci aktivity lze žáky vyzvat, aby vymysleli další příklady, kdy je výhodné přemýšlet o myšlení druhých lidí, k čemu nám to může pomoci (např. při výběru dárků, v konfliktech, kdy přemýšlíme o úhlu pohledu druhé osoby).

■ Člověčí recepty

Pomůcky: papíry, psací potřeby

Cílová skupina: žáci SŠ

Doba trvání: 20–45 minut



Postup: Nejprve se třídou rozebereme, co vše by měl obsahovat recept na vaření (seznam surovin a jejich množství, návod, jak z nich uvařit pokrm, apod.). Následně žáky informujeme, že se nyní pokusí sestavit recept, podle něhož by kuchařením vyrobili sami sebe. Opět s nimi promyslíme, co by měl takový recept obsahovat (výrazné znaky – fyzické i vlastnosti, něco, čím jsme výjimeční, zajímaví, věci, které nás baví, co máme rádi, čím se od ostatních lišíme, podle čeho nás druzí poznají atd.). Pokud si učitel není jistý, že třída zcela chápe způsob práce, můžeme se všemi žáky zkusit vymyslet recept jedné osoby jako příklad (např. třídního učitele nebo někoho jiného, koho všichni dobře znají). Posléze už každý pracuje sám a pokusí se vymyslet vlastní recept na svou osobu. Na závěr všichni čtou své recepty zbytku třídy.

Variace: Jestliže se žáci ve třídě dobře znají, můžeme psát recepty anonymně a potom si každý žák vylosuje recept někoho jiného, přečte ho a zkouší odhadnout, o koho se jedná. Jinou variantou je vyzvat na závěr třídu, aby společně vymyslela recept, kterým bychom „uvařili“ celý jejich kolektiv.

Zhodnocení aktivity: Po prezentaci všech receptů se ptáme žáků, co se o druhých dozvěděli nového, zda se některé recepty podobaly (diskutujeme se žáky, zda si všimli, že jejich recept byl s někým podobný, ale současně se ptáme ostatních, jestli postřehli podobnost receptů spolužáků), jestli je ingredience v některém receptu překvapily apod. Současně zhodnotíme, jak náročné pro žáky bylo recepty vytvořit. Pokud k tomu vznikne příležitost, lze navázat diskusi, co je sebereflexe a k čemu je výhodná i v jiných situacích.

Zaměření aktivity: Sebe prezentace, technika klade také vysoké nároky na schopnost sebereflexe, primárně se věnuje poznávání sebe samého, ale jejím prostřednictvím můžeme poukázat na společné vlastnosti různých spolužáků.

■ Intuice

Pomůcky: papíry, psací potřeby

Cílová skupina: žáci SŠ, zjednodušená varianta pro žáky ZŠ



Doba trvání: 30–45 minut, zjednodušená varianta 15 minut

Postup: Třídní učitel se postaví do role pozorované osoby a klade skupině otázky o sobě s možností volby (obvykle 2–3 možné odpovědi), kdy jedna z odpovědí pro učitele platí (např. zda má sourozence, zda má raději kávu, nebo čaj, které roční období má nejraději, ale také třeba jak reaguje, když žáci nesplní úkol). Je vhodné položit 8–10 dotazů a zařadit mezi ně i ty, jež odhalují nějaké nepříjemné vlastnosti či nedostatky. Ve variantě pro menší děti volíme pouze konkrétní dotazy s možností volby mezi variantami. Příklady takto formulovaných otázek: „Pije tato osoba raději kávu – čaj – horkou čokoládu?“ „Má sourozence: ano – ne?“ „Pokud si může vybrat, ve volném čase si půjde zasportovat – přečte si knihu – půjde s přáteli do divadla?“ Lze také nechat žáky, ať sami vymyslí některé otázky, jen je důležité, aby jedna z možných odpovědí pro třídního učitele platila. Další variantou je, že poslední otázka je otevřená a zní: „Co bych do třídního učitele nikdy neřekl/a?“ Každý odpovídá sám za sebe a současně se snaží zaznamenat, co ho k odpovědi vedlo. Žáci následně uvádějí své odpovědi a jsou žádáni, aby dokázali co nejpřesněji definovat, co je vedlo k jejich volbě. Třídní učitel pak odhalí správnou odpověď a ti, kdo se střelili, si udělí bod. Stejným způsobem jsou zpracovány všechny otázky. Současně na tabuli zapisujeme percepční klíče, které ovlivnily odpovědi žáků.

Zhodnocení aktivity: V závěru se žáky diskutujeme, co vše nás ovlivňuje při tvorbě dojmu a názoru na druhou osobu, na co bychom si měli dávat pozor, jaké výhody pramení z toho, když dáme člověku šanci a děle ho poznáváme, než svůj názor na něj uzavřeme, zda dokážou měnit názor na lidi, kdy se jim to stalo a v čem jim to bylo prospěšné. Ve variantě pro děti ZŠ, zvláště pro první stupeň, podáváme otázky spíše formou kvizu. Děti si mohou přidělit bod za každý správný odhad a můžeme vyhodnotit, kdo má nejlepší odhad a čím to je, že se mu dařilo tak dobře rozpoznat vlastnosti učitele. I s menšími dětmi můžeme probrat, co nám pomáhá vytvářet si názor o druhých lidech, jak je poznáváme.

Zaměření aktivity: Technika je velmi vhodná pro nenásilné seznámení třídy s novým učitelem například na počátku školního roku, kdy se takto učitel může žákům snaže představit v širším kontextu. Vyžaduje však určité nároky na metakognitivní schopnosti žáků a současně je třeba, aby učitel byl ochoten akceptovat jejich postřehy a názory. U dětí prvního stupně ZŠ jde spíše o rozvoj schopnosti přemýšlet o druhém a pokusit se do něj vžít. Je vhodné si uvědomit, že se nejedná o kritiku, nebo dokonce zesměšnění učitele, pokud uvádějí, co je vedlo k volbě odpovědi a není to nic právě lichotivého, ale o jejich myšlenkové procesy a jejich způsoby uvažování o druhých lidech. Pokud je učitel ochoten naslouchat takto svým žákům, získá bezpochyby pozoruhodnou vazbu, jak na ně působí, čeho všeho jsou schopni a jak se jim daří poznávat osobě důležité

3.4.3 TECHNIKY PRO POSÍLENÍ SPOLUPRÁCE, KOMUNIKACE, NASLOUCHÁNÍ A AKCEPTACE SPOLUŽÁKŮ

■ Stanovení pravidel

Pomůcky: papíry A4 pro samostatnou práci, archy papíru, které lze upevnit na nástěnku či tabuli (respektive flipchart), psací potřeby, silné fixy pro psaní na velké papíry



Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 30–45 minut

Postup: Každý žák samostatně formuluje pravidla skupinového života, která pokládá za důležitá pro svou existenci ve skupině. Následně všichni porovnávají své seznamy a vytvoří se skupinky, jejichž pravidla jsou totožná nebo ve značném rozsahu podobná. Skupiny sepišou své seznamy pravidel a jejich mluvčí je prezentují a zdůvodňují jejich volbu. Nakonec vznikne finální seznam všech důležitých pravidel skupiny, který se napíše na větší arch papíru a vyvěsí na viditelném místě v kmenové třídě. Současně se stanovenými pravidly se skupina může dohodnout na sankcích za jejich nedodržení a naopak odměnách za jejich dodržování (rozhodující slovo by měl mít třídní učitel, případně třídou zvolená skupina spolužáků – ti všichni se budou shodovat, zda došlo k porušení pravidla, nebo naopak jsou pravidla vzorně následována). Ve třídě se mohou všichni žáci k seznamu podepsat, lze ho vytvořit na počátku školního roku (např. na první třídnické hodině) a vyvěsit na nástěnku, kde bude viditelný po celý školní rok. Pokud to třída shledá důležitým, je možné v průběhu školního roku pravidla uzpůsobit a nějaká doplnit. Pravidla mohou být také formulována tak, aby v nich bylo zastoupeno, co očekává třídní učitel od žáků a co očekávají oni od něj.

Zhodnocení aktivity: Je vhodné zařadit diskusi, zda se za těchto okolností všichni cítí ve skupině dobře, zda nebylo opominuto nějaké pravidlo, které jednotlivci potřebují pro zajištění pohodlí v kolektivu. Můžeme se třídou také probrat, kde všude se setkáváme s pravidly v běžném životě (např. silničního provozu, letový řád, pravidla her) a proč je výhodné pravidla formulovat, k čemu nám napomáhají.

Zaměření aktivity: Kooperace ve skupině, dodržování skupinových norem. Při formulování pravidel je vhodné snažit se být zcela konkrétní, nepoužívat vágní pojmy a hesla, pod nimiž si žáci neumějí nic představit. Současně je dobré formulovat pravidla pozitivně ve smyslu, co se od žáků očekává, nikoli co nemají dělat. Soupis pravidel lze vytvořit se žáky jednak se zaměřením na život celé třídy, ale mohou je se třídou dohodnout i učitelé dílčích předmětů. Ač taková pravidla nebývají tak rozsáhlá a možná se jim nevěnuje tolik času, je vhodné si je na počátku školního roku dohodnout a především posléze důsledně dodržovat.

■ Dobrá třída

Pomůcky: soupis charakteristik „dobré třídy“ tolikrát, kolik plánujeme vytvořit skupin ve třídě, archy papíru, které lze upevnit na nástěnku či tabuli (respektive flipchart), psací potřeby, silné fixy pro psaní na velké papíry



Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 30–45 minut

Postup: Aktivita je podobná výše uvedenému stanovení pravidel, avšak pokud se domníváme, že by třída nevládla zcela samostatně vytvořit vlastní soupis pravidel, můžeme využít tuto verzi, která klade menší nároky na vlastní kreativitu žáků. Učitel náhodně stanoví přibližně čtyři skupiny žáků (záleží na velikosti třídy – důležité je, aby se dokázali vzájemně dohodnout a každý měl prostor se vyjádřit), každá dostane na lístečcích rozstříhané výroky o dobré třídě a úkolem všech skupin je vybrat 5–8 výroků, jež podle nich pro dobrou třídu platí. Pak se dvě a dvě skupiny spojí a jejich úkol je totožný s předchozím. Nakonec se má dohodnout celá třída, co podle nich platí v dobré třídě, přičemž se výroky, na kterých se všichni shodnou, zapisují na viditelné místo a žáci vědí, že tímto vznikne soupis pravidel, jimiž by se měli v průběhu života ve třídě řídit.

Příklady výroků o dobré třídě (lze vybrat pouze některé, nebo naopak jiné přidat):

1. Dobrá třída je ta, kde mám kamarády.
2. Dobrá třída je ta, kde ostatní méně úspěšným žákům pomáhají.
3. Dobrá třída je ta, kde si každý může dělat, co chce.
4. V dobré třídě jsou jen samí úspěšní žáci.
5. V dobré třídě se vytvářejí kamarádské dvojice a skupinky.
6. V dobré třídě kamarádí všichni společně.
7. V dobré třídě má každý možnost ukázat, co umí.
8. V dobré třídě žáci vědí, že každý má svou cenu, i když zrovna není úspěšný.
9. Dobrá třída je ta, kde mohu vyniknout.
10. Dobrá třída je ta, kde všichni kamarádí i s méně úspěšnými žáky.
11. Dobrá třída je poslušná a učitelé si na ni nestěžují.
12. Dobrá třída je ta, kde se nikdo nestará o záležitosti druhých.
13. V dobré třídě je legrace a dobrá zábava.
14. V dobré třídě dává jeden druhému opsat.
15. V dobré třídě se žáci vzájemně nepomlouvají.
16. V dobré třídě se každý musí prosadit sám.
17. Žáci z dobré třídy se spolu scházejí i mimo školu.
18. V dobré třídě se nemusí starat jeden o druhého.
19. V dobré třídě si žáci řeší své problémy mezi sebou sami.
20. Dobrá třída je ta, kde se žáci zastanou jeden druhého.
21. Dobrá třída je ta, kde je jasné, kdo je nejsilnější a vládne.
22. Dobrá třída je ochotna pomoci jiným třídám ve škole.

23. Dobrá třída je ochotna pomáhat učitelům, je-li potřeba.
24. Žáci v dobré třídě kontrolují sami sebe a pomáhají tak učitelům při vyučování zachovat klid a pořádek.
25. V dobré třídě jsou jen žáci z dobrých rodin.
26. Do dobré třídy chodí všichni žáci rádi.
27. Dobrá třída je ta, se kterou učitelé nemají problémy.
28. V dobré třídě se slabším neubližuje.
29. V dobré třídě kamarádí i kluci s holčkami.
30. Dobrá třída má lepší výsledky než jiné třídy ve škole.
31. V dobré třídě se žáci dobrovolně a bez hádek střídají v práci pro třídu třeba i po vyučování.
32. Dobrá třída je ta, která se nejlépe stará o svou místnost.

Zhodnocení aktivity: V závěru se žáky probereme, zda jsou se vzniklým seznamem spokojeni, lze jej doplnit, pokud třída odsouhlasí, že některý výrok (ač přesáhneme stanovený počet) pro svou třídu pokládají za nutný. Současně se žáky pohovoříme o tom, jak se jim ve skupinách pracovalo, můžeme se ptát, na kterých výrocih se hned shodli, které byly problematické a dlouho o nich diskutovali, jaké argumenty zaznívaly. Následně můžeme diskutovat o podobných otázkách, jež byly uvedeny u aktivity Stanovení pravidel.

Zaměření aktivity: Skupinové normy, diskuse o společných pravidlech. Jak bylo řečeno, aktivita je obdobou předcházející popsané činnosti, jen nabízí předem stanovené teze.

■ Erb třídy

Pomůcky: čtvrtky velikosti A3, výtvarné potřeby



Cílová skupina: žáci od třetího ročníku ZŠ a celé SŠ

Doba trvání: 30–45 minut

Postup: Třída se rozdělí do stejně velkých náhodně vytvořených skupin. Jejich úkolem je ztvárnit erb třídy, který by co nejvýstižněji symbolizoval život celé skupiny (můžeme je např. instruovat, ať si žáci představí, že vytvořený erb bychom vyvěsili zvenku na dveře třídy – kdokoli by potom šel kolem jejich třídy, dokázal by si představit, jací žáci se v ní nacházejí). Před zahájením činnosti je vhodné se žáky zrekapitulovat, co přesně erby vyjadřují, za jakých okolností vznikaly a kdo je používal. Při práci ve skupině podnětujeme všechny k aktivitě, ačkoli nemusí všichni malovat, každý by měl přidat své nápady a myšlenky. Erb může být zachycen v tradiční podobě a tvaru, nebo mohou žáci využít celý papír podle vlastní fantazie.

Zhodnocení aktivity: Všechny erby jsou prezentovány celé třídě, autorské skupiny sedí u sebe, před nimi je vystaven erb. Nejprve pouze mlčí a poslouchají, jak se ostatní spolužáci pokoušejí vystihnout jeho symboliku. Po vyslechnutí všech nápadů prezentují autoři své vlastní důvody pro ztvárnění erbu. V závěru se jednotlivých skupin také ptáme, jak se členům spolupracovalo, zda byl ve skupině někdo, kdo byl hlavním iniciátorem nápadu, zda byly nějak rozděleny role ve skupině apod. Pokud při prezentacích žáci opakovaně zmiňují konfliktní momenty ve třídě, je nutné pokračovat v diskusi a pokoušet se hledat řešení, respektive se žáků tázat, zda je napadá řešení, jestli jim stávající situace vyhovuje, nebo naopak potřebují změnu, jak můžeme ke změně dojít a jak tomu mohou být všichni, včetně třídního učitele, nápomocni apod.

Zaměření aktivity: Kromě společné práce a společného přemýšlení o životě ve třídě lze tuto techniku využít rovněž pro diagnostické účely. Pokud chceme zjistit, jak žáci prožívají atmosféru ve třídě, velice často se jejich postoje a prožitky promítnou do výtvarné podoby erbu. V takovém případě však musí být učitel připraven o obtížích se žáky dále hovořit a pokračovat v diskusi takovým způsobem, aby jejich vyjádření nezanikla a on jim dokázal pomoci v hledání řešení.

■ Co máme společného

Pomůcky: papír, psací a výtvarné potřeby

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ

Doba trvání: 20–30 minut (případně déle, pokud se aktivita opakuje několikrát)



Postup: Učitel si vytvoří seznam různých kritérií, podle nichž se má třída rozdělit na menší skupiny (např. počet sourozenců, místo původu, druh domácího zvířete, barva očí, zájmy žáků). Skupiny potom samostatně hovoří a pokusí se sepsat co nejvíce charakteristik, které mají společné, kromě té, podle níž se sloučily. Následuje prezentace každé skupiny. Pokud to časové možnosti dovolí, je vhodné posléze třídu opět rozdělit podle jiného kritéria, takže vzniknou opět nové skupiny, které plní stejný úkol. Ideální je aktivitu opakovat alespoň dvakrát. Pro zpestření lze v druhém kole žákům zadat, aby to, co mají společné, ztvárnili výtvarně. Jestliže bude následovat třetí kolo, je možné instrukci pozměnit tak, že členové skupiny budou společné charakteristiky vyjadřovat dramaticky.

Zhodnocení aktivity: Zjišťujeme, kdo se s kým potkal ve více skupinách. Důležité je také si všimnout, kdo byl překvapen, že je ve skupině s někým nečekaným, kdo zjistil něco velmi neobvyklého o společných rysech s dalším členem, respektive členy. Hovoříme o tom, že se spolužáky můžeme nalézt řadu společných rysů, a dále můžeme diskutovat o tom, k čemu je nám užitečné hledat ve třídě shody.

Zaměření aktivity: Posílení skupinové soudržnosti, zaměření pozornosti žáků na vrstevníky ve třídě. Opakování aktivity je dobré především proto, aby žáci získali příležitost hovořit také s dalšími spolužáky. Členění do skupiny podle stanoveného kritéria není zcela zásadní, kdyby ve třídě vznikla skupina čítající pouze dva spolužáky, lze ji přiřčenit k nějaké jiné skupině, stejně tak příliš velkou skupinu můžeme rozdělit na dvě menší. Ve skupinách však nemusí být stejný počet žáků.

■ Společný strom

Pomůcky: flipchart nebo balicí papír s nakreslenou siluetou stromu (přes celý papír), barevné papíry, nůžky, lepidlo na papír, fixy, případně prstové barvy



Cílová skupina: od druhého ročníku ZŠ až po SŠ (pro první ročník ZŠ – variace)

Doba trvání: 30 minut

Postup: Na balicí nebo flipchartový papír se předkreslí silueta stromu. Děti se mají vždy setkat ve dvojici, chvíli si popovídat a snažit se při tom zjistit, co mají společného. Při zadání můžeme podle věku dát několik příkladů, aby děti věděly, o čem povídat: domácí zvíře, sourozenci, sport, zájem, vlastnost. Společně pak vystříhnou z barevného papíru něco, co se hodí do koruny stromu (list, květ, plod, ptáček), a napíší na to, co mají společné. Výtvar přilepí do koruny stromu. Poté si každý najde další dítě do dvojice a vše se opakuje. Aktivitu končíme ve chvíli, kdy už je vidět, že se všichni setkali, když už je koruna plná nebo se větší část skupiny nudí (a již nepomáhá povzbuzování). Hotový strom bývá vizuálně zajímavý a hodí se k vystavení po dobu soužití skupiny.

Variace: Použijeme velký papír s předkreslenou siluetou stromu a prstové barvy. Děti si nabarví dlaně a obtiskují do koruny stromu. V této variantě funguje strom jako symbol celistvosti a vývoje. Obtisky dlaní pak symbolizují podíl každého na tomto celku. Při této aktivitě je dobré moderovat skupinu tak, aby nedocházelo k překrytí něčích obtisků, případně pokud by někdo chtěl umisťovat obtisk mimo strom, povzbudit ho k umístění uvnitř koruny.

Zhodnocení aktivity: S menšími dětmi si přečteme, co všechno máme společného. Diskuse podporuje uvědomění si vlastností druhých dětí, jejich zájmů apod. Hodnotíme pozitivně, kolik toho děti vymyslely. Můžeme ocenit též originalitu – v korunách se objevují ptačí budky, notičky, postavičky a další roztočivnosti. S dětmi z druhého stupně ZŠ můžeme diskutovat o tom, jestli bylo těžké najít něco společného. S kým to bylo snadnější a s kým méně – a proč. Můžeme se zeptat, jestli se někdo o druhém dozvěděl něco nového a třeba i překvapivého. Se středoškoláky můžeme debatovat o tom, jak přemýšleli při hledání něčeho společného, čím se řídili při odhadu, kde v rozhovoru začít.

Zaměření aktivity: Cílem aktivity je posílení skupinové soudržnosti. Strom v sobě nese symboliku celku a vývoje. Tím, že členové skupiny vkládají do koruny své dílčí výtvary, se symbolicky z prvků dělá celek. Tato symbolika je podpořena tím, že strom se skládá z pojmenování toho, co mají různé dvojice společné. Členové skupiny se také více poznají. Pokud se už znají, je vhodné v zadání uvést, že se mají setkat hlavně s těmi, které zas tolik neznají.

■ Trpaslíci

Pomůcky: klasické školní židle, případně šátky

Cílová skupina: žáci od třetího ročníku ZŠ až po SŠ

Doba trvání: 15–20 minut

Postup: Skupina umístí židle do kruhu velmi těsně vedle sebe. Každý si na jednu stoupne. Následně se bez použití slov seřadí na židlích od nejmenšího k největšímu (stejně jako chodili v řadě trpaslíci v pohádce O Sněhurce), aniž by ze židlí sestoupili. Mohou pouze neverbálně gestikulovat a navzájem si pomáhat při přechodu po židlích. Není nutné, aby učitel určoval začátek, můžeme nechat na žácích, ať se neverbálně dohodnou, kde bude stát nejmenší žák.

Variace: Pokud se obáváme pohybu ve vzduchu, lze zadat stejný úkol, ale žáci stojí na zemi a mají zavázané oči šátky. Pro menší žáky můžeme aktivitu zjednodušit tak, že mají povoleno hovořit. Jinou variantou je změna kritéria, podle něhož se žáci řadí. Můžeme jim například určit, ať se řídí prvním písmenem svého jména, nebo se seřadí podle data narození.

Zhodnocení aktivity: Všimáme si, jak dlouho práce skupině trvala, zda se postupně rozvinul konkrétní model spolupráce, který vedl k úspěchu, kdo byl nejvíce iniciativní. O tomto se skupinou následně hovoříme. Lze diskutovat také o pocitech při fyzickém kontaktu s druhými členy skupiny, kdo měl strach a co mu pomohlo jej překonat. Snažíme se otázkami žáky dovést k tomu, že se jim práce podařila, respektive začala dařit v okamžiku, kdy spolupracovali.

Zaměření aktivity: Posílení skupinové soudržnosti, kooperace, prezentace informací o své osobě (v případě řazení podle jména, data narození nebo jiné individuální charakteristiky). Je možné, že někdo ze žáků odmítne aktivitu, neboť má obavy z výšek, případně je mu nepříjemné, když má zavázané oči. Takového jedince nominujeme do role pozorovatele a potom se při diskusi ptáme, čeho si všiml, co všechno postřehl, že se ve skupině odehrávalo. Při variantě na židlích je velmi důležité, aby učitel byl uvnitř kruhu a pomáhal žákům, kdyby hrozilo, že ze židlí spadnou.



■ Empatie

Pomůcky: papíry, psací potřeby

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Každý žák ve třídě pracuje sám. Učitel se ptá na různé kategorie (např. den v týdnu, roční období, barva) a úkolem každého jednotlivce je napsat odpověď, kterou se domnívá, že napíše většina spolužáků. Je vhodné uvést alespoň 8–10 kategorií a zařadit i takové, jež se přímo týkají života skupiny (např. vyučovací předmět, učitel). Můžeme také třídu navrhnout, ať si několik kategorií navrhne sama, a některou (nebo i více) zvolíme do seznamu. Následuje vyhodnocení, za každou položku získává každý tolik bodů, kolik žáků (včetně něj) odpovědělo stejně. Po sečtení bodů se určí, kteří jedinci byli nejméně úspěšní (je vhodné vybírat pásma, nezdůrazňovat konkrétní úspěšné či neúspěšné osoby).

Zhodnocení aktivity: Nejméně úspěšných jedinců se ptáme, co jim pomohlo tolikrát správně odhadnout názor třídy. V diskusi zaměřujeme pozornost na schopnost vcítit se, vnímat život třídy a znát její dynamiku a necháme žáky vyjasnit, co rozvoji těchto schopností pomáhá. Současně bychom měli rozebrat, kdy v každodenním životě je výhodné umět se vcítit do druhých osob, kdy takovou dovednost využíváme.

Zaměření aktivity: Posílení skupinové soudržnosti, rozvoj schopnosti vcítit se do druhých osob. Při zadávání aktivity je vhodné, aby učitel opakovaně zdůrazňoval, že žáci odpovídají tak, jak si myslí, že odpoví většina. Zejména u mladších žáků nebo ve třídách, které jsou výrazně individualistické, je dobré stále upozorňovat, že nyní nemyslíme na to, co napadá nás, ale zkusíme přemýšlet o druhých lidech.



■ Nedokončené věty

Pomůcky: dostatečné množství papírů s předtištěnými začátky vět, tři velké archy papíru, fixy

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ

Doba trvání: 30–60 minut

Postup: Aktivitu je vhodné rozdělit do dvou samostatných setkání. Na konci prvního všichni žáci anonymně dokončí předtištěné věty („V naší třídě oceňuji...“; „V naší třídě se mi nelíbí...“; „Naší třídě by prospělo...“). Učitelé přepíší vyjádření žáků zcela autenticky na tři samostatné velké papíry (každá věta bude na samostatném archu) a při následujícím setkání je prezentují skupině v pořadí, jak jsou uvedeny.

Zhodnocení aktivity: Ve třídě se zvolí dobrovolník, který příslušný arch s větami přečte. Následně třída diskutuje o nejčastěji se opakujících tvrzeních. Jestliže se jedná o ocenění třídy, je dobré si vyjasnit, čím chování kolektivu k těmto charakteristikám přispělo a co je dobré zachovat, aby vydržely. V opačném případě třída a učitel zkoušejí pojmenovat možná řešení potíží, což souvisí s třetí větou, tj. co by třídě prospělo. V této souvislosti je třeba probrat, co pro to mohou žáci i učitel zcela konkrétně udělat, popřípadě naplánovat, co se bude dít, kdy a kdo činnosti vykoná, jak se zajistí kontrola splnění plánovaných úkolů atd.

Zaměření aktivity: Aktivita opět umožňuje diagnostiku školní třídy, lze ji proto opakovat i několikrát během školního roku. Na druhou stranu může být značně náročná na zvládnutí skupiny, nemělo by dojít k žádnému ostrému konfliktu, učitel by měl vyslechnout bez zaujetí názory všech a vést skupinu k řešení, aniž by s někým vytvářel koalici. Jestliže z odpovědí vyplyne, že v následující diskusi může dojít ke konfliktním momentům, případně si učitel uvědomuje, že s některými názory výrazně souhlasí oproti jiným, je lepší vést skupinu s další osobou (metodikem prevence, výchovným poradcem aj.) a předem se například dohodnout, že bude každý z nich stát více na straně jedné skupiny. Je důležité, aby z diskuse nikdo neodcházel s pocitem, že o něj třída nestojí, že jsou proti němu všichni zaujati. Vždy by měla následovat technika, která tým povzbudí a podpoří přátelskou atmosféru.



■ Ostrov

Pomůcky: vhodný prostor v terénu, případně křída, kterou budeme kreslit na zem

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 5–10 minut

Postup: Všichni žáci mají za úkol stát na ostrově, který je obklopen mořem (můžeme přidat, že v něm plavou nebezpeční žraloci). Skupina se má vejít na ostrov a žádný její člen nesmí spadnout do vody. Velikost ostrova volíme tak, aby tu členové skupiny nemohli stát pohodlně vedle sebe. Aktivitu můžeme zařadit ve variantě, kdy je třída rozdělena na skupinky – například v lese na mýtině se čtyřčlenné skupinky musí vejít každá na jeden pařez nebo ve městě na víko od kanálu. Jiná možnost je, že se takto „zachránit“ musí celá třída na jednom ostrově. U této aktivity je třeba respektovat, že některé děti špatně snášejí intenzivní fyzický kontakt. Jestliže by se některý žák cítil výrazně nepříjemně, můžeme ho z aktivity vyřadit a požádat ho, aby zastával roli pozorovatele, případně mu zdůraznit, co má sledovat a poslouchat. Při závěrečném shrnutí se pak speciálně zeptáme pozorovatele, čeho si při práci skupiny všiml. Může přispět řadou zajímavých postřehů, které si skupina neuvědomila.

Zhodnocení aktivity: S mladšími žáky oceníme, že se podařilo zachránit všechny členy skupiny. Ptáme se, kdo měl užitečné nápady – například vzít někoho na záda. Se staršími můžeme rozebrat i další role při hledání řešení – kdo kritizoval, kdo udržoval dobrou náladu, kdo říkal, že to nemůže jít. Se středoškoláky můžeme přejít do diskuse o nutnosti spolupráce, podobně jako u následující aktivity Létající koberec, která téma rozvíjí.

Zaměření aktivity: Spolupráce, vymýšlení strategie, naslouchání názorům druhých.



■ Létající koberec

Pomůcky: prostěradlo na dvojlůžko nebo jiná obdobně velká plachta (např. deka, část padáku, velký kus pevnějšího igelitu)

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ

Doba trvání: 15–20 minut

Postup: Všichni žáci se postaví na rozprostřené prostěradlo. Aktivitu uvedeme tak, že žákům sdělíme, že letí na létajícím koberci, jsou vysoko ve vzduchu a náhle jim začalo docházet palivo. Jediný způsob, jak se mohou zachránit, je obrátit koberec rubem nahoru. Jelikož jsou však vysoko nad zemí, je třeba pohlídat, aby žádný spolucestující z koberce nepřepadl. Žáci si mohou pomáhat tak, že jeden druhého vezme na záda, posadí si ho za krk apod. (Řešení: Jeden cíp prostěradla je nezbytně obrátit do kříže a dále pak v obrácení postupovat, zatímco žáci postupně přecházejí na obrácenou stranu. Buď musí někdo ze třídy projít pod nohama všech ostatních, postupně prostěradlo obracet a určovat jim, kam si mají stoupnout, nebo obracejí vždy ti, kdo ještě nestojí na rubové straně, a jakmile si vytvoří prostor, přejdou za překříženou část prostěradla a stojí na místě, které je už obrácené.) Žáci budou na prostěradle s vysokou pravděpodobností stát hodně blízko u sebe, ale měli by mít alespoň minimální prostor, aby bylo možné úkol splnit. Pokud je třída větší, raději použijeme dvě prostěradla (na jedno se vejde maximálně 15–20 osob).

Zhodnocení aktivity: Po úspěšném ukončení práce se žáky hovoříme o tom, jak se jim podařilo cíle dosáhnout. Ptáme se, kdo inicioval správné řešení, zda si všimli, že někdo byl aktivnější než ostatní a hodně skupině pomáhal, jak se jim podařilo prostěradlo obrátit, zda všichni pracovali. Jestliže z aktivity vyplyne (pokud možno žáci sami pojmenují), že jim pomohla vzájemná spolupráce, pokračujeme v diskusi uváděním dalších příkladů, kdy je nutné, aby lidé spolupracovali. Kromě školního prostředí přemýšlíme i o jiných situacích, nezapomínáme uvádět příklady z dospělého života. V závěru žáky vyzveme, aby shrnuli co nejvíce důvodů, proč je spolupráce výhodná.

Zaměření aktivity: Spolupráce, vymýšlení strategie, argumentace a vyjednávání, naslouchání názorům druhých.



■ Naše historie

Pomůcky: rulička papíru, který se používá do pokladny, výtvarné potřeby

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ, SŠ

Doba trvání: 30–45 minut

Postup: Třídu rozdělíme na několik skupin (počet jejich členů nemusí být shodný, ale měl by být lichý). Skupiny se usadí někde v místnosti a učitel je několikrát obejde s páskou z pokladny, aby získaly dostatečně velký pruh papíru. Následně má skupina za úkol rozdělit příslušný pruh papíru na stejně dlouhé díly pro každého svého člena (existuje několik řešení tohoto úkolu, ale pokud je skupina příliš malá, případně má sudý počet členů, úkol je příliš banální). Nesmí používat žádné měřicí pomůcky a skupině nesmějí zůstat žádné přebytky. Když tento úkol splní, každý žák si vezme svůj vlastní pruh papíru a jakkoli na něj vyjádří svou dosavadní školní kariéru.

Variace: Skupina si může vzít pouze jeden pás papíru a znázornit na něj vývoj své třídy od jejího vzniku do současnosti.

Zhodnocení aktivity: Žáci prezentují své výtvary (nejprve je vhodné je vystavit a dát ostatním čas prohlédnout si všechna dílka). Třída posléze hovoří o svých dojmech z prezentací, jestli se dozvěděli něco nového o svých spolužácích, co je zaujalo, překvapilo, potěšilo apod. Zda někteří našli shody mezi svými prezentacemi. V případě, že skupiny zachytily vývoj třídy, hovoříme o shodách mezi skupinami, případně o tom, co se ukázalo pro jednotlivé skupiny důležité a zda se v tom lišily. V menší skupině mohou žáci každý sám hovořit o své historii, ve větších zvolíme, kteří žáci chtějí dobrovolně prezentovat, popřípadě které práce nejvíce zaujaly. Jinak by bylo trvání aktivity nadměrně zdlouhavé.

Zaměření aktivity: V první části kooperace, v druhé části podle zadání kooperace nebo sebeprezentace. Aktivitu je dobré využít v situacích, kde přichází více nových spolužáků do třídy nebo kde třída prošla mnoha změnami a chceme vědět, jak je vnímají. V takovém případě může mít opět i diagnostický charakter.



■ Hradky z karet

Pomůcky: hrací karty v dostatečném množství

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 30–45 minut

Postup: Třída se rozdělí do menších týmů, každý tým dostane hromádku karet (starší žáci mohou dostat větší množství – i několik balíčků, mladší méně). Jejich úkolem je vybudovat prostorově co nejzajímavější stavbu, aniž by spolu hovořili a zbyla jim jakákoli karta. Poté co každá skupina prezentuje svou stavbu, pokusí se spojit všechny dohromady a vytvořit jejich společný příběh (pokud by přesun staveb byl náročný a hrozilo zničení, propojí je pouze společným příběhem).

Variace: Dvojice či trojice dostanou menší hromádku karet a asi pět minut mají připravit strategii stavby, při níž se mohou domlouvat. Posléze dostane skupina pokyn, že mají všichni pracovat společně, avšak od tohoto okamžiku nesmějí hovořit. Jinou variantou je zadání, při němž může skupina verbálně komunikovat, avšak žáci smějí používat pouze jednu ruku, druhou mají stále za svými zády. Při jakémkoli stavění je tedy žádoucí vzájemně si pomáhat.

Zhodnocení aktivity: Při využití původní varianty se ptáme, jak se žákům pracovalo, co se jim líbilo, co je rozčilovalo, kdo přicházel s nápady, kdo je naopak dokázal dotáhnout do konce, zda měl někdo tendenci práci vzdát, když karty opakovaně padaly. Pokud je využita dvoufázová varianta, věnujeme také pozornost změně pravidel od první etapy ke druhé, jak to komu bylo příjemné, zda se dokázal prosadit ve velké skupině, jak se pracovalo bez mluvení, jak se spolupracovalo s ostatními členy. Opět lze následně diskusi převést na hovor o spolupráci – vymyslet další příklady z běžného života, kdy je kooperace užitečná a proč.

Zaměření aktivity: Kooperace, dodržování pravidel, rozdělení rolí ve skupině. Můžeme věnovat pozornost také tomu, kdo zastává ve skupině jakou roli, tj. kdo přináší nápady, kdo naopak dokončuje nápady, kdo je jak vytrvalý, kdo má tendenci se ze skupiny stahovat stranou apod.



■ Zamořená pláž

Pomůcky: plastové lžice, jedna kovová lžice, tři misky, fazole, těstoviny, kuličky či jiné drobné předměty – je nutné, aby byly dvojího druhu a mohly reprezentovat tzv. mušle a pesticidy, lístky s rolemi

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Tříde je řečeno, že jsou v roli ekologů, kteří na pláži zachraňují vzácné mušle zamořené pesticidy. Jsou jim rozdány pomůcky nutné pro práci – transportéry (lžice), mají k dispozici misku představující čistou lagunu pro zachráněné mušle a druhou jako separátor pro pesticidy. Na druhém konci třídy je umístěna miska, v níž jsou smíchány mušle s pesticidy. Jsou také rozdány lístky s rolemi, jež si žáci nesmějí navzájem ukázat. Většina žáků dostane pouze úkol, aby plnili instrukce, jak nejlépe umějí, což však mezi sebou nevědí. Mimo to jsou stanoveny tři speciální role: sabotér (míchá zachráněné mušle s oddělenými pesticidy), někdo, kdo se zaměří na určeného žáka a škodí mu (jedná se o žáka, kterému byla dána jiná lžice – tříde se vysvětlí, že byl nedostatek plastových lžic, proto je jedna kovová, tu však dáme do ruky pečlivě zvolenému jedinci), a kecal (příliš nepracuje, spíše stále tvrdí, že práce nemá cenu, stejně se nepodaří, nestihnou to apod.). Následně žáci na lžicích přenášejí mušle a pesticidy na určené místo, v cíli už se nesmí nic předávat z misky do misky. Tříde můžeme určit čas, během něhož se snaží zachránit co nejvíc mušlí a zničit co nejvíc pesticidů.

Zhodnocení aktivity: Po skončení aktivity se skupinou zhodnotíme, kolik čeho přenesli, jak se jim pracovalo, zda mají pocit, že se třeba někdo snažil více či méně, apod. Mělo by se zde projevit, jak se ostatním pracovalo v atmosféře, kdy jim někdo práci kazí a nevhodně komentuje, sledujeme, jestli si všimli, že jednomu členovi je ubližováno a jak na to dotyčný reagoval. Zpočátku upozorníme žáky, aby neříkali, jaké měli role. Až po první části diskuse je odhalíme a hovoříme o tom, jak se v nich dotyční cítili.

Zaměření aktivity: Spolupráce, problematika ostrakizace jedince ve skupině, rozdělení rolí ve skupině. Je dobré velmi pečlivě zvážit, komu budou příslušné role přiděleny, zejména pokud chceme otevřít diskusi, jaké je někoho ze skupiny vyčleňovat. Jestliže ve třídě existuje jedinec, který je takto ostrakizován, neměla by mu být přidělena role „oběti“, naopak by měl získat příležitost hovořit o problému z role pozorovatele. V případě, že tímto chceme navodit diskusi o situaci, jež ve třídě reálně existuje, je nutné se připravit na případnou náročnou diskusi, kterou bychom měli moderovat takovým způsobem, aby došlo ke změně postojů žáků. Aktivitu však lze využít i tehdy, kdy chceme pouze hovořit se žáky o jinakosti, o vyčleňování jedinců ze skupiny apod.



■ Geometrické tvary

Pomůcky: šátky

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Všichni žáci si zavážou oči šátkem. Učitel zadá několik instrukcí, kterými se skupina promíchá (např. udělejte krok doprava, dva dopředu, jeden vlevo). Následuje pokyn, že se všichni musí chytit za ruce a udělat maximálně pravidelný kruh. Když jsou přesvědčeni, že úkol splnili, mohou si sejmout šátek a podívat se. Následně si šátkem opět zavážou oči, třída se znovu promísí, ať žáci nestojí vedle sebe, a podle instrukce mají vytvořit maximálně pravidelný čtverec. Když se daří dostatečně rychle, ve třetí fázi mají vytvořit trojúhelník. Postup je stále stejný.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se, zda si skupina všimla, kdo přispíval s nápady, jak se jim pracovalo, za jakých okolností se podařilo dosáhnout cíle, také nás zajímá, jestli někdo ze třídy prezentoval nápad, který následně zapadl, protože ho spolužáci přeslechli. Skupina zpravidla dospěje k závěru, že v okamžiku, kdy začali spolupracovat a navzájem si naslouchat, začalo se jim lépe dařit. Stejně jako u jiných aktivit zaměřených na spolupráci následně převedeme diskusi na problematiku spolupráce v reálném životě a její výhody.

Zaměření aktivity: Kooperace, komunikace, vzájemné naslouchání. Pokud někomu ze třídy vadí zavázané oči, stanovíme ho jako pozorovatele a při závěrečné reflexi se ho ptáme, co postřehl, za jakých okolností viděl, že třída došla k cíli.



■ Dům – strom – pes

Pomůcky: papíry na malování, obyčejné tužky

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 15–20 minut

Postup: Třída se rozdělí do náhodně vytvořených dvojic, každý pár má k dispozici papír a jednu tužku. Následně jsou žáci instruováni, aby beze slov a při společném držení tužky namalovali dům, strom a psa (témata obrázků lze obměňovat s ohledem na vyspělost žáků). Když dvojice ukončí spolupráci, každý si najde dalšího do páru a úkol opakuje. Je vhodné alespoň třikrát malovat s různými spolužáky, aby žáci získali různé zkušenosti s rozdílnými partnery.

Zhodnocení aktivity: Všechny obrázky jsou prezentovány třídě. Dvojice reflektují, jak se jim spolupracovalo, každý jedinec také zhodnotí, s kým v páru se cítil nejlépe. Je vhodné se rovněž zeptat, kdo se raději ve dvojici nechal vést a kdo naopak trval na svém vedení, které dvojice a proč se shodly, které dvojice naopak čelily konfliktům a co přispělo k oběma strategiím. V diskusi je možné dále pokračovat otázkami, kdy je výhodné se spíše prosadit a kdy je lepší přizpůsobit se a spolupracovat, co znamená najít kompromis a kdy ho můžeme využít.

Zaměření aktivity: Spolupráce, komunikace, problematika dominance a submise, hledání kompromisů. O všech uvedených tématech je možné hovořit v závislosti na komentářích, jež žáci sami poskytnou.



■ Slepý a němý

Pomůcky: šátky

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Třída se rozdělí do náhodně vytvořených dvojic, jeden člen z každé dvojice jde do vedlejší místnosti, druhý zůstává a dostane zadání úkolu (např. něco sestavit, něco přenést či upravit). Když se dvojice vrátí k sobě, ten, který nezná zadání, si zaváže oči, druhý zná zadání úkolu, avšak od tohoto okamžiku nesmí mluvit. Za těchto podmínek se všechny dvojice snaží splnit instrukci. Posléze se role vymění a dvojice vše absolvují znovu, ovšem úkol je nový.

Variace: Třída se rozdělí do dvojic, jeden z páru si zaváže oči a druhý dostane instrukci, kudy má dotyčného vést, aniž by s ním hovořil. Na trasu lze umístit překážky. Po zdárném dovedení „nevidomého“ zpět do třídy se role vymění.

Zhodnocení aktivity: Podobně jako u předchozí techniky je věnována pozornost úspěšnosti při plnění úkolu a zážitku z vedení či podřízení se druhému a handicapování jednotlivých dvojic. Ptáme se také, zda někomu více vyhovovalo, respektive vadilo, pokud neviděl, či nemohl mluvit, a z jakých důvodů. Reflektujeme, že každý poskytuje jiné odpovědi. Zaslouží si pozornost, že každý může preferovat odlišný styl práce, někdo se raději nechá vést, kdy nemusí cítit takovou odpovědnost za druhého, někdo raději za jakýchkoli okolností vede.

Zaměření aktivity: Rozličné způsoby komunikace, rozdílné preference žáků. Je vhodné věnovat pozornost skutečnosti, že je normální, když se lidé k různým úkolům stavějí odlišně, a zvažovat, kdy mají jednotlivé způsoby práce své výhody, kdy naopak mohou být nevýhodné.



■ Ostré slyšení

Pomůcky: jeden šátek, předmět, který symbolizuje trofej

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: libovolná, minimálně 10 minut

Postup: Třída sedí v kruhu na zemi, zvolí se jeden dobrovolník, který usedne doprostřed, zavážou se mu oči a před něj se umístí trofej. Jednotlivci se pokoušejí co nejtišeji přiblížit a trofej získat. Jakmile její strážce uslyší zvuk, zažene útočníka tak, že směrem, z něhož zvuk přichází, namíří rukou. Útočník se musí vrátit a vyrazí někdo jiný. Vždy smí o trofej bojovat pouze jeden člověk, skupina se musí beze slov dohodnout, koho bude nominovat. Kdo trofej získá, stává se jejím strážcem a usedá doprostřed kruhu se zavázanýma očima.

Zhodnocení aktivity: Dotazujeme se na prožitek strážců trofeje, ale také hodnotíme schopnost spolupráce skupiny bez možnosti verbální komunikace. Ptáme se žáků, co pomáhalo dosáhnout cíle a co naopak pomáhalo strážcům postřehnout „predátora“. Diskuse se může zaměřit na otázky koncentrace pozornosti, nutnosti pečlivě naslouchat okolí. Je vhodné, pokud své postřehy zveřejní také učitel, který se neúčastnil aktivity. Pravděpodobně viděl momenty, jichž si žáci nemuseli při aktivní účasti všimnout.

Zaměření aktivity: Spolupráce, komunikace, soustředění na práci, dodržování pravidel. Aktivitu lze využít i pro zahájení práce se třídou, případně v rámci různých učebních předmětů, pokud chceme hovořit o nutnosti intenzivního soustředění a vzájemné komunikace.



■ Vyladění skupiny

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 15 minut

Postup: Ve třídě se zvolí podskupina přibližně devíti dobrovolníků (záleží na velikosti skupiny, minimálně třetina skupiny by měla být v roli pozorovatelů). Zvolení dobrovolníci se usadí do vnitřního kruhu, mezi nimi by měly být přiměřené rozestupy. Ve vnějším kruhu sedí pozorovatelé (můžeme zvýšit náročnost úkolu tím, že necháme celou skupinu sedět v jednom kruhu). Všichni dobrovolníci zavřou oči a jejich úkolem je postupně napočítat do dvaceti (lze zvolit i jiné číslo, avšak nesmí být dělitelné počtem osob ve skupině), aniž by dvě osoby současně vyslovily jedno číslo. Pokud se tak stane, musí skupina začít znovu od začátku a pokračuje, dokud nedosáhne cíle. Je výhodnější zadat úkol až poté, kdy zvolení dobrovolníci mají zavřené oči a nemohou se již domlouvat na strategii. Jakmile je úkol vysloven, musí se chopit jeho plnění, o ničem jiném diskutovat nesmějí.

Zhodnocení aktivity: Nejprve jsou dotázáni pozorovatelé, zda postřehli nějaké charakteristické rysy skupiny, jak se měnila její dynamika, jestli si všimli někoho, kdo udával tempo, zda se měnily strategie plnění úkolu. Posléze hovoří členové skupiny, jak se ve své roli cítili, jestli vnímali nějakou odpovědnost za splnění úkolu celé skupiny, zda jim vyhovovala spolupráce s ostatními, zda mají vysvětlení, jak se nakonec podařilo cíle dosáhnout. V rámci diskuse je vhodné dojít k závěru, že bylo nutné vyladit se na sebe, najít shodné tempo práce, případně pochopit, jak jsou členové umístění v kruhu za sebou, a pokračovat podle tohoto uspořádání. V závěru můžeme prodiskutovat význam vyladění jedince na skupinu, za jakých okolností je to výhodné a proč.

Zaměření aktivity: Spolupráce, komunikace, empatie, metakognice.



■ Tichý přítel

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 1 týden (lze obměňovat podle aktuální situace)

Postup: Každý žák ve třídě si vylosuje jméno svého spolužáka (je třeba zajistit, aby si nikdo nevylosoval své vlastní jméno). Následně je vysvětleno, že se stávají tichým přítelem vylosovaného spolužáka. Jejich úkolem je alespoň jednou denně po stanovenou dobu spolužákovi nějak pomoci nebo pro něj udělat něco milého, avšak současně je nutné chovat se tak nenápadně, aby spolužák nepoznal, že dotyčný je jeho tichým přítelem. Po dobu trvání aktivity je vhodné, aby učitelé alespoň jednou denně připomněli, ať žáci na svou roli a svůj úkol nezapomenou.

Zhodnocení aktivity: Po ukončení aktivity se žáky hovoříme, jak se jim dařilo úkol plnit, jaké měli nápady, koho tipují, že byl jejich tichým přítelem, jestli si všimli neobvyklostí v jeho chování, nebo naopak zda se jim přihodilo něco, co si neumějí vysvětlit – zřejmě to bylo dílem tichého přítele, ale nevědí, kdo jím byl. Po zveřejnění, kdo ke komu patřil, hovoříme o tom, jaké to bylo pomáhat někomu i přijímat něčí pomoc, jak se žákům dařilo úkol plnit, zda nikdy nezapomněli alespoň jednou za den něco pro daného spolužáka udělat. Ptáme se také, jestli žáci své činy promýšleli, nebo jednali nahodile podle situace a za jakých okolností volili který postup.

Zaměření aktivity: Posílení soudržnosti skupiny, empatie, metakognice. Učitel by měl ošetřit, aby nikdo nesabotoval práci, aby všichni něco vymysleli, ač si vylosovali spolužáka, vůči němuž právě necítí silné sympatie. Je dobré individuálně toto se žáky probrat a podpořit je v jejich iniciativách.



■ Divadelní představení

Pomůcky: žáci si je vytvářejí a volí sami

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: mezi zadáním a realizací by mělo uplynout několik dní (minimálně 1), 1 představení asi 10 minut



Postup: Třída je rozdělena do náhodně vytvořených skupin po přibližně osmi žácích. Jejich úkolem je do stanoveného data připravit divadelní představení. Lze zadat téma, jemuž by se měli věnovat, případně určit několik slov, která se mají v představení vyskytnout (slova by měla být různého slovního druhu a pokud možno spolu nesouvisející). Je možné dát do dvou klobouků kartičky s divadelní formou a žánrem – žáci si pak losují dvojice, co mají připravit (balet-pohádka, opera-horor, činohra-komedie, muzikál-tragédie atd.). Pokud je třída velmi kreativní a zdatná, můžeme zadat jedno písmeno, na něž mají začínat všechna slova v představení. Představení jsou následně prezentována spolužákům. Veškeré kulisy a další pomůcky si žáci sami vymýšlejí, případně vyrábějí či improvizují.

Zhodnocení aktivity: Po představení se ptáme, jak se skupinám spolupracovalo, jak se v nich rozdělily funkce, kdo měl nápady na scénář, kdo se naopak ujal organizace představení, zda všem vyhovovaly role, které hráli. Vyzveme i další skupiny, aby zhodnotily divadelní představení kolegů.

Zaměření aktivity: Kooperace, kreativita, dodržování pravidel. Aktivitu lze využít pro kteroukoli věkovou kategorii, avšak čím mladší jsou žáci, tím více je nutné, aby učitel jejich činnosti iniciativně podporoval, aby společně promýšleli, co je třeba udělat, jak se mají chovat, pomoci skupinám rozdělit role. Menší děti mohou zpracovat existující pohádku či jiný příběh, je nutné nenásilně jejich spolupráci podporovat. Jestliže je i třída na prvním stupni naučená spolupracovat, úkol za podpory učitele zvládnou. Tuto aktivitu je vhodné zařadit například na seznamovacím kurzu nebo na škole v přírodě či školním výletě, kdy žáci mají dostatek času k přípravě i samotnému představení.

■ Věříš mi?

Pomůcky: dvě sady karet každá jiné barvy (každý žák dostane z každé sady jednu kartu; lze využít i kuličky nebo jakékoli jiné předměty)



Cílová skupina: žáci SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Vybraný žák řekne jednu oznamovací větu o své osobě, která se týká jeho vlastností, návyků, názorů apod. Věta může říkat o žákovi pravdu i nepravdu. Jeho spolužáci následně zvednou buď kartu, jež znamená „Věřím ti“, nebo kartu druhé barvy, která sděluje „Nevěřím ti“. Autor sdělení si následně sám vybere spolužáka, po němž bude chtít zdůvodnění jeho volby (nezáleží na tom, zda volba odpovídá realitě nebo nikoli). Po vysvětlení žák odhalí, zda říkal pravdu. V případě, že spolužák vyhodnotil pravdivost chybně, je na řadě, jestliže správně, může sám pokračovat nebo vybrat spolužáka, který o sobě nyní řekne další sdělení.

Zhodnocení aktivity: Po prezentaci celé třídy žáci mohou probrat, do jaké míry je různá sdělení překvapila. Stejně tak mohou žáci reflektovat, zda je překvapilo, že někdo ze třídy jejich tvrzením věřil, nebo naopak nevěřil. Můžeme také hovořit o tom, jak obtížné bylo určit správnost sdělení, a následně co žákům pomáhalo, aby správně odhadli pravdivost. V této souvislosti lze dále pokračovat v diskusi, do jaké míry a za jakých okolností můžeme soudit osoby kolem nás. Co nám pomáhá vytvořit si správný úsudek, jak poznáváme druhé lidi, případně aplikovat přímo na třídu, do jaké míry se žáci domnívají, že se navzájem znají.

Zaměření aktivity: Poznávání druhých, sebepoznání, schopnost metakognice i empatie. Aktivita vyžaduje relativně dobrou znalost členů skupiny. S ohledem na délku existence třídy lze posleze instrukci přizpůsobit, tj. mohou o sobě sdělovat něco, co zajisté v určité podobě projevili a všimaví spolužáci si museli všimnout, nebo něco, co souvisí se školou, apod. Ve třídě, kde se žáci znají velmi dobře, můžeme nechat zadání zcela volné. Aktivita je rovněž poměrně náročná na schopnost metakognice, je vhodné ji zařadit ve vývojové fázi, kdy jsme si jisti, že žáci budou schopni adekvátně o spolužácích přemýšlet.

■ Barvy na čele

Pomůcky: různobarevné puntíky, čtverečky nebo jiné tvary, které lze nalepovat

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 15–30 minut

Postup: Žáci stojí v kruhu, mají zavřené oči. Během celé aktivity nesmějí mluvit. Každému z nich učitel nalepí na čelo barevný obrazec tak, že podle těchto obrazců vznikne několik menších skupin. Jakmile žáci otevřou oči, dostanou instrukci, aby se podle toho, co vidí, rozdělili do skupin, aniž spolu budou hovořit. Dva nebo tři lidé dostanou úplně jiné puntíky a nepatří na první pohled nikam. Když jsou rozděleni a stojí po skupinkách, včetně těch, kdo nepatří nikam, požádáme někoho z jedné ze skupin, aby zkontroloval, zda jsou všichni rozděleni správně. Poté co je obejde a kývne, že všechno je v pořádku, můžeme požádat dalšího hráče, aby, pokud se mu rozdělení nelíbí, rozdělil skupiny jinak (je možné se členy skupin libovolně hýbat podle různých klíčů, např. na základě tvarů či barev, nebo je může namíchat tak, že je mnoho menších skupinek a v každé jsou lidé s různými obrázky).

Zhodnocení aktivity: Po ukončení aktivity je nutné reflektovat, co ve skupině probíhalo. Pozornost zaměříme na jedince, kteří zůstali stát sami, a ptáme se, jaké pro ně bylo být osamělý a nerozumět, proč se to děje. Současně se zbytku třídy ptáme, jak vnímali skutečnost, že někteří žáci nepatřili do žádné skupiny, zda měli potřebu nějak to vyřešit a pomoci jim, zda je napadalo, jak to udělat. Rozebereme, jestli by žákům pomohlo, kdyby rozuměli, podle jakého klíče jsou do skupin členění, respektive jakou roli v běžném životě hraje srozumitelnost a nesrozumitelnost situace, kdy je s námi nějak či někam manipulováno. Pokud jsou pro to vhodné okolnosti, je dobré prodiskutovat, co se žáky dělá, když je třída rozdělena do skupin a někteří nikam nepatří. Jestliže závěreční hodnotitelé se skupinami více hýbali a změnili jejich sestavu, je třeba to také prohodit – proč to udělali, jaké bylo pro členy skupiny, když se náhle ocitli jinde, apod.

Zaměření aktivity: Skupinová soudržnost, struktura sociálních rolí ve třídě, postavení ve skupině, akceptace jinakosti. Aktivitu lze stejně jako Zamořenou pláž využít v případě, že víme o náznacích ostrakizace ve třídě a chceme toto téma otevřít k diskusi. Učitel však musí dbát na to, aby adekvátně přidělil zvolené tvary, neboť je třeba dobře promyslet, kdo bude označen za jedince, kteří nikam nepatří (rozhodně to nesmí být žák či žáci, kteří takové postavení ve třídě mají i ve skutečnosti). Aktivitu můžeme také využít při hovorech v předmětu základy společenských věd, kdy se probírá například státní uspořádání. Stejně tak ji můžeme zařadit, když chceme v rámci rozvoje sociálních dovedností věnovat pozornost toleranci vůči odlišnostem.



3.4.4 CVIČENÍ AKTIVIZUJÍCÍ, RELAXAČNÍ A UZAVÍRAJÍCÍ VÝCVIKOVÁ SETKÁNÍ

■ Sochař

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10–15 minut

Postup: Žáci stojí v kroužku, uprostřed něhož je hádající, který zavře oči a učitel mezitím určí sochaře. Hádající následně otevře oči a sleduje spolužáky, kteří kolem něj dělají drobné i náročnější pohyby určované sochařem. Ten je však určuje nenápadně, aby se neprozradil. Hádající vprostřed kruhu může třikrát hádat, kdo je sochař. Uhodne-li, jde doprostřed kruhu sochař a jeho roli získává někdo nový.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se žáků, co jim pomáhalo odhalit sochaře, jaké strategie používali, zda a jak se jim daří všimnout si detailů ve svém okolí i v běžném životě a k čemu může být taková dovednost výhodná. Pokud k tomu vznikne příležitost, lze také hovořit o tom, jak někteří dovedou být nenápadní a přitom dokážou velké věci (jestliže některého sochaře bylo těžké odhalit, přestože jeho pokyny byly velmi propracované).

Zaměření aktivity: Jedná se spíše o rozcvičku před zahájením práce, která však může navodit otázky na téma pozornost, postřeh, nenápadnost.



■ Přehazovaná

Pomůcky: lehký předmět, který nahradí míček (např. zmačkaný kus papíru, šátek smotaný do tvaru koule), ale házení s ním je obtížnější

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 5–10 minut

Postup: Třída se rozdělí na dva týmy, učitel vyhodí do vzduchu příslušnou náhražku míčku a úkolem týmů je třikrát ji mezi svými členy přehodit, aniž by ji získal druhý tým, který se o to pochopitelně snaží, nebo jí spadla na zem.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se, jak se týmům spolupracovalo, kdo se více zapojil, co jim pomohlo. Všimáme si, pokud někteří žáci ustoupili do pozadí a nezapojili se, a vyzveme je, aby své chování okomentovali. Je dobré opět v této souvislosti upozornit, že každý jsme jiný a některým takové divoké hry nevyhovují, což je v pořádku.

Zaměření aktivity: Techniku lze zařadit na odreagování a navození příjemné, aktivní spolupráce a není nutné ji vždy reflektovat.



■ Jména jahoda – bagr

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10 minut

Postup: Žáci sedí v kroužku, učitel stojí uprostřed a ukazuje na jednotlivé žáky. Jestliže řekne „jahoda“, žák musí vyslovit jméno spolužáka nalevo, když řekne „bagr“, žák jmenuje spolužáka po pravici. Žáci si mohou po čase vyměnit místa. Tempo se zrychluje. Lze určit i jiná klíčová slova, případně na daný podnět žák jmenuje oba své spolužáky, ale podle určených pravidel v odlišném pořadí. Kdo odpoví nesprávně, jde si stoupnout doprostřed kruhu.

Zhodnocení aktivity: Ptáme se, jak se žákům pracovalo, co jim pomáhalo úkol splnit. Můžeme probrat, jak důležité zde bylo soustředit se na práci.

Zaměření aktivity: Aktivizování skupiny, připomenutí jmen, posílení pozornosti ve skupině.



■ Mozková rozcvička

Pomůcky: žádné

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10 minut

Postup: Žáci si stoupnou ve dvojicích tváří proti sobě. Jejich prvním úkolem je společně počítat opakovaně do tří tak, že každé číslo říká jiný žák z dvojice. Po přibližně minutě, když všichni úkol plní bez obtíží, změníme mírně zadání a místo čísla jedna mají žáci tlesknout, ostatní cifry jmenují a postup je stále stejný. Když se dvojice adaptují na změnu a daří se jim, rozšíříme zadání a místo čísla dvě si dupnou, místo čísla jedna stále tleskají, číslo tři vyslovují. Opět dvojice necháme nějakou dobu pracovat, a když všichni relativně zvládají, do třetice změníme zadání – místo čísla tři poskočí, ostatní dvě čísla stále vyjadřují předtím stanovenými pohyby. Opět necháváme dvojice chvíli pracovat.

Zhodnocení aktivity: Viz aktivita Jména jahoda – bagr.

Zaměření aktivity: Zaměření pozornosti, rozdělení pozornosti, flexibilita. Spíše se jedná o aktivizující činnost, lze ji zařadit i na počátku nebo v průběhu vyučovací hodiny, aby chom podpořili soustředění.



■ Kytička

Pomůcky: papíry a psací potřeby, případně pastelky nebo fixy

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Doba trvání: 10–20 minut

Postup: Větší třídu rozdělíme do 8–10členných skupin a v nich se posadí do kruhu, třída o menším počtu žáků může zůstat v jednom celku. Každý nakreslí na papír kytičku (počet okvětních lístků je o jeden menší než počet členů skupiny), do středu květiny napíše své jméno. Poté nechají květiny kolovat ve skupině a každý do jednoho z okvětních lístků napíše krátký vzkaz majiteli papíru o tom, co se mu na něm líbí, co umí, jaké má dobré vlastnosti apod., a podepíše se. Je důležité v zadání zdůraznit, že se při psaní soustředíme na kladné stránky spolužáků a píšeme jen o nich. Takto papíry s kytičkami putují celým kruhem, až se dostanou zpět ke svému majiteli. Jestliže je třída rozdělena do menších skupin, můžeme po ukončení práce v nich vyzvat ostatní spolužáky, aby připsali vzkaz také dalším spolužákům, pokud chtějí, ač nebyli členy jejich skupiny, a poskytneme jim na to určitou dobu.

Zhodnocení aktivity: Necháme žáky, aby si v klidu přečetli, co jim ostatní do květiny napsali, a posléze se ptáme, zda chce někdo své vzkazy okomentovat, případně jak se při čtení cítili.

Zaměření aktivity: Ukončovací aktivita, ale lze ji využít i ve vhodném okamžiku v průběhu třídnických hodin, oceňování druhých, poskytování pozitivní zpětné vazby, sebe-poznání.



■ Chválím – chválíš – chválíme

Pomůcky: žádné, případně předměty, které budou symbolizovat body (žetony)

Cílová skupina: žáci prvního stupně ZŠ

Doba trvání: 20 minut

Postup: Děti sedí s učitelem v kruhu. Učitel říká různé věci, za něž by konkrétní dítě mohlo být pochváleno. Mezi chvályhodné situace vkládá i takové, které jsou sice pozitivní, ale už je můžeme považovat za samozřejmé chování (uklidí po sobě, omluví se, když udělá něco špatně, pozdraví). Ptá se: „Chválím Aničku, že dnes půjčila Ireně své pastelky. Zaslouží si to pochvalu?“ nebo: „Chválím Aničku, že dnes měla udělané úkoly. Zaslouží si to pochvalu?“ Děti se po každém dotazu hlásí, zda si to pochvalu zaslouží, nebo ne, a podle toho dostávají žetony. Případně nemusíme odměňovat žetony a po každém dotazu s dětmi diskutujeme o odpovědích. V případě rozdávání žetonů na konci vyhodnotíme, kdo měl nejlepší odhad situace.

Zhodnocení aktivity: Hodnocení vlastně probíhá v průběhu hry. Pokud udělujeme žetony, můžeme o správnosti či nesprávnosti s dětmi diskutovat u každé situace. I když tu je učitel jakýmsi nositelem pravdy, mělo by porozumění, proč některé věci už můžeme považovat za samozřejmé a co si zaslouží pochvalu, vzejít především od dětí. Je dobré nedávat jako příklad takové situace, kde je i pro dospělého těžké se rozhodnout nebo v tom sami v roli vedoucího hry nemáme jasno. Chválu si zaslouží ty situace, kdy někdo vyhoví druhému na úkor svého pohodlí či majetku; nebo kdy se překoná velká obtíž, prokáže statečnost apod. Můžeme navázat diskusí obecně o pochvalách. Koho chválíme a koho málo, jaké to je být chválen.

Zaměření aktivity: Cílem je rozvíjet pozitivní zpětnou vazbu. Děti mají možnost po-přemýšlet o důvodech, proč jeden druhého chválíme.



■ „Daruji tuto růži...“ „Zasloužím si tuto růži...“

Pomůcky: papírová růže či cokoli, co symbolizuje dar



Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 15–20 minut

Postup: Třída sedí v kruhu a každý má příležitost darovat růži komukoli ze skupiny, avšak musí zdůvodnit, za co mu ji dává. Pro učitele je v této fázi důležité, aby pohlídali, že každý růži alespoň jednou dostal. Následuje druhé kolo, kdy každý, kdo drží růži, sděluje, za co si ji zaslouží, pak ji předá osobě po pravici. Toto kolo je dobré alespoň třikrát opakovat, ať se žáci skutečně zamyslí a provedou hlubší sebereflexi.

Zhodnocení aktivity: V závěru se ptáme, která část byla pro žáky jednodušší, respektive složitější a proč, co je překvapilo, zda chtějí průběh aktivity okomentovat, něco doplnit, reagovat na něčí sdělení.

Zaměření aktivity: Poskytování pozitivní zpětné vazby, sebereflexe. Aktivitou lze ukončit déletrvající program, případně ji zařadit do třídnické hodiny. Je velmi důležité zajistit, aby každý růži dostal, a stejně tak aby každý skutečně ocenil sebe.

■ Vzkazy na záda

Pomůcky: papíry A4, kolíčky na prádlo, psací potřeby nebo fixy

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 20–30 minut

Postup: Žáci si navzájem připnou kolíčkem na prádlo na záda papír. Následně je třída instruována, že každý každému napíše na záda vzkaz, v němž ocení, čeho si na něm váží, co se mu na daném jedinci líbí, čím ho zaujal apod. Žáci si sami zvolí, zda chtějí vzkazy psát anonymně, nebo se podepíší. Důležité je neustále opakovat, že vzkazy mají nést pozitivní sdělení a všichni něco napíší všem ostatním. Dokud toto neproběhne, aktivita není ukončena.

Zhodnocení aktivity: Když všichni sedí na svých místech a napsali všem svůj vzkaz, každý žák si sejme papír ze zad a zcela v tichosti si všichni přečtou, co jim druhí napsali. Je dobré trvat na tom, aby se žáci navzájem nerušili, aby každý měl příležitost samostatně si pročíst vše, co mu bylo adresováno. Následně se žáků ptáme, zda chtějí přečtené nějak komentovat, jak se při čtení cítili, co prožívali.

Zaměření aktivity: Uzavírající aktivita, poskytování pozitivní zpětné vazby, schopnost reflektovat chování a myšlení druhých. Je dobré, když se do aktivity zapojí i třídní učitel, který rovněž píše vzkazy a přijímá vzkazy od svých žáků.



■ Klubíčko

Pomůcky: větší klubko provázku nebo vlny

Cílová skupina: žáci druhého stupně ZŠ a SŠ

Doba trvání: 10–20 minut

Postup: Třída sedí v kruhu, učitel drží klubíčko. Klubíčko vždy jeden žák (učitel) předá druhému tak, že ocení daného spolužáka a klubíčko mu pošle po zemi. Když klubíčko posílá, zároveň podrží konec provázku u sebe – výsledkem je síť, která spojuje jednotlivé žáky podle toho, komu klubíčko posílali. Je třeba zdůraznit, že cílem je, aby se každý stal částí sítě, tzn. aby se k němu dostalo ocenění v podobě klubíčka. Jakmile jsou všichni propletení, je možné síť rozplétat postupně od posledního k prvnímu a klubíčko tak postupně smotat do původní podoby. Každý opět odpovídá na další položenou otázku – například: „Co mohu konkrétně já udělat pro třídu?“ (Otázky lze podle potřeby přizpůsobovat.)

Zhodnocení aktivity: Jedná se o závěrečnou aktivitu, takže není třeba dlouze rozebírat její průběh, spíše je dobré nechat v žácích doznít, co bylo řečeno. Je však možné se ptát, jak se jim pracovalo, jak bylo jednoduché či složité vymyslet odpovědi na otázky, jestli někoho překvapilo, co slyšel. Pokud jsou v rámci aktivity vyřčeny nějaké závazky, je dobré v závěru promyslet, jak jich můžeme skutečně dosáhnout, případně dohodnout termín, kdy znovu o tématu budeme hovořit, nebo kteří žáci či učitel zkontrolují průběh, aby se úkoly skutečně splnily a nezůstalo jen u slov.

Zaměření aktivity: Ukončení práce, posílení vztahů, reflexe chování druhých osob, případně stanovení závazků pro další život ve třídě.



Pro zapojení všech členů třídy a pro navození spolupráce v rámci celé třídy je výhodnější vytvářet podskupiny či dvojice za užití nějaké metody nebo hry, nikoli libovolně. **Způsobů dělení skupiny na podskupiny** je mnoho. Lze využít tradiční rozpočítávání, nebo si členové losují namalované symboly či postavy z pohádek či filmů, podle nichž vzniknou dvojice nebo skupinky. Vylosované postavy z pohádek či filmů se mohou najít podle citátu, který budou dotyční nahlas recitovat, nebo mohou postavu neverbálně znázornit. Losovat mohou také barevné kuličky či kameny a skupiny vzniknou podle barvy. Pokud chceme, můžeme použít bonbony různých barev, podle kterých se skupiny najdou a bonbony posléze žákům pochopitelně zůstanou. Pro dvojice můžeme použít též svazek provázků, jež přehneme v půlce a každý si chytí jeden konec. Když se provázky rozmotají, na jejich koncích jsou vzniklé dvojice (podrobněji popsane postupy najdete v Příloze).