



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Sekce pedagogických a psychologických programů

Bakalářská práce

Podpora rozvoje prosociálního chování
ve školní družině

Vypracovala: Barbora Procházková

Vedoucí práce: Mgr. Lukáš Laibrt

České Budějovice, 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 9. 7. 2021

Barbora Procházková

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucímu bakalářské práce Mgr. Lukáši Laibrtovi za jeho odborné vedení, cenné rady a ochotu pomoci. Poděkování patří i mé rodině za podporu a trpělivost.

Abstrakt

Předmětem této bakalářské práce je sestavení krátkodobého programu her a aktivit pro podporu a rozvoj prosociálního chování v prostředí školní družiny a jeho evaluace vzhledem k vytyčeným cílům. Práce je členěna do kapitol, z nichž první je věnována teoretickým východiskům, stručně objasňuje pojem prosociálního chování a s ním spojený pojem empatie. V dalších kapitolách se práce věnuje metodice tvorby programu a obecné charakteristice programu, charakteristice cílové skupiny, tedy dětí mladšího školního věku a metodám práce, které jsou použity v programu. V navazující části je již popisován samotný program, jeho harmonogram, organizace, uspořádání lekcí podle jejich témat a dílčích cílů. Následně je popsán průběh lekcí a konkrétní herní aktivity vybrané pro splnění určeného cíle, otázky hodnotové reflexe a jsou uvedeny příklady zhodnocení celých lekcí dětmi. Poslední kapitoly jsou věnovány evaluaci programu a jeho subjektivnímu zhodnocení pohledem zúčastněných pedagogů vzhledem k vytyčeným cílům programu.

Klíčová slova:

Prosociální chování, empatie, školní družina, hra

Abstract

This Bachelor's Thesis focuses on the composition of a short-term program of children games and activities to support and develop prosocial behavior in the environment of an after-school center. The thesis is divided into sections. The first describes theoretical background and briefly clarifies the term "prosocial behavior" and there with associated term "empathy". Additionally, it gives general characteristics of the program and of the target group, that is a group of early school age children, as well as describes working methods used in the program. The next, follow-up practical section describes the actual program, its schedule, organization and arrangement of sessions based on their topics and subgoals. Then I have described the actual progress of lessons and particular game activities selected to achieve the projected goal, followed by suggested questions to induce value reflection and examples of how children reflected on completed sessions. Last chapters of the practical section evaluate the program and subsequently provide participating educators' reviews in terms of the designed goals of the program.

Keywords:

Prosocialbehavior, empathy, after-school center, game

OBSAH

ÚVOD.....	8
1 PROSOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ	10
1.1 Empatie	12
2 CHARAKTERISTIKA PROGRAMU	14
2.1 Metodika tvorby programu.....	15
2.2 Cíle programu.....	15
2.3 Cílová skupina.....	16
2.4 Charakteristika prostředí.....	18
2.5 Metody práce	19
2.5.1 Přístup vychovatele.....	19
2.5.2 Komunitní kruh	20
2.5.3 Hra a prožitek ze hry	21
2.5.4 Reflexe aktivit.....	22
3 PROGRAM NA PODPORU PROSOCIÁLNÍHO CHOVÁNÍ „PRIMA PARTA“	24
3.1 Blok pravidelných aktivit – Rituály.....	24
3.1.1 Smajlíci	25
3.1.2 Žalování naruby.....	25
3.2 Blok aktivit na počátek roku.....	26
3.2.1 Lekce 1 – Seznámím se.....	26
3.2.2 Lekce 2 – Poznávám.....	29
3.2.3 Lekce 3 – Co jsou pravidla.....	30
3.2.4 Lekce 4 – Naše pravidla.....	33
3.3 Blok aktivit pro rozvoj dovedností	34
3.3.1 Lekce 5 – Naslouchám.....	34
3.3.2 Lekce 6 – Mluvím tělem.....	38
3.3.3 Lekce 8 – Tvořím	42
3.3.4 Lekce 10 – Spolupracuji.....	47
3.3.5 Lekce 11 - Ukončení programu.....	48
4 REALIZACE PROGRAMU	50

4.1	Organizace programu.....	50
4.2	Lekce 1.....	51
4.3	Lekce 2.....	52
4.4	Lekce 3.....	53
4.5	Lekce 4.....	54
4.6	Lekce 5.....	55
4.7	Lekce 6.....	56
4.8	Lekce 7.....	58
4.9	Lekce 8.....	59
4.10	Lekce 9.....	60
4.11	Lekce 10.....	61
4.12	Lekce 11.....	63
4.12.1	Závěrečná reflexe.....	63
5	EVALUACE PROGRAMU.....	65
5.1	Evaluace z pohledu zúčastněných pedagogů.....	66
5.1.1	Shrnutí šetření.....	69
5.2	Diskuse	69
	ZÁVĚR.....	71
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	72
	SEZNAM TABULEK.....	74
	SEZNAM OBRÁZKŮ.....	75
	SEZNAM PŘÍLOH.....	76
	PŘÍLOHY.....	77

ÚVOD

Téma své bakalářské práce „Podpora rozvoje prosociálního chování ve školní družině“ jsem si vybrala proto, že jej považuji dlouhodobě za aktuální, věnuji se mu také ve své praxi. Výchova je především úlohou rodiny, která je hlavním socializačním činitelem, nelze ale opomenout význam školy, jež je hned druhou nejvýznamnější součástí života dítěte. V dnešním světě internetu přichází škola o své výsadní postavení jedinečného zdroje informací, o to víc stoupá její socializační funkce. Školní družina je zařízením pro využívání volného času dětí a je přirozeným místem pro výchovu. Jako vychovatelka vnímám potřebu pracovat na získávání kompetencí potřebných k rozvoji každého jedince, a to formou pro děti nejpřirozenější, hrou. Čím dál častěji si všímám, že na počátku školního roku se sejde třída plná malých „sobečků“ a individualit. To je v mladším školním věku obvyklé i vzhledem k vývojové etapě, míra tohoto jevu je ale úměrná také výchovnému stylu rodičů. Často takové chování komplikuje přijetí dítěte do kolektivu. Pedagog tráví s dětmi značnou část dne, jeho osobnost se stává pro děti vzorem, jeho chování je příkladem. Může tak svým přístupem, stylem výchovy a aktivitami rozvíjet žádoucí prosociální chování a formovat osobnost jako opak individualismu a egoismu, který dominuje naší společnosti.

Mezi základní sociální kompetence patří schopnost respektování pravidel, komunikační schopnosti a schopnost spolupráce. Toto je možné pouze za předpokladu, že dítě chápe své přednosti a svou vlastní jedinečnost. Také rozvoj emocionální inteligence a práce s pocity má velký dosah. Člověk, který umí identifikovat a ovládat vlastní pocity, dokáže se vcítit do druhého, je zdravě sebevědomý a tím i v životě úspěšnější. Podpořit rozvoj těchto dovedností, naučit děti vidět a pochopit jevy, se kterými se setkávají, být vnímavý k potřebám druhých, nebýt pouze vzdělaným, ale i dobrým člověkem, to je cílem výchovy (Lomnický, 2020, s. 5).

Cílem bakalářské práce je sestavit program pro školní družiny, zaměřený na rozvoj prosociálního chování prostřednictvím prožitku ze hry. Dalším cílem je aplikace programu a jeho následná evaluace s pedagogy. První kapitola je věnována teorii prosociálního chování a podstatnému motivačnímu faktoru, a to empatii. V této kapitole byla hlavním zdrojem poznatků kniha *Osobnostní aspekty prosociálního chování*

a empathie od autorů H. Záškodné a Z. Mlčáka. Následující kapitola je věnována charakteristice programu, inspirací je projekt *Etické výchovy* Roberta Roche Olivara. Pro teorii tvorby programu byla stěžejní kniha Petry Dražanské *Učení zážitkem* a publikace *Zážitkové školy Lipnice*. Dále jsou popsány cíle programu a stručná charakteristika vývojové fáze cílové skupiny dětí mladšího školního věku. Zde bylo čerpáno mimo jiné z knihy M. Vágnerové *Vývojová psychologie*. Následuje charakteristika prostředí školní družiny, jež čerpala z knih B. Hájka a J. Pávkové. Další kapitola je věnována metodám použitým v programu, do nich je zahrnut také přístup vychovatele, tedy stěžejní osoby, která ovlivňuje úspěch celého programu. Jako východisko i zde posloužil projekt *Etické výchovy*. Následně je popsána metoda komunitního kruhu z knihy P. Kopřivy *Respektovat a být respektován*. Další kapitola se věnuje hře a zážitku ze hry a její následné reflexi, inspirací byly kniha *Učení zážitkem a hrou* od D. France a kol. a časopis *Gymnazion*. V dalších kapitolách je již popisována samotná metodika programu, jednotlivé lekce jsou zaměřeny na rozvoj jedné z dovedností, pro větší přehlednost je vložena karta lekcí. Jsou zde uvedeny herní cíle, motivace, popis samotných her, návrhy otázek hodnotové reflexe a popsán je také požadovaný výstup z lekce. V následujících kapitolách je zaznamenán popis aplikace programu a jeho skutečné výstupy. Na závěr každého popisu lekce uváděno vnější zhodnocení samotnými dětmi. Poslední kapitola je věnována vnitřní evaluaci celého programu a evaluaci pohledem zúčastněných pedagogů.

1 PROSOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ

V sociálním chování můžeme rozlišit dva druhy chování. První je prosociální, to označuje široké množství projevů, které spojuje vykonávání dobra pro druhého. Chování antisociální je jeho opakem. Pojem prosociální chování má velmi širokou škálu definic a je také různě chápán. Můžeme se s ním setkat v celé řadě vědních oborů, jako jsou psychologie, pedagogika, sociální práce, sociologie i zdravotnictví. Projevy tohoto chování jsou staré jako lidstvo samo, je podmínkou existence společnosti.

Podle Záškodné (2009, s. 14) je připravenost k pomoci v odborném textu označována velkým počtem pojmů. Vedle slovního spojení prosociální chování také helpingbehavior, pojmy jako altruismus, pozitivní sociální chování, generosity, socialresponsibility, volunteering, sparing, charity, donatigbehavior, aiding morality, samaritanism, kooperace, citizenshipbehavior atd. A právě tak jsou rozmanité i situace, kterých se tyto pojmy dotýkají: sesbírat na ulici rozsypaný obsah nákupní tašky, upozornit na ztrátu klíčů, reagovat na sténání ze sousední místnosti, při testu poskytnout kolegovi řešení, utěšit partnera, bránit přítele, nahlásit krádež, darovat peníze na dobrou věc, překazit nebo nahlásit loupež, darovat krev, podávat informace až po darování orgánů. Jako jedna z prvních rozpracovala a sjednotila teorie a formy prosociálního chování L. G. Wispé (Výrost & Slaměník, 2008, s. 286).

- Sympatie (soucit) a porozumění tíživé situaci druhého spojené s poskytnutím emoční opory.
- Darování finančních částek nebo darů nejčastěji pro dobročinné účely. Obsahuje zřeknutí se hmotných věcí jako například peněz, sladkostí nebo také orgánů vlastního těla. Darování vyžaduje materiální oběť, ale jen zřídka čas nebo námahu.

- Podpora a pomoc poskytované druhým k dosažení určitého cíle nebo zabránění ztráty. Pomáhání je spojeno s vynaložením času a námahy, ale jen s malým nebezpečím pro pomáhajícího. Do této kategorie spadá sousedská výpomoc potravinami, při hlídání dětí nebo při obstarávání nákupů.
- Nabídka ke spolupráci vyjadřující ochotu podílet se na činnostech s jinými ve prospěch potřebných. Pomáhající vstupuje do sociálního vztahu, aby zlepšil situaci osoby potřebující pomoc, vynakládá čas a námahu, osobně se angažuje a vystavuje tělesnému nebo sociálnímu nebezpečí.

V následujících řádcích jsou uvedeny alespoň některé z definic a myšlenek předních psychologů.

Podle Výrosta (Výrost & Slaměník, 2008, s. 239) se prosociální chování vyznačuje činy vykonanými ve prospěch jiného bez očekávání materiální, věcné, morální odměny nebo sociálního souhlasu. Tyto skutky jsou nezištnou pomocí bez nárokování opětovné pomoci v budoucnu a jsou konány bez vyzvání a dobrovolně.

J. Křivohlavý (in Hollá, 2009, s. 11) říká, že prosociální chování bere v úvahu situace druhé osoby – její potřeby, nouzi, těžkosti, choroby atd., ale současně i její přání, očekávání, přitom se snaží vlastním konáním situaci druhé osoby zlepšit, její potřeby uspokojit, bolest utišit a nouzi odstranit.

Jednu z komplexních definic představil také Roberto Roche Olivar, ten za prosociální chování označuje „.... takové chování, které je zaměřeno na pomoc jiným osobám nebo prospěch jiných osob, skupin či společenských cílů, aniž by pro původce chování existovala vnější odměna (např. finanční nebo pochvala)“. To znamená, že motivem a předpokladem prosociálního chování je vnitřní potřeba nebo tendence dělat to, co prospěje druhému (Olivar, 1992, s. 5–6). Olivar také v osmdesátých letech minulého století na Nezávislé univerzitě v Barceloně při svém studiu prosociálního chování došel k závěru: „... že pokud si dítě osvojí prosociální postoje a chování, s velkou pravděpodobností vyrostе v charakterního člověka“ (Motyčka et al., 2002).

L. Páleník se zabýval studiem prosociálního chování a rozlišuje tři druhy činitelů podmiňujících jeho vznik a vývoj, jako zásadní označil vliv rodiny a rodičů (Páleník, 1991, in Vacek, 2000, s. 45).

- Kognitivní faktory – zahrnují schopnost vnímat a chápat situaci, jak ji vnímá druhá osoba. Pochopit neštěstí druhého je podmínkou pro jeho odstranění. Součástí je také vyspělost morálního úsudku a jeho kvalita.
- Situační faktory – zahrnují vhodné podmínky zesilující, nebo oslabující. Do těchto faktorů zahrnujeme sociální normy a pravidla, s věkem se stávají pevnějšími.
- Motivační faktory – zájem jednotlivce o potřeby a dobro druhých s chutí pomáhat, také vysoké cenění si aktivit spojených se spoluprací, štedrostí a obdarováním. Rozhodující determinantou většiny druhů prosociálního chování je schopnost empatie. V souvislosti s empatií se jedná o tři složky:
 - schopnost rozeznávat a pojmenovat city druhých,
 - schopnost rozumět roli jiné osoby,
 - schopnost vidět (cítit) vlastní city a umět je porovnávat v analogické situaci s city druhých lidí (Reichelová, 1994, In Vacek, 2000, s. 45).

1.1 Empatie

V předcházejícím odstavci byla jako jeden z hlavních činitelů podmiňujících prosociální chování zmíněna empatie. Tento pojem prošel dlouhým vývojem a vzešel ze dvou velmi blízkých pojmů sympatie a vcítění. Označuje schopnost orientovat se v pocitech a emocích druhého. Empatie je úzce spojena s kompetencí člověka porozumět druhým a komunikovat s nimi. Je základem všech fungujících sociálních vztahů a zvyšuje ochotu pomáhat druhým. Je nezbytná v interpersonálních vztazích, jako jsou láska, partnerství nebo přátelství (Zášková & Mlčák, 2009, s. 99).

Empatie je považována za vlastnost vrozenou. Její rozvinutí je však ovlivněno výchovou. Většina autorů se shoduje na tom, že je potřeba empatii trénovat a podporovat. V literatuře lze nalézt studie, jejichž výsledky ukazují, že rozvoj emocionální empatie ovlivňuje kvalita vztahů v rodině. Kvalitní a láskyplný vztah s rodiči dává dítěti prostor pro citlivé vnímání prožitků druhých. Matčino chování pomáhá dítěti porozumět vlastním pocitům.

D. Goleman (1997, s. 99) říká, že empatie vychází z vlastního sebeuvědomění. „Čím otevřenější jsme vůči vlastním emocím, tím lépe dokážeme rozeznávat a chápat emoce druhých lidí.“ Také konstatuje, že je důležité ukázat dítěti vlastní emoce, věnovat jim pozornost a nechat dítě projevit emoce své.

Významným představitelem výzkumu empatie je M. L. Hoffman, jenž za nejvýznamnější vliv na emocionální reagování označil kognitivní chápání druhých a rozdělil je do tří vývojových stadií.

- První stadium – uvědomění stálosti druhé osoby (do konce 1. roku).
- Druhé stadium – zdokonalování schopnosti přijímání role (objevuje se mezi 2.–3. rokem).
- Třetí stadium – uvědomění si identity druhé osoby – schopnost odhadnout, jak se cítí druhý v určité situaci (Zášková & Mlčák, 2009, s. 132–133).

J. Piaget ve své vývojové teorii hovořil o decentraci – označil tak dovednost dítěte odklonit se od zaměření na samo sebe a rozlišovat vlastní prožitky od prožitků jiných lidí (Fontana, 2010, s. 68). R. R. Olivar (1992, s. 66) označuje decentraci jako podmínku pro vcítění a pochopení druhých osob.

Vědecké poznatky v oblasti rozvíjení emocí a empatie se stále rozšiřují. Je zřejmé, že jejich rozvoj pomocí tréninku je vhodný již od počátků školní docházky, která se podle Dr. Hamburga, předního amerického psychiatra, jeví jako jedno z významných období (Goleman, 1997, s. 260). Pedagog má možnost podpořit rozvoj empatie svým přístupem a vytvářením pozitivního nesoutěživého prostředí, nasloucháním, podporou spolupracování a respektu k sobě i k ostatním.

Lze říct, že prosociální chování je složitý fenomén, který je ovlivňován mnoha faktory, je výsledkem interakce osobnostních předpokladů pomáhajícího a sociálních vlivů působících na něj během jeho života, situačních faktorů, ve kterých se pomáhající nachází, i úrovně jeho emoční zralosti. Prosociální člověk je takový, který se ke všem lidem chová jako ke svým přátelům. Jeho chování je v souladu se zlatým pravidlem prosociálnosti: „Co nechceš, aby bylo činěno tobě, nečiň ostatním!“.

2 CHARAKTERISTIKA PROGRAMU

„Chceš-li stavět loď, nemusíš nutit muže, aby připravili dřevo, nemusíš jim rozdělit práci. Stačí v nich probudit touhu po nekonečném moři.“

A. de Saint Exupery

Tato práce má poskytnout takový program na podporu a rozvoj prosociálního chování ve školní družině, jehož aplikace je dostatečně jednoduchá, atraktivní, nenáročná na vybavení i prostor, lze jej využít pro práci s každým dětským kolektivem, kdy pedagog cítí potřebu začít pracovat s dětmi na rozvoji jejich prosociálních dovedností. Program poskytuje základní teoretické uvedení do problematiky prosociálního chování a metodiku pro aplikaci programu. Inspirací pro tvorbu tohoto programu byl projekt Etické výchovy R. Roche Olivara a L. Lenze.

Roche porovnal a vyhodnotil více empirických studií a vlastních výzkumů, vytipoval a sestavil teoretický patnáctifaktorový model, kterým podmiňuje rozvoj prosociálnosti. Rozdělil je do dvou kategorií. V první kategorii jsou kompetence, které je potřeba u dětí rozvíjet:

- Důstojnost lidské osoby, sebeúcta.
- Postoje a způsobilosti mezilidských vztahů.
- Pozitivní hodnocení chování druhých.
- Kreativita a iniciativa.
- Komunikace. Vyjádření vlastních citů.
- Interpersonální a sociální empatie.
- Asertivita. Řešení agresivity. Sebeovládání. Konflikty s druhými.
- Skutečné a zobrazené prosociální modely.
- Prosociální chování (Pomoc. Darování. Dělení se. Spolupráce. Přátelství. Zodpovědnost a péče o druhé.).
- Společenská a komplexní prosociálnost (Motyčka et al., 2002, s. 12–14).

Druhá kategorie se vztahuje k osobnosti vychovatele a jeho výchovnému přístupu a je podrobněji popsána v kapitole 2.5.1.

2.1 Metodika tvorby programu

Na počátku úvah o sestavení programu je analýza potřeb. Ujistíme se, s čím je potřeba pracovat, kam bychom chtěli směřovat a jak toho chceme dosáhnout. Další důležitou součástí tvorby programu je volba reálných aktivit a her, které by měly děti vtáhnout do dění a zprostředkovat jim kýžený prožitek. Tyto aktivity jsou prostředkem na cestě k cíli. Nejdůležitější částí celého programu je reflektování prožitku, jeho pojmenování a aplikování do reálného života. Shrnutí fází projektu:

- Analýza potřeb;
- Příprava;
- Realizace;
- Reflexe (Prázdninová škola Lipnice, 2020, s. 6).

2.2 Cíle programu

Cílem programu není naučit děti jisté formy chování, ale komplexním působením osobnosti vychovatele, prožitkem ze hry a jeho citlivou reflexí dosáhnout pochopení a internalizace správných vzorců chování. Vzhledem k věku účastníků jsou cíle volené jednoduše. Vycházejí z cílů etické výchovy pro 1. období prvního stupně, dostupné na: www.msmt.cz. Dílčí cíle vedou k rozvoji jednotlivých schopností a způsobilostí a tím současně upevňují pozitivní charakterové vlastnosti, podporující naplnění cíle hlavního, tedy rozvoje prosociálního chování (Nováková et al., 2005, s. 8).

Očekávané výstupy z tohoto programu.

- Děti znají a respektují pravidla a umí vyhodnotit jejich důležitost.
- Děti poznávají své silné stránky a projevují úctu k ostatním.
- Děti poznávají a používají tvořivost k plnění úkolů.
- Děti rozpoznávají emoce a základní empatické principy.
- Děti umí spolupracovat, sdílet věci a oceňují přátelství.

Dílčí cíle:

- Rozvoj komunikace – tohoto cíle je dosahováno nejen hraním her zaměřených na komunikaci, ale také celkovou podporou vyjadřování názoru při reflexích v komunitním kruhu.
- Podpora dodržování pravidel – cíl pochopení důležitosti pravidel a jejich dodržování je zásadní při všech aktivitách, je kontrolováno nejen vychovatelem, ale i samotnými dětmi.
- Podpora pozitivního sebehodnocení a hodnocení ostatních – splnění tohoto cíle je dosahováno pomocí pravidelného rituálu „Žalování naruby“ zařazováním aktivit, které jsou přiměřené věku a složení cílové skupiny.
- Rozvoj empatického vnímání – tento cíl je naplňován nejen zařazováním her na toto téma, ale také pravidelným rituálem Smajlíci, při kterém je podporováno rozpoznávání emočního naladění a vnímání prožitků druhých.
- Rozvoj spolupráce – tento cíl je splnitelný jen za předpokladu, že ve skupině panuje pohodová atmosféra a souznění, každý člen se cítí bezpečně a přijatý. Je tedy vrcholem, kterého chceme dosáhnout.

2.3 Cílová skupina

Program je určen pro děti mladšího školního věku od 6 do 9 let. Z. Matějček označuje období 6–8 let jako mladší školní věk, věk 9 až 12 let jako období středního věku, od 12 let období staršího školního věku (Langmeier & Krejčířová, 2007, s. 120). Nástup do školy je pro každé dítě velkou životní událostí. Školní docházka ovlivní jeho život zásadním způsobem ve všech oblastech. V této kapitole jsou uvedena základní teoretická východiska z oblasti psychosociálního vývoje dětí. Bez akceptace těchto poznatků, vývojových charakteristik a zvláštností mladšího školního věku nelze sestavit kvalitní výchovný program.

Psychosomatické změny tohoto období nejsou nijak překotné, vývoj je plynulý s pokrokem ve všech oblastech. Dítě v tomto období má velkou potřebu pohybu, zlepšuje se v koordinaci a jemné motorice. Pozornost je stále kolísavá, dítě se rychle unaví. Z. Matějček popisuje mladší školní věk takto: „.... je to přechodné období mezi hravým předškolním věkem a vyspělejší chováním školáka. Děti v mladším školním

věku jsou ještě hravé, jsou schopné soustředit se na jednu věc jen poměrně krátkou dobu (asi 10 minut), mají stále rády pohádky, ve svých hrách se chlapci a dívky ještě bez zábran mísí“ (Langmeier & Krejčířová, 2007, s. 120).

Německý psycholog Erik Erikson (1963) ve své teorii vývoje nazval toto období fází píle a snaživosti, má mu dominovat snaha uspět a naučit se dělat věci dobře a rozvíjet dovednosti. V případě, že snaha dětí není úspěšná, mohou pociťovat méněcennost (Fontana, 2010, s. 264).

Lawrence Kohlberg sestavil teorii morálního vývoje o třech úrovních, přičemž děti mladšího školního věku procházejí podle jeho teorie konvenčním stadiem. Dítě v tomto období se zpravidla „.....snaží plnit požadavky starší generace, nejprve jen v určitých situacích, později i obecněji tak, jak si osvojuje pojetí „hodného dítěte“. Morální zásady se dále zobecňují a děti se snaží řídit se jimi nejen pro osobní zisk, ale i z toho důvodu, že si nyní vytvářejí smysl pro povinnost vůči autoritě a vůči uchování existujícího společenského pořádku“ (Fontana, 2010, s. 234).

Dozríváním dětského organismu a CNS dochází k růstu emoční stability a odolnosti vůči zátěži. Školák lépe rozumí svým pocitům, rozpoznává a chápe emoce jiných lidí. V tomto období dochází k rozvoji schopnosti mluvit o emocích, rozvíjí se také sebehodnotící emoce, které jsou důležitým segmentem v oblasti seberegulace a také podporují rozvoj sociálních kompetencí (Vágnerová, 2017, s. 305–309).

Dítě se dostává do nové role spolužáka a kamaráda, získává vztahové zkušenosti, které se stávají podkladem pro další rozvoj v oblasti přátelství a intimních vztahů. Školní třída je formální vrstevnickou skupinou, přijetí do této skupiny patří mezi základní potřeby dítěte. Pochopitelně však dochází také ke střetům, jejichž řešení závisí na emoční vyzrálosti a dosažené úrovni sociálních dovedností (Vágnerová, 2017, s. 338).

Výše uvedené poznatky ukazují, že toto období je vhodné k aktivnímu rozvoji sociálních kompetencí. Podle Vágnerové je z hlediska socializace nejdůležitější právě období nástupu do školy. Dítě se dostává z výlučného vlivu rodiny a podřizuje se instituci, která představuje hodnoty a normy všeobecně uznávané a platné. Vstupem do školy se dítě dostává do další fáze přípravy na život a jeho úspěšnost v této fázi předurčuje jeho pozdější společenské zařazení (Vágnerová, 2017, s. 311).

2.4 Charakteristika prostředí

Program je koncipován do školní družiny. Dle vyhlášky č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, se školní družina zařadila mezi školská zařízení pro zájmové vzdělávání, jako jsou střediska volného času, školní kluby (Hájek & Pávková, 2011, s. 10). Většinou bývají školní družiny zřizovány při základních školách, ale mohou být zřizovány i jako samostatná zařízení. Jsou poskytovány za úplatu, jejíž výši určuje ředitel školy, či zařízení. Toto prostředí má mnohá specifika. Podle Pávkové můžeme funkce školní družiny rozdělit do čtyř základních kategorií:

- Výchovně-vzdělávací – záměrné a cílené ovlivňování osobnosti vzdělávaných jedinců;
- Zdravotní – všechny výchovné aktivity ve volném čase podporují zdravý tělesný a duševní vývoj;
- Sociální – spočívá v možnosti navazovat rozmanité sociální vztahy a přátelství;
- Preventivní – předcházení negativních a patologických jevů, jako jsou neukázněnost, lhaní, krádeže, záškoláctví, agresivita, šikana, vandalismus, užívání návykových látek a v neposlední řadě netolismus (Pávková, 2014, s. 14).

Cílem školní družiny je kvalitně a smysluplně vyplnit volný čas dětí mezi výukou a pobytem doma. Jejím úkolem je posilovat a rozvíjet následující klíčové kompetence:

- Kompetence k učení;
- Kompetence k řešení problémů;
- Komunikativní kompetence;
- Sociální a interpersonální kompetence;
- Občanské kompetence;
- Kompetence k trávení volného času (Hájek & Pávková, 2011, s. 12–13).

Školní družina je důležitou součástí dětského života. Je místem odpočinku a relaxace, má rozvíjet a prohlubovat již získané vědomosti a dovednosti prostřednictvím zábavných činností. Je prostorem pro rozvoj sociálních dovedností, upevňování postojů a budování vztahů. Dochází zde k mnoha sociálním interakcím. Je místem, kde dítě může dosáhnout úspěchu, úkolem vychovatele je tento úspěch dopřát každému dítěti. Všechny aktivity jsou ve školní družině nabízeny na principu dobrovolnosti. V době odpolední družiny má

dítě za sebou již náročné vyučování, hry by měly být vhodně voleny tak, aby vzbuzovaly v dětech touhu a chuť se jich zúčastnit.

2.5 Metody práce

„Učit lze slovy, vychovávat jen příkladem. Naši učitelé nesmějí být podobni sloupům u cest, jež pouze ukazují, kam jít, ale samy nejdou“ (J. A. Komenský).

Metoda (výchovy) znamená záměrně volené způsoby a prostředky směřující ke stanovenému výchovnému cíli (Průcha et al., 2013, s. 153). V procesu výchovy dochází neustále k interakci mezi vychovatelem a dětmi, nebo i mezi dětmi navzájem. V této kapitole jsou představeny konkrétní metody použité v tomto programu.

2.5.1 Přístup vychovatele

Jedním ze zásadních faktorů v kontextu výchovy dětí je sama osoba vychovatele. Vychovatel je s dětmi v každodenním styku, vzájemným poznáváním se vyvíjí vztah, který může ovlivňovat úroveň pedagogického působení na vývoj osobnosti dítěte. O úspěšnosti jeho práce rozhoduje jeho výchovný styl.

B. Hájek (Hájek & Pávková, 2011, s. 34) říká: Úspěšná výchova může probíhat pouze v klidné, radostné a pohodové atmosféře, naplněné porozuměním a kladnými emocemi. Vychovatelka svým naladěním a životními postoji vytváří základní atmosféru školní družiny. O tom, zda její působení bude v konkrétních situacích úspěšné, nerozhoduje její představa a naučené modelové situace, ale její reálná schopnost přiměřeně a funkčně v nastalých situacích reagovat.

Ve školních družinách pracují kvalifikovaní pedagogičtí pracovníci. Podle znění zákona č. 563/2004 je pedagogickým pracovníkem ten, kdo koná přímou vyučovací, přímou výchovnou, přímou speciálně-pedagogickou nebo přímou pedagogicko-psychologickou činnost přímým působením na vzdělávaného. Vychovatel získává odbornou kvalifikaci podle § 16 výše uvedeného zákona.

Komplexní shrnutí zásad práce s dětmi, které podporují prosociálnost, je uvedeno v projektu Etická výchova R. R. Olivara a L. Lenze.

- Přijetí žáka takového, jaký je; vyjádření sympatie – zásadní princip, který ačkoliv vypadá jednoduše, může se stát pro vychovatele obtížným. V případě, že se nedaří vytvořit pozitivní vztah, je potřeba, aby pedagog přehodnotil své postoje. Jenom dítě, které je přijímáno, dokáže poznat svou vlastní hodnotu.
- Atribuce (přisuzování) prosociálnosti – jeden z nejúčinnějších výchovných psychologických mechanismů. Toto připisování podporuje pozitivní sebehodnocení. Je ověřeno praxí, že se dítě chová podle očekávání vychovatele.
- Induktivní disciplína – tento faktor podporuje empatii. Děti, které jsou seznámeny s důsledky svých činů s důrazem na utrpení svých vrstevníků, jsou více empatičtí.
- Vybízení k prosociálnosti – je vhodné nabízet dětem varianty prosociálního chování v různých situacích, může k tomu docházet i naprosto nenuceně vlastním příkladem.
- Simulace prosociálnosti – pochvala je základní stimulační prostředek; děti, které jsou chváleny, mají větší sebevědomí. Slouží ke zpevnování pozitivního chování. Pochvala by měla být pravdivá, přiměřená a upřímná (Motyčka et al., 2002, s. 13–14).

2.5.2 Komunitní kruh

Diskuse, rozhovor, reflexe, rituály, ale i pouhé vyprávění a čtení, pro všechny tyto činnosti je využíváno výhod komunitního kruhu. Jak již název napovídá, je odvozen od slova komunita, tedy společenství. Jeho cílem je rozvoj vztahů, vytváření soudržnosti, přispívání k osobnostnímu rozvoji dětí. Děti se v něm učí řadě sociálních dovedností a rozvíjí slovní zásobu, učí se naslouchat, formulovat vlastní názor, ale i respektovat názor druhých, vystupovat před ostatními, trpělivosti atd. (Kopřiva, 2006, s. 244).

Při práci v komunitním kruhu je nutné dodržovat pravidla:

- Právo mluvit – je vhodné určit drobný předmět, který bude symbolizovat právo mluvit. např. kamínek, mušlička, kaštan (na výběru vhodného předmětu se mohou také podílet děti). Mluví jen ten, kdo jej má – ostatní naslouchají.
- Právo zdržet se – kdo nechce, mluvit nemusí, pouze předá předmět dál.
- Vzájemná úcta a respekt – názor nezpochybňujeme, nevysmíváme se, nekritizujeme.
- Diskrétnost – to, co bylo řečeno v komunitním kruhu, nemá být „vynášeno ven“ (Kopřiva, 2008, s. 245).

2.5.3 Hra a prožitek ze hry

Hra provází člověka celým jeho životem od dětství až po dospělost. Již Jan Ámos Komenský (1592–1670) znal význam hry pro zdravý vývoj dítěte. Všiml si toho, že dítě potřebuje hru a touží po ní, proto je dobré ho ve hrách podporovat. Komenský ve hře spatřoval prostor k uplatnění schopností, bystrosti i citu dítěte a také možnost rozvíjení jeho charakterových vlastností a celkové osobnosti.

Co je to tedy hra? Nenajdeme jedinou, všeobsahující definici slova hra. Každá z definic odráží osobnost autora a jeho úhel pohledu. Spencer (1956) viděl ve hře projev síly a energie, kterou je potřeba vybit. Groos (1899) spatřoval ve hře budoucí přípravu pro život obdobně jako u zvířecích mláďat. Hall (1904) zase viděl ve hře projev vývoje, podle něhož jedinec opakuje vývoj druhu (Opravilová & Gebhartová, 2003, s. 376). Hra je nejpřirozenější aktivitou dítěte. Můžeme ji považovat za základní životní činnost, vidět v ní prostor pro vývoj, pro vysvětlení životních zkušeností, uspokojení, poznávání nového nebo ji vidíme jako pouhý prostředek pro výdej přebytečné energie.

Dle J. Piageta hra přispívá k rozvoji složitějšího dětského myšlení a vede k rozvoji sociálního chování. Čím více příležitostí ke hře se dítěti dostává, tím je větší pravděpodobnost získání nových poznatků a dovedností (Fontana, 2010, s. 54). Hra je, jako si vyzkoušet život na nečisto, ve hře se děti ocitají ve světě fikce, získávají praktickou emocionální zkušenost, vyzkouší si nové role a interakce se spoluhráči.

Nejde o vyučování, přesto i během ní dochází k rozvoji mnohých dovedností:

- Sociální dovednosti – komunikace, navazování vztahů, důvěra.
- Intelektuální dovednosti – strategie, logické myšlení, postřeh.
- Kreativní dovednosti – tvořivé myšlení, představivost a hledání neobvyklých postupů.
- Rozvoj a ovládnutí emocí – v každé hře dochází k emocionální zkušenosti v různé intenzitě. Poznávání emocí svých i spoluhráčů, rozvoj sebehodnocení atd.
- Fyzické dovednosti – motorický rozvoj, fyzická kondice, hbitost, rychlost (Franc et al., 2007, s. 68–69).

Hry dělíme podle nejrůznějších kritérií, podle jejich očekávané funkce (rozehřátí, seznámení apod.) či různých charakteristik (didaktická, pohybová atd.). Výběr her do programu a jejich načasování se řídí zejména tím, jaký cíl jsme si zvolili. Společným znakem všech her má být radost a pozitivní prožitek. Prožitek je nezapomenutelný a má pro toho, kdo jej prožíval, trvalý význam, a to i v osobnostní výchově. To potvrzuje i následující tabulka.

Tabulka 1: Kolik si vybavíme z nových poznatků po určitém čase

Poznatek získaný	Sdělením	Sdělením, ukázkou	Sdělením, ukázkou zážitkem
Po třech týdnech si vybaví	70 %	72 %	85 %
Po třech měsících si vybaví	10 %	32 %	65 %

Zdroj: Svatoš & Lebeda, 2005, s. 17

2.5.4 Reflexe aktivit

Potenciál atraktivní výchovy a učení pomocí zážitku by nebyl využit bez kvalitně provedené reflexe. Zkušeností není to, že hrajeme hru, ale to, co uděláme s prožitkem. Při reflexi si zopakujeme, co se událo, co jsme prožili, jak jsme celou věc vnímali, jak jsme se cítili během hry, a ujasníme si, jak budeme postupovat příště. Vytvoříme si most mezi tím, co jsme prožili, a formulujeme zážitek, odnášíme si nové zkušenosti a významy. Propojením a pochopením prožitku dochází ke vzniku zkušenosti a k dosažení cíle aktivity (Reitmayerová & Broumová, 2007, s. 176). K reflexi využíváme spirálové

techniky D. Kolba, podle jeho výzkumu 80 % našich poznání pochází z vlastních prožitků, které následným zpracováním přetavíme do poznatků (Svatoš & Lebeda, 2005, s. 17). Model Kolbova cyklu učení v následujícím schématu.

Obrázek 1: Kolbův cyklus učení



Zdroj: Prázdninová škola Lipnice, 202, s. 4

Reflexe je vedena vychovatelem (v roli moderátora), který záměrně nechává dostatek prostoru dětem k jejich vyjádření. Je vedena směrem ke splnění cíle aktivity. Ten by měly děti samy pojmenovat. Otázky v reflexi by měly být otevřené a zřejmé. Vychovatel vnímá potřeby a naladění skupiny, sleduje jednotlivce a dbá na psychickou pohodu každého účastníka, naslouchá, parafrázuje a udržuje koncentraci skupiny. Chválí a podporuje, nehodnotí. Zevšeobecnění a transfer do života by měly být logickým vyústěním reflexe. Jedním ze zásadních faktorů ovlivňujících úspěšnost reflexe je osobnost pedagoga, který tuto činnost vede, jeho neustálou prací na sebezdokonalování v procesu komunikace, četbou a studiem, ale i schopnost pozorování a všímání si zdánlivě nedůležitých momentů, sociální citlivost, schopnost zapojit všechny zúčastněné, znalost principů a pochopení cílů programu, to vše rozhoduje o úspěšnosti reflexe (Jirásek, 2018).

3 PROGRAM NA PODPORU PROSOCIÁLNÍHO CHOVÁNÍ „PRIMA PARTA“

(Jméno programu vzniklo spontánně dětmi při povídání)

Program je navržen tak, aby se dal použít kdykoliv, bez náročných příprav a pomůcek. Cílovou skupinou jsou účastníci školních družin v mladším školním věku. Hry jsou volené tak, aby byly pro děti snadno pochopitelné a náročné úměrně věku. V reflexi her se následně využívají aktuální prožitky skupiny i jednotlivců. Časy jednotlivých aktivit jsou orientační, záleží na konkrétním složení skupiny, jejího momentálního naladění i zkušenosti vychovatele.

Harmonogram a témata programu:

- Krátkodobý 3měsíční projekt / 11 lekcí
- Lekce cca 75 minut

Blok pravidelných aktivit:	Rituály	Smajlíci Žalování naruby
Blok aktivit na počátek roku:	Lekce 1	Seznámím se
	Lekce 2	Poznávám
	Lekce 3	Co jsou pravidla
	Lekce 4	Naše pravidla
Blok rozvoje kompetencí:	Lekce 5	Naslouchám
	Lekce 6	Mluvím tělem
	Lekce 7	Cením si
	Lekce 8	Tvořím
	Lekce 9	Pociťuji
	Lekce 10	Spolupracuji
	Lekce 11	Zakončení projektu

3.1 Blok pravidelných aktivit – Rituály

Plného naplnění cílů nelze dosáhnout jen krátkodobým projektem, zde je potřeba konzistentního a dlouhodobého působení. Dítě nezískává sebedůvěru tím, že mu řekneme, aby ji mělo. Podobně je to i u emocionálního vcítění. Tyto dovednosti jsou trénovány rituály, které jsou součástí programu.

Doporučený čas aplikace rituálů je v úvodní části lekce, nebo v závěrečné reflexi.

3.1.1 Smajlíci

Touto aktivitou dochází k podpoře empatického vcítění.

Pomůcky: kartičky emotikonů (příloha č.1)

Prostředí: kdekoliv

Čas: 10 minut

Popis aktivity: Děti se pohodlně usadí do kruhu na koberci nebo na jiném vhodném místě. Uprostřed kruhu umístíme kartičky emotikonů, vyjadřující běžné nálady. Šťastný, spokojený, klidný, vystrašený, rozčilený, našťvaný, smutný, nešťastný. Každé z dětí ukáže na emotikon, který nejlépe vyjadřuje jeho rozpoložení, může krátce vysvětlit. Ostatní mohou reagovat. Možné otázky hodnotové reflexe: Odhadl jsi správně, jak se cítí tvůj kamarád? Co myslíš, že mu zkazilo náladu?

Výstup

Pokus se odhadnout, jak se cítí kamarád, maminka nebo tatínek. Dítě si všímá a uvědomuje si emoce ostatních.

3.1.2 Žalování naruby

Touto aktivitou je naplňován cíl podpory pozitivního hodnocení druhých a posilování sebevědomí. Jednoduchá aktivita, jak snížit nežádoucí projevy chování a podpořit prosociálnost. Myšlenkou tohoto rituálu je, že pokud se malé děti mohou naučit všimnout si nevhodného chování a to žalovat, jsou schopny zaznamenat také prosociální chování. Tato metoda využívá přirozeného chování dětí v mladším školním věku, kdy se děti dožadují žalováním nápravy a potrestání chování nežádoucího. Vychovatel najde viníka, potrestá jej za porušení pravidel a sjedná nápravu, ale tímto také nepřímo posiluje toto nežádoucí chování (Cashwell et al., 2001). Proto děti poučíme o tom, že na sebe budeme žalovat, ale jenom samé pěkné věci. To vede k ocenění druhého a všímání si jeho kvalit, veřejným pochválením se zlepšuje přijetí do kolektivu i dosud nepřijatých členů.

Pomůcky: bez pomůcek

Prostředí: kdekoliv

Čas: 10 minut

Popis aktivity: Děti si denně všímají náhodného pozitivního chování – to přednesou v kroužku před ostatními dětmi. Vhodné otázky hodnotové reflexe: Popiš, jak se cítíš, když můžeš někoho pochválit? Jaký je to pocit, když tě někdo chválí?

Výstup

Nepřecházej projevem laskavost bez povšimnutí a nauč se chválit. Dítě si všímá svých vrstevníků a učí se rozeznávat, všímat si a oceňovat drobné přátelské projevy.

3.2 Blok aktivit na počátek roku

Zahájení programu

V první hodině je vhodné děti seznámit s programem, vysvětlit jim, proč jej zařazujeme do školní družiny a proč jsou sociální dovednosti a prosociální chování důležité pro jejich život. Seznámíme děti s metodou komunitního kruhu, která je pro tento projekt klíčová. Blíže se s pravidly seznámíme v dalších lekcích a následně pak v každé lekci dbáme na jejich dodržování.

3.2.1 Lekce 1 – Seznámím se

Na počátku školního roku je v každé nové třídě cítit drobné napětí. Použití seznamovacích her má za cíl mimo seznámení a zapojení celé skupiny, také vzájemné poznávání individuálních odlišností ostatních. Děti se učí akceptovat tyto rozdíly a tím i korigovat své vlastní chování. Volené hry by neměly být příliš obtížné a neměly by být ani výkonově orientované. V případě kolektivů, které se již znají, je možné ztížit hry přidáváním podmínek.

Tabulka 2: 1. lekce – Seznámím se

1. lekce – Seznámím se			
Cíl 1. lekce	Seznámení, navázání pozitivních vztahů, důležitých pro následnou spolupráci ve skupině.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Na jména	Seznámení, uvolnění.	-	30
Baba seznamka	Pobavení, sblížení.	-	15
Komu míč?	Postřeh, paměť, pohyb.	2 míče	15
Výstup z lekce	Oslovujeme svého spolužáka tak, jak se mu líbí. Všimáme si, jak se lidi oslovují.		

Motivace

Vyprávění krátkého příběhu (příloha č. 2) – O sovičce beze jména. Povídání k tématu, jaké by mohla mít sovička jméno.

Na jména

Cíl: Dítě si osvojí oslovování křestními jmény, naslouchání, dodržování pravidel komunitního kruhu

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, venkovní zahrada, louka, les

Čas: 30 minut

Popis hry: Děti se posadí do kruhu, první účastník, může to být i vychovatelka, se představí a přidá ke svému jménu název činnosti, kterou má rád, nebo která ho charakterizuje. Například: „*Já jsem Eliška a jsem baletka.*“ Druhý opakuje: „*Ty jsi Eliška, jsi baletka. Já jsem Mirek a rád lyžuji.*“ Třetí opakuje: „*Ty jsi Mirek a rád lyžuješ. Já jsem Pepa a mám rád psy.*“ Po ukončení představování mohou dobrovolníci vyzkoušet svoji paměť a zopakovat všechna jména a charakteristiky, nebo jen jména samotná. Varianty: pro starší kolektiv, který se již zná, přidáme podmínku použití přídavného jména začínajícího stejným písmenem – příklad bojácny Bedřich, ctižádostivý Ctirad, škádlivá Šárka atd.

Baba seznamka

Cíl: Děti se blíže seznámí se jmény svých vrstevníků, umějí správně vyslovovat jména spolužáků a rychle reagovat.

Pomůcky: šátek

Prostředí: školní družina, třída, les, louka

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti sedí ve větším kruhu, jedno z dětí jde doprostřed a hra začíná. Hráč uprostřed má zavázané oči, zavolá dvě nebo více jmen. Zvolaná jména se musí hned postavit a vyměnit si místa. „Slepá bába“ se pokouší některé z dětí chytit. Když se to podaří, sedne si na místo chyceného a ten přebírá roli „slepé báby“.

Komu míč? (inspirováno J. Neuman, 1998, s. 52)

Cíl: Dítě si procvičí paměť a postřeh a jména svých spolužáků.

Pomůcky: 2 barevné míče

Prostředí: školní hřiště, tělocvična, volný prostor

Čas: 15 minut

Popis hry: Skupina stojí v kruhu. Úkolem hráčů je házet míč v kruhu tak, že házející musí vždy předem zavolat jméno osoby, která má míč chytit. V házení a chytání se musejí vystřídat všichni, a proto by neměl nikdo házet dvakrát za sebou stejné osobě. Házení a vyvolávání jmen se může postupně zrychlovat. Délku trvání určí vychovatelka, která sleduje progres v poznávání jmen. Obměna – je možné použít i více míčů, tím získá hra na obtížnosti a dynamičnosti.

Reflexe 1. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jaké to bylo slyšet své jméno od spolužáků? Jakou podobu svého jména máš nejraději? Co cítíš, když si ostatní nemohou zapamatovat tvé jméno?

3.2.2 Lekce 2 – Poznávám

Tabulka 3: Lekce 2 – Poznávám

2. lekce – Poznávám			
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Cíl 2. lekce	Děti se dozvedí něco bližšího o svých kamarádech, sblíží se i s dětmi, se kterými si dosud až tolik nepovídaly. Poznávají podrobnosti o životě spolužáků.		
Na detektiva	Sblížení, poznávání, spolupráce.	Tužka, papír	25
Živý řetěz	Sblížení, poznávání, uvolnění.	-	20
Výstup z lekce	Když se s někým nebavíme, neznamená to, že nemůže být naším kamarádem. Když ho blíže poznáme, můžeme najít věci, které nás sblíží.		

Motivace

Uvádíme postupně otázky na bližší poznávání: Máš doma sourozence? Jak se jmenuje tvoje zvířátko? Jakou máš rád barvu? Máš rád palačinky? atd.

Na detektiva

Cíl: Dítě se blíže seznámí se svými spolužáky, používá tvořivost a kreativitu v komunikaci.

Pomůcky: tužky a papíry (u prvňáčků bez zapisování – pouze to, co si zapamatují)

Prostředí: školní třída, družina, venkovní zahrada, les, louka

Čas: 25 minut

Popis hry: Vytvoříme náhodné dvojice, v lichém počtu jednu trojici (vychovatel dbá na různorodost dvojic, tak aby došlo ke spojení dětí, které se spolu příliš neznají). Jeden se stává detektivem a zpovídá druhého. Snaží se o něm co nejvíce dozvědět. Po krátkém čase dochází k výměně tak, aby se ve dvojici vystřídali. Po časovém limitu se skupina schází, usedá do půlkruhu a vytvoří tak malé jeviště. Nastává porada vyšetřovacího sboru. Vychovatel určí první dvojici, každý představí svého kamaráda (podezřelého) ostatním, a snaží se o něm říct vše, co si zapamatoval nebo zapsal. Postupně se vystřídají všechny dvojice, v případě trojice – vždy dva vyslychají a následně představují jednoho.

Živý řetěz

Cíl: Dítě vnímá své spolužáky a nachází podobné znaky se spolužáky.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní družina, hřiště, tělocvična, třída

Čas: 20 minut

Popis hry: Vychovatel určí jednoho, který začíná. Ten si stoupne, vyzve kamaráda, aby se k němu připojil a odůvodní svou volbu – musí jít o společný znak, například Jitka – protože má také červené ponožky. Jitka vyzve například Ondru – protože má doma také pejska atd.. Hra pokračuje, dokud nejsou všichni spojeni v řetěz.

Reflexe 2. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Zjistil jsi o spolužácích něco zajímavého nebo nového? Jak rychle tě napadlo, co máš společného s kamarádem? Myslíš, že jsi našel nové kamarády?

3.2.3 Lekce 3 – Co jsou pravidla

PRAVIDLA

Pravidla jsou součástí našich životů, nastavují řád, bezpečí a stabilitu pro všechny ve skupině. Jejich nedodržování nám komplikuje život. Základním předpokladem pro respektování pravidel je vlastní spoluúčast na jejich tvorbě (Kopřiva, 2008, s. 246).

Tabulka 4: 3. lekce – Co jsou pravidla

3. lekce – Co jsou pravidla			
Cíl 3. lekce	Dítě chápe základní pravidla společnosti. Rozlišuje a uvědomuje si rozdíl mezi správným a nevhodným chováním ve školní družině a chápe, proč jsou pravidla důležitá.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Hra bez pravidel	Motivační hra, rozvoj myšlení, spolupráce.	Neznámé hry	20
Kočka a ptáček	Respektování pravidel, postřeh, rychlost.	2 barevné míčky	20
Najdi mě	Pozornost, respektování pravidel.	Kolíček, drobný předmět	20
Výstup z lekce	Pravidla jsou důležitá. Vždy se alespoň pokusme pravidla dodržovat.		

Motivace

Hry bez pravidel

Tato hra je vhodná pro zcitlivění dětí na téma pravidel. Vyzdvihne potřebu nastavit si a dodržovat jasná a srozumitelná pravidla. Dítě samo vytváří pravidla, která jsou pro něj zásadní.

Pomůcky: různé nové deskové hry, které děti neznají

Prostředí: školní družina, třída

Čas: 20 minut

Děti rozdělíme do několika skupin. Každá si vylosuje svou hru. Dětem ke hrám nic neříkáme ani jim nedáváme návod. Úkolem každé skupiny je zahrát si hru, kterou si vylosovala. Musí zapojit svou fantazii a domluvit se na určitých pravidlech. Činnost omezíme časovým limitem. Po ukončení her následuje hodnotová reflexe.

Návrhy otázek hodnotové reflexe: Jak se ti hrálo bez pravidel? Kdo pravidla vytvářel? Přišla ti pravidla správná? Bylo by lepší znát pravidla předem? Při reflexi této krátké a poměrně náročné hry děti samy zjistí, jak moc důležitá jsou pravidla.

Kočka a ptáček

Cíl: Dítě chápe důležitost dodržování pravidel, rozvoj postřehu a pohotovosti.

Pomůcky: 2 barevné míčky

Prostředí: školní třída, družina, hřiště

Čas: 20 minut

Popis hry: Děti stojí v kruhu těsně u sebe. Dáme jim barevný míček, který představuje ptáčka. Ten mohou děti posílat jen jedním směrem, nebo jej házet mezi sebou (pták létá). Po procvičení přidáme do kruhu další míček – kočku, která se může předávat oběma směry po obvodu kruhu. Cílem je, aby míček „kočka“ chytil míček „ptáčka“. Na zkomplikování hry je možné přidat další míček – „kočku“, a to v okamžiku, kdy je „ptáček“ na druhé straně kruhu. Před začátkem hry se ujistíme, zda jsou pravidla pochopena.

Najdi mě

Cíl: Prohloubení a pochopení dodržování pravidel, rozvoj sounáležitosti

Pomůcky: kolíček (může to být jakýkoliv malý předmět)

Prostředí: školní družina, třída

Čas: 20 minut

Popis hry: Celá skupina opustí prostor družiny (třídy). Jeden vybraný zůstává uvnitř, ten schová malý předmět na viditelném místě kdekoli po třídě. Podmínkou je, že nebude ničím zakryt. Zpočátku dětem pomáháme najít vhodný prostor pro umístění kolíčku, později to již děti zvládají dobře samy. Dítě, které předmět zahlédne, se v klidu a bez emocí usadí na koberec (předem dohodnuté místo) – je zakázáno radit si, povídat si a naznačovat. Ten, který si sedl první a správně určil místo, kde je předmět schovaný, hru vyhrává a může schovávat v další hře.

Reflexe 3. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Co se stalo, když někdo ve skupině porušil během hry pravidla? Mělo porušení nebo dodržení pravidel význam pro další hru?

3.2.4 Lekce 4 – Naše pravidla

4. lekce – Naše pravidla			
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Cíl 4. lekce	Dítě chápe souvislost mezi pořádkem (řádem) a pravidly, uvědomuje si, že pravidla život ulehčují, a jejich dodržování nechápe jako přítěž. Aktivně se podílí na tvorbě a dodržování pravidel družiny.		
Tajný plán	Motivační hra.	Tajenka, kartičky s písmeny	15
Naše pravidla	Rozvoj spolupráce, myšlení.	Tužky, papíry, pastelky	40
Výstup z lekce	Dodržování pravidel nám ulehčuje život. Je dobré pro naše bezpečí a klid.		

Motivace

Tajný plán (tajenka)

Jako motivace k tématu je zde zařazena krátká aktivita hledání indicií (písmenek), následné umístění do připraveného políčka a rozluštění tajenky.

Pomůcky: velkoformátový papír s připravenou tajenkou čísla 1–8 kartičky s písmenky P R A V I D L A (každá kartička bude označena číslem pořadí písmena ve slově) (viz Příloha č. 3)

Prostředí: školní družina, třída

Čas: 15 minut

Popis hry: Vychovatelka dětem sdělí, že dnešní téma hodiny je skryto v této tajence. Požádá je, aby hledaly po třídě indicie, těmi jsou kartičky s písmenky. Postupně doplňují do připravené tajenky. Po rozluštění je vedena diskuse o výsledném slovu. Následuje aktivita Naše pravidla.

Naše pravidla

Cíl: Sestavit jednoduchá a splnitelná pravidla družiny, dovést děti k samokontrolě při jejich dodržování.

Pomůcky: papíry, tužky, velkoformátový papír, čtvrtky, nůžky

Prostředí: školní družina

Čas: 40 minut

Organizace: skupinová práce, rozdělte děti do skupin po 3–4

Popis aktivity: Děti dostanou úkol sestavit maximálně 5 pravidel, která by chtěly ve třídě dodržovat. Na společnou práci budou mít vyměřený čas 10 minut, poté následuje debata, kde každá skupina svá pravidla představí. Děti obhájí jimi vybraná pravidla a důvod jejich zařazení. Vychovatelka se doptává na pochopení všech slov a jejich významů. Z uvedených návrhů jsou sestavena pravidla družiny (skupiny). Ta by měla vycházet přímo z návrhů dětí, podporujeme děti v jejich jasné formulaci. Tato pravidla se napíší na připravený papír a vystaví na viditelném místě ve třídě či v budově školy. Výtvar děti potvrdí jako smlouvu svým podpisem či obtiskem ruky.

Reflexe 4. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Myslíš, že nám nějaké pravidlo chybí? Jaké? Jak chápeš jednotlivá pravidla? Víš, proč jsou potřeba?

3.3 Blok aktivit pro rozvoj dovedností

3.3.1 Lekce 5 – Naslouchám

KOMUNIKAČNÍ DOVEDNOSTI

Komunikace je odvozeno od latinského slova *communicare*, v překladu to znamená spojování. Je to jedna ze základních potřeb člověka. Vyměňovat si informace s druhými je jedna ze základních potřeb člověka, je to předpoklad k sociální existenci. Schopnost navázat vztah a komunikovat je také jednou z velmi cenných kompetencí. Pozdrav, poděkování, slušné požádání – to jsou základní dovednosti, které by děti v mladším školním věku již měly zvládat. V tomto bloku se jim již příliš věnovat nebudeme, dbáme

ale na jejich dodržování. V tomto bloku seznámíme děti s verbální a neverbální komunikací používáním tónu hlasu, aktivním nasloucháním a kladením otázek.

Tabulka 5: 5. lekce – Naslouchám

5. lekce – Naslouchám			
Cíl 5. lekce	Dítě se učí pozorně a trpělivě naslouchat ostatním, neskákat do řeči. Poznává i jiné druhy komunikace – rozvíjí jejich používání.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Kdo přichází?	Motivační aktivita, naslouchání, tón hlasu a pozorování.	-	10
Kuřátko píp!	Tón hlasu, pozornost, naslouchání.	-	15
Léčení překřikovandy	Pravidla, rozvoj komunikace, vyjadřování.	-	15
Lidské pexeso	Komunikace, podpora vyjadřování.	Kartičky s pohádkovými dvojicemi	15
Komunikační šum	Naslouchání, paměť.	Krátký text (bajka)	20
Výstup z lekce	Všímejme si, jak působíme na své okolí postojem a gesty, jak tón hlasu může změnit celý rozhovor. Pozorujme své okolí, jaký tón hlasu používají kamarádi a rodiče. Naslouchejme si..		

Motivace

Kdo přichází

Jako aktivita pro zcitlivění na téma je zde zvoleno krátké představení. Vychovatel se mění v závislosti na změně postoje, tónu hlasu a gest.

Cíl: Dítě chápe, že i postoj a tón hlasu je komunikací, komunikovat můžeme i beze slov.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní družina, třída

Čas: 10 minut

Vychovatelka požádá děti o pozorné sledování. Opouští skupinku dětí, za okamžik se vrací se jako „jiný“ člověk – svěšená ramena, pohled do země, tiše pozdraví: „Dobrý

den.“ Znovu odchází a vrací se zase „jiná“ – usmívá se, mává a nahlas volá: „Ahoj!“ Znovu odchází a vrací se, opatrně vykukuje a téměř strnule přichází k dětem, zdraví téměř nehlasně a plaše atd. Poté se vychovatelka vrací naposledy ke skupince. Zeptá se dětí, co viděly, a rozvine s nimi debatu o komunikaci, tónu hlasu a postoji.

Kuřátko pípni!

Cíl: Dítě pracuje na tónu svého hlasu a jeho zabarvení, poznává a zkouší měnit svůj hlas, aby nebyl poznán, tím se naučí lépe pracovat s hlasovou melodií.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, hřiště, les

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti stojí v kruhu, jeden je uprostřed se zavřenýma (zavázanýma) očima, děti jsou potichu a na pokyn vychovatelky si vyměňují místa. Poté hadač přistoupí k jednomu dítěti z kruhu a řekne: Kuřátko, pípni! Děti mohou měnit tóny hlasu. Pokud hadač uhádne, kdo pípнул, vymění se.

Léčení překřikovandy

Cíl: Dítě chápe důležitost naslouchání v komunikaci, poznává, uvědomuje si jeho obtížnost, pracuje na trpělivosti a soustředění.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, hřiště, les Čas: 15 minut

Popis hry: Sedíme v kruhu. Vychovatel začne vyprávět příběh. Řekne jednu větu. Soused po jeho pravici ve vyprávění pokračuje, doplní příběh o další větu. Takto se postupně všichni vystřídají. Děti předem upozorníme, že věty musí na sebe navazovat, vytváříme souvislý příběh. Pokud nikoho nic nenapadne, řekne „němá ryba“, tím předá své pořadí dalšímu. Děti se mohou pokusit celý příběh převyprávět.

Lidské pexeso

Cíl: Dítě poznává své spolužáky, blíže se seznamuje, hledá otázky a komunikuje se všemi dětmi ve třídě.

Pomůcky: kartičky s pohádkovými dvojicemi (Pat–Mat, Rumcajs–Manka, Křemílek–Vochomůrka, Káťa–Škubánek, v případě lichého počtu můžeme použít i jednu trojici, například Dlouhý–Široký–Bystrozraký, nebo Anče–Kuba–hajný apod.)

Prostředí: školní třída, družina, venkovní zahrada

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti si vylosují své kartičky z čepice, nikomu nesmí ukázat, kým jsou, začnou obcházet své spolužáky s otázkami. Podle vylosované postavy hledají svého partnera do dvojice. V otázkách nesmí být použito přímo jméno pohádky nebo postavy. Dvojice, která se najde jako první, vyhrává a usedá. Hra končí, až se spojí všechny dvojice.

Komunikační šum

Cíl: Dítě chápe důležitost naslouchání v komunikaci, uvědomuje si jeho obtížnost, pracuje na trpělivosti a soustředění.

Pomůcky: jakákoliv krátká bajka

Prostředí: školní družina, třída, les, tiché prostředí

Čas: 20 minut

Popis hry: Děti sedí v kruhu. Tři náhodně vybrané děti, ty si mohou vybrat samy děti. Ty odejdou za dveře (nebo odejdou z poslechové vzdálenosti). Ostatním přečteme krátkou bajku (v příloze). Jedno z dětí se vrátí a jeden z přítomných mu převypráví bajku. Ostatní pouze naslouchají. Poté se vrací druhé dítě a příběh vypráví první příchozí, třetímu ho vypráví druhý. Celá skupina si poté vyslechne příběh ještě jednou v originále, aby měla možnost porovnat rozlišnosti v interpretaci.

Reflexe 5. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak se ti dařilo poznávat své kamarády jenom po hlase? Proč je dobré naslouchat? Jak jsme spolupracovali?

3.3.2 Lekce 6 – Mluvím tělem

Tabulka 6: 6. lekce – Mluvím tělem

6. lekce – Mluvím tělem			
Cíl 6. lekce	Dítě poznává komunikaci beze slov, vyjadřuje situace a emoce mimikou a pohybem, vědomě používá nonverbální komunikaci. Všimá si a poznává řeč těla.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Na sochy	Představitost, postoj, komunikace.	-	15
Pantomima	Pozornost, pohyb, tvořivost.	Lístečky s náměty	30
Na pejsky a páníčky	Pozornost, pravidla.	-	15
Výstup z lekce	Všichni komunikujeme, i když o tom nevíme. Celým tělem, postojem, výrazem tváře a gesty.		

Motivace

Pro zcitlivění dětí na téma řeči beze slov je zařazena krátká filmová ukázka školy mimů <https://www.youtube.com/watch?v=1LBm1M3DBNY>. Vychovatelka požádá děti, aby pozorně sledovaly ukázku a počítaly, kolik slov uslyší a také aby se pokusily zapamatovat si co nejvíce z této krátké scény. Následně rozvine diskusi k ukázce: Děti, o čem byl ten příběh? A jak jste to poznaly? Kolik slov jste slyšely?

Na sochy

Cíl: Pohybová hra, podporuje slovní zásobu a pohybové vyjádření, rozvíjí představivost

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní družina, třída, les, zahrada

Čas: 15 minut

Popis hry: Vychovatel vybere jedno z dětí, které se stane sochařem, a druhé, které se stává zákazníkem. Z ostatních dětí se stávají sochy. Zákazník odchází za dveře, mezitím sochař určí, jak budou sochy či sousoší vypadat, co budou vyjadřovat a jak se budou pohybovat po spuštění.

Když jsou sochy hotové, pozveme zákazníka. Ten postupně obchází každou sochu a hádá, co vyjadřuje – vyhrává ta socha, která je jako první odhalená. Ta se stává dle svého přání následným sochařem či kupujícím.

Pantomima

Cíl: Dítě si uvědomuje, jaké pohyby vykonává při běžných činnostech.

Pomůcky: kartičky s popisem krátké scénky, čepice na losování

Prostředí: školní družina, třída, školní zahrada

Čas: 30 minut

Popis hry: Vychovatel rozdělí děti do skupin maximálně po pěti dětech, podmínkou je, že žádné dítě nebude vyřazeno. Děti losují z čepice téma krátké scénky, kterou mají znázornit. 1) Rodina při večeři. 2) Rodina nakupuje. 3) Děti si hrají s hračkou a začnou se o ni přetahovat, nakonec ji rozbijí. 4) Učitel vysvětluje žákům novou látku – děti zprvu nechápou, poté pochopí. Každá skupinka má za úkol předvést scénku na dané téma. Zbylé skupinky hádají, co vyjadřují. Aktivitu ukončuje vychovatel po předvedení a uhodnutí všech scének.

Na pejsky a páníčky

Cíl: Děti si uvědomí, jak komunikují, a učí se navazovat oční kontakt, používají mimiku k navázání kontaktu.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní družina, tělocvična, při dobrém počasí i školní travnaté hřiště

Čas: 15 minut

Popis hry: Polovina hráčů sedí v kruhu čelem dovnitř, ten by měl mít poloměr alespoň 2 metry. Za každým z nich stojí další hráč. Jedno místo v kruhu je prázdné a za ním stojí taktéž jeden hráč. Stojící hráči mají ruce za zády a sledují pouze záda hráče před sebou. Sedící hráči naopak sledují hráče stojícího nad prázdným místem. Ten si vybere jednoho ze sedících a posléze na něj mrkne. Jeho úkolem je co nejrychleji uvolnit své místo tak, aby se ho hlídající hráč za jeho zády nestihl rukou dotknout. Dotkne-li se ho, vymění si

sedící hráč se stojícím místo a situace se opakuje. Nedotkne-li se ho, pak v dalším kole mrká ten, kterému sedící hráč utekl.

Reflexe 6. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak se ti líbilo být sochou? Jak těžké bylo předvést situaci? Jak ses cítil v roli příběhu? Odvrátil někdo pohled a nereagoval? Jaký je pocit být vyvolen a utéct?

Lekce 7 – Cením si

POZITIVNÍ HODNOCENÍ SEBE A OSTATNÍCH

Pouze člověk, který má rád sám sebe, je si vědom svých silných stránek, je schopen ocenit a přijmout druhé. Sebepojetí (self-concept) a sebeúcta tvoří základ, jádro osobnosti, které určuje jeho jedinečné přizpůsobení se svému prostředí (Roche, 1992, s. 19). Důstojnost člověka je jeho nejcennějším vlastnictvím, je třeba ji respektovat a chránit. Děti je třeba povzbuzovat v tom smyslu, aby u svých spolužáků poukázaly na všechno kladné, co poslouží ke zvýšení jejich sebevědomí. Vychovatel takový projev dětí spontánně pochválí a ocení hodnotné chování (Roche, 1992, s. 25). V tomto bloku se budeme věnovat rozvoji sebepoznání a uznání ostatních.

Tabulka 7: 7. lekce – Cením si

7. lekce – Cením si			
Cíl 7. lekce	Dítě poznává své pozitivní vlastnosti a dovednosti a také svých spolužáků. Umí vyjádřit uznání a nacházet kladné stránky, pojmenovat je a ocenit (u sebe i u ostatních).		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Tajemná krabička	Motivační aktivita, sebeúcta a pozitivní hodnocení druhých.	Krabička, zrcátko	10
Cením si na sobě	Pravidla, naslouchání, sebeúcta.	-	15
Místa si vymění ti ...	Komunikace, poznávání, uznání druhých.	-	15
Místo po mé levici je volné	Ocenění druhého, všímavost, komunikace.	-	20
Výstup z lekce	Naučme se vnímat a přijmout pochvalu, ale také se naučme ocenit ostatní.		

Motivace

Tajemná krabička

Cíl: Dítě si uvědomuje své pozitivní vlastnosti, dokáže najít a pojmenovat, v čem je dobré.

Pomůcky: krabička se zrcátkem,

Prostředí: školní družina, třída, tělocvična

Čas: 10 minut

Děti po jednom přicházejí a nahlížejí do krabičky. Pravidlem je, že si děti prohlédnou obrázek osoby v krabičce a mlčky se posadí zpět na své místo v kruhu, aniž by ostatním prozradily, koho tam viděly. Rozvineme s dětmi diskusi na téma výjimečnost každého z nás. Povídáme si o tom, že každý z nás je něčím výjimečný. Na tuto hru ihned navazuje hra „Cením si na sobě“.

Cením si na sobě

Cíl: Dítě si uvědomuje své vlastní kvality, hledá a přemýšlí, v čem je opravdu dobré, tím posilujeme i pozitivní sebehodnocení.

Pomůcky: žádné

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti se pohodlně usadí do kruhu, tak aby na sebe všechny dobře viděly. Dítě hodí spolužákovi míček a připojí větu: „Já jsem Klára a házím ti, Radime, míček, protože se mi na tobě líbí, že...“ Radim doplní, co se asi Kláře na něm líbí. Podmínkou je, že se děti musí vystřídat všechny.

Místa si vymění....

Cíl: Nalézat společné kladné znaky se spolužáky.

Pomůcky: žádné, podsedačky

Prostředí: školní třída, družina, venkovní zahrada

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti si dají židličky do kruhu nebo se při sezení na zemi použijí podsedáky, míst k sezení je o jedno méně, než je počet dětí, stojí uvnitř kruhu, vychovatel stojí mimo kruh, dává povel – usadte se. Ten, kdo zůstal bez místa, zadává první instrukci. Místa si vymění ti, kdo mají (např. kdo umí vařit, hraje fotbal, kdo má doma kočku, kdo umí malovat, ... apod.). V kruhu vždy zbývá někdo, kdo si nemá kam sednout, ten pokračuje dále v nacházení podobností.

Místo po mé levici je volné

Cíl: Dítě projevuje uznání a respekt k ostatním, umí vyzdvihnout a formulovat pozitivní vlastnosti spolužáků.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, tělocvična

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti i s vychovatelkou sedí v kruhu, po levé straně vychovatelky zůstává volné místo. Vyzve kterékoliv dítě, ať si přisedne k ní, a vyzdvihne jednu jeho kladnou vlastnost. Ten, kdo má po své levici volno, vybere dalšího, který si k němu má přisednout. Osoby se nesmí opakovat – na každém najdeme něco pěkného a dobrého.

Reflexe 7. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak bylo pro tebe jednoduché dokončit větu? Jakou výhodu má, když máme společné zájmy, dovednosti, vlastnosti? Jak bylo příjemné, když tě někdo chtěl po svém boku?

3.3.3 Lekce 8 – Tvořím

KREATIVITA

V průběhu života se člověk často dostává do situací, které vyžadují jistou dávku kreativity a tvořivosti, musí překonávat překážky a nástrahy okolí. Udělat něco nově a jinak je znakem kreativity. Základem tvůrčího myšlení je hledání nových souvislostí mezi zdánlivě nesouvisejícími prvky (Motyčka et al., 2002, s. 74). Může se uplatnit i v mezilidských vztazích, a i když je z velké míry vrozenou hodnotou, dá se s ní pracovat,

trénovat ji a rozvíjet. R. Bean (1995, s. 56) uvádí, že rodiče (vychovatelé), kteří podporují tvořivost sebevyjadřování dítěte, ubezpečují ho tím tak o jeho hodnotě.

Tabulka 8: 8. lekce – Tvořím

8. lekce – Tvořím			
Cíl 8. lekce	Naučit děti nalézat různá řešení složitých situací. Podpořit tvořivé myšlení. Podpořit jejich fantazii a pobídnout je k jinému než standardnímu řešení.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Ztroskotanci	Motivační aktivita kreativity.	-	15
Překvapivé obrázky	Představivost, tvořivost, spolupráce.	Tužka, papír, pastelky	15
Obruče, hýbejte se!	Kreativita, originalita, pohyb, spolupráce.	2 obruče	15
Výstup z lekce	Nevzdávejme se po prvním nezdaru. I to, co si myslíme, že se pokazilo, se dá přeměnit na úspěch. Zkusme to jinak, hledejme způsoby, půjde to.		

Motivace

Ztroskotanci

Cíl: Dítě přemýšlí nad předměty a možnostmi, jak je využít.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina

Čas: 15 minut

Postup hry: Vychovatelka vypráví příběh o zaoceánské plavbě. Na dlouhém výletě přichází bouřka, loď naráží na útes a začíná se pomalu potápět. Děti mají pár minut na to, aby si sbalily věci, které jim mohou zachránit život na pustém ostrově. Následnou diskusí je motivujeme k vymýšlení variant pro zpříjemnění pobytu na pustém ostrově a diskutujeme nad jednotlivými nápady. Vysvětlíme dětem, že právě používaly kreativitu.

Překvapivé obrázky

Cíl: Děti projevují kreativitu a schopnost reagovat a spolupracovat.

Pomůcky: papír, tužky, pastelky

Prostředí: družina, třída

Čas: 15 minut

Postup hry: Děti si sednou do kruhu a začnou kreslit obrázek dle své volby. Po chvíli je vychovatel přeruší, svůj rozkreslený obrázek pošlou dál dítěti po své levici a pokračují v malování obrázku, který dostaly od dítěte po své pravici. Tak pokračujeme, dokud obrázky neoběhnou celé kolo a nevrátí se ke svému původnímu tvůrci. Následuje hodnocení a představování vzniklých kreseb.

Obruče, hýbejte se! (inspirováno Neuman, 1998, s. 126)

Cíl: Děti tvořivě a pohotově řeší nastalé situace, radí si, podporují se a pomáhají si.

Pomůcky: 2 obruče (nebo více)

Prostředí.: školní hřiště, tělocvična

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti se chytanou za ruce a vytvoří velký kruh. Na dvou místech, nejlépe naproti sobě, vložíme mezi děti gymnastické obruče. Na pokyn začínají obručí posouvat po směru hodinových ručiček, až postupně obě obruče oběhnou celý kruh. Ruce se celou dobu nesmí rozpojit. Když se děti naučí s obručí manipulovat, můžeme je povzbuzovat ke zkracování času, pozměnit a začít posouvat proti směru hodinových ručiček.

Reflexe 8. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak se ti líbil obrázek, který se ti vrátil? Jak ses cítil, když jsi nemohl používat ruce? Napadl tě nějaký zlepšovák?

Lekce 9 – Pociťuji

EMPATIE

Složku empatie můžeme popsat jako schopnost vcítit se, pochopit způsob uvažování druhého a také pochopit jeho reakce a motivy chování. Empatie ulehčuje komunikaci. Bez patřičné empatie mohou být pokusy o prosociální projevy nesprávně pochopeny. Pokud se naučíme pochopit druhé lidi a vžívat se do jejich pocitů a problémů, podaří se nám překonat i antipatii k ostatním (Motyčka et al., 2002, s. 37–39).

Tabulka 9: 9. lekce – Pociťuji

9. lekce – Pociťuji			
Cíl 9. lekce	Cílem je naučit žáky vcítit se do citů a postojů druhých.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Poutníci v mlze	Motivační aktivita, empatie.	-	20
Kláda v kruhu	Vcítění, zodpovědnost, spolupráce.		20
Opírání	Spolupráce, přátelství, tvořivost, pohyb.	-	20
Výstup z lekce	Pokusme se vcítit do situace druhých, lépe nám to pomůže pochopit a předvídat jejich reakce. Můžeme tak také odhadnout, v čem potřebují pomoci.		

Motivace

Poutníci v mlze

Cíl: Dítě si uvědomuje pocity spolužáka díky vlastnímu prožitku.

Pomůcky: šátky podle počtu dětí

Prostředí: prostor bez větších překážek

Čas: 20 minut

Ke zcitlivění na téma použijeme jednoduchou hru. Polovina dětí si zaváže oči a dostane úkol – přejít určený prostor. Druhá polovina dětí sleduje „poutníky“ a nesmí jim napovídat. Poté se skupiny vymění. Po ukončení hry vedeme s dětmi diskusi na téma, jak se cítily, když viděly ostatní tápat, jak se cítily, když samy nic neviděly.

Postupně je navádíme na téma dnešní hodiny a tím je empatie – umění se vcítit do druhého. Po celou dobu vychovatelka dohlíží na bezpečnost.

Kláda v kruhu

Cíl: Dítě prožívá radost se svými spolužáky, oceňuje spolupráci a zvládání náročných úkolů.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, zahrada

Čas: 20 minut

Popis hry: Děti rozdělíme na malé skupinky po pěti až šesti, 1 dítě umístíme dovnitř kroužku – to se promění na kládu – ztuhne, zavře oči a odevzdá se kroužku. Děti v kruhu si kládou houpají a snaží se ho bezpečně udržet. Postupně se všichni v kruhu vystřídají. Vychovatel dbá na bezpečnost provedení hry.

Opírání

Cíl: Dítě se pokusí napojit na spolužáka a vycítí, jak pracovat na splnění úkolu a na dosažení společného cíle.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, zahrada

Čas: 20 minut

Popis hry: Dvojice dětí se postaví zády těsně k sobě a snaží se společně pomalu si sednout na zem a zase vstát. Děti se musí o sebe vzájemně zády opřít, aby měly dostatečnou podporu. Dvojice se mohou obměňovat. Je potřeba se o druhého opřít a mít v něj důvěru stejně jako v kamarádství.

Reflexe 9. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak ses cítil se zavázanýma očima v neznámém terénu? Jaké bylo vidět spolužáka, jak tápe? Dařilo se ti úplně se odevzdat skupince? Měl jsi strach o spolužáka? S kým se ti dařilo společné vstávání nejlépe? Dal/a bys druhým recept, jak úkol nejlépe vyřešit? Co myslíš, že znamená, že se můžeš o někoho opřít?

3.3.4 Lekce 10 – Spolupracuji

KOOPERACE

Spolupráce a ochota pomoci je jednou z cílových složek prosociálního chování, bez kooperace by nebyl možný život společnosti ani její rozvoj. Dovednost spolupráce je možné rozvíjet pouze v takovém kolektivu, kde se dlouhodobě pracuje na dobrých vztazích (Kopřiva, 2006, s. 249). Tato lekce je tedy zařazena až ke konci programu, tedy až poté, když jsme pracovali na složkách komunikace, tvořivosti, sebehodnocení.

Tabulka 10: 10. lekce – Spolupracuji

10. lekce – Spolupracuji			
Cíl 10. lekce	Cílem je rozvíjet spolupráci a sounáležitost všech členů kolektivu.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Ostrov	Spolupráce, přátelství, tvořivost, pohyb.	Ručníky, šátky	25
Gordický uzel	Spolupráce, vytrvalost, tvořivost.	-	20
Výstup z lekce	Vzájemná pomoc a rada přispěje k dosažení cíle. Společně to dokážeme.		

Motivace

Pro zcitlivění k tématu lekce použijeme krátkou bajku Člověk a jeho synové (příloha č. 5) a následnou diskusí navedeme děti k tématu lekce, a to spolupráce a vzájemné pomoci.

Ostrov (inspirováno Neuman, 1998, s. 170)

Cíl: Děti reagují prosociálně, snaží se podržet svého kamaráda.

Pomůcky: židle, ručníky či větší šátky

Prostředí: školní třída, hřiště, tělocvična

Čas: 25 minut

Popis hry: Židliček (ručníků) je tolik, kolik je dětí, uspořádány jsou do ostrovů, všude okolo jsou žraloci. Dojde k velkému vlnobití a ostrov se vždy o jednu židličku zmenšuje. Děti se k sobě mačkají a vzájemně si pomáhají, aby nespady do moře.

Obměna s menšími dětmi – pro větší bezpečnost lze hrát na zemi. Ostrov může představovat například větší šátek či ručník. Doporučení – hrát několikrát po sobě a později opakovat, děti by se měly zlepšovat ve spolupráci a organizaci.

Gordický uzel

Cíl: Dítě používá kreativitu v řešení nastalé situace, mění strategie podle situace, podporuje kooperaci a sounáležitost.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní družina, hřiště, tělocvična

Čas: 15 minut

Popis hry: Děti vytvoří kruh, ve kterém se dotýkají rameny, předpaží levou ruku, uchopí ruku některého ze spoluhráčů (nesmí to být soused zleva ani zprava). Totéž provede i pravou paží. Chytání lze provést i se zavřenými očima. Po dokonalém propojení je vytvořen Gordický uzel. Hra se podaří po rozpletení uzlu bez rozpojení rukou.

Reflexe 10. lekce

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak ses cítil na kraji ostrova? Přemýšlel jsi nad tím, koho sežere žralok? Naslouchali ostatní tvým radám? Jak ti bylo příjemné se pevně držet se spolužákem?

3.3.5 Lekce 11 - Ukončení programu

Tabulka 11: 11. lekce – Zakočení programu

11. lekce – Zakočení programu			
Cíl 11. lekce	Závěrečné zhodnocení programu. Procvičení základní motivační složky prosociálního chování – empatie, která se prolíná celým programem. Umění vcítit se.		
Aktivita	Zaměření	Pomůcky	Čas (min)
Bačkůrky	Vcítění, rozvaha, postřeh	-	20
Výstup z lekce	Ve všech situacích nám vcítění otevírá cestu ke správné reakci.		

Bačkůrky

Cíl: Dítě je schopné se vcítit do svého spolužáka a přemýšlí o jeho pocitech.

Pomůcky: žádné

Prostředí: školní třída, družina, zahrada

Čas: 20 minut

Popis hry: Děti se usadí do kroužku, zují si bačkory a vytvoří z nich velkou promíchanou hromadu. Jedno z dětí (může určit vychovatel) začíná hledat pár. Když najde první pár, obuje se (nebo bačkůrky jenom drží v ruce) a vyhledá majitele, který má za úkol dát otázku typu: „Jaké mám ráda květiny?“ „Jakou barvu ráda nosím?“ nebo těžší otázky: „Kdy jsem byl naposledy smutný?“ „Kdy jsem se opravdu hodně nasmál?“ apod. Dítě musí odpovídat za osobu, které patří bačkůrky. Když uhádne, vymění se, v případě, že se netrefí, bačkůrky předá majiteli a hledá znovu.

Možné otázky hodnotové reflexe: Jak bylo těžké uhádnout odpověď? Jak ses cítil v jiných botách?

Zakončení projektu

Po reflexi poslední aktivity provedeme i zhodnocení celého programu.

Připomeneme si silné okamžiky, které jsme společně prožili jako „PRIMA PARTA“. Jako poděkování za účast můžeme předat i diplom vytvořený z koláže fotek, které vznikaly v průběhu lekcí.

Možné otázky hodnotové reflexe celého programu: Co si odnášíme za poznání z celého programu?

Výstup z projektu: Chováme se k druhým tak, jak si přejeme, aby se chovali oni k nám!

4 REALIZACE PROGRAMU

4.1 Organizace programu

- Krátkodobý 3měsíční projekt/ 11 lekcí.
- Lekce cca 75 minut.
- Lekce probíhají ve 2 odděleních školních družin.
- Četnost 1× týdně.
- Lekce se zúčastní žáci 1. a 2. ročníku ZŠ.
- Počet žáků do 22 (jedna skupina).
- Odborný dohled – při lekcích jsou přítomny třídní učitelky 1. a 2. tř., které nezasahují do projektu, pomáhají při organizaci náročnějších činností.

Prostředí

Projekt probíhal na malé základní škole na Českobudějovicku v prostorách školní družiny a zahrady, na procházkách (výpravách) v lese, který je od školy vzdálen přibližně 15 minut chůze. V případě nepříznivého počasí byla k dispozici obecní sportovní hala, která je v docházkové vzdálenosti od školy a slouží základní škole pro hodiny tělesné výchovy. Sportovní hala je nově postavena, je moderní, s veškerým vybavením.

Do plánovaného harmonogramu zasáhla pandemie koronaviru, vládní restrikce v oblasti školství znemožnily dětem přítomnost ve školách. Proto v měsíci říjnu došlo k přerušení aplikace projektu. Po listopadovém návratu 1. a 2. tříd do škol bylo postupně navázáno na předchozí lekce. V únoru následujícího roku 2021 byl projekt dokončen.

Informovanost

O programu byla informovala ředitelka školy, a záměr byl zkonultován také s třídními učitelkami 1. a 2. třídy a paní vychovatelkou I. oddělení. Před začátkem programu byli o plánované aktivitě informováni rodiče. Bylo jim vysvětleno, jak bude program probíhat a co budou jednotlivé lekce obsahovat. Všichni rodiče s účastí dětí na programu souhlasili a vyjádřili mu podporu, byl jimi dokonce vítán. Rodiče byli požádáni o respektování termínů vyzvedávání dětí, aby byl zajištěn nerušený průběh. K dřívějšímu vyzvedávání v těchto dnech prakticky nedocházelo.

Účastníci

Programu se účastnily děti vždy z kmenové třídy. Středa byla vyhrazena pro 1. třídu a čtvrteční odpoledne pro 2. třídu. Program začínal po poledním odpočinku přibližně ve 12,30.

Celkový počet zúčastněných:	43 dětí
1. třída(<i>dále primáčci</i>)	22 dětí
2. třída(<i>dále dráčci</i>)	21 dětí

Počet dětí a omezení pouze na kmenovou třídu nebyly původně plánovány, ale vzniklo doporučením MŠMT o neslučování kolektivů v rámci protipandemických opatření, a to v návaznosti na zkušenosti z první jarní vlny pandemie v roce 2020. Do této doby byla družina v obou odděleních naplněna do maximálního počtu třiceti účastníků.

Děti z druhé třídy si rády hrají se slovy a při rozhovorech o programu vznikaly podobně jako název celého programu i přezdívky jednotlivých tříd – třída prvňáčků dostala přezdívku *primáčci* – sloučením slov „prima a prvňáčci“. Třída druháků si navrhla přezdívku *dráčci* – podle začínajících písmen třídy a větší rychlosti v plnění úkolů. Všechny děti souhlasily s užíváním přezdívek.

4.2 Lekce 1

Úvod – Na počátku lekce jsem si s dětmi sedla do kroužku a vysvětlila jsem jim, co to bude znamenat, když budeme takto společně sedět. Popsala jsem pravidla povídání v kruhu, místo kamínku či drobného předmětu do ruky si děti zvolily posílat malé plyšové prasátko – mluví ten, kdo má prasátko. Ostatní naslouchají. Povídáme si o jménech, o tom, jaké by to bylo, kdybychom se všichni jmenovali stejně. Co kdyby někdo neměl jméno? Vyprávěla jsem dětem mini příběh o sovičce beze jména (příloha č. 1). Děti reagovaly empaticky a vymýšlely vhodná jména pro sovičku, nakonec bylo schváleno jméno Amálka u prvňáků a Myšlenka u druháků.

Hry – Primáčci – po úvodu jsem zvolila hru na jména. Děti první třídy byly zpočátku zakřiknuté a styděly se mluvit před svými vrstevníky. Ke jménu si přidávaly to, co mají rády, nebo co jim jde (fotbalista, baletka, mažoretka, parkurista).

S tímto kolektivem jsem se seznamovala i já, a tak jsem se všech her s nimi účastnila. Jako druhou jsme hráli hru Baba seznamka.

Dráčci – hra Na jména, děti přidávaly vtipná přídavná jména a velmi se u této hry bavily. Jako druhou hru jsme hráli Komu míč – na tu jsme se přesunuli na školní hřiště. Hráli jsme ji ještě několikrát během následujících týdnů.

Reflexe – Nejčastější odpovědi: „Jsem ráda, že znám už všechny jménem.“ „Už si budu všechny pamatovat.“ „Bylo to vtipné.“ „Nemohl jsem si rychle vzpomenout na jméno, my si říkáme jenom kámo.“ „Šlo mi to dobře.“ „Bavilo mě to.“ Některá vtipná spojení jako například „Okatá Olinka“ používaly děti velmi dlouho.

Výstup z lekce – Děti se seznámily a pobavily se. Oslovují se jmény.

Zhodnocení – U této lekce jsem použila nový rituál, který jsem dětem tímto i představila. Smajlíci – děti jsem rozdělila do dvojic a rozdala jsem jim kartičky emotikonů. Každá dvojice měla za úkol popsat, jakou emoci přidělená kartička vyjadřuje. Děti si poté vybíraly, který emotikon je nejbližší jejich aktuálnímu rozpoložení a vystihuje dnešní lekci. V průběhu celé reflexe jsem dětem znovu vysvětlovala a připomínala pravidla kruhu.

Celkové zhodnocení – kladným emotikonem hodnotilo 40 dětí, 3 děti zvolily emotikon neutrální.

4.3 Lekce 2

Úvod – Pro aktivity této lekce jsem se s dětmi vypravila na procházku do blízkého lesa, děti se během cesty zbavily únavy z vyučování. Na malé mýtině jsme se posadili do kruhu. Povídala jsem si s dětmi o tom, jak dobře znají své kamarády. Ptala jsem se: Kdo je podle nich správný kamarád? Jaké vlastnosti by měl mít? Co víte o svých kamarádech a spolužácích? Nabídla jsem dětem, co takhle zahrát si na detektiva a vyzpovídat své spolužáky a pokusit se dozvědět se o nich něco nového.

Hry – Primáčci – hra Na detektiva, při rozdělování dětí do dvojic jsem záměrně spojovala děti, u kterých jsem nezaznamenala větší komunikaci. Ve skupince prvňáčků jsem děti spojovala do trojic – zadaný úkol tím pro ně nebyl tak obtížný. Získané informace jsem pro prvňáčky pro jistotu opakovala a dále je děti také používaly ve hře Živý řetěz.

Dráčci – hru Na detektiva vzaly opravdu vážně a dozvídali jsme se i podrobnosti. Děti si role detektivů užívaly. Navazovala hra Živý řetěz, kde bylo možné využít získané informace.

Poslední aktivitou bylo u obou skupin Žalování naruby – zeptala jsem se dětí, zda by chtěly někoho ze svých spolužáků pochválit. Nikdo nechtěl začít mluvit. Rozhodla jsem se tedy připomenout dnešní odchod ze školy, kdy si děti vzájemně pomáhaly s batůžky, a pochválit je za krásnou spolupráci a ochotu. Poté si už začaly vzpomínat na drobnosti z dnešního dne a chválit spolužáky.

Reflexe – Po zklidnění jsme přešli k reflexi her, ve které děti často zmiňovaly, že nevěděly, kolik toho mají společného. Od primáčků zaznělo: „To jsem rád, že jsem to zjistil.“ „Zjistil jsem, že má taky sestřičku (brášku, pejska, křečka apod.).“

Výstup z lekce – Děti se blíže seznámily, objevily společné záliby.

Zhodnocení – Vysvětlila jsem dětem symbol palce u ruky a vyzkoušeli jsme nové vyjádření svého pocitu z uplynulé lekce. Palec: palec vzhůru – dařilo se dobře, palec vodorovně – dařilo se uspokojivě, palec dolů – nedařilo se.

Celkové zhodnocení: 34× palec vzhůru, 7× vodorovně, 2× palec dolů.

4.4 Lekce 3

Úvod – Na úvod této lekce jsem připravila neznámé hry, ke kterým jsem dětem nesdělila žádné informace. Rozdělila jsem děti do skupin a rozdala jsem jim hry, které si vylosovaly bez návodu a vysvětlení a pobídla jsem je ke hře. V první třídě jsem se obávala, zda tato aktivita nebude příliš složitá. Přes počáteční rozpaky se ve třech skupinkách ze čtyř dětí dokázaly domluvit a začaly skutečně hru hrát podle svých pravidel. Ve druhé třídě, jak jsem předpokládala, bylo dorozumění o něco menší, zato pravidla byla propracovaná do nejmenších detailů. V některých skupinách dokonce nestihly ani začít pořádně hrát. Po ukončení aktivity jsem vedla s dětmi diskusi na téma pravidla.

Hry – Primáčci – první hru na Kočku a ptáčka zprvu hráli opatrně a soustředěně, po několikátém opakování je hra začala více bavit a začala být rychlejší. Jako druhou jsme hráli hru Najdi mě – děti se vzájemně kontrolovaly při dodržování pravidel.

Dráčci – Hru Kočka a ptáček rychle pochopili a také docházelo ke vzájemné kontrole. I u druhé hry děti pochopily, že dodržováním pravidel se stane hra zábavnější.

K porušení pravidel došlo 2× v první třídě a 1× ve druhé třídě. Hry jsme mnohokrát opakovali.

Reflexe – Často zaznívalo: „Vůbec jsem nechápal ty pravidla, pořád je někdo měnil a mě to potom nebavilo.“ „Šlo to celkem dobře, bylo málo času a pořád jsme se musely znovu domlouvat, jak hrát dál. Když se hrálo podle pravidel, bylo to lepší.“ „Když to (např. Ondra) porušil, tak to nebylo fér, a je to podvod.“ Děti v obou skupinách připomněly hru Najdi mě, kdy spolužák porušil pravidla. Po otázce, jak se jim potom hrálo, shodně odpovídaly, že ta hra pro ně již nebyla zajímavá.

Výstup z lekce – Děti chápou význam pravidel a respektují je.

Zhodnocení – Jedním slovem. Lekci jsem tentokrát ukončila tím, že jsem děti požádala o zamýšlení nad dnešním programem a o vybrání jediného slova, které by dnešní lekci vystihlo

Celkové zhodnocení: nejčastěji super, dobrý, zábavný

4.5 Lekce 4

Úvod – Pro úvod lekce jsem zvolila rituál Smajlíci, děti se již pokoušejí odhadnout, co zapůsobilo na náladu spolužáků, ne vždy se jim to podařilo. Poté jsem oznámila, že dnešní plán je zatím tajný, požádala jsem je, aby vyhledaly a posbíraly po třídě indicie, kterými jsou barevné kartičky s písmenky, postupně je budou umísťovat do připravené tajenky. Poskládat písmenka do tajenky se podařilo v první třídě díky číslům a barevnému rozlišení, tajenku jsem primáčkům musela přečíst sama. Po vyhledání a rozluštění tajenky jsem navrhla, zda si nechtějí vytvořit pravidla vlastní.

Hry – Primáčci – pravidla ve skupinkách si děti nepsaly, jenom si je pamatovaly. Uváděly například: Neběhám po třídě, nelítám, koukám okolo sebe, nekřičím, neskáču do řeči atd. Po diskusi si děti vybraly tato 4 pravidla: *Chodím pomalu, neberu si cizí věci, mluvím, když mám prasátko, a uklízím si po sobě.* Jako podpis na plakát pravidel děti použily nejenom své jméno, ale i malou kresbičku. Žalování naruby bylo poslední aktivitou lekce. Děti si vzpomněly na hezké okamžiky z celého dne a pochválily své spolužáky.

Dráčci – dobře se jim dařilo diskutovat v malých skupinkách, které si sami utvořili. Výsledná pravidla, na kterých se všichni shodli, byla nastavena takto: *Mluví jenom jeden, uklízím si po sobě, mluvím slušně, jsem na spolužáky hodný*. Plakát pravidel stvrdili dráčci otiskem svých rukou. Jako poslední aktivitu jsem plánovala zařadit rituál Žalování naruby (děti aktivitu přejmenovaly na Žalováníčko). Tato aktivita se tentokrát příliš nevydařila, spíše se rozvinula debata o porušování pravidel a připomínání prohřešků. Proto jsem plán ukončit lekci přehodnotila a zařadila jsem ještě hru z předchozí lekce Komu míč. Ta splnila můj záměr, a to dosáhnout kladného pocitu z uplynulé lekce.

Reflexe – Děti uváděly různé případy, proč jsou pravidla důležitá, a také situace, kdy je možné pravidlo porušit. V souladu s cílem se děti shodly na důležitosti dodržování pravidel. Nejčastěji zaznívalo: „To by se dalo splnit!“ „Mělo tam být – ještě nebudu lhát!“ „Je to i ve školním řádu.“

Výstup z lekce – Děti samy nastavují pravidla a dohlížejí na jejich plnění.

Zhodnocení – Palec vzhůru. Vyzvu děti k zamyšlení a ke zhodnocení dnešní lekce. Poskytnu jim dostatek času. Pro větší autenticitu požádám o zavření očí, hlasujeme všichni najednou na tři, dva, jedna a teď.

Celkové zhodnocení – 29× palec vzhůru, 10× vodorovně, 3× palec dolů.

4.6 Lekce 5

Úvod – Lekci jsme zahájili rituálem Smajlíci. Děti se u tohoto rituálu zapovídaly, diskusi jsem dala volný průběh, pouze jsem ji moderovala a naslouchala. Východiskem z diskuse bylo upřesnění významu smajlíků. Po jejím ukončení jsme se opět vydali do blízkého lesa, protože vzhledem k tématu lekce je lesní tiché prostředí žádoucí. V lese jsme se usadili na vhodném místě a započala jsem s motivací k tématu – Kdo přichází.

Hry – Zcitlivění opravdu zapůsobilo a děti se snažily opravdu měnit své hlasy a vyjadřovat tak svou náladu.

Primáčci – první hra Kuřátko pípni! byla dobře pochopena a dětem se dařilo měnit hlasy a mást tím své spolužáky. Druhá aktivita Léčení překřikovandy se z mého pohledu příliš nepodařila. Děti sice plnily pravidla, ale bylo znát, že hra je příliš nezaujala. Hra Lidské pexeso se naopak povedla, kladně hodnotím i její dramaturgické zařazení ve 2.–3. lekci.

Nálada se rozproudila a děti se skvěle bavily. Primáčkům jsem vylosovanou postavičku musela přečíst a několikrát opakovat během hry. Stávalo se, že omylem někdo použil své jméno. Hru jsme několikrát opakovali. Poslední hrou v plánu lekce byla hra Komunikační šum, ale vzhledem k časové tísní jsem tuto aktivitu již nezařadila.

Dráčci – první hru hrály děti zpočátku s lehkým nezájmem, ale po pár vtipných změnách tónu hlasu se hra rozproudila. Další hra Léčení překřikovandy byla pro děti velmi náročná, příliš je nebavilo naslouchat a vymýšlet nové věty do příběhu. Další hrou bylo Lidské pexeso – to se naopak velmi vydařilo podobně jako u Primáčků. Hra komunikační šum se u druhé skupiny vydařila a děti velmi překvapilo, jak moc se výsledný příběh měnil, a bylo poznat, že nad tím přemýšlejí.

Reflexe – Při reflexi děti často zmiňovaly motivační představení. Poté často zaznívalo: „Vůbec jsem ho nemohl poznat, jak pípal.“ „Pípala tak hrubým hlasem, že jsem myslel, že je to někdo úplně jiný.“ Často se vyjadřovaly také ke hře Léčení překřikovandy, kde došlo na trénování naslouchání. Děti také mluvily o tom, že je mrzelo, že jejich větu někdo neposlouchal. Reakcí na poslední hru Komunikační šum byla shoda dětí, na tom, že naslouchat je důležité.”

Výstup z lekce – děti vnímají komunikaci postojem a gesty. Chápu význam naslouchání.

Zhodnocení – pro tuto lekci – pět prstů, děti požádáme o zamyšlení a na pokyn zvednou děti ruce nad hlavu s udělenou známkou, děti mají zavřené oči. Použijeme známkování jako ve škole. 1 – velmi se dařilo, 3 – dařilo se napůl, 5 – ještě je, co zlepšovat.

Celkové zhodnocení – 34× 1, 8× 3, 0× 5.

4.7 Lekce 6

Úvod – Na úvod dnešní lekce jsem vybrala krátkou ukázkou pantomimy. Ukázka byla působivá, scénky v klipu děti zaujaly. Některé z dětí nikdy neviděly takové představení a bylo to pro ně úplně nové téma. Ve scénkách byly znázorněné emoce, které děti pojmenovávaly, a také vtipné chvílky. Děti se jimi v následující hře často inspirovaly.

Hry – Primáčci – hráli první hru Na sochy, hra je uvolnila a rozproudila, sochy sestavovali rychle, ale objevily se drobné potíže s objasněním jejich významu. Po ukončení první hry jsem uvedla aktivitu trochu složitější. Dětem jsem zadala úkol rozdělit se do skupin.

V první třídě si vybíraly děti hlavně kamarády, tady jsem skupinky trochu upravila tak, aby byly dobře promíchané. Skupiny si vylosovaly téma a začala příprava na hru Pantomima. Scénky jsem musela podrobněji popisovat a vysvětlit. Projevil se herecký talent dětí i jejich kreativita. Po předvedení scének byly děti hodně unavené. I přesto jsem navrhla hru na Pejsky a páníčky, při které si děti vyzkoušely komunikaci očima. Hra se podařila.

Dráčci – v této skupině byly již významy soch jasnější a dařilo se je dobře poznávat. Všimla jsem si, že dráčkům již téměř nedělá problém spolupracovat s kýmkoliv z kolektivu a všechny vytvořené skupiny se dokážou shodnout. Hra Pantomima – hraní scének děti vtáhlo do děje a bylo provázáno silnými emocemi. Dráčci se při plánování scének hezky doplňovali a zdálo se, že jsou na předvedení scének dobře připraveni. Při předvádění situací bohužel došlo k hlasitému komentování přihlížejících. To se projevilo na výkonu všech skupin. Po ukončení hry jsem ze skupiny cítila nepohodu, která byla zřejmě způsobená „neúspěchem“ ve hře. Přesto jsem uvedla i poslední plánovanou hru Na pejsky a páníčky, která způsobila zvednutí nálady a osvěžení u obou skupin.

Reflexe – V kruhu často zaznělo, jak se někdo tvářil či jak se pohyboval. Cíle uvědomění si a rozvoje komunikace i jiným způsobem než slovy bylo dosaženo. Často zaznívalo: „Nevěděl jsem, co mi ukazuje.“ Myslel jsem, že dělá něco jiného, ale když to popsal, tak jsem to pochopil. U dráčků se reflexe stáčela spíše k poznámkám od přihlížejících, všechny děti se shodly, že toto narušilo jejich další výkony a pokazilo jim to dojem ze hry. K poslední hře zaznělo: „Vždycky jsem se zamyslel a pejsek byl pryč.“ „Nevšiml jsem si, že na mě mrká, vůbec jsem na něj totiž nekoukal.“

Výstup z lekce – Děti aktivně používají komunikaci pohybem, gesty a mimikou.

Zhodnocení – Děti požádám o soustředění, představím barevnou trojici jako na semaforu. Před děti položím tři plyšáky níže uvedených barev a požádám je, aby se dotkly toho z nich, který představuje zvolenou barvu na stupnici.

- Zelená barva – znamená super pocit z uběhlé hodiny, dařilo se mi.
- Oranžová – dobré to bylo, ale jsou věci, které mi nejsou příliš jasné.
- Červená znamená – nedařilo se mi naladit se na probírané téma.

Celkové zhodnocení – 35× zelená barva, 6× oranžová, 2× červená.

4.8 Lekce 7

Úvod – Počasí těchto dnů nebylo příznivé k vycházce do přírody, ale přesto jsem cítila potřebu změnit prostor. Vydali jsme se tedy do sportovní haly. Děti se vždy těší ze změny prostředí. Velký prostor sportovní haly a bohaté vybavení nářadovny děti nadchly. Po příchodu jsem dala dětem možnost volné hry a pozorovala dění. Vypozorovala jsem, že se zapojila vždy velká část třídy do jedné aktivity. Po chvíli se postupně odpojovaly skupinky kluků, kteří hráli kopanou. I dívky si vyzkoušely basketbal, badminton a jiné hry. Všichni si házeli s míčem i využívali žíněnků. Zjišťovala jsem, jaká aktivita se komu dařila. To se hodilo později k další hře. Ukončila jsem volnou hru a svolala jsem děti na žíněnků do kruhu a hned jsem jim prozradila, že si budeme povídat o někom, kdo je báječný a jedinečný, a že si ho mohou hned prohlédnout, ale pouze každý zvlášť. Děti po jednom nahlédly do krabičky a usadily se. Povídali jsme si o jedinečnosti každého z nás. Některé děti váhaly, jiné projevovaly větší sebedůvěru.

Hry – Primáčci – ihned po úvodní volné hře a motivaci jsem uvedla další hru k tématu. Cením si na sobě – spontánně využívali své fyzické vlastnosti a čerpali ze zážitků z předešlé volné hry. Další hrou bylo Místa si vymění..., často se opakovaly již zmíněné sportovní dovednosti, ale také společné záliby a fyzické znaky. Poslední plánovanou hru jsem již neuváděla, reagovala jsem na potřeby skupiny a volný čas jsem věnovala vyprávění bajky, kterou jsem měla připravenou k lekci o naslouchání a u Primáčků nebyla použita: *O lvu a myšce*. Bajka se dětem líbila, krátce jsme o ní diskutovali – děti jmenovaly rozdílnosti obou postav a jejich výjimečné vlastnosti.

Dráčci – V úvodní hře Cením si na sobě byly odpovědi váhavé a zdálo se, že mají s nacházením svých kvalit větší potíže, vzájemně si napovídali a oceňovali se. Následovala hra Místa si vymění..., děti opět často zmiňovaly sportovní dovednosti, ale také oblíbené činnosti. Hra Místo po mé levici je volné byla pojata podobně jako pravidelná aktivita Žalování naruby, v této lekci jsem zaznamenala velký počet pochval méně průbojných dětí.

Reflexe – „Já nevím, v čem jsem dobrý.“ Děti hledaly vhodná slova k popisování, v čem jsou dobří, často docházelo k napovídání. Děti navrhovaly jeden druhému, v čem je opravdu dobrý. U každého dítěte se podařilo najít dovednost, kterou každý nemá a kterou je výjimečný.

Výstup z lekce – Děti poznávají a nalézají své silné stránky a učí se pochvalu přijmout i dát.

Zhodnocení lekce – Ode zdi ke zdi. Po vysvětlení, jak hodnotit lekci, a po uplynutí času na promýšlení, vyzveme děti k pohybu po tělocvičně. Pustíme hudbu, po zastavení se děti přesunou na vybranou míru hodnocení. Čím blíže okna, tím více jsme byli spokojení s průběhem lekce.

Celkové zhodnocení – 33× u okna, 9× prostředek, 0× u dveří.

4.9 Lekce 8

Úvod – Lekci jsme začali rituálem Smajlíci. Krátce jsme si povídali také o předešlé lekci a připomněli jsme si výsledek našeho minulého setkání. Jako první jsem uvedla v obou skupinách krátkou aktivační hru Ztroskotanci. Děti se vžily do situace potápějící lodi a navrhovaly věci, které si rychle vezmou s sebou na pustý ostrov. Jako první v obou skupinách navrhovaly vzít si záchrannou vestu a potraviny. Poté začínaly být návrhy již originálnější, přes oblečení, které použijí jako stan, až po provázek, který se využije k lovení zvěře či přivázání plachty na vor. Primáčci navrhovali vzít si s sebou vysílačku na solární energii. Dráčci vznášeli více návrhů a byli více praktičtí. Při reflexi úvodní aktivity jsem dětem vysvětlila, co je to kreativita, a že si právě tuto dovednost nyní procvičovaly.

Hry – Primáčci – hra Překvapivé obrázky. Na tuto hru jsem zaznamenala velké reakce. Děti této skupiny se dobře smiřovaly se změnou svého obrázku. Výsledné obrázky jsme popisovali a zjišťovali, co znamenají, poté jsme je vystavili na třídní nástěnkou. Na následující hru jsme se přesunuli na školní zahradu. Hra Obruče, hýbejte se! byla dynamická a po několika pokusech děti získávaly větší obratnost. Bylo podnětné pozorovat, jaké způsoby volí při plnění úkolů a jak moc změnilo celou taktiku otočení směru či přidání druhé obruče.

Dráčci – Hra Překvapivé obrázky probíhala v radostné atmosféře, ale poté když se vrátil původní obrázek majiteli, docházelo k výměnám názorů. Po dobarvení byla i přesto většina dětí s obrázkem spokojena. Často vycházely zajímavé abstraktní obrazce. V další hře Obruče, hýbejte se! se projevila fyzická zdatnost skupiny a její postup byl promyšlený, děti se i s postupným přidáváním obručí i změnám směru rychle vypořádaly.

Reflexe – Při reflexi většina dětí zmiňovala, že se jim nelíbilo, jak jim soused zasáhl do obrázku, ale celkový výsledek je hezký, i když původní záměr byl jiný. Často bylo slyšet: „Zničil mi můj obrázek.“ „Můj obrázek měl být jiný, ale tenhle je taky dobrý.“ „Konečný výsledek se mi líbí, vypadá to jako kormidlo nebo pračka.“ Po dobarvení obrázků, které bylo již autorské, byla spokojena s výtvozem většina dětí. Naplnění cíle používání a rozvoje kreativity v úkolech bylo naplněno.

Výstup z lekce – Děti chápou, že cesta za cílem nemusí vést pouze jedním směrem.

Zhodnocení – Celá paže. Po zakončení reflexe předchozích aktivit požádám děti o zhodnocení dnešního dne. Děti zavřou oči a na pokyn zvednou ruku podle vybraného hodnocení:

- paže vzhůru – velmi se dařilo,
- ruka v předpažení – dařilo se průměrně,
- ruka připažená – nedařilo se.

Celkové zhodnocení – 35× paže vzhůru, 6× paže v předpažení, 1× připažená

4.10 Lekce 9

Úvod – Na počátek lekce jsem zvolila rituál Smajlíci, děti se v odhadech emocí čím dál častěji trefují a dokážou je odhadovat, hledají souvislosti mezi náladami a předešlými událostmi. Pro další zážitky jsme se vydali opět do lesa. Na vycházce jsem hned z kraje lesa vytyčila dětem bezpečný prostor, kde bude probíhat první naše dnešní hra.

Hry – Primáčci – hra Poutníci v mlze. Děti jsem rozdělila do dvou skupin a uvedla jsem je do situace. Putují již velmi dlouho, přicházejí k lesu ponořenému do mlhy. Jak projdou neznámý kus cesty? Zavázala jsem jim oči a postavila je na začátek dráhy. I druhé skupině jsem vysvětlila pravidla hry. Připomněla jsem jim, aby se soustředily na své pocity. Hru zvládly s drobnými přestupky v nápovědách a navádění, po vystřídání obou skupinek si

chtěly zahrát hru ještě jednou s tím, že si prostor ztíží přidáním větví a překážek a budou se vzájemně navádět. Sice tato změna nebyla plánovaná, ale nabízená variace se mi líbila, trochu pozměnila mnou zamýšlený cíl hry, ale v souznění s cílem hlavním. Hru Kláda v kruhu jsem v této skupině neuváděla z důvodu jejich slabší tělesné konstituce. Hra Opírání se vydařila jen některým a byla pro děti hodně náročná i vzhledem k zimnímu oblečení.

Dráčci – lekce probíhala podle plánu. První motivační hra Poutníci v mlze se vydařila i podle následných diskusí dětí, které jsem vyslechla při cestě za další hrou. Přesně pojmenovávaly emoce, které shodně vycítily u druhé skupiny. Následovala hra Kláda v kruhu, zvládli ji ale pouze někteří chlapci. Děvčata se obávala upuštění a hrát odmítala. Hra Opírání se podařila. Vstát se všem dvojicím podařilo, několikrát jsme dvojice obměňovali. Situaci jim ztěžovalo zimní oblečení, splnění úkolu nebylo jednoduché.

Reflexe – Při reflexi došly děti k závěru, že přesně věděly, jak se cítí druhý člověk, když nic nevidí nebo když je odkázaný na pomoc okolí. V souladu s cílem lekce empatie často zaznívalo: „Byl jsem rád, že tam nejsem sám.“ „Chtěl jsem mu pomoci.“ „Bylo to takový napínavý. Držel jsem jim palce“

Výstup z lekce – Děti vnímají pocity druhého a dokážou se do nich vcítit. Celkový výstup empatie si děti spojily s pomáháním.

Zhodnocení – Palce. Po závěrečné reflexi jsme přistoupili k hodnocení celé lekce. Požádám děti o zamýšlení a zavření očí, na můj pokyn všichni ukážou, jak hodnotí svůj úspěch v lekci a lekci celkově.

Celkové zhodnocení – 40× palec vzhůru, 2× vodorovně, 0× palec dolů.

4.11 Lekce 10

Úvod – Vzhledem k nepříznivému počasí jsem přehodnotila plánovaný přesun do tělocvičny a dnešní lekci jsme strávili v prostředí družiny. Na přání dětí jsme si připomněli zážitky z lekce minulé. Děti vzpomínaly hlavně na úvodní aktivitu Poutníků v mlze. Primáčci vzpomínali na jejich kreativní změnu hry, za kterou jsem je pochválila. Následovala aktivita Smajlíci.

Jako motivaci k tématu jsem tentokrát zvolila čtení bajky Člověk a jeho synové, o bajce jsme poté diskutovali, děti samy pojmenovaly spolupráci jako cíl dnešní lekce.

Hry – Primáčci – jako první hru jsem uvedla Ostrov. Děti, teď jsme na moři na velkém dřevěném voru, ale při každém vlnobití spadneme do vody a odlomí se kousek z voru, všude okolo nás krouží hladoví žraloci. Děti několikrát hru opakovaly. S touto skupinou jsme hráli z důvodu bezpečnosti na šátcích, docházelo k mnoha napínavým okamžikům, děti se do hry ponořily a jejich plány se dařilo uskutečnit. Po dvou opakováních se opravdu ukázaly vůdčí osobnosti s logickým myšlením a uměním organizace. Další hra Gordický uzel se nevydařila, ani přes několikeré opakování docházelo k rozpojování. Na závěr lekce jsem zařadila Žalováníčko, děti již velmi hezky vyjadřují pochvaly svým kamarádům a všímají si drobných dobrých skutků.

Dráčci – hru Ostrov jsem s dráčky hrála na židlích, přispělo to k většímu prožitku. Zpočátku měly děti potíže, při následných opakováních se zlepšovaly v koordinaci a spolupráci. U druhé hry Gordický uzel se i přes moji snahu zcela nedařilo dosáhnout dodržování pravidel, některé děti se v zájmu rychlého splnění zadání uchýlovaly k jejich porušování. Všechny děti chtěly hru zopakovat a poté se již podařilo hru dohrát podle pravidel.

Reflexe – Při hodnotové reflexi děti často zmiňovaly, že se nechtěly ocitnout na kraji ostrova a byly rády obklopeny ostatními, cítily se pak v bezpečí. Často zaznívalo: „Příště se musíme více přimáčkout.“ „Ty na kraji se musí lépe držet.“ Při druhé hře připomínaly důležitost opravdu pevně se držet: „Až budeme hrát příště, nesmíme se rozpojit.“ Také opakovaly zjištění, že když se hrála hra podle pravidel, byla velmi zábavná a hodně se u ní nasmály. Zaznívalo: „Bylo to super!“ Myslím, že se nám podařilo naplnit cíl podpory a rozvoje spolupracování.

Výstup z lekce – děti vnímají nutnost spolupráce a její výhody i náročnost.

Zhodnocení – jedním slovem. Lekci jsem ukončila tím, že jsem děti požádala o zamýšlení nad dnešním programem a o vybrání jediného slova, které by dnešní lekci vystihlo

Celkové zhodnocení: nejčastěji skvělý, dobrý, náročný.

4.12 Lekce 11

Úvod – závěrečná lekce se nesla ve slavnostním duchu. Zahájili jsme ji naším oblíbeným rituálem Smajlíci, ve kterém se děti v průběhu programu již zdokonalily, všímají si jeden druhého a přesně vystihují nálady ostatních.

Hry – poslední hrou programu jsou Bačkůrky. Vysvětlila jsem dětem pravidla. Míchání přezůvek děti opravdu rozveselilo a zklidnění hru o chvíli prodloužilo.

Primáčci – pokládali jednoduché otázky, na které byly jasné odpovědi, už jenom z toho důvodu, že se chtěly všechny děti v kroužku vystřídat.

Dráčci – zde byla hra trochu opatrnější a zvědavější. Děti kladly otázky spjaté se třídou a školou. Například: „Kdy jsem byl naposledy opravdu vysmátý? “ „Co jsem dneska dostal z diktátu?“

Reflexe – v této hře šlo zejména o vcítění se do druhé osoby, děti se již dobře znají, přesto se dokázaly najít takové otázky, na které nebyla zřejmá odpověď. Nejčastěji zaznělo: „To jsem věděl, protože se dobře známe.“ „To jsem si nemyslel, že ...“

4.12.1 Závěrečná reflexe

Závěrečnou reflexi jsem doplnila promítáním fotek a záznamů z jednotlivých lekcí, které oživilo vzpomínání. Ptala jsem se dětí na nejsilnější zážitky z celého programu. Děti vzpomínaly a popisovaly, co na ně nejvíc zapůsobilo.

Primáčci jako nejlepší lekci vyhodnotili lekci „Mluvím tělem“ a jako nejhorší „Naše pravidla“. Hru, kterou by si rádi zopakovali, byla Pejsci a páníčci,

Dráčci označili jako nejlepší lekci – Spolupracuji, označovali ji za „super“ „skvělou“. Jako nejméně vydařená lekce byla vybraná lekce – Naslouchám, která byla „nudná“ pro většinu druháků. Hru ostrov by si Dráčci rádi zopakovali.

Za nejhorší byla zvolena hra Léčení překřikovandy –v obou skupinách. Nicméně i tato lekce utkvěla dětem v paměti a potřebu naslouchání nikdo nezpochyboval.

Výstup z lekce – na otázku, co si děti odnáší z celého programu, zaznívaly nejčastěji odpovědi: „Musíme si pomáhat! “ „Měly bychom více naslouchat.“ „Budeme si všimati lidí okolo sebe.“ „Nevzdáváme se.“ „Musíme umět pochválit!“

Vrchol programu – pro završení jsem předala všem dětem diplom vytvořený jako koláž z fotek, které vznikaly v průběhu her. Na rozloučenou s programem jsem zvolila rituál Žalováníčko, kde jsem poskytla dětem prostor pro vzájemné pochválení – děti se chválily hlavně za spolupráci a podržení ve hře Ostrov z minulé lekce.

Zhodnocení – jako škálu hodnocení celého programu jsem zvolila již známé Ode zdi ke zdi. Po chvíli na soustředění jsem pustila hudbu, po přerušení hudby se každý postavil na stanoviště, které vybral (čím blíže k oknu, tím lepší hodnocení).

Celkové zhodnocení – 35× u okna, 6× prostředek, 0× u dveří.

5 EVALUACE PROGRAMU

Základní evaluační metodou před sestavováním programu, v průběhu realizace a po jeho ukončení byla zvolena metoda přímého pozorování dětí ve vybraných skupinách v průběhu realizace programu a po jeho ukončení. Další evaluační metodou je kvalitativní polostrukturovaný rozhovor se zúčastněnými pedagogy.

Organizace – Po dobu téměř 3 měsíců byl aplikován program na podporu rozvoje prosociálního chování. Byl zaměřen na témata, která jsou vhodná a pochopitelná pro děti mladšího školního věku sestavenými na základě etické výchovy (viz kapitola 5.2.). Celý program byl veden s maximálním respektem k momentálním potřebám skupin. Z toho důvodu v některých lekcích docházelo ke změnám pořadí her i jejich vynechání. Velká pozornost byla věnována poutavosti úvodní motivace k tématu a následné reflexi her vzhledem k vytyčeným cílům. Do průběhu programu zasáhla pandemie koronaviru a došlo k jeho přerušení. Nemohlo tedy dojít k souvislému pozorování kolektivu.

Účastníci – Všech lekcí se účastnily všechny děti v tu dobu přítomné v družinách. Zpočátku se stávalo, že někteří chlapci se odmítali účastnit, ale po chvíli se ke skupině spontánně přidávali. Docházelo k tomu pravděpodobně z důvodu počátečních obav z neznámého a po zjištění, že se jedná pouze o hraní a povídání bez nátlaku, nebyl důvod se neúčastnit. V následujících lekcích tohoto jevu skutečně ubývalo. Děti se na lekce těšily a hry i reflexe si užívaly.

Realizace – Při realizaci bylo překvapením, že přestože se děti znají a tráví spolu velkou část dne, byly zaznamenány náznaky ostychu projevit svůj názor před spolužáky. Po úvodních hodinách se děti uvolnily a ostych postupně opadl. V lekci 9. Pociťuji se nepodařilo zahrát hru Kláda v kruhu, ta se ukázala být pro děti příliš velkou výzvou.

Výstup – Prostředí školní družiny je specifické počtem dětí a jejich fluktuací, uvedení programu bylo organizačně náročné, ale domnívám se, že program byl přínosný.

Přímým pozorováním během aplikace programu bylo zaznamenáno v obou skupinách: Zlepšení spolupráce ve skupině i ve dvojicích. Zlepšení organizace v týmových hrách – zejména u dětí druhé třídy. Zlepšení komunikace bylo patrné při rituálech a reflexích.

Po ukončení programu – Bylo zaznamenáno zklidnění při řešení sporů – hledání souvislostí a posuzování závažnosti provinění. V komunitních kruzích se projevilo zlepšení koncentrace a naslouchání, toto je považováno za projev respektu k ostatním. V neposlední řadě bylo zaznamenáno prohloubení důvěry mezi vychovatelem a dětmi v obou skupinách. Reflexe a závěrečné zhodnocení lekcí dětmi ukazují, že došlo k naplnění plánovaných výstupů. V následující kapitole jsou uvedeny rozhovory se zúčastněnými pedagogy v kontextu evaluace programu.

5.1 Evaluace z pohledu zúčastněných pedagogů

Zjišťování míry podpory a rozvoje prosociálního chování je poměrně obtížné, obsahuje mnoho proměnných. S přihlédnutím k věku účastníků byla jako evaluační metoda zvolena metoda kvalitativně vedeného polostrukturovaného rozhovoru se zúčastněnými pedagogy. Jak již pojem naznačuje, není rozhovor vázán pevnou strukturou. Jsou rozpracovány okruhy otázek, ze kterých mohou vycházet otázky doplňující, a to směrem k tématu. U metody polostrukturovaného rozhovoru je definované tzv. jádro interview jako minimum otázek, které musí tazatel probrat (Miovský, 2006).

Po skončení projektu s odstupem 14 dní byly požádány paní učitelky 1. a 2. třídy a paní vychovatelka z I. oddělení o čas na rozhovor, ve kterém by odpověděly na tři otázky. Čas schůzky byl domluven na dobu před začátkem vyučování po ranní družině. Schůzky se konaly postupně ve sborovně. Čas na rozhovor byl přibližně 25 minut.

Zaměřila jsem se na následující okruhy:

Okruh č. 1: Přínos programu (pokud ano, v čem? pokud ne, proč?).

Okruh č. 2: Družina jako prostor pro tento typ programů (prostor, čas, finance, nestálost kolektivů).

Okruh č. 3: Zjistila jste změnu v prosociálním chování dětí? (pokud ano, jaké pozorujete změny?)

Informantka č. 1 - třídní učitelka 1. třídy

Okruh č. 1: Přínos programu (Je podle Vás tento program přínosný? Pokud ano, v čem? Pokud ne, proč?)

Ano, určitě. Tento tvůj projekt byl hezky sestavený, hodnotím ho jako propracovaný. Aktivity byly dobře zvolené a zábavné. Zvláště v téhle době je potřeba pracovat na těchto věcech. Děti jsou spolu málo a příjemných zážitků spojených se školou mají v téhle době ještě méně. Takže za mě je to bezva nápad.

Okruh č. 2: Družina jako prostor pro tento typ programů (prostor, čas, finance, nestálost kolektivů)

Pro takto postavený program je družina přímo ideální, jak tou nenáročností na pomůcky a finance, tak pro střídání prostředí, je vidět, že jsi to dělala ze zkušeností ze své praxe.

Okruh č. 3: Zjistila jste změnu v prosociálním chování dětí? (pokud ano, jaké pozorujete změny?)

Jasně, že jo, ne že bych s dětmi nepracovala na vztazích, ale sama víš, jak tenhle rok probíhá, od začátku roku jsme opravdu hnali, abychom stihli probrat alespoň abecedu... no... opravdu si myslím, že letos jsi s nimi udělala kus práce. A všimla jsem si, jak spolu řeší hádky, to se mi líbilo, jsou takový klidnější. A co je super, oni už tolik nežalují snaží se domluvit. A to Vaše Žalováníčko je skvělý prostředek, dokonce chodí hlásit i mně, co kdo udělal hezkého. Na nějaké velké opravdové kamarádství to zatím není, ale celková atmosféra ve třídě je moc fajn a do družinky se děti vždycky moc těší, vypráví, jaké hry hrají a co dělaly. Já to chválím.

Informantka 2 – třídní učitelka 2. třídy

Okruh č. 1: Přínos programu (Je podle Vás tento program přínosný? Pokud ano, v čem? Pokud ne, proč?)

No, popravdě si nejsem úplně jistá, jestli je krátkodobý program nějak přínosný. Spíš si myslím, že působit se na ně musí pořad. Já se taky vždy snažím na ně působit tímhle směrem. Také se vyvíjí a přirozeně dozrávají. Ale každá práce s celou třídou, když pracuješ na jejich osobnostech, je dobrá. Takže vlastně ano, je přínosný. Společně prožité hry a společně strávený čas stmelují kolektiv.

Okruh č. 2: Družina jako prostor pro tento typ programů (prostor, čas, finance, nestálost kolektivů)

No jistě že ano, jediné, čím jste v družině limitovány, je fluktuace dětí. Nemáte na to tolik nerušeného prostoru, kolik by to vyžadovalo. Síla tohoto programu je, že jsi ty ten, kdo ho (program) vede, a působíš na ně (dětí) v tomto směru pořád i mimo program.

Okruh č. 3: Zjistila jste změnu v prosociálním chování dětí? (pokud ano, jaké pozorujete změny?)

Jo, to určitě jo, více mezi sebou diskutují v klidu, už není ve třídě tolik křiku. Všimla jsem si, že se taky hodně chválí, to dřív nedělaly. A fakt veliký pokrok je v půjčování věcí. I když někdy to přece jenom ujede. Vidím, že udělaly pokrok taky ve spolupráci, umějí se samy rozdělit do skupinek a líp se organizují. Skvěle se chovají v komunitním kruhu, to „povídací“ prasátko funguje. Hodně o projektu mezi sebou mluvily, měly z toho zážitky. Třeba o pantomimě mluvily fakt dlouho. Taky o výletech do lesa. Za mě určitě, kladný vliv je na jejich chování patrný.

Informantka 3 – vychovatelka I. oddělení

Okruh 1: Přínos programu (Je podle Vás tento program přínosný? Pokud ano, v čem? Pokud ne, proč?)

Nemyslím si, že jakékoliv krátkodobé programy mají smysl. Mohou nějakou cestu otevřít, naznačit, ale udržet děti na cestě je ponejvíc úlohou rodiny a výchovy.

Okruh č. 2: Družina jako prostor pro tento typ programů (prostor, čas, finance, nestálost kolektivů)

Určitě ano, při výuce není tolik času a možností k rozvoji dětí po této stránce. Děti se formou hry navzájem od sebe i od nás vychovatelů naučí lépe se chovat ve společnosti. Ve školní družině máme více času a možností, jak prohloubit praktické dovednosti.

Okruh č. 3: Zjistila jste změnu v prosociálním chování dětí? (pokud ano, jaké pozorujete změny?)

Ano, vnímám posun v oblasti všímání si správného a nesprávného chování mezi dětmi, hovoří o něm, společně hledají možnosti, jak napravit některé chyby u sebe i u ostatních

s větší tolerancí a empatií. Důležitý je také rozvoj komunikace a vypravování, sdělování si zážitků a pocitů. Toto se děje také přirozeným vývojem.

5.1.1 Shrnutí šetření

Tabulka 12: Shrnutí šetření

Okruhy otázek	Okruh 1 – Přínos programů tohoto typu.	Okruh 2 – Družina jako prostor pro ně.	Okruh 3 – Výstupy z aplikace programu.
Informantka 1	Ano, je to potřeba.	Ano, přímo ideální.	Zlepšení řešení hádek. Chválení ostatních. Atmosféra.
Informantka 2	Společné zážitky kolektivu. Spíše pro dlouhodobý program.	Ano. Dlouhodobé působení vychovatele. Mínusem je fluktuace dětí.	Klidné diskuse. Půjčování věcí. Vzájemné chválení. Spolupráce a organizace.
Informantka 3	Ne příliš přínosný.	Určitě ano. Více času na společné hry.	Klidné řešení konfliktů. Posun ve vnímání, co je správné, co ne.

Z výsledků šetření vyplývá, že dva ze tří pedagogů považují aplikovaný program za přínosný. Školní družinu všichni shodně označují jako prostor vhodný pro tento typ programů. Všichni shodně potvrzují posun v řešení hádek a klidné komunikaci. Dva ze tří potvrzují posun v ocenění druhého. Dále bylo zmíněno půjčování věcí, spolupráce a organizace, komunikace v komunitním kruhu, snížení žalování a celkově pozitivní atmosféra.

5.2 Diskuse

Cílem práce bylo sestavit program na podporu prosociálního chování dětí ve školní družině. Před aplikací, během aplikace a po ukončení programu bylo zjišťováno, jaké změny v prosociálnosti vykazují účastníci programu. Šetření bylo prováděno na základě přímého pozorování a polostrukturovanými rozhovory se zúčastněnými pedagogy. Porovnáním vnitřní evaluace programu a analýzou rozhovorů v rámci šetření byla zjištěna následující shoda:

- V kolektivech došlo ke zklidnění komunikace.
- Došlo k posunu v řešení sporů.
- Zvýšení ocenění druhého.
- Zvýšilo se respektování pravidel v komunitním kruhu.
- Došlo k úbytku stížností a žalování.
- Došlo ke zlepšení skupinové organizace a spolupráce.

Vzhledem k tomu, že tento program byl sestaven a aplikován poprvé, nejsou k dispozici žádná data k porovnání výsledků.

Projekt Etické výchovy, který byl inspirací pro tento program, již může poskytnout data validní z evaluačního experimentu provedeného v Olomouckém kraji v roce 2011/2012. V experimentu bylo prokázáno, že došlo k rozvoji žádoucích proměnných. Žáci prokazují vyšší míru dobrovolného pomáhání druhým, ochotu půjčovat si věci, zvýšila se kamarádkost a laskavost, žáci uvádějí, že jim během experimentu významně vzrostla sebedůvěra, jsou více vyrovnaní a lépe se rozhodují (Centrum podpory etické výchovy v Olomouckém kraji, 2012).

Ačkoliv sběr dat i výzkumný vzorek u obou šetření je značně rozdílný, domnívám se, že výsledná zjištění obou shodně ukazují na prospěšnost zavádění podobných programů a projektů do škol i školských zařízení.

ZÁVĚR

Cílem této práce bylo sestavení programu na Podporu rozvoje prosociálního chování ve školní družině. Po prostudování odborné literatury byl sestaven program na rozvoj jednotlivých kompetencí směřujících ke splnění hlavního cíle. Inspirací pro tvorbu byl projekt Etické výchovy R. R. Olivara a L. Lenze. Herní aktivity do projektu byly vybírány z praxe, některé hry byly inspirovány knihou J. Neumanna *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Domnívám se, že tento cíl byl naplněn a že sestavený program může být inspirací vychovatelkám a pedagogům volného času.

Dalším cílem této práce byla aplikace programu a jeho evaluace. Během aplikace došlo k přerušení vlivem protipandemických opatření, ale i přes tyto překážky se domnívám, že došlo k naplnění i tohoto cíle. Evaluací bylo zjištěno, že program byl přínosem.

Práce na rozvoji osobnosti a prosociálnosti je náročnou, nikdy nekončící disciplínou. Čas, který právě prožíváme, je vlivem pandemie koronaviru obdobím, jež je plné restrikcí a izolace shodně pro všechny velmi náročné. O to obtížnější situace nastává pro děti, pro něž je společnost vrstevníků důležitá ve všech oblastech vývoje. Čas strávený v kolektivu se pro děti stal vzácnějším. Hry a aktivity, které jsem s dětmi podnikala, nemusely být ničím výjimečné ani speciální proto, aby byly nadšeně přijímány, šlo zejména o blízkost a o znovunavázání kontaktu po odloučení, o budování vzájemné důvěry a společné zážitky. Jsem si jistá, že pozornost, kterou jsem v programu i mimo něj věnovala každému dítěti i celým skupinám, je tou správnou podporou k rozvoji prosociálního chování.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. Bean, R. (1995). *Jak rozvíjet tvořivost dítěte*. Portál.
2. Cashwell, T. H., Skinner, C. H., & Smith, E. S. (2001). Increasing second-grade students' reports of peers' prosocial behaviors via direct instruction, group reinforcement, and progress feedback: A replication and extension. *Education and treatment of children, 24*(2), 161–175.
3. Fontana, D. (2010). *Psychologie ve školní praxi: příručka pro učitele* (3. vyd.). Portál.
4. Franc, D., Sobková Zounková, D., & Martin, A. (2007). *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora*. Computer Press.
5. Goleman, D. (1997). *Emoční inteligence: [proč může být emoční inteligence důležitější než IQ]*. Columbus.
6. Hájek, B., & Pávková, J. (2011). *Školní družina*. Portál.
7. Hollá, Z. (2009). *Vybrané pedagogické aspekty rozvoj prosociálnosti u deti*. Katolícká univerzita, Edičné stredisko Pedagogické fakulty.
8. Jirásek, I. (2018). *Čtyři dimenze (reflexe)*. *Gymnazion: časopis pro zážitkovou pedagogiku, 2018*(1, s.17).
9. Kopřiva, P. (2006). *Respektovat a být respektován* (2. vyd.). Spirála.
10. Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie* (2., aktualiz. vyd.). Grada.
11. Lencz, L., & Krížová, O. (1993). *Metodický materiál k predmetu etická výchova*. Metodické centrum v Bratislave.
12. Lomnický, I. (2020). *Etická výchova: Humanistická koncepcia formovania osobnosti*. Univerzita Konštantína Filozofa.
13. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.
14. Neuman, J. (2000). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]* (3. vyd.). Portál.
15. Nováková, M., Vyvozilová, Z., & Blahušová, A. (2005). *Etická výchova pro základní a střední školy: Informace pro zařazení etické výchovy do školních vzdělávacích programů* (2. redakč. uprav. vyd.). Etické fórum.

16. Olivar, R. R. (1992). *Etická výchova: Učeb. texty pro vyučování predmetu ... na zákl. a stred. školách*. Orbis pictus istropolitana.
17. Opravilová, E., & Gebhartová, V. (2003). *Rok v mateřské škole: učebnice pro pedagogické obory středních, vyšších a vysokých škol*. Portál.
18. Pávková, J. (2014). *Pedagogika volného času*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.
19. Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2013). *Pedagogický slovník (7., aktualiz. a rozš. vyd.)*. Portál.
20. Reitmayerová, E., & Broumová, V. (2007). *Cílená zpětná vazba: metody pro vedoucí skupin a učitele*. Portál.
21. Svatoš, V., & Lebeda, P. (2005). *Outdoor trénink pro manažery a firemní týmy*. Grada.
22. Vacek, P. (2000). *Morální vývoj v psychologických a pedagogických souvislostech*. Gaudeamus.
23. Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání (2., dopl. a přeprac. vyd.)*. Karolinum..
24. Výrost, J., & Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie (2., přeprac. a rozš. vyd.)*. Grada.
25. Zášková, H., & Mlčák, Z. (2009). *Osobnostní aspekty prosociálního chování a empatie*. Triton.

Internetové zdroje

1. Centrum podpory etické výchovy v Olomouckém kraji. (2012). *Evaluace účinků etické výchovy*. <https://etika.cmgpv.cz/evaluace/evaluacni-zprava.pdf>
2. Motyčka, P. et al. (Eds.). (2002). *Psychologická čítanka*. Etické fórum ČR. <https://etika.cmgpv.cz/dokumenty/portal/psychologicka-citanka.pdf>
3. MŠMT ČR. (2010, 5. února). *Kurikulum Etická výchova*. <https://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/kurikulum-eticka-vychova>
4. Prázdninová škola Lipnice. (2020). *Zážitková pedagogika: handouty pro učitele*. http://pslold.psl.cz/projektklicovyrok/tymoveprojekty/docs/handouty_2013_finanal.pdf

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Kolik si vybavíme z nových poznatků po určitém čase.....	22
Tabulka 2: 1. lekce – Seznámím se.....	27
Tabulka 3: Lekce 2 – Poznávám	29
Tabulka 4: 3. lekce – Co jsou pravidla.....	31
Tabulka 5: 5. lekce – Naslouchám.....	35
Tabulka 6: 6. lekce – Mluvím tělem.....	38
Tabulka 7: 7. lekce – Cením si	40
Tabulka 8: 8. lekce – Tvořím	43
Tabulka 9: 9. lekce – Pociťuji.....	45
Tabulka 10: 10. lekce – Spolupracuji.....	47
Tabulka 11: 11. lekce – Zakončení programu	48
Tabulka 12: Shrnutí šetření	69

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1: Kolbův cyklus učení	23
--------------------------------------	----

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Emotikony

Příloha č. 2: O sovičce bez jména

Příloha č. 3: Pravidla

Příloha č. 4: Bajka o Lvu a myšce

Příloha č. 5: Povídka o 3 bratřích

Příloha č. 6: Diplom

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Emotikony



Zdroj: Vlastní zpracování

Příloha č. 2: O sovičce bez jména

Byla jednou jedna třída na základní škole, kluků a holčiček tam bylo tak akorát, a všichni chodily po vyučování do družinky, kde si spolu mohly hrát. Když se takhle jednou zase sešly po prázdninách, čekaly na ně ve skříňkách pěkně srovnané plyšové hračky.

Paní vychovatelka rozhodla, že se všichni s hračkami seznámí. Byla tam včelka Medulka, která stále bzučela a málokdy se zastavila, aby věnovala pozornost někomu jinému, plyšový medvídek Myslík, který už pamatuje hodně dětí a hodně tříd zdejší školy, lištička Zrzečka, která je zvědavá a taky pěkně zvědavá, vždycky ji napadne nová zábavná hra, pejsek Bafík, který umí pomoci, je všímavý a všechna zvířátka mu důvěřují. Je tady také rybička Ploutvička, tichá a klidná kamarádka, chobotnice Osmička – která má ručky všude, opička Bystřička, prasátko Štístko, beruška Červenka a spousta dalších. Všechna zvířátka se mezi sebou už dobře znají a vždy, když škola utichne, začíná jejich čas, ožijí a sejdou se všichni na koberečku, vypráví si příhody z celého dne a hrají si společně hry, které okoukaly od dětí.

Na začátku tohoto školního roku paní vychovatelka přinesla dětem novou hračku, plyšovou sovičku. Byla krásně bílá a měla na sobě šedivá pírká, měla i velké oči, tak jak to sovičky mívají, a její zobáček vypadal, jako by se usmívala. Děti si se sovičkou hrály a na konci dne ji odložily do poličky mezi ostatní hračky. Když celá škola ztichla a děti se vrátily zpět k maminkám, bráškům a sestřičkám, hračky se jako každý den sešly na koberci. Všechny koukaly směrem na horní poličku, kde byla sovička uložena. Zrzečka hned hlásila: „Jééé, máme novou kamarádku... jdeme za ní? Myslík ji klidnil: „Počkej, počkej, Zrzečko, necháme ji rozkoukat! Bafík souhlasil s Myslíkem: „Zrzečko, já bych také počkal, co myslíš ty, Medulko?“ „Co, co, co? Děje se něco?“ roztržitě se ozvala Medulka, která zrovna něco bzučela do ouška opičky Bystřičce. Mezitím Sovička přemýšlela nad tím, co se jí za celý den přihodilo, ještě včera ležela v krabici ve výkladní skříni v hračkářství. A byla tam osamělá a nyní je okolo ní tolik živo, spoustu dětí si s ní hrálo a taky se zdá, že jsou tady všichni dobrá parta. Sledovala z výšky zvířátka na koberci. Půjdu se seznámit, napadlo ji. Chce to odvalu, je tu přeci nová, ... zvířátka vypadají přátelsky, poletím, rozhodla se slétnout dolů. „Dobrý večer!“ pozdravila a usmála se. „Vítej u nás,“ řekl Myslík a hned se představil a i všechna ostatní zvířátka se představila.

Sovička poznala všechna zvířátka a hračky, byla moc ráda za hezké přijetí. Zjistila, že pěkné pozdravení a poděkování na zvířátka udělalo dobrý dojem. „Děkuji vám za milé přijetí, já ale jméno nemám.....“ „A jak ti tedy máme říkat?“ ptala se zvířátka. Co myslíte, děti, pomůžeme zvířátkům s výběrem jména pro sovičku?

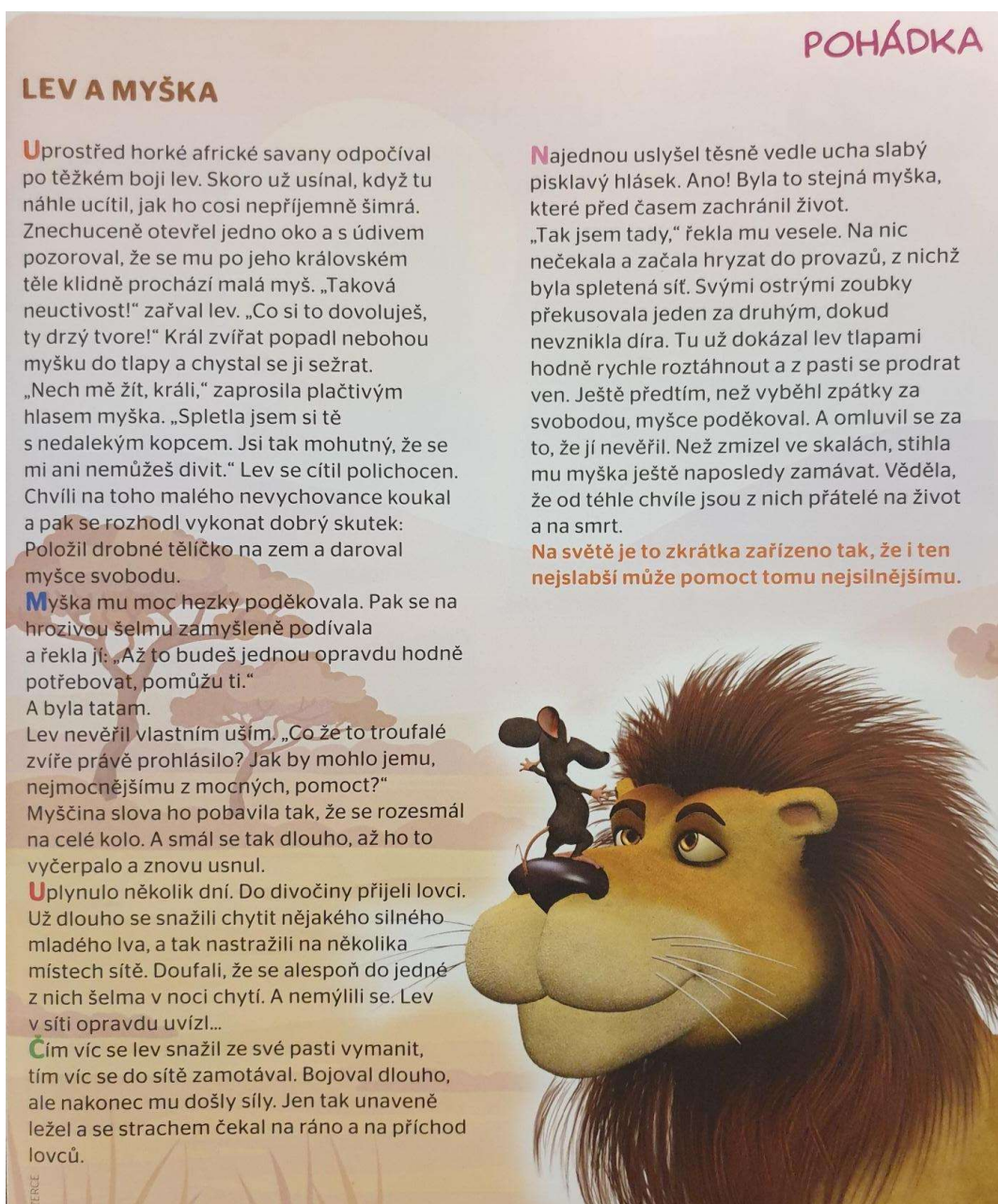
Zdroj: Vlastní zpracování

Příloha č. 3: Pravidla



Zdroj: Vlastní zpracování


Příloha č. 4: Bajka o Lvu a myšce



Zdroj: časopis Sluníčko č. 4*duben 2020

Příloha č. 5: Povídka o 3 bratřích

Člověk a jeho synové



Žil jednou jeden člověk, který měl pět synů. Místo toho, aby synové svorně a klidně trávili život, neustále se mezi sebou hádali. Jejich otec měl už toho věčného hašteření dost. Rozhodl se, že jim ukáže, jak jsou hloupi.

Vzal z hromady dřeva pět stejně dlouhých prutů a svázal je do otypky. Pak zavolal svých pět synů. Nejprve ho neslyšeli, protože byli zaujati hádkou, ale nakonec přišli.

„Poslouchejte mě!“ zvolal otec. „Vezměte tento svazek prutů a zlomte ho přes koleno.“

„Udělám to jako nic,“ usklíbl se posměšně nejstarší syn.

Vzal svazek a celou silou se do něho kolenem zapřel. Ať se však namáhal sebevíc, svazek prutů zlomit nedokázal.

„Nejde to,“ zavrčel nakonec.

„Ale jde,“ křičeli jeho bratři a začali se hádat, kdo z nich má svazek zlomit. Nakonec to vyzkoušeli jeden po druhém. Všichni měli bolavá kolena, ale svazek nezlomili.


„Ukážu vám, jak se to dá udělat,“ řekl otec zachmuřeně.

Vzal synům svazek a rozvázal ho. Pak podal každému synovi jeden prut.

„A teď zlomte každý svůj prut,“ přikázal jim.

Synové udělali, jak jim řekl. Každý prut se lehce zlomil, jako by to byly suché trisky.

„Co z toho vyplývá?“ zeptal se otec.



Synové zůstali zaražení, krčili rameny a neodpovídali. Otec si povzdychl.

„Copak to nevidíte?“ vysvětloval jim trpělivě. „Když je člověk sám, může se zlomit lehce jako tento prut. Ale když stojí pevně s ostatními, nic ho nezlomí.“

Až tehdy synové pochopili, co se jim otec snažil povědět, a velice se sami za sebe styděli.

Poučení V jednotě je síla.

Zdroj: EZOP, MACHAČ, Jan, ed. Ezopovy bajky. Praha: Fortuna Print, c2005. Jupiter. ISBN 80-7321-170-x.

Příloha č. 6: Diplom



Zdroj: Vlastní zpracování