METODICKÝ MATERIÁL

Autor: Mgr. Viola Rokošná

Program: Naučiť lepšie, odmeniť viac

Názov projektu: Šťastní v škole a naša živá matematika

Projekt bol zostavený z dvoch častí. Prvá časť bola vytvorená s cieľom predchádzať agresivite, vyčleňovaniu a neskôr šikane medzi deťmi od prvého ročníka ich školskej dochádzky.

Druhá časť bola cielená na prepojenie vyučovania so životom detí.

1. **časť ŠŤASTNÍ VŠKOLE**

V priebehu každého mesiaca sme sa venovali témam, ktoré predchádzajú šikane teda nevhodným prejavom správania detí pomocouzážitkovej aktivity, ktorá cielene zdôrazňuje jedinečnosť každého dieťaťa a rešpektuje jeho vnímanie a prežívanie, vyzdvihuje a podporuje sociálne žiadúce prejavy správania.

**OKTÓBER:**

***TÉMA:***Rozdiel medzi „uťahovaním si“ a šikanou. Hranicu medzi „srandou“ a tým „čo je už vážne nepríjemné “ môže posúdiť len ten, z ktorého si „uťahujú.

***Poznámky:*** Dôležité je ujasniť deťom pojmy a nezamieňať si ich.

***AKTIVITA:***SMETISKO

**Cieľ**: zamyslieť sa nad problémom agresivita, uvedomiť si spôsoby správania sa, sebaovládanie, empatia, voľné asociácie

**Poznámky:** V úvode sa so žiakmi porozprávame o tom, čo sú to asociácie? Vysvetlíme im, že ide o to, čo nás ako prvé napadne, s čím sa nám dané slovo spája. Nie je potrebné nad tým príliš dlho uvažovať, to prvotné, čo nám napadne, je väčšinou to, ako to vnútorne vnímame. Každý člen skupiny na 5 kartičiek napíše/nakreslí voľné asociácie na slovo AGRESIVITA alebo UŤAHOVANIE SI alebo NÁSILIE. Všetky kartičky potom deti pokrčia a zahodia do stredu kruhu ako na smetisko. Každý si potom vyberie jeden pokrčený lístok a prečíta/opíše ho. Potom požiadame dieťa, aby sa vyjadrilo aký má z toho, čo prečítalo pocit? Je to niečo, čo je aj pre neho nepríjemné? Stotožňuje sa s tým čo tam bolo napísane? A po prečítaní lístok opäť zahodí do stredu kruhu, pretože ten stred nám symbolizuje SMETISKO ako miesto, kde odkladáme veci, s ktorými nesúhlasíme a ktoré by sme najradšej zahodili. **Diskusia**: Bolo by na svete lepšie, keby všetky uvedené/ nakreslené prejavy správania neexistovali? Ako by sme sa cítili, keby v skupine detí/ v triede takéto správanie bolo odmietané? Vieme dať druhému najavo, keď sa nám niečo nepáči? Napr. keď niekto nadáva alebo sa k nemu skôr pridám? Ako ste sa cítili pri čítaní jednotlivých asociácií? **Poznámky:** Aby sme ukončili aktivitu pozitívne, môžme na záver požiadať deti, aby napísali asociácie na slovo RADOSŤ alebo ŠŤASTIE.

***AKTIVITA:***CIBUĽA ODLIŠNOSTÍ

**Cieľ:** Všetci máme veľa spoločného, ale i odlišného. zámerom je objavenie týchto skutočností. Čas: 30 minút a viac.

**Pomôcky:** veľký priestor v miestnosti. Počet: 10-30 žiakov.

**Postup:**Žiakov požiadame, aby vytvorili vonkajší a vnútorný kruh (predstavujúci vrstvy cibule). Žiaci v kruhoch sa postavia k sebe čelom (žiak stojaci vo vnútornom kruhu sa postaví čelom k žiakovi stojacemu vo vonkajšom kruhu). Každý pár musí nájsť v krátkom čase jednu vec (zvyk, aspekt, pôvod, postoj) ktorú majú spoločnú a nájsť pre ňu vhodnú formu vyjadrenia (zaspievať, vyjadriť pantomímou, vytvoriť báseň, vydať zvuky, symboly). Následne po realizácii sa posunie vonkajšia vrstva cibule doprava a každý nový pár musí znovu nájsť podobnosť a vyjadriť ju. Môžeme skúmať typ podobnosti (obľúbené jedlo, rodina, hudba, rodinné zvyky, názory) a ísť tak do svojich cibúľ hlbšie. Dvojice sa môžu niekoľkokrát zmeniť, až kým sa kruh neuzavrie (v závislosti od veľkosti skupiny). Ťažším variantom by bolo hľadanie odlišností vo dvojici a vyjadriť, ako sa doplňujú (alebo nájsť vyjadrenie/situácia zahrňujúce oboje).

**Diskusia:** Aké odlišnosti/podobnosti nás prekvapili? Ako vznikajú? Nakoľko a v čom sa naše odlišnosti môžu dopĺňať/pomáhať nám navzájom?

**NOVEMBER:**

***TÉMA:***.Každý je jedinečný

***AKTIVITA:***NÁLEPKOVANIE

**Cieľ:** všetko čo zažívame, odkiaľ pochádzame, čím chceme byť – to všetko z nás robí jedinečnú bytosť. Na druhej strane nás to spája so skupinami ľudí, ku ktorým patríme. Zámerom tejto aktivity je uvedomiť si, že každý z nás patrí do nejakej skupiny, zvnútorniť si fakt, že kdekoľvek môžeme dostať nálepku. Chceme, aby každý na vlastnej koži skúsil, aké to je, keď si o ňom ľudia myslia niečo, čo možno ani nie je pravda (nálepka/ prezývka). Čas: 45 min.

**Pomôcky:** pero, papier

**Postup:** Každý žiak odpovie na 3 otázky: Myslia si o tebe ľudia niečo, čo nie je pravda? Dostávaš neprávom nejakú prezývku alebo ,,nálepku“? Ak áno, akú? ( v prípade že žiaci odpovedia ,,nie“, nedostali žiadnu nálepku v súvislosti so svojou osobou, je potrebné opýtať sa, kde sa s ,,nálepkovaním“ stretli).

***AKTIVITA:***HRA NA LÍŠKU

**Cieľ :** zamyslenie sa nad pozíciou jednotlivca utláčaného skupinou - charakteristika: spojenie s tematikou šikany a slabosťou jednotlivca snažiaceho sa presadiť proti väčšine. **Poznámky:** Účastníkom sa môže predostrieť situácia resp. pocit, aké to asi je byť v koži líšky, keď je chytená do pasce. Hoci pasca je uzatvorená, líška stále verí, že sa jej podarí utiecť. No nie vždy je to tak.

**Postup:**Deti sa postavia do kruhu a chytia sa navzájom za ruky. Spomedzi nich sa vyberie jeden dobrovoľník, ktorý bude predstavovať líšku a postaví sa doprostred kruhu - „pasce“. Na pokyn sa bude „líška“ snažiť nájsť spôsob, ako by sa dalo utiecť z pasce. Hráči v kruhu sa „líške“ snažia zabrániť ujsť. Pre lepšie vnímanie pocitov je vhodné vystriedať viacero detí v strede kruhu. Pozor: Dbáme na bezpečnosť, úlohou detí je udržať „líšku“ v kruhu iba pomocou spojených rúk. Po skončení aktivity nasleduje rozbor pocitov.

**Diskusia:** Ako sa cítili „líšky“, keď sa nemohli dostať von? Aké to bolo stáť oproti presile? ( pocit bezmocnosti) Aké to bolo obkľúčiť bezmocného jednotlivca a brániť mu v úteku?

**DECEMBER:**

***TÉMA:***.Je potrebné sa brániť voči nátlaku

***AKTIVITA:***ZASTAV GOLEMA− aktivita zameraná na schopnosť brániť sa voči nátlaku

**Cieľ:** naučiť deti brániť sa voči nátlaku, a vnímať nátlak zo strany druhých

**Motivácia:** hráčom môžeme spomenúť Golema z rozprávky o Cisárovom pekárovi a pekárovom cisárovi- tak ako na obrovského Golema platil šém, úlohou hráčov bude nájsť spôsob ako zastaviť ich spoluhráčov (Golemov)

**Postup:** Dve skupiny stoja oproti sebe vo vzdialenosti niekoľko metrov. Jedna skupina ako „Golem“ sa pomaly približuje k druhej skupine, ktorá sa snaží Golema spomaliť, zastaviť alebo vrátiť, k tomu však môže používať iba postoje a hlasové prejavy. Napr. prosby, hrozby, mávanie rukami, krik: „Nechoďte sem, sem nemôžete ísť, choďte preč!“

**Poznámky:** Ešte pred začatím aktivity je potrebné motivovať deti, ktoré budú predstavovať Golemov, aby sa do svojej úlohy skúsili naozaj vcítiť. Pretože ich úlohou nie je za každú cenu „bojovať“ proti ostatným deťom /tak by sa aktivita minula účinku/, ale byť vnímavý tomu, čo im druhé deti hovoria. Napr. ak mi vadí, keď niekto na mňa kričí a som na to citlivý, tak spomalím alebo zastavím, naopak ak mi krik neprekáža a prekážajú mi skôr dôrazné direktívne príkazy, taktiež ma to ako Golema zastaví alebo sa dokonca vrátim. Podľa účinnosti obrany sa Golem pohybuje pomalšie, zastaví sa alebo sa vráti. Po určitej dobe si skupiny vystriedajú úlohy. Deti vystupujú ako jednotliví Golemovia kráčajúci vedľa seba. Každý by mal reagovať individuálne na pokyny hráčov, ktorí sa snažia Golema zastaviť. V ďalšej fáze môže skúsiť zastaviť Golema menšia skupinka alebo jednotlivec.

**Reflexia:** Dôležité je dbať na motiváciu detí najmä tých, ktorí hrajú Golema. Zdôrazniť pomalý pohyb Golema a sústredenie na pokyny tých, ktorí sa snažia Golema zastaviť. Golemovia by mali naozaj reagovať podľa svojich pocitov. Po istom čase môžeme brániacej sa skupinke poradiť, aby skúsila používať na Golema jednotný hlas. Je veľmi dôležité, aby sa členovia z každej skupinky zžili so svojou pozíciou, inak sa ľahko môže zvrhnúť táto aktivita iba na zábavu a ľahostajnosť k pozícií bez väčšieho efektu pre reflexiu. Často bývajú najúčinnejšie dôrazné tiché príkazy. **Diskusia:**Pri reflexii aktivity je dobré sa zamerať na najúčinnejšiu obranu proti Golemovi a prečo fungovala? Kto v úlohe Golema nechcel vôbec vystupovať? Kto naopak postupoval aj napriek prosbám alebo kriku a prečo? Ktorá úloha komu pripadala jednoduchšia? Ktorá koho viacej zaujala a v ktorej úlohe sa cítili zúčastnení lepšie? Nezabúdame taktiež na pocity detí: Ako ste sa cítili? Čo bolo príjemné, čo naopak nepríjemné?

**JANUÁR:**

***TÉMA:***.Nad nikým sa nepovyšuj a pred nikým sa neponižuj

***AKTIVITA:***KRÁĽ A JEHO PODDANÍ

**CIEĽ**: rozvíjať empatiu a vzájomnú komunikáciu.

**Postup**: Dvojica detí sa postaví tak /zaujme polohu/, aby jeden ukázal, že je niečo viac /nadradený, dominantný/ a druhý sa tvári utiahnuto /podriadene, submisívne/ akoby bol niečo menej /deti si sami zvolia polohu/. **Poznámky:** Ešte pre začatím aktivity je potrebné porozprávať sa s deťmi o tom, čo si predstavujú pod dominantným a utiahnutým správaním. Môžeme sa s deťmi porozprávať o tom s akým správaním sa najčastejšie stretávajú a uviesť aj konkrétne príklady, aby sme ich naladili na túto aktivitu. Povzbudzujeme najmä deti, ktoré sú neisté a nevedia akú pozíciu zaujať, aby si predstavili niekoho z bežného života alebo naopak z filmu. Povzbudzujeme deti v tom, že pri tejto aktivite, nie sú správne alebo nesprávne pozície. Ten, čo sa preceňuje, rozpráva druhému, čo všetko vie a ako sa cíti /môže popustiť uzdu fantázie/, čo vidí z tejto pozície, čo môže robiť, čo cíti voči tomu druhému /asi tak 2 minúty/. Potom rozpráva druhý z dvojice, čo všetko prežíva, čo cíti /čo vidí, výhody, nevýhody, čo môže robiť, resp. nemôže robiť …./. Nabádame deti, aby sa skutočne pokúsili vcítiť do nadradenej roly a taktiež do roly utiahnutého, ubíjaného, odvrhovaného dieťaťa. Po uplynutí času sa dvojica vymení. V ďalšej časti sa obaja postavia k sebe ako rovnocenní partneri a rozprávajú sa o tom, ako sa cítia teraz. **Reflektovanie pocitov** : Ako ste sa cítili? Čo bolo príjemné, čo naopak nepríjemné? Ktorá rola Vám bola bližšia? Vedeli ste sa vcítiť do pocitov podriadeného dieťaťa? Stávajú sa takéto situácie aj Vám? Ako ste sa cítili ako rovnocenní partneri?

**FEBRUÁR**

***TÉMA:***.Uvedomiť si, aké je ospravedlnenie dôležité, naučiť sa priznať si svoju chybu.

***AKTIVITA:***ZMIEROVANIE

**Cieľ:** Snaha naučiť sa znášanlivosti, učenie sa nadviazať kontakt aj v prípade často krát neopodstatneného konfliktu. **Pomôcky:** Stoličky

**Postup:** náhodným výberom vytvoríme páry. Dvojice si sadnú na stoličky tvárou k sebe. Jeden žiak hrá urazeného. Úlohou druhého žiaka v páre je snažiť sa s ním zmieriť (akýmkoľvek spôsobom, aký uzná za vhodný). Môže sa snažiť svojho spolužiaka rozosmiať alebo sa priamo ospravedlniť, úprimne zhodnotiť svoje nevhodné konanie a zhodnotiť, aké okolnosti ho k tomuto konaniu viedli. Ospravedlňujúci sa môže vyjadrovať ako verbálne, tak aj neverbálne (štuchanie, letmý dotyk, hladkanie, ai.). Po úspešnom zvládnutí úlohy si žiaci roly vymenia, t.j. ospravedlňujúci sa hrá urazeného. **Diskusia:** Pokúsime sa spoločne so žiakmi zodpovedať nasledujúce otázky: „Kedy vás niekto urazil a neospravedlnil sa? Ako dlho si takúto situáciu pamätáte? Ako ste sa cítili? Urazili ste už niekedy niekoho?

***TÉMA:***.Vedieť hovoriť o svojich pocitoch

***AKTIVITA:*** ROZHORČENIE A OCENENIE- JA SPRÁVY

**Cieľ :** naučiť sa komunikovať a vyjadrovať svoje pocity prijateľným spôsobom, bez osočovania druhých; naučiť sa používať „ja – správy“ /hovoriť za seba a o sebe, nie o druhých/, rozvíjať svoje vyjadrovacie zručnosti. **Postup:**V úvode deťom vysvetlíme pojmy: Rozhorčenie-záporné pocity ako reakcia na niečo čo sa stalo. Ocenenie- kladné pocity z určitej udalosti alebo voči človeku. „Som /pomenuj pocit/, keď /pomenuj správanie alebo príhodu/“. „Som nahnevaný Tomáš, keď sa predbiehaš na obede“. „Oceňujem Katka, tvoju všímavosť, že si nám všetkým priniesla čokoládu“. „Cítim sa zmätený, keď na mňa kričíš“. „Cítim sa šťastný, že si ma pochválil“. Požiadajme, aby sa prihlásili tí, ktorí cítia potrebu vyjadriť svoje rozhorčenie voči niekomu alebo oceniť niekoho. **Poznámky:**Odporúčame pracovať len s pozitívnymi prejavmi – oceňovaním. Deti majú tendenciu hovoriť negatívne, častokrát aj o sebe. Našim cieľom je zamerať sa na vyzdvihovanie a oceňovanie a učenie sa hovoriť druhému to pekné, pretože to si deti hovoria zriedka. Motivujeme ich, aby hovorili o sebe a za seba /ja si myslím, ja cítim/ a aby vyjadrili druhému to pekné, čo si na jeho správaní všimli /ocenili ho/. **Diskusia:** Pomáha nám, keď poznáme spôsob ako vyjadriť svoje pocity? Prečo myslíte, že je to dôležité? Ako sa teraz cítite, keď ste dokázali vyjadriť svoje pocity? Ako sa cítili tí, ktorí len počúvali?

**MAREC**

**TÉMA:**Porozumieť tomu, ako sa cíti prenasledovateľ a prenasledovaný, ale v neohrozujúcej situácii.

***AKTIVITA:*** MAČKA A MYŠ

**CIELE :** Porozumieť tomu, ako sa cíti prenasledovateľ a prenasledovaný, ale v neohrozujúcej situácii. Pripraviť skupinu/triedu na tému šikanovanie. **PRÍPRAVA**:Dostatočný priestor v triede na voľný pohyb. **POSTUP :** Na začiatku stoja všetci v kruhu. Vysvetlímedeťom, že ide o fyzickú aktivitu, pri ktorej vytvoria bludisko s mostmi pomocou svojich rúk. Dvajadobrovoľníci sa budú v bludisku naháňať. Tí, ktorí sa prihlásili na hranie prenasledovateľa (mačka) a prenasledovaného (myš), vystúia dopredu. Zvyšok skupiny postavíme do rovnakých radov. Každý v rámci radu natiahne ruku a dotkne sa končekov prstov osôb stojacich vedľa nich tak, aby rukami vytvorili most zboku, čím vznikne bludisko. Zaznie signál na odštartovanie hry. Mačka a myš hrajú naháňačku, behajú medzi pármi detí alebo pod mostmi, ktoré deti vytvorili. Hra pokračuje, pokým mačka nechytí myš alebo neuplynie stanovený čas (jedna minúta). Potom mačka môže vybrať nových hráčov a vytvoriť viac mačiek (najviac tri), aby naháňali myš. **Poznámky:** Ak máte dostatok času, mačka a myš môžu vybrať nový pár hráčov na naháňanie, až kým sa všetci nevystriedajú v jednej alebo druhej role. **REFLEXIA**: Zamerať pozornosť na prvok šikanovania. Pred začatím hry požiadajte deti, aby dávali pozor na to, ako sa cítia v každej situácii a role počas hry. Na konci hry sa opýtamedetí tieto otázky: 1. Aký to bol pocit byť prenasledovaný v bludisku? 2. Aký to bol pocit prenasledovať niekoho v bludisku? 3. Aký to bol pocit byť stenou ulice a aleje? 4. Čo symbolizovala prenasledovaná osoba? 5. Čo symbolizoval prenasledovateľ? 6. Čo symbolizovali steny? 7. Boli ste niekedy v situácii, v ktorej ste sa cítili podobne?

***TÉMA:***.Vedieť hovoriť NIE

***AKTIVITA:***NIE, PROSÍM NIE- NEUROBÍM TO! **Cieľ:** Naučiť sa zdvorilo, bez pocitu viny, odmietnuť požiadavku, s ktorou nesúhlasím. **Pomôcky:** Stoličky. **Postup:** Žiaci si posadajú do kruhu. Dvojica oproti sebe si navzájom adresuje žiadosti, ktoré majú byť zdvorilo odmietnuté. Úlohou jedného žiaka v páre je adresovať druhému žiadosť, na ktorú má žiak/čka sediaci/a oproti reagovať odmietavo, ale bez agresivity, či verbálneho urážania. Preferujú sa priateľské, ale rázne odmietnutia, ktoré môžu byť aj humorne podfarbené. Po prvom kole sa úlohy žiakov vymenia, t.j. žiak, ktorý v predchádzajúcom kole odpovedal, tentokrát prednesie svoju požiadavku. Príklady žiadostí: 1. „Chýbajú mi práve teraz nejaké peniaze. Požičaj mi!“ 2. Spolužiak si chce požičať tvoj nový bicykel. „Chcem sa bicyklovať, vezmem si ho na pár minút!“ 3. „Nechcelo sa mi robiť si na hodine poznámky. Môžem si ich odpísať?“ 4. Starší žiak ti ponúka cigaretu: „Tu máš, nebuď padavka, kľudne si daj!“ 5. V triede. „Chcem tvoju desiatu, som veľmi hladný. Aj tak si už bol na obede a ja nie. Dáš mi ju?“ 6. Sedíš v autobuse, a v tom k tebe pristúpi spolužiak. „Vstávaj, mám ťažkú tašku, pusti ma sadnúť si!“ **Diskusia:** Pýtame sa žiakov, ako sa cítili, či bolo ťažké odmietnuť niektoré žiadosti, alebo nie? Rozprávame sa o tom, čo nám môže pomôcť odmietnuť žiadosti, ktoré nechceme splniť.

**APRÍL**

***TÉMA:***.Empatia

***AKTIVITA:*** ČO MÁME SPOLOČNÉ ALEBO AKO POZNÁM OSTATNÝCH

**Cieľ:** vcítenie sa do pocitov druhých, empatia **Pomôcky:** papier a pero **Postup:**Deti požiadame, aby sa skúsili vcítiť do pocitov druhých, a to tak, že im budeme klásť otázky, na ktoré budú odpovedať písomne. Podstata aktivity spočíva v tom, aby na jednotlivé otázky skúsili odpovedať tak, akoby asi odpovedala väčšina triedy. Ide o tzv. spoločnú empatiu. **Poznámky:** Pokiaľ sa stane, že niekto namieta, v tom zmysle, že sa vždy rozhoduje sám sa seba, podporíme ho v tom, že rešpektujeme jedinečnosť a výnimočnosť každého jedného, požiadame ho však, aby sa predsa skúsil zamyslieť nad tým, ako by asi odpovedala väčšina a čo sa podľa neho bude vyskytovať najčastejšie. Príklady otázok: 1. Inštrukcia: Skúste sa zamyslieť na tým, ako by asi odpovedala väčšina z vás, aký je najobľúbenejší predmet v škole 2. Opakujeme inštrukciu: Skúste sa zamyslieť, ako by asi odpovedala väčšina z vás, aká je najobľúbenejšia farba, ročné obdobie , jedlo, zviera, šport , štýl hudby, deň v týždni, vlastnosť, ktorú si na druhom človeku najviac vážim. Môžeme vyzvať deti, aby vymysleli otázku, ktorá ich zaujíma**. Vyhodnotenie:** Potom si to spoločne vyhodnotíme, deti môžu spontánne hovoriť, čo napísali. Z odpovedí môžeme zostaviť rebríček prvých troch miest. Pri otázke týkajúcej sa vlastnosti /kladieme skôr pri starších deťoch/, vyzveme deti, aby povedali jednotlivo akú vlastnosť napísali /samozrejme, tam bude zhoda v odpovediach minimálna, ide skôr o to, aby vzájomne počuli, čo je pre nich vo vzťahu k druhým ľuďom dôležité/.

**Diskusia:** Bolo ťažké vcítiť sa do toho, ako by asi odpovedala väčšina? Ako ste sa pri tom cítili? Dozvedeli sa niečo nové? Čo vás prekvapilo? **Poznámky:**Motivujeme aj tie deti, ktoré majú veľmi malú zhodu v spoločných odpovediach. Zdôrazňujeme to, že cieľom nie je úplná zhoda v daných odpovediach, ale najmä to, že sa skúsili nalaďovať / vciťovať do druhých.

**TÉMA:**Pomôcť deťom rozvinúť schopnosť empatie.

**AKTIVITA:**POĎ SA S NAMI HRAŤ

PRÍPRAVA: Obrázok súvisiaci s krátkym príbehom použitom pri aktivite. POSTUP : Rozdelíme triedu na niekoľko malých skupín (tímov) so 4-5 študentmi. Deťom povieme, že o chvíľu im prečítame príbeh, po ktorom bude nasledovať séria otázok, o ktorých budú najprv diskutovať v rámci skupiniek, a potom sa podelia o skupinové odpovede s celou triedou. Prečítame príbeh celej triede: „Keď zazvoní zvonček na prestávku, všetci v škole idú von. Natália je veľmi šťastná, pretože vie, že budú hrať futbal, ktorý má rada. Janko sa neteší, lebo nehrá futbal veľmi dobre, ale napriek tomu to chce vždy skúsiť. Ale predtým ako začnú hrať, Natália príde k nemu a povie mu, že nebude hrať, lebo nie je dobrý hráč a ich tím by mohol kvôli nemu prehrať.“ Usmerňujeme diskusiu skupiniek otázkami uvedenými nižšie. Prečítame naraz vždy iba jednu otázku. Necháme dosť času na diskusiu, aby všetky skupinky našli spoločnú odpoveď. Nastavíme čas na diskusiu podľa veku detí a úrovne zapojenia. Vyberámea obmieňame otázky. Dôležitá je rôznorodosť príspevkov radšej ako správne odpovede. Podporujeme to, aby prispel každý, uistíme deti, že všetky názory a myšlienky sú hodnotné. Zaistíme, aby diskusiám nedominovali jednotlivci a aby všetci súhlasili s odpoveďou skupinky. Keď sú skupinky pripravené, predložia svoje odpovede. Porovnávame myšlienky a upozorňujeme na rozdiely. Ponúkame protikladné príklady, čím umožníme zmenu perspektívy a rôznorodosť príspevkov. **DISKUSIA:**Čo si Janko myslel, keď mu Natália povedala, aby nehral? Ako sa cítil? Prečo? Čo si myslela Natália, keď to hovorila Jankovi? Ako sa cítila? Prečo? • Keby ste boli jeden z nich, ktorí hrali futbal, čo by ste spravili? Prečo? • Keby ani jeden spolužiak nepovedal Jankovi, aby šiel hrať, ako by sa cítil? Prečo? Keby ho niekto požiadal, aby bol súčasťou jeho/jej skupiny, ako by sa cítil? Prečo? Poznáte niekoho, kto zažil niečo podobné? Cítili ste niekedy niečo podobné? Čo urobili ostatní? Čo by sme mohli urobiť preto, aby sa Janko cítil lepšie? Na upevnenie a zovšeobecnenie diskutovanej témy, požiadajte deti, aby vymysleli slogan/výrok, ktorým zhrnú všetko, čo urobili. Spolu sformulujeme slogan pre celú skupinu, ktorý zahrnie otázky: Čo sme sa dnes naučili? Na čo je to dobré/užitočné? Slogan/výrok má byť krátky, pozitívny a ľahko zapamätateľný. Napíšte ho a dajte na viditeľné miesto v triede. **POZNÁMKY:**  1. Necháme dostatok času na každú otázku, aby deti mohli preskúmať rôzne možnosti odpovedí. 2. Ak budeme pokračovať v aktivite na ďalšom sedení, začneme tým, že deťom pripomenieme pôvodný príbeh a hlavné príspevky.

**MÁJ**

***TÉMA:***.Prežívanie pocitu bezmocnosti / zažitie sily skupiny

***AKTIVITA:*** STOPka− neverbálna aktivita

**POSTUP:** počet žiakov- celá trieda / jeden dobrovoľník – pomocník

**CIEĽ:**nepríjemné pocity vyhodnotiť a zastaviť aktivity, ktoré dieťaťu spôsobujú nepohodu **Poznámky:** predpokladom pre efektívnosť a účelnosť aktivity je poznanie skupiny.

**POSTUP:** Pred realizovaním aktivity je potrebné určiť jedného dobrovoľníka – pomocníka. Najlepšie by bolo poprosiť o pomoc dieťa, ktoré je živé, aktívne alebo vybrať také, o ktorom vieme, že má dominantné tendencie /extrovertné správanie, vtipkovanie na účet iných a pod./ V úvode tomuto dieťaťu povieme len toľko, že jeho úloha nebude náročná, bude len stáť na mieste a ak by mu bolo niečo nepríjemné, čiže by sa cítilo v nepohode má právo povedať slovo STOP a aktivitu zastavíme. To isté zdôrazníme aj ostatným deťom v triede. Potom zadáme inštrukciu ostatným deťom, nikto už nebude rozprávať, ani sa druhých dotýkať. V čo najväčšej tichosti vytvoria kruh (budú stáť vedľa seba s rukami pri tele). Pomocník – dobrovoľník stojí pri nás mimo kruhu. Až keď sa kruh vytvorí, poprosíme ho, aby vstúpil do stredu kruhu, (taktiež s rukami pri tele) zostal tam stáť a nehýbal sa. Všetci stojíme, nehýbeme sa (pomocník v strede nevie, čo bude nasledovať ako ani ostatné deti, to je veľmi dôležité!!) Zadáme inštrukciu, aby spoločne, naraz urobili jeden krok smerom do stredu. Ak máme miesto, môžme spoločne urobiť ešte jeden krok, dôležité je aby sme tento krok urobili naraz a dávali pozor, aby sa nikto nikoho nedotýkal. Potom nasleduje **reflexia.** Obmena: pomocník v strede si čupne a ostatní sa približujú /zdôraznenie pocitu menejcennosti /alebo žiaka v strede postavíme na stoličku /poukázanie na pocit nadradenosti/. **Reflexia:** Pýtame sa dieťaťa v strede ako sa cítilo, aké malo pocity, keď sme sa ako skupina k nemu približovali. Pýtame sa tiež ostatných ako sa cítili v skupine, ktorá sa približovala k ich spolužiakovi.

***AKTIVITA:*** ZRAŇUJÚCE SLOVÁ

**CIELE :** Podporovať vnímavosť, citlivosť a porozumenie emocionálnemu efektu slov. Zažiť silu slov. **PRÍPRAVA** : Povrázok alebo papierová lepiaca páska, samolepiace bločky (post-it), perá. **POSTUP :** Rozdáme samolepiace bločky a perá všetkým deťom. Požiadame všetkých, aby napísali na bločky vulgárne, hrubé poznámky alebo urážlivé prezývky, ktoré počuli na adresu iných detí (bez uvedenia mena). Papierovú lepiacu pásku položíme na zem krížom cez miestnosť a vyznačíme na nej túto stupnicu: Prekáranie/mierne vtipy, Ponižujúce vtipy, Zraňujúce urážky, Extrémne zraňujúce urážky. Požiadame deti aby prilepili svoje bločky na pozíciu v rámci stupnice, kde si myslia, že sa najviac hodia. Požiadame ich, aby sa spolu počas umiestňovania nerozprávali a nekomentovali si bločky. Necháme všetkých, aby sa dobre pozreli na stupnicu. Zvyčajne sa slová opakujú a rôzne deti ich zvyčajne umiestňujú na rôzne pozície na stupnici. **REFLEXIA**: Keď sa všetci vrátia na svoje miesta, opýtajtame sa ich, čo si všimli na stupnici, pričom usmerňujeme ich analýzu a diskusiu týmito otázkami: 1. Videli ste niektoré slová na viac ako jednom mieste stupnice? 2. Prečo myslíte, že niektorí sa rozhodli, že určité slová nie sú alebo sú menej urážlivé, kým iní ich považujú za zraňujúce alebo ponižujúce? 3. Je nejaký rozdiel medzi tým, ako sa slovo použilo alebo kto ho použil? 4. Prečo ľudia používajú takéto slová? 5. Je alebo nie je formou šikanovania to, že použitie takýchto slov niekomu ublíži? Prečo? 6. Opýtame sa všetkých, či vidia nejaké podobnosti medzi slovami na samolepiacich bločkoch. Sú tam napríklad slová, ktoré sa viažu na fyzický vzhľad, duševné schopnosti, národnosť, rod atď.? 7. Sú tam slová používané len pre dievčatá a iné len pre chlapcov? 8. V ktorej skupine alebo téme sú umiestnené najurážlivejšie slová? 9. Ktorá kategória/téma dostala najviac bločkov? Ako si to vysvetľujte?

**JÚN**

***TÉMA:***.Sebauvedomenie, sebaobrana, asertivita- zhodnotenie všetkých aktivít v projekte

***AKTIVITA:*** SEMAFOR

**CIELE**: Sebauvedomenie, sebaobrana, asertivita. Zvyšovať sebauvedomenie, skúmať postoje detí a ich potrebu bezpečia a pohody v škole, individuálne vnímanie a chápanie šikanovania a násilia. Uľahčiť diskusiu v bezpečnej atmosfére triedy bez prítomnosti šikanovania. **PRÍPRAVA** : Karty v štyroch farbách pre všetkých: zelená, žltá, oranžová a červená. Zvýrazňovače na tabuľu, lepiaca páska, nožnice. Na tabuli je v strede nakreslený znak STOP alebo podobný symbol. **POSTUP** :Povieme deťom, aby pracovali individuálne. Ukážeme im štyri farebné karty a vysvetlíme otázky súvisiace s každou farbou. Napíšeme otázky aj na tabuľu. Zelená: Čo majú druhí (deti a učitelia) robiť, aby som sa cítil/la dobre a bezpečne v triede/škole, vo vzťahoch s mojimi spolužiakmi? Žltá: Čo spôsobuje, že sa cítim zle a rozrušene vo vzťahoch k druhým? Oranžová: Čo je pre mňa naozaj veľmi zlé, urážlivé a zraňujúce vo vzťahoch k druhým v triede/škole. Červená: Čo je pre mňa najhoršia vec vo vzťahoch k druhým, „úplný stop“. Každý si zoberie jednu alebo niekoľko kariet z každej farby a napíše jednu odpoveď na každú kartu – všetko, čo je pre nich dôležité, aby sa cítili v škole bezpečne. Nikto nepíše mená. Necháme na túto úlohu približne 10 minút. Keď sú všetci pripravení, pozbierame karty a roztriedime ich podľa farieb. Čítame nahlas obsah a prilepíme karty tabuľu, zoskupené podľa farieb. Ak sa jedna odpoveď objaví niekoľkokrát na kartách rovnakej farby (napr. červená), prilepíme ju iba raz. Ak sa objaví na kartách odlišných farieb (napr. u niektorých detí na žltej, kým u iných na červenej), tak prilepíme všetky karty. V diskusii sa venujeme rôznemu vnímaniu bezpečia a šikanovania. **REFLEXIA**/**diskusiu** zameriame na šikanovanie a potrebu bezpečia 1. Aké situácie v triede/škole si predstavujte, keď rozmýšľate o týchto vyhláseniach? 2. Čo potrebujete, aby ste sa cítili bezpečne? Čo potrebujete na ochranu svojich hraníc? 3. Ako si želáte, aby sa k vám iní ľudia správali? A ako sa správate vy k iným ľuďom? 4. Čo pre vás znamená šikanovanie? Znamená šikanovanie to isté pre nás všetkých?

***AKTIVITA:*** SMETNÝ KÔŠ NA PAPIER A BATOH

**CIELE**: Podporiť deti, aby premýšľali o tom, čo sa im páčilo alebo nepáčilo na aktivitách z projektu. **PRÍPRAVA** : Smetný kôš na papier a batoh alebo ich laminované obrázky. Malé papierové kartičky/samolepiace bločky (post-it) v dvoch odlišných farbách (napr. zelená a červená). Pre mladších žiakov: Kartičky s obrázkami všetkých činností počas projektových hodín. **POSTUP :** Rozdáme farebné bločky (post-it) a poviemedeťom, že si môžu zobrať z každej farby toľko, koľko potrebujú. Povedzte im, aby na zelené bločky napísali jednu alebo viac vecí, ktoré sa im páčili počas aktivít, a dali ich do batohu. A jednu alebo niekoľko vecí, ktoré sa im nepáčili, napísali na červené bločky a dali ich do smetného koša na papier. Necháme ich pracovať zopár minút individuálne. Ich spätná väzba je anonymná, na bločky sa nepíšu žiadne mená. S mladšími žiakmi postupujeme takto: Zdvihneme kartičku a opýtame sa žiakov spoločne, či sa im činnosť páčila. Možno budeme musieť spočítať ruky a riadiť sa väčšinou. Ak je odpoveď ÁNO, činnosť ide do batoha, aby sa opäť použila. Ak je odpoveď NIE, môže ísť do smetného koša na papier. **REFLEXIA** Na záverečnú spätnú väzbu si môžeme vybrať z týchto otázok: 1. Páčila sa vám táto činnosť? 2. Nepáčilo sa vám na nej niečo a prečo? 3. Je nejaká činnosť, ktorú sme nerobili a chcete, aby sme jej použitie nabudúce zvážili? 4. Ktorá bola vaša obľúbená činnosť? 5. Čo by malo ísť do batoha? 6. Čo by malo ísť do smetného koša? 7. Čo by malo byť nabudúce iné?

1. **časť - NAŠA ŽIVÁ MATEMATIKA**

Pre podporu kreativity u detí, ktorá sa spája s praktickými detskými činnosťami, necháme deťom vlastný tvorivý priestor. Deti vytvárajú vlastné pracovné listy. Nápovedné témy použijeme  individuálne v prípade potreby a podpory pre niektoré deti.

* September
	+ ***Matematika*** / praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Pojmy hore, dole, vpravo, vľavo, veľký, malý, najväčší, najmenší. Určovanie polohy a usporiadania vecí, Pojmy súvisiace s orientáciou v  rade – pred, za, hneď pred, hneď za. Prirodzené čísla 1-5. Utvoriť, vyznačiť, oddeliť skupinu s daným počtom. Určiť daný počet predmetov. Rovná krivá čiara. Uzavretá otovrená čiara.Pravda, nepravda.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam – **Vonku**: svet hore- obloha , pohyb mrakov, vtáci, slnko, počasie- pozorujme

Upratujeme izbu, triedu, policu s hračkami, učíme sa postaviť do radu na školskom dvore, rozdeliť sa do skupín pred začatím hry, rozdeliť si náčinie na hry, nakresliť na chodník cestu, plot, pozorujeme budovu školy v súvislosti s veľkosťou a usporiadaním tried , okien , poschodí

* Október
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) :Číslelný rad do 6, Rozlišovať rovinné geometrické útvary – trojuholník, štvorec, obdĺžnik, kruh a priestorové útvary – kocka, valec a guľa. Porovnávanie, postupnosť, štvorcová sieť. Triedenie podľa vlastností.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

Navrhujeme vlastné tričko so vzorom geometrických útvarov. Vyrobíme z papiera domček pre svoje auto, bábiku, zvieratko.

**Vonku:** nájdeme geometrické útvary na budove našej školy a v jej okolí. Listy na stromoch sa podobajú na niektoré geometrické útvary. Hľadajme prírodniny a rozdeľme ich podľa počtu a druhu do skupín.

* November
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad. Pár, nepár. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Geometrické útvary.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –. Pojem pár si osvojíme pri hre Pexeso alebo vytvorímei aj zeleninové páry - dvojice, ktoré si na záver hodiny aj zjeme. Chutná matematika môže pokračovať aj s pomocou jabĺčok, ktoré si spoločne delíme na časti, aby mal každý kúsok. A kto chce môže si spomenúť na rozprávkové dvojice hrdinov, ktoré by mohli tvoriť pár.

**Vonku** sa zahráme na trhovisko a budeme nakupovať a predávať. Niektoré deti si môžu vybrať aj úlohu zásobovania tovarom. Písanie číslic si precvičia pri príprave cenoviek k tovaru.

* December
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad. Pár, nepár. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Geometrické útvary. Osová súmernosť.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

*finančná gramotnosť* od jednoduchých základov, bude pre deti atraktívna – naučia sa 1.Ako vyzerajú peniaze 2. Ako sa rozmieňajú peniaze . nakreslené bankovky rozdelíme podľa osovej súmernosti. Balenie darčekov na Vianoce pomocou vedomostí z geometrie.

**Vonku** k predmetom v okolí školypriraďujemehodnotu a precvičujeme zručnosti sčítanie a odčítanie. Zapisovať môžeme paličkami do zeme/snehu.

* Január
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad. Pár, nepár. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Geometrické útvary.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

*finančná gramotnosť* od jednoduchých základov - pokračovanie– vedieť -Zaplatiť

-Koľko ti vrátia (výdavok) ako si pomôcť pri jeho správnom vypočítaní

**Vonku**porovnávamehodnoty predmetov v okolí školy

* Február
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad. Pár, nepár. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Geometrické útvary.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

*finančná gramotnosť* od jednoduchých základov - pokračovanie– vedieť vytvoriť nákupný zoznam a spoznať pojmy - Pokladňa , pokladničný doklad

**Vonku**vytvárame športové družstvá , ktoré dostanú svoje matematické úlohy spojené s pohybom a počítaním

* Marec
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad.. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Priestorové geometrické útvary. Riadok, stĺpec,údaje v tabuľke.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

*finančná gramotnosť* od jednoduchých základov - pokračovanie–vytvoriť

Sporenie – moja pokladnička

a spoznávanie pojmov - Čo utratím- čo mi ostane

**Vonku** vytvárame si riadky a sĺpce pomocou prírodnin a nájdeme v okolí školy opakujúce sa predmety podobnépriestorovým geometrickým tvarom kocka, valec, guľa

* Apríl
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad.. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Priestorové geometrické útvary. Riadok, stĺpec, údaje v tabuľke.

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam –

*Práca s pravítkom spájanie čiar vytvorím návrh plánu svojej detskej izby, domu, rozprávkovej krajiny*

**Vonku**vytvárame sieť , bludisko, cesty k pokladom, počítame vzdialenosti v krokoch

* Máj
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad.. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Priestorové geometrické útvary. Riadok, stĺpec, údaje v tabuľke. Hodiny

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam – Matematizujeme reálne situácie, vytvárame a riešime vlastné s úlohy s eurami

**Vonku**meriame dľžku predmetov/ lavičky/ altánky/ chodníky rôznymi meradlami

* Jún
	+ ***Matematika***/ praktické činnosti/*vonku v okolí školy*- spoločná tímová práca /v ŠKD- skupinová práca/ doma – samostatná práca

**Už viem** ( téma) : Čítanie a písanie čísel. Číselný rad.. Porovnávanie. Sčítanie a odčítanie. Slovné úlohy. Radové číslovky. Štvorcová sieť. Priestorové geometrické útvary. Riadok, stĺpec, údaje v tabuľke. Hodiny

**Náš pracovný list**:deťom pomôžu tieto nápovedné témy k praktickým činnostiam – vyrábame merače času a vlastné hodiny

**Vonku**meriame čas športových aktivíta čas na oddych

**Vyhodnotenie:**

1.časť –ŠŤASTNÍ V ŠKOLE -Uvedené aktivity napomohli budovať vzťahy medzi deťmi, posilnili pocity spolupatričnosti aj napriek rozdielnym povahám a spôsobom ich prejavu. Uvádzané aktivity pomohli deťom prispôsobiť sa a prijať pravidlá, tvoriť a realizovať vlastné nápady vhodným spôsobom, dokázať poradiť si so sklamaním a obmedzeniami či prekážkami. Projekt prispelk predchádzaniu  agresivity v kolektíve. Deti sa k sebe správajú empaticky, pomáhajú si. Zároveň pochopili, že je potrebné sa brániť voči nátlaku.

Pomáhajú tvoriť pozitívnu atmosféru v triede.

2.časť - NAŠA ŽIVÁ MATEMATIKA-deti úspešne spolupracovali pri hľadaní praktického využitia nových nadobudnutých vedomostí z matematiky.
Dopĺňali ich o svoje praktické skúsenosti a nápady na praktické využitie vedomostí práve získaných na vyučovaní. Vedomosti jednoducho prenášali do prostredia prírody a okolia školy.