



Pedagogicko-psychologická poradna  
a Speciálně pedagogické centrum  
Olomouckého kraje

# *Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ*

*metodická příručka pro učitele*



**Mgr. Silvie Houšťavová**  
**Mgr. Irena Oršulíková**  
**Mgr. Karel Opravil**





---

## ***Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ metodická příručka pro učitele***

***Mgr. Silvie Houšťavová  
Mgr. Irena Oršulíková  
Mgr. Karel Opravil***

Tato publikace byla vytvořena v rámci projektu „Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ“, který byl hrazen z účelově vázané finanční dotace MŠMT ČR na podporu primární prevence rizikového chování pro rok 2015. Tisk příručky byl spolufinancován z projektu „IV. krajská konference PPRCH 2015 a vzdělávání pro pedagogické pracovníky s podtématem: Bezpečné prostředí na školách.“, na jehož realizaci vyčlenit finanční prostředky Olomoucký kraj.



## Obsah

Úvodní slovo (S. Houšťavová) .....	6
Kam nasměřovat primární prevenci rizikového chování na 1. stupni ZŠ (S. Houšťavová).....	8
Škola, kde je nám dobře – komunikace-pravidla-týmovost (K. Opravil).....	10
Vývojové charakteristiky skupin dětí na základní škole (K. Opravil) .....	17
Psychohygienu učitele (K. Opravil).....	21
Učitelské pasti (K. Opravil).....	25
Rodiče a škola (K. Opravil).....	26
Budování třídní komunity (S. Houšťavová).....	27
Třídní pravidla soužití (S. Houšťavová).....	37
Komunitní kruh (S. Houšťavová).....	46
Metody spolupráce a vytváření vztahové pohody ve výuce (I. Oršulíková) .....	55
Závěrem.....	83

## Úvodní slovo

### **Vážené a milé kolegyně, vážení a milí kolegové,**

v roce 2015 jsme na přerovském pracovišti Pedagogicko-psychologické poradny a Speciálně pedagogického centra Olomouckého kraje za finanční podpory MŠMT ČR realizovali projekt Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ. Navázali jsme na předcházející úspěšné ročníky 2014 a 2013 a jeho aktivity zpřístupnili Vám dalším zájemcům z řad učitelů 1. stupně základních škol Olomouckého kraje.

Jsm rádi, že jste se zúčastnili a předkládáme Vám tento metodický materiál, který shrnuje to nejpodstatnější ze společně absolvovaného. Věříme, že Vám bude praktickým průvodcem, ke kterému se budete vracet. Z vašich zpětných vazeb víme, že nově nabyté informace, zkušenosti a zážitky přenášíte na své kolegyně, a tak se příručka možná stane pomůckou i pro ně.

Projekt jsme připravili na míru Vám třídním učitelům 1. stupně ZŠ. Naším záměrem bylo posílit Vaše kompetence k budování zdravých vztahů v třídním kolektivu; zprostředkovat Vám metody, které přispějí k budování stmelěného soudržného kolektivu i rozvoji individuálních dovedností žáků pro mezilidské chování. Systematická práce se třídou v tomto směru v průběhu 1. stupně přispívá k redukci vztahových problémů v kolektivech na 2. stupni.

K naplnění našeho záměru sloužily následující aktivity:

- **Vzdělávací program „Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ“** - cyklus sedmi vzdělávacích setkání na téma: Dynamika třídního kolektivu, Patologické projevy vztahů ve třídách, Budování třídní komunity, Třídní setkávání, Metody spolupráce ve výuce (1,2), Závěrečné setkání. Program je akreditován MŠMT v rámci DVPP č. j.: 20919/2013-1-554
- **Vzdělávací program „Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ“** – vedení pedagogů v preventivním působení na žáky“ - supervizní vzdělávací cyklus čtyř setkání pro absolventy projektu z roku 2014, příp. 2013. Setkání byla vedena na téma: Pravidla třídního soužití, Třídnické hodiny v praxi, Komunikační dovednosti žáků pro zvládnutí konfliktních situací a Jak provést děti konfliktem. Program je rovněž akreditován MŠMT v rámci DVPP č. j.: 17962/2014-1-569
- **Minikonference pro vedení škol** – jednodenní setkání ředitelů zapojených škol,

na kterém jsme se seznámili s obsahem vzdělávání a obecnými výstupy, zpětnou vazbou ze seminářů i z aplikace praktických doporučení. Cílem setkání bylo umožnit pracovníkům vedení škol bližší pohled na problematiku prevence na 1. stupni ZŠ, podpořit na školách rozvoj týmové spolupráce mezi vyučujícími 1. a 2. stupně a usnadnit implementaci aktivit učitelů k posilování zdravých mezilidských vztahů ve školním prostředí. V průběhu realizace projektu vznikla myšlenka intenzivněji a aktivněji podpořit týmovou spolupráci trojlístku vedení-metodik prevence-třídní učitel, a tak jsme na setkání přizvali také školní metodiky prevence. Po celou dobu byl vytvářen prostor pro výměnu informací, zkušeností, sdílení názorů a čerpání inspirace.

Zpracování této **Metodické příručky** – kterou chceme projekt shrnout a vytvořit pro Vás praktickou pomůcku k implementaci aktivit vedoucích ke zdravému a bezpečnému prostředí ve Vašich třídách. Jeho součástí je i informační materiál pro rodiče Vašich žáků, neboť bez jejich spolupráce a podpory se neobejdete.

Děkujeme Vám za účast v projektu, za Váš zájem a za ochotu nad tématy přemýšlet, ověřovat je v praxi, sdílet své zkušenosti s námi i svými kolegy a vzájemně nás všechny inspirovat.

Přejeme Vám hodně elánu, chuti a úspěchů v další práci s dětmi.

Za lektorský tým

Mgr. Silvie Houšťavová, koordinátorka projektu  
PPP a SPC OK, pracoviště Přerov

V Přerově 21. prosince 2015

## ***Kam nasměřovat primární prevenci rizikového chování na 1. stupni ZŠ***



Mgr. Silvie Houšťavová

Základem primární prevence rizikového chování na 1. stupni je nastavení kvalitních výchovně vzdělávacích principů 1. stupně; budování třídního společenství (komunity) a zdravého sociálního klimatu - vzájemně pozitivních a podpůrných vztahů, postojů a interakcí mezi žáky, žáky a zaměstnanci školy i zaměstnanci školy navzájem. Prvním zmíněným okruhem se ve svých kapitolách blíže a konkrétně věnuje kolega Karel Opravil.

### **Proč budovat třídní společenství a zdravé mezilidské vztahy?**

Z výzkumů lidského mozku, teorie motivace a lidských potřeb i pracovní psychologie vyplývají následující zjištění:

#### ***Efektivní učení probíhá, když:***

- Jsou uspokojeny naše základní potřeby.
- Cítíme se bezpečně (necítíme se ohroženi).

#### ***Přímý vliv na učení i výkon má:***

- Kvalita mezilidských vztahů

#### ***Z toho vyplývá, že:***

- Zaměření na dosažení cíle/úkolů za „každou cenu“ nepřinese skutečnou kvalitu.
- Investice do aktivit, které přispějí k budování pocitu bezpečí a dobrých mezilidských vztahů se vrátí v efektivitě učení/vzdělávání.



---

## **Devatero třídního učitele k provádění kvalitní prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ:**

- Pečovat o sebe (psychohygienu učitele).
  - (Spolu) nastavit pravidla soužití ve třídě.
  - Realizovat třídní/komunitní setkávání - třídnické hodiny formou komunitního kruhu.
  - Rozvíjet a posilovat individuální komunikační dovednosti dětí – vyjádření a přijetí názoru „Vadí mi...“, „Nelíbí se mi...“ X „Je mi příjemné...“, „Oceňuji...“.
  - Rozvíjet své dovednosti potřebné ke zvládnutí konfliktních situací mezi dětmi (mediátorské dovednosti).
  - Být všímavý vůči vzájemnému chování dětí.
- V období 1. - 4. třídy investovat do kultivování vztahů mezi dětmi.
- Rozvíjet vlastní komunikační dovednosti.
  - Respektovat zákonitosti individuálního i skupinového vývoje.

V následujících kapitolách jednotlivé body devatera popíšeme tak, aby se Vám konkrétní postupy staly praktickým návodem.

## **Škola, kde je nám dobře – komunikace – pravidla – týmovost**

Mgr. Karel Opravil

Základní škola je místo, kde se setkává velmi široká škála dětí. Na jedno místo se dostanou rychlí i pomalí, chytří i méně chytří, akční a neakční. Zkrátka škála je velmi široká. A přesto všechno se musí naučit spolu vycházet a domlouvat se. A to bez ohledu, jestli jim s tím jako dospěláci pomůžeme, nebo nepomůžeme. V druhém případě však riskujeme, že si děti vytvoří svá nepsaná pravidla a my dospěláci budeme mít na ně jen velmi malý vliv. Pravidla sama o sobě nejsou špatná nebo dobrá. Mohou se však stát pravidly ubližujícími. A to bychom jako dospěláci neměli dopustit. Na druhou stranu, pokud se děti ve třídách budou mezi sebou domlouvat víc, než my dospěláci ve sborovně, nemáme šanci...

### **Bezpečné sociální klima školy**

Bezpečné sociální klima školy je takové klima, ve kterém se všichni účastníci (žáci, učitelé) cítí dobře ve skupině i jako jednotlivci a současně je umožněn pozitivní růst všech zúčastněných.

Doporučujeme se proto zaměřit na tři oblasti:

1. na sebe sama jako důležitého ovlivňovatele procesu tvorby pozitivního klimatu,
2. na respektování vývojových zákonitostí u skupin žáků z hlediska věku,
3. na jasné vydefinování smysluplných pravidel, která plní ochranou funkci a současně podporují pozitivní klima ve skupinách.

### **Zaměření se na sebe sama**

Učitelství je velmi náročné povolání jak z hlediska energie, tak z hlediska času a vztahů. Je nutno přijmout fakt, že pokud učitelé nebudou myslet na sebe, nezpracují psychohygienu a „dobíjení baterií“ jako nutnou podmínku své profese, nebudou schopni dlouhodobě odvádět dobrou práci. Jestliže nejsem sám v pohodě, nejsem schopen zajistit pohodu druhým. Jestliže se necítím sám bezpečně, nejsem schopen zajistit bezpečí druhým.

Čím více budete pocítovat únavu, tím více se bude snižovat Vaše citlivost na okolí. Na dění ve třídě, na dění ve sborovně. Stejně tak budete mít sníženou kapacitu na vztahy ve svém soukromí. Také s přibývajícím únavou dojde k posouvání hranic směrem k nekázní. Díky snížené citlivosti nebudeme žáky upozorňovat a

vracet zpět při překračování pravidel a posouvání hranic.

Je proto důležité plánovat dostatečnou regeneraci sil, životosprávu a dodržovat pitný režim. Zejména pitný režim je často na školách nedostatečný. Často je dokonce omezován pravidly, která pitný režim zakazují z důvodu, že žáci pitím narušují výuku. To nezpůsobuje pití jako takové, ale špatně nastavená pravidla pro žáky a nejednotnost učitelů v jejich vyžadování.

V dnešní době na nás ze všech stran útočí negativní informace. To nás ovlivňuje. Je proto pro učitele důležité filtrovat si přítok negativních informací a obecně selektovat přísun informací. Zejména těch nedůležitých. Díky jednoduchosti přenosu myšlenky vzniká obrovské množství bezcenného balastu. Pokud ho na sebe necháme působit, vyčerpává nás stejně jako jiná smysluplná mozková činnost. Je však jednodušší přijímat balast. Proto tak rádi utíkáme k nepodstatným věcem. V tomto jsme stejní jako děti v našich třídách.

### **Respektování vývojových zákonitostí z hlediska věku**

Třídní kolektivy jsou složeny z rozdílných jedinců. Tito rozdílní jedinci vytváří jedinečné třídní kolektivy. Je tedy potřeba počítat s tím, že každá třída bude specifická v reagování, v hlučnosti, pohybu apod. Každá třída je originální a jedinečný živý skupinový „organismus“. Je proto důležité hledat pro každou třídu specifický přístup v předávání informací. Už vůbec ne třídy mezi sebou srovnávat. Výroky typu „Těším se, až půjdu příští hodinu do béčka. Ti nejsou tak natvrdlí jako vy!“, mohou docela dobře rozpoutat válku mezi třídami. Minimálně mezitřídní zhoršení vztahů

### **Třídy se zvýšeným rizikem**

Třídy se zvýšeným rizikem, jsou všechny třídy, které:

- nově vznikly
- třídy nově spojené nebo rozdělené, zejména v období 5. a 6. třídy
- třídy, do nichž propadli žáci s velkým vlivem na skupinu
- třídy, z nichž odešla větší část výkonných žáků - tahounů třídy

U těchto tříd je potřeba počítat s adaptačním obdobím, kdy se budou usazovat vnitřní pravidla třídy a probíhat souboje o pozice jednotlivých členů skupiny. Učitelé musí tedy počítat se sníženou výkonností tříd (často až po dobu 2-3 měsíců), s výrazným testováním pravidel školy (zejména těch, ve kterých jsou učitelé nedůslední a nejednotní) a budou zvýšené nároky na třídního učitele v komunikaci s ostatními učiteli. Třídy budou náročnější na vedení a etické zacházení ze strany pedagogů a pracovníků školy.

## **První stupeň**

Stejně jako se s věkem mění jedinci, tak se s věkem mění i skupiny. U žáků prvních až třetích tříd musíme počítat s tím, že ve třídě nejsou ještě nastartované skupinové vztahy. Jsou to skupiny jednotlivců, kteří spolu sdílí prostor a čas. Je proto v tomto období důležité příliš neoperovat s „dospěláckým“ časem. Nehodnotit, kdo je nejrychlejší a netrestat (nepranířovat) ty, co nestíhají. S kritériem času je možné opatrně začínat teprve od čtvrté třídy. Stejně tak je potřeba počítat s tím, že třída skupinově neslyší. Tedy to, co řeknu celé třídě, stejně budu muset říci většině žáků i jednotlivě. To zvyšuje nároky na učitele.

Také rozdíl ve vývoji mezi chlapci a dívkami je značný. Vývoj dívek je na prvním stupni mnohem bouřlivější. Zejména v oblasti jemné motoriky a vyjadřovacích schopnostech. Tedy dívky budou úspěšnější v tom, na čem stojí výuka tohoto období. Psaní, čtení a vyjadřování. Je proto důležité nesrovnávat kluky a holky. Srovnávejte jen chlapce s chlapci a dívky s dívkami. V opačném případě budou kluci poškozováni při hodnocení ve srovnání s rychleji vyspívajícími dívkami. To zvyšuje riziko pŕetek mezi pohlavími. Zejména tam, kde se škola nachází v lokalitě, kde jsou mezi rodiči špatně nastavené mužsko-ženské role, mezi mámou a tátou.

## **Období páté a šesté třídy**

Pozor na období páté a šesté třídy. V tomto období jsou třídní skupiny velmi citlivé na změny. A to jak na změny kolektivu, tak na změny přístupu ze strany dospělých. Hlavně v oblasti pravidel a hodnocení.

Počítejte tedy s tím, že pokud dojde ke spojení či rozdělení tříd v průběhu tohoto období, vždy je to pro třídu zvýšené riziko a je potřeba si třídy více všímat, více pracovat na znovu- nastavení kvalitních vztahových pravidel. Stejně tak pokud vám ze třídy odejdou tahouni (víceletá gymnázia), případně silné osobnosti, které třída brala, je i to rizikem pro třídu. I v těchto případech je nutné si třídy více všímat.

Třída, které se změní kolektiv, prochází adaptací na novou situaci. Pokud je změna výrazná, může adaptace probíhat 2-3 měsíce. Po tuto dobu může mít třída sníženou výkonnost a tendenci překračovat-testovat nastavovaná pravidla. Je proto důležité s tímto obdobím počítat a neadekvátně třídy netrestat, případně zbytečně nepřehánět tlak na kázeň.

Je proto důležité se v tomto období dobře domlouvat v pedagogickém týmu na jednotném postupu a „táhnutí za jeden provaz“. Pokud se vám to nepodaří a s každým učitelem přijdou rozdílné požadavky, bude se prodlužovat adaptační období. Tedy období snížené pracovní výkonnosti tříd. A to přece nechceme...

## **Období sedmé třídy**

V období sedmé třídy jsou žáci ve věku, kdy se již projevuje puberta. Nastupuje tedy velká kritičnost k tomu, co kolem sebe vidím, zejména k pravidlům a chování dospěláků. Pokud tedy v tomto období budeme jako učitelé dělat něco, co vyhodnotí třída jako nefér, velmi rychle dají najevo svou nespokojenost. A to buď přímo, nebo nepřímo. Přímo – řeknou to do očí. Nepřímo – vyřídí si to přes majetek školy. Stejně tak budou reagovat na pravidla a omezení, která jim nebudou dávat smysl.

## **Pravidla a jejich ochranná role**

Dobře nastavená pravidla jsou důležitou součástí školy. Čím lépe si je nastavíte, tím kvalitnější ochrannou a funkční roli budou poskytovat.

Skupina, aby mohla fungovat, si VŽDY vytvoří svá vnitřní pravidla. Často si je však může vytvořit ve formě ubližující. Kvalitní školní pravidla toto riziko minimalizují.

## **Školní řád**

Školní řád je důležitým dokumentem školy. Nastavuje základní pravidla fungování školy jako celku a týká se všech, kteří se na půdě školy vyskytují.

Je proto důležité považovat školní řád za živý dokument a v případě změn se věnovat jeho revizi. Zaměřte se na body, které jsou již překonány, případně jsou ve školním řádu zbytečné. Např. jestliže jste během prázdnin pořídili pro žáky skříňky na věci, je zbytečné, aby v řádu byla klauzule popisující průběh zamykání šatny a funkce třídních klíčníků. Stejně tak, pokud ve školním řádě máte požadavek na žáky, který již učitelé nevyžadují, protože se překonal, tak jej změňte nebo z řádu odstraňte. Důvodu je několik. Jestliže máte ve školním řádě pravidlo, které se již překonalo a je nefunkční, přítomnost tohoto pravidla devalvuje u žáků celý školní řád. Stejně tak pokud vyžaduje řád něco, co již kantoři nekontrolují a nepožadují, působí to stejně devalvačně a starší žáci to navíc budou vnímat jako zbytečnou „buzeraci“ a přenesou to na celý školní řád. Nejhorší varianta, která může ve škole nastat, je ta, že někteří kantoři pravidlo požadují a kontrolují, a někteří ne. Proto je důležité udělat revizi nejprve s pracovním týmem školy a potom s celou sborovnou.

I v případě, že pravidla nastavíme velmi kvalitně, musíme počítat s tím, že žáci si čas od času ověří, jak to myslíme vážně a pravidla a hranice se pokusí překročit. Čím jsou žáci mladší, tím častěji si budou ověřovat, jestli to i dnes myslíme vážně. Proto je důležitá trpělivost a důslednost. A jsme opět u prvního bodu ze začátku této publikace - Myslet na sebe a ošetřovat se. Pokud nebudete v pohodě, nebudete mít trpělivost a budete mít i omezenou důslednost, protože Vám díky únavě

mnoho věcí unikne.

Základní škola má za úkol naučit čtyři základní a velmi důležité dovednosti. Číst, psát, počítat a naučit se fungovat a pracovat v rozdílné skupině. Vše ostatní můžeme považovat za jakousi nadstavbu. Takovou skupinu s tak pestrým složením, jakou máme možnost zažít na základní škole, již pravděpodobně nikdy mít nebudeme. Je proto důležité, abychom této příležitosti využili a naučili žáky pracovat a domlouvat se i s těmi, kteří jim nejsou sympatičtí. A to jak se spolužáky, tak i s autoritami – pedagogy. V budoucnosti se tato znalost zhodnotí ve formě respektu a schopnosti tolerovat rozdílnost druhých.

V případech, že žáci překročí nějaké pravidlo, upozorněte je na to. A to i na úkor zastavení výuky. Pokud daná situace neumožní hned řešit, jen žáky upozorněte, že jste si toho všimli a že se k tomu vrátíte, jak to bude možné. Pokud možno co nejdříve! Nezapomeňte, že žákům vzhledem k věku běží čas úplně jinak, než nám dospělákům. To, co je pro nás „teprve“ před dvěma hodinami, bude pro žáky „dávno“.

Vždy popište konkrétně to, co se vám nelíbí, že žáci dělají. Pojmenujte tu činnost nebo to chování konkrétně. A řekněte i, jak si to představujete. A opět co nejkonkrétněji. Za větou „Chovej se slušně!“ si žáci nic nepředstaví a své chování nezkorigují. Což často považujeme za drzost a konflikt je na světě. A často kvůli maličkosti.

Využívejte tendence dětí k nápodobě. Od prvních tříd učte děti reagovat na neverbální signály, kterými je budete upozorňovat, co mají nebo nemají dělat, aniž byste museli křičet, případně vyrušovat od práce i ty, kteří pracují. Je důležité se domluvit se všemi učiteli, aby se signály používaly jednotně. To zvýší jejich efektivitu. A opět počítejte s tím, že si žáci občas ověří, jestli na plnění těchto signálů trváte dál a zkusí na ně nereagovat. Otestují si, jestli pořád mají pro vás význam. Pokud jim klidně, ale důsledně vysvětlíte, že stále toto pravidlo – signál platí, zvýší to jeho hodnotu a bude dále fungovat. Pokud na signál zreignujete, nebo jej bude používat jen několik učitelů, reakce na signál bude vyhasínat.

### **Příklady signálů**

- zvednutá ruka učitele – ztište se a věnujte mi pozornost, chci něco říci
- pohybující se ruka učitele – pokračujte v práci, ale malinko se ztište, ať se nerušíte
- dotyk na rameno – upozornění jednotlivce, že si jej všímám
- vztyčený palec – dobrá práce!
- cinknutí zvonkem – utište se, ukončete apod.

Hluk ve třídě může být i signálem žáků, že už jsou přetížení a potřebují krát-

ký oddech. Můžeme se společně protáhnout, procvičit, společně se trochu napít apod. Důležité je to společně, protože tím dojde opět k naladění na my. Můžeme si i změřit únavu. „Ukažte mi, jak jsme unavení“ – zvednutá ruka nad hlavu ukazuje hodně energie, ruka na lavici jsem unavený, pod lavicí už vážně nemůžu. Žáci ukazují za jednotlivce a vy vidíte třídu jako celek.

Podobně můžeme měřit náladu. „Ukažte, jakou máte náladu?“, „Kde byste ji chtěli mít?“, „Co pro to můžu/můžeme udělat?“ apod.

Počítejte s tím, že požadavek na absolutní ticho ve třídě často sníží výkon třídy. Neumíme jako skupiny pracovat v absolutním tichu, protože je to nepřírozené. Vždyť i na poradě s ředitelem je málokdy absolutní ticho. A pokud je, může za to většinou strach. A to přece nechceme.

### **Tresty - pochvaly**

Cílem trestu by mělo být odstranění nežádoucího chování. Cílem pochvaly by mělo být fixování žádoucího chování.

Pokud používáme trest jako pomstu za to, co jsi mi darebáků udělal, nebude fungovat. Zvýší jen averzi vůči nám jako autoritě.

Skupina není schopna přijmout kolektivní trest. Kolektivní tresty nebudou fungovat a budou vždy brány jako nefér jednání od autority.

Skupina je schopna přijmout kolektivní pochvalu. To je dobré vědět, protože v případě, že pochválím třídu kolektivně, ocenění zažijí i ti žáci, kteří dlouhodobě nemají šanci získat ocenění za úspěch v tom školním. Díky tomu nebudou mít potřebu si sytit potřebu úspěchu u třídy. Tedy děláním lumpáren, za které je třída ocení. Pokud budete využívat ocenění celé třídy, pomůže vám to snížit počet kázeňských přestupků. Potřebu úspěchu mají všichni žáci. I ti, co se neučí (a štvou nás tím), i ti co na to nemají z jiných důvodů.

### **Třídní učitel**

Role třídního učitele je velmi důležitá a často nedoceněná role ve škole.

Činnosti třídního učitele jsou zejména:

- Komunikace se svou třídou
- Nastavení třídních pravidel a jejich dodržování i ostatními pracovníky
- Komunikace s ostatními pracovníky, kteří se třídou přicházejí do kontaktu
- Zvládání rizikových situací, které ve třídě mohou nastat
- Komunikace s vedením školy a preventistou
- Obhajoba své třídy v případě konfliktů
- Komunikace s rodiči

Třídní učitel by se neměl stát prodlouženou rukou kolegů v trestání své třídy. Zejména pozor na řešení problémů za jiné. Vzhledem k tomu, že jsme u situace nebyli a známe ji jen zprostředkovaně od kolegů, můžeme se snadno dopustit křivdy. Jako třídní učitel mohu kolegům pomoci, ale společně.

Třídní učitel má i roli obhájce své třídy. Zejména v situacích, kdy se všichni „sesypou“ na jeho třídu a jednotně ji odsuzují. Je potřeba, aby i v těchto situacích dokázal svou třídu hájit proti jednostrannému odsouzení. Ve školním životě je máloco černobílé...



## Vývojové charakteristiky skupin dětí na základní škole

Mgr. Karel Opravil

Stejně jako chování jednotlivců se mění s věkem, tak se i s věkem mění chování skupin, které tito jednotlivci vytváří. Pokud budeme respektovat principy tohoto vývoje, půjde nám komunikace, práce a nastavování pravidel s dětmi mnohem lépe a bude nás stát méně námahy.

### 1. – 3. třída

#### Věková charakteristika skupiny

##### Skupinové vnímání

První až třetí třída je charakteristická tím, že žáci neumí vytvářet skupiny. Jsou to individuální jednotlivci, kteří spolu sdílí prostor třídy. Individualita je pro toto období charakteristická a žáci se jako skupina nevnímají. Individualita se projevuje i tak, že jeden den kamarádím s tím, druhý den s jiným a nedělá mi to žádný problém.

Protože nevytváří skupinu, tak ani jako skupina „neslyší“. Učitelé proto musí počítat s tím, že co řeknou celé třídě, stejně budou muset zopakovat téměř každému jednotlivci zvlášť. A to je velmi náročné na pozornost, důslednost a trpělivost. Pokud nebudete jako učitel/ka v pohodě, tomu desátému, co se zeptá na totéž, co devět před ním, ukrouťte hlavu ☺

##### Vnímání času

Tato věková skupina vnímá i čas individuálně. Je potřeba počítat s tím, že kolik žáků vám sedí ve třídě, tolik individuálních časů máte. Při čemž pro každého je jeho minuta odlišná od minuty toho druhého. Je proto náročné třídu sjednotit přes dospělácký čas. Pokud se vám to podaří, tak to bude vždy jen na krátkou dobu. Jinak každé dítě pojedje víceméně svým tempem a ve svém režimu. Nezapomeňte, že pro šestileté dítě je rok šestina života. Kolik je šestina pro nás ☺ Úplně jiné číslo.

##### Pohyb

Pro děti tohoto věku je charakteristická potřeba pohybu. I když je zastavíte, budou se alespoň kouskem těla trochu vrtět. Nesnažte se třídu uvádět dlouhodo-

bě do klidu. Krátkodobě se vám to u většiny podaří. Pokud to budete vyžadovat dlouhodobě, bude uvádět žáky do nepohody a snižovat jejich výkonnost.

Pohyb bude i hlavní náplní přestávek. Je proto dobré do hodin zařazovat společné chvilky, kdy se krátce zahýbeme a pak zase můžeme individuálně pracovat.

### **Vývoj kluci – holky**

U holek je v tomto věku charakteristický výrazně rychlejší vývoj v jemné motorice a ve verbálním projevu. Holky proto budou vždy šikovnější v psaní, kreslení a ve čtení a mluvení. Pokud budete jako učitel srovnávat výkon kluků a holek, budete vždy poškozovat kluky. Ti to budou vnímat jako nespravedlivost. Pokud mají žáci doma rodiče, kteří dávají špatný mužsko-ženský vzor svým dětem jako máma a táta, můžete nastartovat konflikt mezi kluky a holkami, který se objeví s přechodem na druhý stupeň. Kluci a holky si budou skupinově ubližovat a zhoršovat klima třídy.

### **Doporučení pro učitele**

V tomto období není nutné dělat třídnické hodiny, protože mnoho věcí stihne učitel vyřešit v průběhu vyučování.

Jako třídní učitel jste většinu času se svou třídou sám. Je proto zvýšené riziko, že se vám do pravidel třídy podaří vnést něco, co by tam být nemělo. V tomto individualistickém období se to ještě nemusí projevit. Problém však může doslova „bouchnout“ na konci čtvrté a začátku páté třídy, kdy už začínají fungovat skupinové prvky a ubližující pravidla se projeví skupinově. Třída se doslova ze dne na den začne chovat rizikově a všechny kolem překvapí.

Doporučuji proto minimálně dvakrát za pololetí si pozvat někoho, komu věříte, na hospitaci, aby se podíval na to, jak pracujete se svou třídou. Zejména na stejný přístup ke klukům a holkám, stejné oslovení všech (křestní jména, zdobnělny, přezdívky apod.), což mohou často žáci vnímat jako nadržování, nebo shazování.

A nezapomeňte – vaši žáci jsou i deváťáci, kolem nichž jdete po chodbě, a dělají binec. Pokud jim nic neřeknete, může to být signálem, že si příliš začínáte přivlastňovat vaši třídu a je riziko, že každého, kdo bude mít k ní, i konstruktivní připomínky zakousnete a budete vnímat jako nepřítel.

## **4. třída**

### **Věková charakteristika skupiny**

Pro tuto věkovou skupinu platí mnohé co pro předchozí třídy. Jen je potřeba počítat, že u některých žáků se může začít objevovat již skupinové vnímání. Tito

žáci začnou v rámci třídy vytvářet party, které budou mít již pevné členství. Tj. nebudou chtít příliš mezi sebe pouštět někoho jiného. To však ostatní nemusí ještě vnímat a budou se snažit mezi ně dostat. To může parta vnímat jako neadekvátní otravování a mohou se skupinově bránit. Tj. využijí přesily. Tím zažijí pocit moci a mohou zjistit, že skupinové reakce jsou efektivnější a účelnější. To může ve třídě spustit skupinová ubližující pravidla, která zhorší klima třídy. Skupina si může vyhradit i svůj prostor v rámci třídy a nikoho, kdo není členem, na toto území nepustit. Např. prostor koberce vzadu ve třídě, kout třídy s oknem apod. Stejně tak mohou působit v nekontrolovaném prostoru školy. Což jsou zejména chlapecké záchodky.

### **Doporučení pro učitele**

Vnímejte vznik part a sledujete, kdo všechno do ní patří. Jakmile party začnou ubližovat, zastavte výuku a dejte najevo, že takové chování neschvalujete a nebudete ho trpět.

Skupina se už umí domluvit, co bude říkat. Umí tedy již skupinově lhát. Myslete na to při řešení různých průšvihů, žalování apod.

Zaveďte již třídnické hodiny. Jejich náplň věnujte i aktivitám, kdy bude docházet k propojení a spolupráci všech žáků napříč třídou bez ohledu na to, do které party patří. Při rozdělování třídy dejte pozor na podvádění jednotlivců, aby zůstali ve své skupině, se svou partou.

## **5. – 6. třída**

### **Věková charakteristika skupiny**

V tomto období se již třída vnímá jako skupina. Umí se již domlouvat na učitele, a když se rozhodne, že se učit nebude, tak se učit nebude a my s tím nic neuděláme.

Pro skupinu v tomto období je charakteristická potřeba neměnnosti přístupu a jednotnost pravidel. A to ze strany všech učitelů, kteří ve třídě učí a působí. Proto je důležité, aby všichni, kdo v těchto třídách učí, se pravidelně domlouvali a co nejvíce sjednotili přístup k žákům. To neznamená být stejný, ale jednotný.

Jestliže nějaké dítě přijde do třídy a nepochopí rychle pravidla třídy, často zůstane na chvostu skupiny.

Jestliže dojde v tomto věkovém období k rozdělení nebo sloučení tříd, vznikne vždy potencionálně riziková třída. U těchto tříd je potřeba minimálně tři měsíce věnovat obnovení a upevnění vztahových neubližujících pravidel.

Třídní učitel by měl velmi dobře znát jednotlivé žáky, jejich zázemí, koníčky, silné a slabé stránky. Neměl by řešit konflikty za kolegy, ale s kolegy.

## **7. třída**

### ***Věková charakteristika skupiny***

Období srovnávání se, vzdoru a citlivosti. Žáci svou sebecenu odvozují od reakcí druhých. Proto má mnohdy větší vliv názor spolužáka, než dospělé autority. Dochází k bouřlivým hormonálním výkyvům doprovázené častým kolísáním nálad. Skupina je zvýšeně kritická. Mnohdy vnímá svět černobíle.

### ***Doporučení pro učitele***

Budte opatrní na ironické poznámky a zesměšňování žáků, které jste vyvolali k tabuli. Vytvoření k tabuli je vytažení před skupinu. Pro mnohé to bude důvodem k předvádění se, pro druhé stresující zážitek s obavou před zesměšněním.

## **8 - 9. třída**

V tomto období mají třídy většinou přečtený pedagogický sbor. Zkrátka ví, jak na nás. Pro skupiny je důležitá partnerská forma komunikace s autoritami. Pozice moci většinou působí krátkodobě.

Nezapomínejte, že běžná lidská komunikace, kdy přijímáme žáky takové, jací jsou, je často důležitější než informace předmětu, který je učíme. Nebojte proto s nimi diskutovat a to i o kontroverzních názorech. To, že je vyslechnete do konce neznamena, že s nimi souhlasíte. Stejně tak, když má někdo jiný názor než vy, není hned váš nepřítel.

## Psychohygiena učitele

Mgr. Karel Opravil

Učitelství je velmi náročné. A to jak po fyzické, tak i po psychické stránce. Mezi základní dovednosti učitele by měla patřit regenerace sil. Bohužel tuto základní a důležitou dovednost mnoho učitelů a zejména učitelek neumí anebo ji podceňuje. Stejně tak školy, které připravují budoucí učitele na pedagogickou dráhu, tuto důležitou složku podceňují a nedostatečně na ni připravují. Výsledkem je pak často chronická únava jak jednotlivce, tak skupiny – sborovny.

### Únava fyzická

Fyzická únava souvisí zejména s nedostatkem spánku v průběhu týdne, s nedostatečnou regenerací sil formou pohybu, cvičení, přepínáním zrakové soustavy dlouhým čtením textu, monitoru, případně nedostatečným osvětlením při práci. Nemalý vliv má velmi špatný pitný režim v průběhu dne a málo pestrá strava se zastoupením ovoce a přírodních cukrů.

### Doporučení:

1. Zajistěte si dostatek kvalitního spánku
2. Myslete na pitný režim. Stále sebou noste průhlednou láhev vody, abyste mohli kontrolovat množství vypitých tekutin. Je lepší pít menší množství průběžně, než velké množství naráz. Pokud pijete kávu, nezapomeňte, že káva dehydruje. Proto si dávku vody zvyšte o množství vypité kávy.
3. Chystejte si zdravé svačiny a rozdělte si je na menší části. Jejich konzumace zabere méně času a nedostaví se útlum jako po sněžení velkého množství potravy. Myslete na potravu pro mozek – přírodní cukry, ovoce apod. Podklady pro zdravé stravování nalezte v učebnicích vlastivědy, zdravotvědy a občanské nauky ☺
4. Hlídejte si přísun negativních informací. Eliminujte sledování zpráv a přísun informací, které nepotřebujete.
5. Nezapomeňte na dostatečný pohyb a protažení. A to jak na konci pracovního dne, tak i v jeho průběhu.

## Únava vztahová

Vztahová únava souvisí s množstvím kontaktů, které v průběhu dne učitel naváže. Je to obrovské množství interakcí, které si často ani neuvědomujeme. Každá tato interakce učitele stojí síly, které se odebírají ze „vztahové kapacity“, kterou učitel má k dispozici. V momentě, kdy se tato kapacita vyčerpá, učitel se dostává do stavu „nemám rád lidi“. V tomto stavu se učitel vyhýbá interakci s druhými lidmi – jak žáky, tak i kolegy. A pokud v tomto stavu přijde domů, většinou si poškodí vztahy se svými dětmi a partnery. Navíc v bodě nemám rád lidi, komunikuje učitel s okolím tak, aby ho to stálo minimum sil. Je tedy tendence komunikaci omezit. V tomto stavu se tedy velmi obtížně budeme domlouvat s kolegy, se třídou, se žáky. O svých dětech nemluvě.

### Doporučení:

1. Dodržujte zahajovací rituál pracovního dne. Tj. to, co vás v práci pozitivně naladí na pracovní den. Je celkem jedno, jestli to bude šálek kávy ve vašem oblíbeném hrníčku, nebo „rituální“ nachystání pomůcek. Důležité je, aby Vám to bylo příjemné a uvědomovali jste si klid a pohodu, který tento rituál přináší.
2. Vždy počítejte s potenciálem a složením třídy. Pokud si budete chystat hodinu bez ohledu na výkonovou kapacitu třídy, budete si chystat zklamání a narušovat vztahy se svou třídou. Každá třída je jiná a tudíž i jinak výkonná. Jestliže „jedeme“ podle kdysi připravených příprav bez ohledu na složení třídy, nebudeme zažívat úspěch a nebude vás práce bavit.
3. Vytvořte si (pokud ho ještě nemáte) ukončovací rituál. Tímto rituálem ukončíte pracovní den, abyste přepnuli do módu občan, rodič, partner. Hlavně ne učitel! Pokud přijдете v módu učitel domů, připravte se na velké riziko konfliktu se svými nejbližšími. Navíc se vám bude velmi špatně regenerovat, protože pracovní povinnosti půjdou s vámi domů a hlava si neodpočine.
4. Nechodte z práce hned domů! Pokud přijдете z práce hned domů, většinou nedojdete „normální“. Nebudete mít dostatek kapacity na druhé lidi a zvyšujete riziko konfliktů se svými nejbližšími.
5. Domluvte si s nejbližšími pravidlo příchodu domů pedagogického pracovníka. Tj. před příchodem domu vyšlete signál přicházím domů. Na tento signál ti, co jsou doma, vypnou vše, co vydává zvuky. Jediný povolený zvuk je lupnutí rychlovarné konvice a šum vařící se vody. Po příchodu domů řekněte „Ahoj“, spolubydlící odpoví „Ahoj“ a min. 20 minut si Vás nikdo NEVŠÍMÁ. Teprve po těchto dvaceti minutách odpovězte znovu „Ahoj“ jako signál, že už jste opravdu doma.

## Únava chronická

Únava chronická se dostaví, pokud dlouhodobě zanedbáváte svou psychohygienu a regeneraci sil. Příchod chronické únavy ještě může podpořit dlouhodobý stres a to i časový, špatné plánování a špatné nastavení priorit. Pokud je vše prioritou číslo jedna, hrozí zhroucení poměrně rychle.

Příznaky chronické únavy

- Tiky
- Pracovní sny s děsivým scénářem
- Nemožnost usnout, protože myslíme na to, co ještě budeme muset v práci stihnout
- Časně probouzení bez budíku, protože myslíme na to, co ještě budeme muset udělat

Pokud některý z těchto příznaků máte, věnujte nejbližší možný čas regeneraci a začněte na sebe myslet. Když to neuděláte vy, tak to za vás nikdo jiný neudělá.

### **Doporučení:**

1. Plánujte si regeneraci sil ve svém pracovním diáři jako nedílnou součást vašeho učitelského povolání. Minimálně dva dny pracovního týdne, by měly obsahovat váš čas regenerace.
2. Pokud jste na konci vyučování unaveni a nemáte naplánovaný čas na regeneraci, NEBERTE si práci domů!!! Pokud jste unaveni v 15 hodin a nebudete mít čas si „dobít baterie“, v 21 hodin budete super-unaveni a práce doma bude neefektivní. Navíc bude na úkor vašeho odpočinku a na úkor vztahů s vašimi blízkými.
3. Pokud to jde, využijte pro přípravu čas na pracovišti v době, kdy neučíte.

## Kolektivní únava

Kolektivní únava vzniká v případech, kdy na sebe nemyslí jednotlivci, ze kterých se stává pracovní tým. Jestliže se pracovní kolektiv začíná skládat z převážně unavených jedinců, začne fungovat specificky.

Unavená skupina žen má tendenci dělat z „komára velblouda“. S přibývajícím únavou tak přibývá problémů i tam, kde nejsou.

Unavená skupina mužů většinu problémů řeší tak, že je neřeší vůbec. Je proto velmi obtížné řídit a komunikačně propojovat tyto dvě skupiny. Jejich hlavní snahou je nekomunikovat a nevydávat poslední zbytky energie.

## ***Důležité signály těla***

Stejně jako má auto na palubní desce kontrolky, které se rozsvítí, když se něco děje, tak má tělo kontrolky, že se přetěžujeme. Jejich „rozsvícení“ nám tělo avizuje signály, které vysílá. Na tyto signály únavy však často nereagujeme a podporujeme tak plíživý nástup chronické únavy.

### ***Mezi tyto signály patří:***

- cukání oka
- bolesti hlavy
- bolesti zad
- děsivé pracovní sny
- obtížné usínání
- probouzení nad ránem s pocitem, co ještě musíme udělat a stihnout.

Pokud se tyto signály objeví, je dobré se zaměřit na svůj energetický potenciál a naplánovat si co nejdříve regeneraci sil a „dobití“ baterek.

Pozor i na častou obranu nás dospělých, kdy si únavu odmítáme připustit. Často pak říkáme slova: „Nemůžu, nemám čas, až pak...“

Práce ve školství je týmová práce. Pokud se nedělá v týmu, vznikají „průšvihové“ situace, které stojí často poslední zbytky sil a čas, který bychom mohli věnovat dětem a sami sobě.



## **Učitelské pasti**

Mgr. Karel Opravil

Pozor na učitelské pasti. Jsou tři.

### ***Potřeba, aby mě měli všichni rádi***

Kdo má rád všechny, je úchyl. Proto je zcela normální a běžné, že se potkáte s někým, kdo nemá rád vás anebo vy nemáte rádi jeho. A je to v pořádku.

Pokud tuto past budete mít zapnutou, nebudete schopni říkat nepříjemné věci. Kolegům, rodičům, žákům. Protože pokud někomu řeknete nepříjemnou věc a on vás má za to rád, je opravdu divný.

### ***Potřeba vděčnosti***

Vděčnost je zavazující pocit a my lidé nejsme rádi zavázáni. Proto si nedávejte do hlavy jako odměnu za to, co děláte pro druhé, jejich vděčnost. Dejte si tam jakoukoliv jinou odměnu. Pokud to ale bude jejich vděčnost, chystáte si zklamání. Požadavek vděčnosti je často absurdní. Vy jste byli vděční rodičům za uvařený oběd a vyžehlenou košili?

### ***Potřeba, aby byli všichni nadšení***

Často máme potřebu, aby děti byly při všem, co po nich chceme nadšené. A to i v situacích, kdy po nich chceme, aby byly nadšené z věcí, které je vůbec nebaví. Být nadšení z něčeho, co mě nebaví je hodně divné. Takže je vaše skvělá práce, když pod vaším vedením udělají žáci i to, co je vůbec nebaví. Ale nechtějte, aby z toho byli nadšení.

Kdy jste byli vy naposledy nadšení z tabulek a dalších úkolů pro školu? Vážně jste vždy u všeho nadšení? Ne? Tak proč to chceme po dětech?

## Rodiče a škola

Mgr. Karel Opravil

Rodiče jsou významný partner školy. Oni jsou ti, kteří rozhodují, jestli k nám do školy dítě dají či nedají. Aby rodiče spolupracovali, je potřeba splnit několik podmínek.

### **1. Bezpečí**

Jedna z nejdůležitějších věcí pro rodiče je zajistit bezpečí jejich dětí. To musí být patrné ze všech výstupů, pravidel a činností, které s dětmi děláme. A každý pracovník školy by měl dokázat zdůvodnit a obhájit, z jakého důvodu jednotlivá pravidla máme a čím pomáhají zbezpečnit prostor a vztahy mezi lidmi ve škole.

### **2. Úspěch**

Pokud je zajištěno bezpečí, rodiče bude zajímat úspěch jeho dítěte. A pozor – i u dítěte čtyřkaře potřebuje rodič slyšet, v čem je jeho dítě úspěšné. Že čtyřkař nemůže být ve škole úspěšný? V tom případě máte rovnítko mezi hodnocením a známkováním. Ale život není přece jen o známkách. Pokud nedokážeme ocenit děti i za jiné věci, než slovíčka a vzorečky, nebudou nám věřit a nepodaří se udržet s nimi kvalitní vztah.

### **3. Problém má řešení**

Každý rodič ví, že je dítě po něm. A pokud je po něm, počítá s průšvihy, které bude jeho dítě dělat. A proč s nimi počítá? No protože je dělal v jeho věku taky. A když se dělají průšvihy, vznikají problémy. A rodiče zajímá, jestli vzniklé problémy mají řešení. A pozor – důtka není řešení. To je jen trest. A trest tohoto typu málokdy vede ke změně chování.

Pokud o tyto tři pilíře opřeme vše, co děláme pro děti a rodiče, nemáme šanci minout. Ovlivníme tak nejen vztahy a celkové klima školy, ale mezi školou a rodiči vytvoříme partnerský vztah. Nebude to ze dne na den, ale stojí za to!

## Budování třídní komunity

Mgr. Silvie Houšťavová



### O školní třídě

Školní třída je sociální skupina, která vzniká uměle, formálně.

Účast v této skupině dává každému dítěti příležitost získávat sociální zkušenost prostřednictvím kontaktů s ostatními dětmi (vrstevníky) i dospělými (učiteli, vychovateli, ...). Formují se a rozvíjejí jeho sociální dovednosti, návyky, postoje, hodnoty, které pak uplatňuje v životě.

Dítě má příležitost učit se soužití s jinými dětmi, spolupracovat s nimi a dosahovat společných cílů, ovládat projevy svých emocí, vystupovat před skupinou, podřídit se skupinovým cílům, dodržovat nebo porušovat pravidla chování ve skupině a nést si za to odpovědnost, vyrovnávat se s názorem skupiny na své chování, prožít pocit sounáležitosti ke skupině (nebo opačně), přijímat srovnání s jinými jedinci apod.

### Vývoj skupinového prožívání na ZŠ – vývoj od „JÁ k NÁM“

1., 2. tř.

- děti nefungují jako skupina, fungují jako jednotlivci
- „Učíme se sdílet náš společný prostor.“

4. tř.

- začíná startovat skupinové chování
- „Třídou“ se stáváme na konci 4. třídy.

5., 6. tř.

- období vrcholného skupinového chování, chtějí být skupinou
- chtějí mít stabilní dětskou skupinu

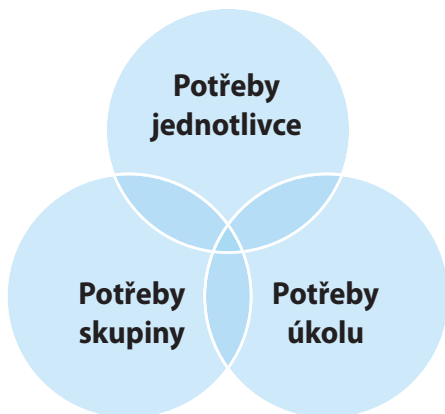
7. tř.

- skupinové fungování postupně oslabuje

## Potřeby školní třídy

### Tři okruhy potřeb školní třídy/skupiny

(dle J. ADAIR: „Vytváření efektivních týmů“ Management Press, Praha 1994)



- **Potřeby úkolu:** Splnit co možná nejlépe určitý úkol, dosáhnout výsledku. Mít k tomu potřebné instrukce, pomůcky, materiál a další podmínky. Ve školní třídě je tímto úkolem učení, které chápeme jako osvojování a rozvíjení žádoucích postojů, dovedností a vědomostí.
- **Potřeby jednotlivce:** Mít uspokojeny základní lidské potřeby – od fyziologických přes potřebu bezpečí, sounáležitosti, uznání až po potřebu seberealizace a vyšší potřeby.
- **Potřeby skupiny:** Vnímat pozitivní klima ve skupině, vzájemně si důvěřovat, spolupracovat, naslouchat si, respektovat se, mít smysluplná pravidla pro vzájemné soužití a práci a dodržovat je.

## Dynamika skupinového vývoje

Od svého vzniku prochází školní třída dynamickým vývojem. Nejprve probíhá tzv. formování, kdy se její členové (žáci) seznamují, okoukávají. Následuje fáze bouření, kdy se jednotlivci snaží uspokojit své potřeby a prosadit se. To je doprovázeno konflikty a mnohdy rozjitřenými emocemi. V následující fázi tzv. normování se skupina snaží překonat konflikty, domlouvají se a ustalují pravidla skupinového chování, společně sdílené postoje, hodnoty, rolová očekávání, způsoby konání. Pak už je skupina nastavena na výkon. Každý má jasno o své roli, problé-

my jsou řešeny produktivně a členové skupiny spolupracují. Tuto fázi nazýváme produktivní. Většinu skupin dříve či později čeká fáze rozchodu. V případě odchodu či příchodu nového člena (žáka) skupina opětovně prochází jednotlivými vývojovými fázemi.

Vhodným vedením můžeme skupině pomoci tento vývoj usměrňovat.

*Jaké projevy chování dětí jsou aktuálně typické ve Vaší třídě? V jaké vývojové fázi se Vaše třída pravděpodobně nachází? Co to způsobuje? Jak můžete třídě pomoci k jejímu zdravému vývoji? Co bude naopak v tuto chvíli působit destruktivně?*



Dynamické dění ve skupině ovlivňuje řada proměnných – individualita jednotlivých žáků, vztahy mezi učitelem a žáky, vztahy mezi žáky navzájem, obsah a množství učiva, školní podmínky, počet dětí ve třídě, složení třídy z pohledu věku a pohlaví, školní předpoklady žáků, způsob vedení školní třídy, používané výukové metody, používané odměny a tresty.

*Pro bližší porozumění dění ve Vaší třídě se v souvislosti s ní můžete zkusit zamyslet nad uvedenými proměnnými. Co jste si uvědomil/uvědomila?*

## **Adaptační období třídy**

### Začíná:

- při vzniku nové třídy (1. tř. ZŠ nebo 1. roč. SŠ)
- při vzniku nové třídy spojením žáků (6. tř. ZŠ, prima víceletého gymnázia)
- při přestěhování, příp. odstěhování více žáků
- při přestěhování nebo odstěhování „silné“ osobnosti

Trvá minimálně 3 měsíce, tj. od září do Vánoc

Vyznačuje se poklesem výkonu, protože skupina spotřebovává energii na vztahy.

## **Základní osa práce se skupinou**

Pro zvládnutí adaptačního období a nastartování zdravého třídního klimatu a budování třídního týmu je vhodné respektovat následující fáze práce se skupinou - fáze jejího vývoje (dle M. Kolařík: „Interakční psychologický výcvik“, Grada Publishing, Praha 2011.):



## Jedná se o prakticky ověřený a fungující postup, který tvoří základní osu práce se skupinou.

Umožníme přirozený vývoj skupiny, důvěru a psychické bezpečí skupiny; růst tempem, které respektuje možnosti růstu všech členů skupiny.

### **Seznámení**

Seznamování je třeba věnovat dostatečný prostor. V opačném případě se účastníci ostýchají, stydí, uzavírají se do sebe, zvyšuje se agresivita.

Ve fázi seznamování si každý účastník vytváří představu o tom, co od skupiny očekává, a to jak ve vztahu k sobě, tak ve vztahu k ostatním. Podstatnou skutečností je, že role jednotlivých účastníků jsou na začátku rovnocenné a tato vyváženosť se přenáší i do celkové situace ve skupině. To pomáhá předcházet vytváření podskupin.

V případě, že do skupiny včleňujeme členy s již dříve existujícími vzájemnými vztahy (např. spolužáky), je v počátečních fázích skupiny důležité věnovat pozornost nejen seznámení jednotlivých účastníků mezi sebou, ale také vhodně zvolenými metodami tyto skupinky narušovat (rozdělování do menších skupinek a jejich pravidelné obměňování).

V rámci fáze seznamování je vhodné na začátku zorganizovat seznamovací pobyty.

V ideálním případě se pobytu účastní všichni členové kolektivu. Postupně se poznávají a sbližují mezi sebou ztrácejí zábrany a ostych. Osobní účast třídního učitele je nezbytná. Nabízí se příležitost vzájemného poznání. Pobyt je vhodné realizovat těsně před zahájením školního roku, do školy přicházejí lidé s čerstvými zážitky a vzpomínkami, což dále podporuje interakci a další poznávání. Komplikace mohou nastat v případě, že se pobytu neúčastní všichni žáci třídy. Je proto velice důležité během pobytu i po jeho skončení upozornit žáky, že je vhodné tyto jednotlivce, v případě jejich zájmu, co nejdříve zapojit do skupinového dění. Aby pobyt splnil svou funkci co nejlépe, je pak nutná účast alespoň poloviny žáků. Po absolvování pobytu je i dále vhodné věnovat první blok ledovkám, seznamovacím aktivitám a tvorbě pravidel pro fungování skupiny.

### **Spolupráce**

Díky spolupráci, tedy možnosti spolehnout se jeden na druhého, je možné ve skupině začít ostatním důvěřovat. Techniky na spolupráci napomáhají utužení

kolektivu, rozdělení a vyjasnění rolí jednotlivých členů, vytvoření pevnějších vazeb a efektivnější zvládnání komunikačních dovedností. Díky spolupráci tak členové skupiny dopřejí k názoru že některé situace sami nedokáží vyřešit, že potřebují ostatní k tomu.

Jedinec se tak učí dávat najevo svůj názor, přijímat i odmítat názory ostatních, prosadit se. Když tato chvíle nastane a členové skupiny jsou schopni výše uvedené, skupina přechází do další fáze – fáze komunikace.

## **Komunikace**

Komunikace je vždy subjektivní a vždy je jak sdělením druhému, tak výpovědí o sobě. Obecným předpokladem komunikace je existence komunikačního vztahu mezi účastníky.

Nelze nekomunikovat – sociální komunikace provází celý život jedince. Jakmile potká člověk člověka, začne mezi nimi více či méně intenzivní komunikace probíhat. Porozumění tomu, co se mezi lidmi v také chvíli děje, patří vedle rozvíjení umění komunikace k základům sociálního učení. Proto jsou techniky a cvičení zaměřené na rozvoj komunikačních dovedností nedílnou součástí rozvoje skupiny.

## **Důvěra**

Důvěra se ve skupině buduje postupně od jejího vzniku a je věcí nesmírně křehkou. Neexistuje žádná technika, nebo soubor technik, jimiž by bylo možno navodit důvěru ve skupině. Začne-li se pracovat s technikami bez předchozího navázání kvalitního kontaktu, docílí se pouze nedůvěry a podezřívání. Dochází ke stažení do sebe a odmítání se otevřeně projevit.

Základní ukazatele důvěry ve skupině patří upřímnost členů k sobě i ostatním, humor, projevování svého názoru a schopnost dočasně vpustit ostatní do osobního prostoru.

Důvěra ve skupinu s sebou obvykle přináší pocit sounáležitosti k ní (naše skupina je nejlepší). Díky tomu, že člověk může důvěřovat ostatním, se může otevřít, beze strachu mluvit o svých pocitech i minulosti.

Přítomnost důvěry ve skupině je nutnou podmínkou pro to, aby členové skupiny mohli přejít do fáze sebepoznání.

Techniky na důvěru samy o sobě nejsou schopny důvěru ve skupině vytvořit, což je velmi častá chyba, které se vedoucí skupin dopouštějí – očekávají, že se důvěra vytvoří díky technikám, nikoliv díky bezpečí, přijetí, dodržování pravidel fungování skupiny apod. Techniky na důvěru lze použít výhradně pro prohlubování již vzniklé důvěry. Jejich zařazení pro samotné budování důvěry ve skupině je tedy spíše kontraproduktivní a nežádoucí.

## **Sebepoznání**

Sebepoznání je přijímání nových informací o sobě a jejich vědomé začleňování do sebepojetí. Jedná se o celoživotní proces.

Díky technikám zaměřeným na sebepoznání jedinec poznává lépe sám sebe. Nejedná se o terapii, člověk pouze prostřednictvím poznávání ostatních a zpětné vazby od nich rozšiřuje hranice poznání sebe sama, osobnostně roste a vyvíjí se. Techniky na sebepoznání jsou určeny pro duševně zdravé jedince, kteří v danou chvíli neprožívají obtížnou životní situaci. Jsou velmi náročné na reflexi a vedení. Kvalitně provedená reflexe je nezbytná.

## **Atributy budování třídního týmu**

Následující vlastnosti jsou neodlučitelně spojeny s tím, co skupina potřebuje, aby se mohla rozvinout v soudržný tým. Výčet jednotlivých atributů je doplněn o výstupy ze skupinové práce účastníků vzdělávacího programu v roce 2015, při které se zamýšleli o jejich konkrétním naplnění ve školním prostředí.

## **ZNÁT SVŮJ ÚČEL, SMYSL. MÍT VIZI, SPOLEČNÉ CÍLE, NA KTERÝCH SE ČLENOVÉ SKUPINY SHODUJÍ.**

### **Jaké vize může mít konkrétní třída? Za čím mohou jít?**

- *být dobrá parta*
- *společně spolupracovat*
- *nic nedělat*
- *mít pěkné známky*
- *spolupráce, předvést se před ostatními,*
- *pojede za odměnu (např. výkon) do Prahy apod.*
- *bude ve třídě pohoda*
- *být si dobrými kamarády*
- *společný výjezd*
- *pomáhat si*
- *seznámit se*
- *vycházet si vstříc*
- *splnit povinnou školní docházku*
- *budeme spolu vycházet*
- *příjemná a bezpečná atmosféra ve třídě*
- *pěkné vzpomínky, kamarádství, méně problémů*
- *vytvořit kolektiv, kam se těší*
- *vzájemná tolerance*



- *společný cíl – spolupráce*
- *příjemný pobyt pro všechny*
- *být úspěšní v něčem (např. sportovní třídy)*
- *dosáhnout vzdělání dané školy = absolvovat obor*
- *organizace akce – např. maturitní ples*
- *vyhrát turnaj ve florbalu*

## **PRAVIDLA**

### **Co je důležité pro nastavení a udržení funkčních pravidel ve skupině?**

- *smysluplnost pravidel*
- *důslednost, zájem*
- *vracet se – upravovat, co se stane, když...*
- *jasná, stručná, srozumitelná pravidla*
- *pravidelné vyhodnocení, doplňování, (obměna) pravidel, zažitých stereotypů pokud se úplně nevstřebá*
- *aby si pravidla vytvořila skupina sama*
- *ne velký počet, dodržování*
- *společné stanovování*
- *důsledná kontrola dodržování pravidel*
- *aby jich nebylo moc – 3 – 5*
- *demokratické nastavení/stanovení a zavedení*
- *spolupráce na nich*
- *průběžná práce s nastavenými pravidly*
- *vlastní správný příklad*
- *srozumitelnost pravidel*
- *smysluplnost pravidel*

## **KOMUNIKOVAT**

### **Jak můžete (jako učitelé) podpořit komunikaci ve skupině?**

- *pravidla komunikace*
- *umožnit příležitost ke komunikaci*
- *vlastním příkladem – model asertivní komunikace*
- *organizovat a uskutečňovat třídní setkání, kde mohou diskutovat na dané téma z jejich života*
- *mimoškolní, neformální akce*
- *dát prostor, vždy naslouchat*
- *zařazovat témata o komunikaci do výuky – učit komunikační dovednosti*

## DOBŘÉ MEZILIDSKÉ VZTAHY

### **Podle čeho poznáte, že jsou ve skupině dobré mezilidské vztahy?**

- baví se každý s každým
- jsou ochotni vyjádřit svůj názor
- do nikoho se netrefují, nepomlouvají někoho v jeho nepřítomnosti
- jsou rádi spolu
- konstruktivně řeší případné problémy
- pomáhají si navzájem
- otevřeně mluví o svých pocitech, pozitivních i negativních
- společná pomoc, práce
- komunikace, pomáhání si, vycházení si vstříc
- pomáhají si, podporují se, atmosféra důvěry (dovolí si pustit informaci), tolerují se
- pomoc, sdělí si důvěrné informace
- nevysmívají se různým projevům, podpora
- je aktivní, nehádá se, kdo co udělá, umí se domluvit
- humor, jsou rádi spolu
- nevznikají konflikty
- členové se cítí dobře
- skupina plní svou funkci, úkol
- dobrá atmosféra
- radostná atmosféra
- těšíme se na výuku (akce třídní, školní)
- jsou rádi spolu
- pomáhají si
- spolupracují dobře při řešení problémů
- nevznikají konflikty, dovedou se domluvit na společné věci (tričko, výlet, dárek pro učitele...)

## POZITIVNÍ ZPĚTNOU VAZBU

### **Uvedte příklady, jak můžete dát skupině pozitivní zpětnou vazbu (konkrétní formy pochvaly, podpory, povzbuzení, zaznamenání úspěchů...).**

- pochválit za společně provedenou práci
- „líbí se mi...“
- Chválím vás ...“
- forma odměny – dobrá známka
- poděkování, razítka, body
- pochvalná gesta, úsměv

- prezentace úspěchů – např. na třídním webu
- plusové body, bonbóny
- chcete příště znovu .....podobnou techniku? Já ano.
- ocenění (slovní), např. za spolupráci apod.
- fotka společné aktivity
- pochvala za aktivitu, ocenění skupiny jako celku
- nástěnka – třídní aktivity ve školním časopisu, na webu
- stránky třídy (web)
- aktivita „za odměnu“ – zoo, hra,...
- den „podle vás“

**ZTOTOŽNĚNÍ JEDNOTLIVCŮ SE SKUPINOU, CÍTIT PŘIJETÍ „TO JSME MY“, „PATŘÍME K SOBĚ“. KAŽDÝ MÁ SVOU ROLI VE SKUPINĚ, KAŽDÝ JE POTŘEBNÝ. (ANALOGIE MOZAIKY: „KAŽDÝ JSME JEDINEČNÝ, ALE SPOLU TVOŘÍME VZOR.“)**

**Jaký je rozdíl mezi skupinou a týmem?**

SKUPINA	TÝM
<ul style="list-style-type: none"> <li>- vytvořena na základě nějakého, např. formálního (třída, zájmový kroužek) <b>kritéria</b> (uměle) – <b>vzájemně si nemusí být sympatičtí, vycházet spolu a spolupracovat</b></li> <li>- skupina – formální kritéria</li> <li>- skupina – společná domluva</li> <li>- náhodně sestavená</li> <li>- jednotlivci vedle sebe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tým = <b>spolupracující skupina</b></li> <li>- <b><u>tým – společný cíl</u></b></li> <li>- tým – určený úkol</li> <li>- pracují na společném úkolu</li> <li>- vzájemná podpora, společný cíl →1 celek</li> <li>- já vím, že tam patřím a každý další taky – <b>patříme k sobě</b></li> </ul>

**ČAS NA AKTIVITY PODPORUJÍCÍ BUDOVÁNÍ TÝMU, NA ZPĚTNOU REFLEXI STAVU SKUPINY**

**Jaké aktivity v rámci školy nabízejí prostor pro budování třídního týmu?**

- soutěže mezi třídami
- skupinové práce
- společné akce mimo půdu školy
- společné výlety
- projekty, sportovní dny, výlety, exkurze
- třídnické hodiny, organizace soutěží pro např. mladší žáky
- školy v přírodě, lyžáky, hodiny, kde se hodně povídá o životě

- *výlety, exkurze, projekty*
- *třídnické hodiny, soutěže, skupinové práce, exkurze*
- *společně prožité chvíle, zážitky,*
- *kulturní představení, školní party*
- *spolupráce v rámci výuky*
- *seznamovací pobyt*
- *třídní besídky, výlety, školy v přírodě, seznamovací nebo adaptační pobyty, pravidla třídy, společné zážitky, komunitní kruh aj.*
- *projektové dny*
- *spaní ve škole, projektové dny, třídní hodiny*
- *projektové dny, školní výlety, školní ples*
- *mezitřídní soutěže, zapojení s celé školy do nějakého projektu, v němž mají třídy svou úlohu*
- *tři dny s třídním, sportovní akce, společenské akce, aktivní využití přestávek, čtenářské dílny*
- *adaptační kurz, výlety, exkurze, akce tříd.*



## Třídní pravidla soužití

Mgr. Silvie Houšťavová



### **O pravidlech**

Ve školní třídě se spolu setkávají jedinečné, resp. odlišné děti. Pocházejí z různého rodinného zázemí, vyznávají své hodnoty, zaujímají své postoje, přijímají a respektují své normy.

Přirozeně je využívají ve vzájemném kontaktu i v kontaktu s dospělými (učiteli, vychovateli,...) a k dosahování svých cílů a naplňování svých potřeb. Mohou se tak dostávat do vzájemné konfrontace.

**System společně akceptovaných a dodržovaných pravidel ve školní třídě** tudíž plní ochranou funkci. Pravidla umožňují soužití lidí, kteří mají stejné, ale i odlišné cíle nebo potřeby.



Popis obrázku: Pravidla skupiny třídních učitelů vzdělávacího programu PRCH na 1. stupni 2015

## Obecné zásady práce s pravidly

### Pravidlo:

- má vycházet z našich potřeb (individuálních /skupinových - třídních),
- má mít smysl,
- žáci by měli aktivně formulovat (mít na něj vliv).

### Kdy stanovovat pravidla:

- preventivně
- při vzniku nové skupiny (sloučení tříd na všech stupních škol, prima gymnázia, 6. tř. ZŠ),
- na začátku školního roku,
- při příchodu či odchodu členů skupiny,
- po „velké“ události, která se udála – smyslem je zhodnotit zkušenost, kterou jsme udělali
- pokud se realizuje nový typ akce (škola v přírodě, lyžařský výcvik, spaní ve škole apod.)
- každého půl roku v rámci reflektování stávajících pravidel a jejich fungování (možno doplnit a aktualizovat dle potřeby v návaznosti na dynamiku skupiny)
- v reakci na problémy v soužití (např. nevhodné oslovování, skákání si do řeči, brání si věcí bez dovolení...)

### Jak formulovat pravidla:

- konkrétně (vs. obecně)  
Příklady: Chováme se k sobě hezky. (Jak se to projevuje?)
  - Oslovujeme se jménem.
  - Nabízíme si navzájem pomoc.
  - Když mi vadí, jak se ke mně někdo chová, dám mu zpětnou vazbu.*Na 1. stupni vhodné konkretizovat větou: např. „Andreo, vadí mi, když do mě strkáš. Nedělej to, prosím“.*
- pozitivním jazykem (nemusí platit vždy)
- jen podstatná pravidla – „čím méně, tím lépe“: 1-3, max. 5 pravidel

### Jak napomoci fungování pravidel:

- oceňováním dodržování nastavených pravidel
- upozorněním na nefungování pravidel
- formulováním práv žáků (vyjádřit svůj názor, požádat učitele o vysvětlení učiva)
- vyhlášením kampaně na podporu fungování pravidla – kratší časové období

(1 měsíc), kdy se podle pravidla chováme (pobavit se o tom, co budeme dělat, když někdo pravidlo poruší; zapojení učitelů)

- pravidla platí i pro učitele
- zviditelněním pravidel (sepsat, vyvěsit, piktogramy)

*Jak doposud pracujete s pravidly ve Vaší škole, školní třídě? Co je z toho dle Vašeho názoru funkční a naopak? Co zachováte, co vypustíte a co uděláte jinak?*



## **Stanovování třídních pravidel soužití**

Následující metodický postup představuje ucelený workshop v délce 90 minut, jehož jádrem je tvorba třídních pravidel soužití.

Postup je založen na aktivním zapojení žáků do procesu tvorby třídních pravidel soužití, na diskusi a skupinové práci. Je vhodný spíše pro děti od 4. třídy ZŠ a pro ty, kteří preferují verbální postupy, ctí demokratické principy a partnerské způsoby jednání pro dosažení dohody.

### **1. Evokační aktivita „Co by se stalo, kdybychom...“ 15 minut**

- Cílem aktivity je navodit prožitek situace, které by nastaly, kdyby si každý na světě dělal jen to, co chce, a nerespektoval všem známá společenská pravidla.
- Vytvoříme čtveřice – rozdělení dle první, druhé, třetí, čtvrtá, pátá/ nebo dle bonbonů ☺ - pět skupin
- Vylosování situace do každé čtveřice
- Instrukce: Vymyslete, jak by to v dané situaci vypadalo.  
Příklady situací (je možno zvolit jakékoliv jiné):  
Co by se stalo, kdybychom...  
... nebyli většinou zdvořilí, ale naopak popudliví a hádaví...  
... v obchodech nemuseli za zboží platit...  
... při jízdě autem nedodržovali rychlost a nerespektovali zákazy předjíždění...  
... odpadky neházeli do košů, ale rovnou na zem...  
...v autobuse směli dělat cokoli – sedět na zemi, nahlas křičet či běhat...
- Prezentace skupin – Jak by to podle Vás vypadalo?
- Aby to v dané situaci takto nevypadalo, tak si lidé zformulovali a ustanovili pravidlo – jaké pro danou situaci? – zápis na flip/tabuli



## 2. Význam pravidel – přednáškový vstup 3 minuty

- Každé pravidlo by mělo mít svůj smysl, cíl, účel v reálném životě.
- Dění mezi lidmi se odvíjí podle pravidel (dokonce, i když nejsou respektována)
- Pravidla nás můžou chránit, ale i omezovat – stejně jako oblečení – mají svůj „rub a líc“, jde o „dvě strany mince“
- Pravidla nás (lidi) chrání (ale i omezují) před sebou navzájem – tvoří hranici při chtění dosáhnout své individuální cíle, zájmy, naplnit svoje potřeby

## 3. Tvorba pravidel soužití ve třídě

Individuálně: Zauvažujte, prosím nad následující otázkou: Co potřebuji, abych se ve třídě cítil dobře a dobře se mi ve společnosti spolužáků pracovalo? Jaké pravidlo zajišťuje tuto potřebu? Zapište na lísteček – každý dostane 3, resp. z hromádky si odebere libovolný počet; co návrh + pravidlo, to jeden lístek – **10 minut**

Dvojice – sdělte to spolužákovi, sdružte stejné návrhy na jednu hromádku – **8 minut**

Čtveřice – dvojice si najdou další dvojici (dle toho jak sami chtějí) a popovídají si o svých návrzích; sdruží společné návrhy na jednu hromádku - **8 minut**

Prezentace čtveřic velké skupině – zápis navržených pravidel na tabuli.

Sloučení podobného či stejného, nebo vyškrtnutí obecného, které je jinými návrhy konkretizováno **15 minut**

Hlasování: každý má 3 hlasy – použití 1+1+1; 2+1; 3; čárkování fixou ke konkrétnímu návrhu; sečtení hlasů, určení pořadí jednotlivých návrhů dle volby

Výsledných 3-5 návrhů pravidel **5 minut**

## 4. Reflexe a diskuse po konečném sestavení „třídních pravidel soužití“:

- Co mi běží hlavou, když před sebou vidím výsledná dohodnutá pravidla?
- Jak by to u vás ve třídě vypadalo, kdyby tato pravidla nefungovala?
- Které pravidlo pro mě (naší třídu) nebude jednoduché dodržovat?
- Co je „výjimka z pravidla“? Jak tomu rozumíte? Kdo rozhodne, že může být udělena výjimka z pravidla?
- Co se stane, když některé pravidlo někdo poruší?

## **Grafické či výtvarné zpracování „třídních pravidel soužití“ a jejich umístění na viditelném místě ve třídě:**

- Je vhodným zakončením celého procesu formulování pravidel soužití.
- Se třídou je vhodné dojednat způsob zpracování, umístění ve třídě a využití k tomu hodin výtvarné výchovy nebo pracovních činností.

## **Vyhodnocování chování žáků ve vztahu k pravidlům soužití:**

Děti upozorníme, že jejich chování ve třídě bude srovnáváno s pravidly v úmluvě. Třídního učitele a případné další vyučující třídy poučíme o vyhodnocování chování žáků: Všimáme si chování, které je v souladu s třídními pravidly a komentujeme jej formou zpětné vazby, např.: „Petře, všimla jsem si, že jsi při Katčině vyprávění dával pozor. Když jsi jí pak položil otázku, dal jsi jí najevo, že o jejím příběhu přemýšlíš a že jsi opravdu naslouchal“.

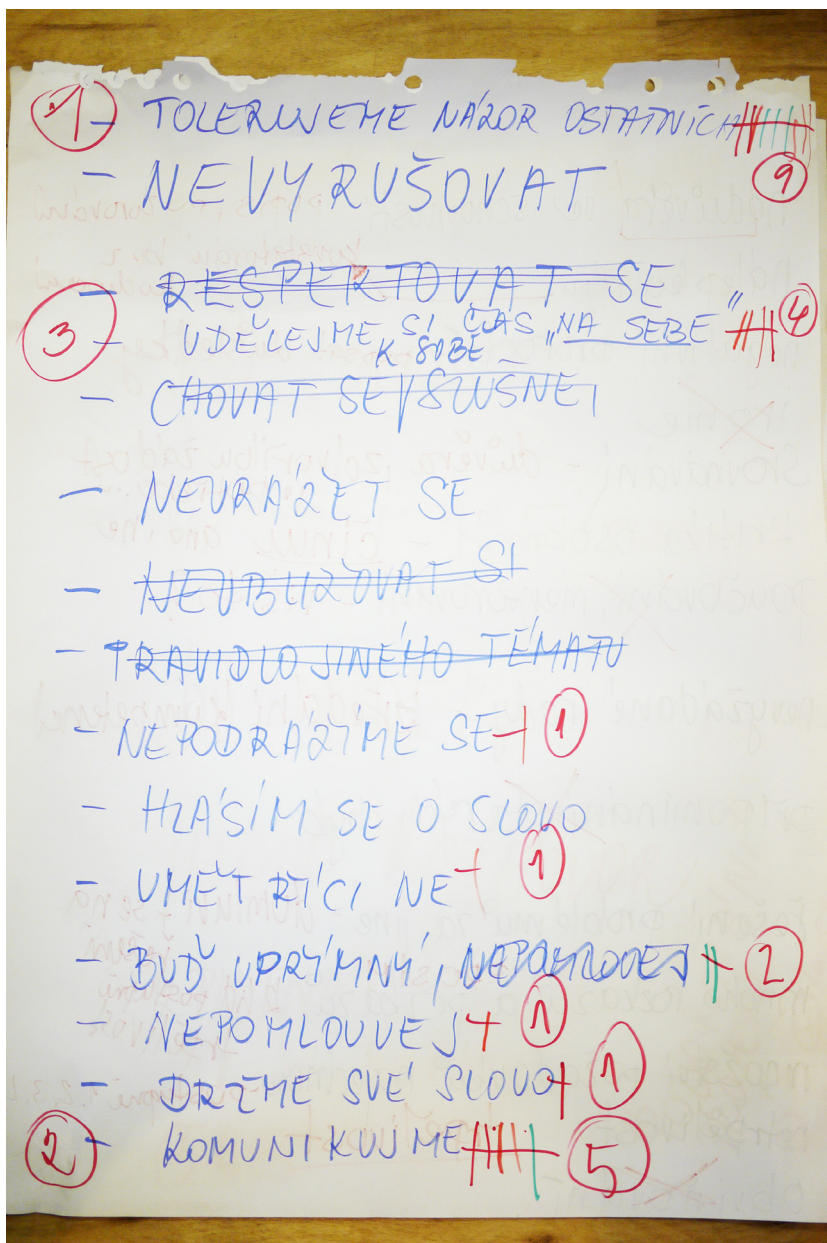
Pokud dítě pravidlo poruší, reagujeme tak, že necháme samo dítě vyhodnotit, zda si je vědomo toho, že porušuje některé z pravidel, které pravidlo bylo porušeno a z jakých důvodů. Tím, že používáme tento postup, zjišťujeme příčiny určitého chování, což se v případě, že dítě pouze napomeneme a sdělíme mu, že jeho chování je nepřijatelné, neděje. Zjistíme-li příčinu negativního chování dítěte, můžeme se společně s dítětem domluvit na podmínkách, z nichž bude schopno pravidla dodržovat. Vše je otázkou dialogu.

Rovněž můžeme na porušení pravidel děti upozornit přímo a povzbudit je ke změně chování. Např. pokud třída přijala pravidlo: „Když jeden mluví, ostatní naslouchají“ a dva žáci se rozhodli si v době, kdy mluví učitel nebo někdo z dětí, povídat, můžeme reagovat takto: „Teď jsem na řadě já (popř. spolužák) v mluvení a vy v naslouchání ....“

Práce s třídními pravidly je součástí programu třídnických hodin, resp. setkání třídy věnované společnému soužití.

Děti seznámíme s tím, že dohoda o pravidlech soužití může být podle potřeby aktualizována a doplňována o další důležitá pravidla. Společný život třídy a běžný provoz ukáže, jaká pravidla jsou pro danou skupinu skutečně potřebná.

Další náměty pro práci s pravidly a jejich zaváděním můžete najít na metodickém portálu RVP [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz):



Popis: Přehled navržených pravidel soužití skupinou třídních učitelů vzdělávacího programu PRCH na 1. stupni 2015. Skupina se dohodla na těchto pravidlech: 1. Tolerujeme názor ostatních, 2. Komunikujeme, 3. Udělejme si čas na sebe.

**• Třídní pravidla**

<http://dum.rvp.cz/materialy/tridni-pravidla.html>

Anotace: Materiál obsahuje 10 listů s pravidly a obrázky, jak se žáci mají chovat ve třídě a ve škole. Další přílohou jsou cvičení a úkoly na třídní pravidla. Vhodné jsou především pro žáky 1. ročníku.

Autor: Mgr. Tereza Chaloupková

**• Tvorba školních pravidel**

<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/1853/tvorba-skolnich-pravidel.html/>

Anotace: Nabízíme inspiraci všem, kteří mají chuť připravit taková pravidla chování žáků, která budou nejen všemi žáky respektována, ale o kterých bude většina žáků přesvědčena, že respektují jejich přání a připomínky.

Autor: Mgr. Maja Bihelerová

**• Jak jsme vytvářeli pravidla vzájemného soužití**

<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/1941/jak-jsme-vytvareli-pravidla-vzajemneho-souziti.html/>

Anotace: Integrovaný blok Jak jsme vytvářeli pravidla vzájemného soužití, který je součástí tematického celku „Můj kamarád“, nabízí činnosti vedoucí děti k vytváření a respektování základních pravidel vzájemného chování a jednání.

Autor: Mgr. Alžběta Palatinová

**• Pravidla chování očima dětí (MŠ)**

<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/1996/pravidla-chovani-ocima-deti.html/>

Anotace: Příspěvek se věnuje pravidlům chování, která patří do každodenního života. Prostředí mateřské školy je pro děti nové, řád a pravidla jim dodávají pocit jistoty a bezpečí.

Autor: Mgr. Marie Vrátníková

**• Pravidla a procedury**

[http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady\\_a\\_n%C3%A1vody/1.Jak\\_na.../Pravidla\\_ve\\_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/Pravidla\\_a\\_procedures](http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady_a_n%C3%A1vody/1.Jak_na.../Pravidla_ve_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/Pravidla_a_procedures)

Anotace: Třídní plány týkající se pravidel chování ve třídě a postupů při jejich eventuálním nedodržování. Plán publikovaný na této stránce je inspirován knihou First Days of School a je vytvořený Helenou Lyerovou

Autor: Mgr. Jindřich Strejček

### • **Jak jsme si vytvářeli pravidla ve třídě koťat (MŠ)**

<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/2263/jak-jsme-si-vytvareli-pravidla-ve-tride-kotat.html/>

Anotace: Tento příspěvek je jednou z mnoha možností vytváření pravidel ve třídě nejmladších dětí. Ty se prostřednictvím pohádkových příběhů o kočíčákovi seznamují s pravidly chování v MŠ, sami je vytvářejí a upravují.

Autor: Mgr. Martina Lietavcová

### • **Třídní pravidla soužití (1.+ 2. stupeň)**

[http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady\\_a\\_n%C3%A1vody/1.Jak\\_na.../Pravidla\\_ve\\_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/Pravidla\\_slu%C5%A1n%C3%A9ho\\_chov%C3%A1n%C3%AD](http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady_a_n%C3%A1vody/1.Jak_na.../Pravidla_ve_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/Pravidla_slu%C5%A1n%C3%A9ho_chov%C3%A1n%C3%AD)

Anotace: Pravidla - Komunikační výchova - stanovení pravidel slušného chování a chování ve třídě (vhodné na začátek školního roku). Výtvarné vyjádření pravidel pomocí piktogramů.

Autor: Svatopluk Mareš

### • **Třídní pravidla pro MŠ**

[http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady\\_a\\_n%C3%A1vody/1.Jak\\_na.../Pravidla\\_ve\\_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/T%C5%99%C3%ADdn%C3%AD\\_pravidla\\_pro\\_M%C5%A0](http://wiki.rvp.cz/Knihovna/N%C3%A1pady_a_n%C3%A1vody/1.Jak_na.../Pravidla_ve_t%C5%99%C3%ADd%C4%9B/T%C5%99%C3%ADdn%C3%AD_pravidla_pro_M%C5%A0)

Anotace: Na počátku každého školního roku vytváříme společně s dětmi pravidla naší třídy. Povídáme si o tom, že děti mají svá práva, ale také povinnosti, řekneme si, jak bychom se měli ve třídě a v celé MŠ chovat, abychom jsme se všichni cítili pohromadě dobře a bylo nám spolu fajn.

Autor: Michaela Gondeková

### • **Tvorba a dodržování pravidel chování ve školní družině**

<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/17071/tvorba-a-dodrzovani-pravidel-chovani-ve-skolni-druzine.html/>

Anotace: Pravidla chování ve školní družině jsou jedním z faktorů ovlivňujících chování dětí mladšího školního věku.

Autor: Pavlína Šedivá

## Komunitní kruh

Mgr. Silvie Houšťavová



- metoda budování bezpečného a důvěryhodného prostředí ve třídě
- není výukovou metodou

Jde o společné setkávání v kruhu všech členů určitého společenství, např. školní třídy (vychází z pojmu komunita-společenství).

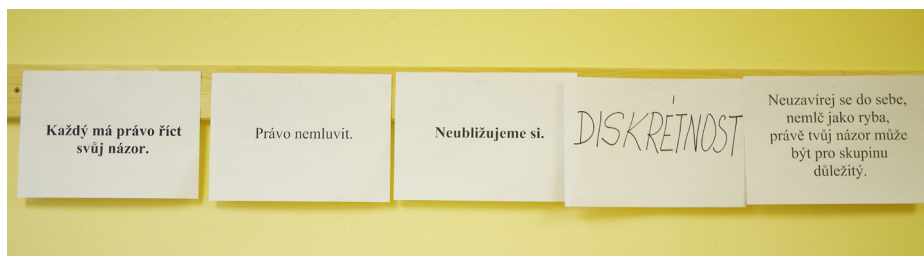
Jde o navození prožitku společenství a výměnu informací **o postojích, názorech, pocitech.**

### ***Poslání komunitního kruhu***

Přispívá k vytvoření:

- soudržnosti skupiny/třídy,
- bezpečného prostředí,
- kultivaci vztahů ve skupině,
- pocitu sounáležitosti a přijetí každého žáka,
- rozvoji emocionality (psychosociální podmínky RVP)
- přispívá k osobnostnímu rozvoji dětí

## Pravidla určující dění v komunitním kruhu



### 1. PRÁVO HOVOŘIT (VYJÁDŘIT SVŮJ NÁZOR, POCIT, POSTOJ)

- pomůcka: kamínek, kaštan, mušlička či jiný drobný předmět (nepříliš atraktivní, aby nepoutal pozornost), nedoporučuje se maňásek nebo hračka (mluvíme k ostatním, nikoliv k neživému předmětu)
- předmět vyberou děti nebo společně
- předmět by se neměl delší dobu měnit (rituální předmět); změna jen z podnětu dětí
- právo hovořit má ten, kdo drží zvolený drobný předmět, včetně dospělého/ učitele
- předávání předmětu: jde z ruky do ruky po kruhu a nikoho nemine; na konci jej můžeme znovu nabídnout; jen výjimečně si jej může vyptat ten, který není na řadě
- zkušenost s demokratickým dodržováním pravidel (platí pro všechny, nejen pro někoho)
- učíme se naslouchat druhým (projev respektu a úcty) a neskákat si do řeči

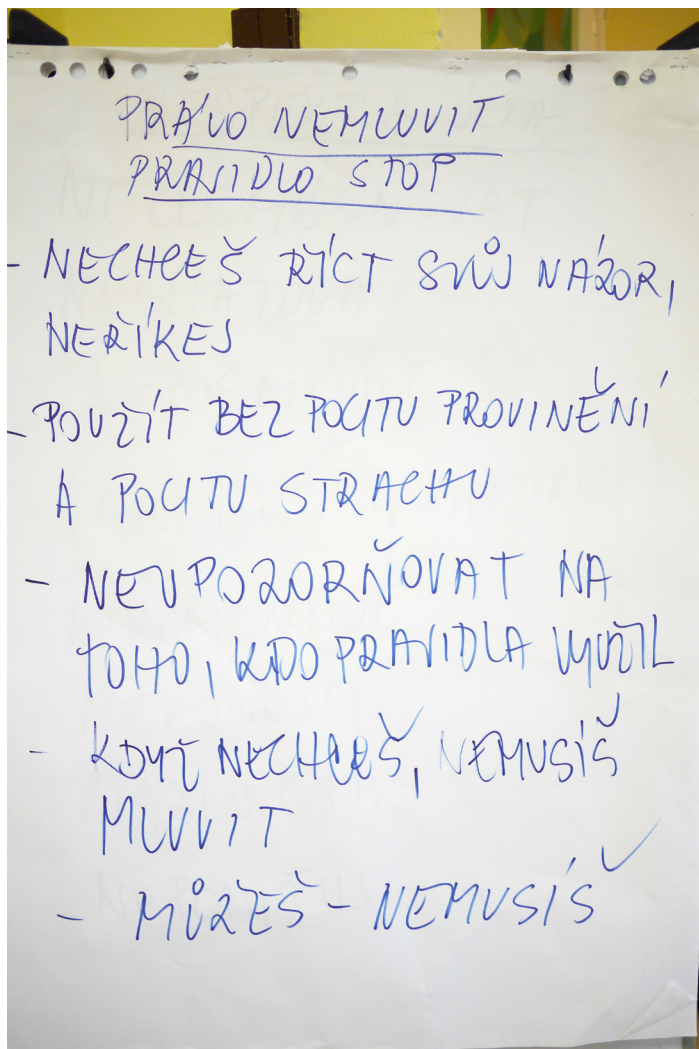


1) NIC NENÍ ŠPATNÉ ✓  
NEBOUŠE! ✓  
PÍSEMNA' TRÍPRAVA  
VHODIT NA'ZOR DO SEHRÁNKY  
NENAPADATI NI NESOUHRZATI,  
ZATÍM NEZAVÍMAT POSTOJ NA'ZAS  
TEŽKÉ ✓  
JAK DONUTIT, ABY OSTATNÍ  
NASLUCHALI  
JAK ZARÍDIT, ABY REKL SVŮJ NA'ZOR  
A NE NA'ZOR SKUPINY  
ŘÍCT SVŮS NA'ZOR A NE  
NA'ZOR SKUPINY ✓



## 2. PRÁVO NEMLUVIT

- právo zdržet se, nehovořit, poslat „slovo dál“, aniž by cokoli vysvětloval
- každé dítě má možnost rozhodnout se, zda se vyjádřit či ne
- výraz respektu společenství vůči tomu, kdo právě nechce na dané téma hovořit
- významné pro nácvik dovednosti říci „ne“, odmítnout

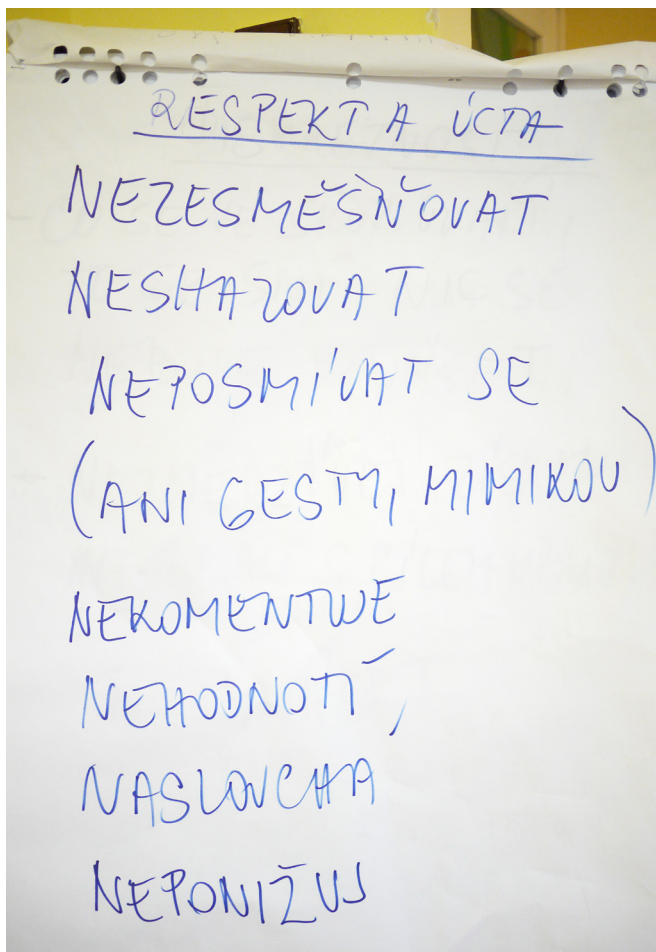


### 3. PRAVIDLO VZÁJEMNÉHO RESPEKTU A ÚCTY

***Nevysmívat se, neshazovat, neponižovat, nehodnotit, co kdo řekl.***

Otázky k vyvození pravidla vzájemné úcty a respektu:

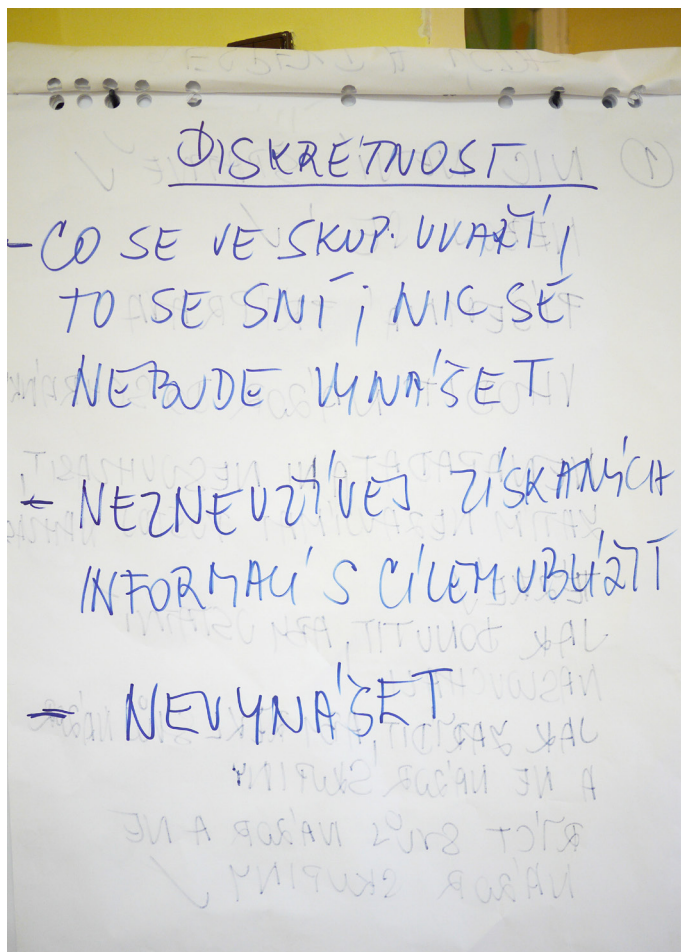
- Jak se cítíme, když nás někdo nebere vážně?
- Jak se cítíme, když nás někdo shazuje, zesměšňuje?
- Jak se chová člověk, který si nás neváží? Co vidíme, že dělá?
- Jak poznáme, že nám někdo opravdu naslouchá? Jak se chová? Co vidíme, že dělá?
- Co dělá člověk, který se chová přátelsky? Čím se vyznačuje přátelské chování?
- Jak můžeme rozumět slovu úcta (respekt)? Co dělá člověk, který se k někomu chová s úctou (respektem)?



#### 4. PRAVIDLO DISKRÉTNOSTI, ZACHOVÁNÍ SOUKROMÍ

Po uskutečněním komunitním kruhu:

- „nevynášet“ privátní záležitosti
- zásadně nejmenovat
- používat obecné formulace – „Dnes jsme se bavili o...“, „Jeden kluk/holka říkal (-a), že...“
- s dětmi projednat, že někdy soukromé záležitosti nechceme zveřejňovat, ale budou-li chtít je probrat mezi „čtyřma očima“ mají možnost
- závažné záležitosti (např. o trestné činnosti) si nemůže učitel nechat pro sebe, je nutné postupovat citlivě a získat si souhlas pro další řešení s rodiči/odborníky apod.



## Další doporučení pro práci s pravidly komunitního kruhu

- pravidla s dětmi vyvozujeme
- před prvním komunitním kruhem je možné děti seznámit pouze s prvními dvěma pravidly (právo hovořit, právo nemluvit)
- po prvním komunitním kruhu s dětmi vyvodit další dvě pravidla (respekt a úcta; diskrétnost)
- grafické ztvárnění pravidel např. formou piktogramů
- možnost zavést pravidla „nižšího řádu“: např. omezený čas k vyjádření – pomůcka: přesýpací hodiny (max. 1 minuta), mít k dispozici dvoje



## Otázky do komunitního kruhu

Aby se dodržela zásada pocitu bezpečí, doporučujeme otázky formulovat:

- **v první osobě množného čísla**
  - co my (děláme, domníváme se, cítíme...)
- **nebo ve třetí osobě jednotného i množného čísla**
  - co někdo/co děti /co lidé (dělá/dělají - myslí - cítí)
- Je důležité, aby se žáci do kruhu těšili. Když s kruhem začínáme, mělo by se proto poměrně dlouho mluvit především o hezkých a pozitivních věcech. Například:
  - Na co se těšíme...
  - Co se nám dnes (tento týden) povedlo...
  - Co nás potěšilo...
  - Co nového jsme se naučili (dneska, tento týden)...
  - Co nám už docela jde...
  - Co si představíme, když se řekne... (zima, pohádková krajina, dobrodružství...)
  - Jaké to asi je být... (psem, indiánem, hrdinou, maminkou...)

- Teprve, když se mezi žáky vytvoří důvěra, když se komunitní kruh stane součástí života třídy, můžeme začít hovořit o emočně náročnějších otázkách.

### **Témata – otázky v komunitním kruhu se mohou týkat:**

#### **• POCITŮ**

*Jak nám (dětem, lidem) je, když... (se máme k něčemu přiznat, když nám někdo neříká pravdu...)?*

#### **• MOŽNOSTÍ JEDNÁNÍ**

*Co můžeme dělat, když... (někdo předbíhá ve frontě..., ubližuje slabšímu...)?*

#### **• MOTIVŮ JEDNÁNÍ**

*Proč někdo... (nepomůže druhému, pomůže druhému, i když kvůli tomu musí udělat něco nepřijemného, nemluví někdy pravdu, snadno se urazí...)?*

#### **• ROZPOZNÁNÍ PROJEVŮ CHOVÁNÍ**

*Jak poznáme, že... (je někdo náš kamarád, že někoho něco trápí...)?*

### **Problémy řešit v komunitním kruhu nepřímo**

Zásadně na obecné úrovni, právě pomocí formulace otázky v 1. nebo 3. osobě, a když se kruh dělá pravidelně

Například:

*„Jak je někomu, když se potřebuje soustředit a jiný vykřikuje a ruší ho? Proč tak někdo někdy vykřikuje, i když ví, že by se to nemělo?“*

Následně ve dvojicích, trojicích, čtveřicích:

*„Co nám může pomoci, abychom nevykřikovali a nerušili ostatní? Co můžeme dělat, když nás někdo ruší? Na čem se můžeme domluvit?“*

***Komunitní kruh neslouží k přímému řešení konfliktů!!!***

### **Základní postupy pro realizaci komunitního kruhu**

- Základní postup: učitel zadá otázku a odpoví na ni první (chce-li „udat tón“), nebo předá předmět sousedovi po levici či pravici a odpovídá jako poslední, nebo předmět na otevřené dlani nabídne a vezme si ho ten, kdo chce hovořit jako první, od něj pak předmět putuje vlevo nebo vpravo po kruhu.
- Nesmíme dovolit, aby žáci vybírali komu předmět, resp. slovo předají.
- I učitel může využít práva „nemluvit“.

- V komunitním kruhu se přímo nereaguje na to, co řekl někdo předtím.
- Na rozdíl do výukového nebo diskusního kruhu učitel neshrnuje, co zaznělo; nedělají se závěry; nic se neinterpretuje.
- Pokud by učitel chtěl říci něco na závěr, může poděkovat a ocenit bohatství námětů a myšlenek.
- K tématům, která zazněla v komunitním kruhu, se lze vrátit v rámci diskusního či výukového kruhu nebo kooperativní výuky.

### **Charakteristická činnost žáka v KK:**

- Každý žák v kruhu formuluje svůj názor, pocit, přání, hodnocení.
- Mluví vždy jen jeden podle pořadí.
- Předává slovo dalšímu pomocí předmětu, klubíčka nebo jiného pravidla.
- Může se slova vzdát.

### **Charakteristická činnost učitele v KK:**

- motivuje
- organizuje
- povzbuzuje
- stará se o dodržování pravidel komunitního kruhu

### **Závěrem**

Cokoliv budeme v komunitním kruhu probírat, měli bychom otestovat otázkami:

**Je to pro každého naprosto bezpečné?  
Nebude se nikdo cítit ohrožen?**

### **Zdroje a doporučená literatura:**

- [www.respektovat.com](http://www.respektovat.com)
- Kopřiva, P.: Komunitní kruh a škola. Původně publikováno v časopise RATO-LEST, únor 2000. Článek je dostupný na [www.zkola.cz/respektovat](http://www.zkola.cz/respektovat)
- Kopřiva, P. - Nováčková, J. - Nevolová, D. - Kopřivová, T.: Respektovat a být respektován. Kroměříž: Spirála, 2005.
- Nováčková, J.: Komunitní kruh. [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz)
- [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz)

## Metody spolupráce a vytváření vztahové pohody ve výuce

Mgr. Irena Oršulíková

*Motto:...nedávejte dětem ryby, naučte je lovit...*

Kvalita vztahové atmosféry ve výuce, tzv. bezpečné učební prostředí je v přímé souvislosti s efektivitou učení. Tuto myšlenku můžeme nahlížet i z druhé strany – cíleným vytvářením prostředí pro efektivní učení můžeme přispět ke spokojenosti žáků a tím podpořit pozitivní vztahovou atmosféru ve třídě.

**Efektivní výuka** respektuje psychické zákonitosti - je mozkově kompatibilní a uspokojuje potřeby žáků. Umožňuje jim ve vyučování **mluvit, myslet, cítit, konat a být kreativní**.

Zabývá-li se učitel tím, jak ve třídě vytvořit prostředí pro efektivní výuku a prakticky o to usiluje, neprospívá tím jen svým žákům, ale také sám sobě. Ve skupině s atmosférou tolerance, která je schopna přijímat a podporovat všechny její členy, nedochází tak často ke konfliktům, které by pak učitel musel řešit. Podporuje-li aktivitu a tvořivost žáků, výuka je atraktivnější pro obě strany. Žáci dosahují lepších učebních výsledků, učitel zažívá pocit dobře vykonané práce. Dá se tedy říci, že aktivity zaměřené na zlepšování vztahů ve třídě a kvality výuky jsou zároveň prevencí syndromu vyhoření pro učitele.

V odborné literatuře je popsáno mnoho způsobů, technik a strategií, jak dosáhnout takového cíle. Metodický text a doporučení v něm obsažená čerpají z mých zkušeností učitelky v programu Začít spolu (Step by step), z filozofie Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání, jejíž členové jsou autory knihy Respektovat a být respektován, ze zkušeností s aplikací metod kritického myšlení v učitelské praxi s dětmi i při vzdělávání pro dospělé. Využívá základních principů skupinové dynamiky, kooperativního učení, efektivní komunikace a zkušeností z mnoha seminářů a kurzů i z praxe. Společným jmenovatelem a základem pro realizaci je partnerský **přístup učitele k žákům**.

Pro vytváření pohodové třídní atmosféry je významná **osobnost učitele**. Dle standardů učitele RWCT (Čtením a psaním ke kritickému myšlení) by měl mít tyto charakteristiky:



„Člověk na svém místě - kreativní, spravedlivý, úspěšný pedagog. Nadšený učitel, který se nebojí experimentů. Má přitom své hodiny dokonale promyšlené a naplánované. Obsah a způsob jeho předání tvoří harmonický celek, v hodině se často zapojují žáci, učitel je jen jakýmsi průvodcem.“

### **A co tento podněcující učitel ve své třídě dělá?**

- podněcuje k vytváření nestereotypních odpovědí a s pochopením je přijímá
- často přeměrovává otázky žáků na jiné žáky, nechává je komunikovat vzájemně
- často poskytuje doplňkové zdroje informací a vede žáky k vyhledávání vlastních zdrojů.
- předem poskytne kritéria hodnocení a probere je s žáky, kteří se na nich také podílejí
- často hodnotí žáka ve vztahu k předchozím výkonům a vede žáky k sebehodnocení
- často mění uspořádání nábytku třídy, aby zefektivnil svou výuku
- často volí metody, při nichž se zapojí všichni žáci (i ti co se zdráhají nebo nemají zájem
- často vytváří příležitosti, jak mohou děti vyjádřit vlastní myšlenky a navrhnout řešení.
- často vyvěšuje práce žáků a nechává je rozhodovat o tom, co sami zveřejní.
- umožňuje kdykoli rodičům nahlédnout do výuky, zapojuje je do procesu, případně si zve kolegy na hospitaci.

Následuje mozaika metod a technik, jimiž se lze přiblížit k dosažení cíle ...

### ***Třífázový model učení – struktura E-U-R***

Využívá výsledků vědeckých výzkumů o tom, jak se lidé nejlépe učí. Třífázový model popisuje, jak žáci přemýšlejí během poznávacího procesu. Metody, kterými učitel tyto procesy navodí, jsou metodami kritického myšlení.

V procesu efektivního učení si nejprve uvědomíme: Co víme? Co chceme vědět? Jak to zjistíme?

Pak se dovidáme, sbíráme informace, experimentujeme a ověřujeme – pokus, omyl, učíme se.

Nakonec si ověříme: Co jsme se dověděli? Známe odpovědi na prvotní otázky?



K čemu nám bude to, co jsme se naučili? Jakým způsobem jsme se to naučili? Co nám pomohlo? Co nás brzdilo? (Meta kognice)

Myšlenková práce projde třemi fázemi: evokace, uvědomění, reflexe. Tyto fáze se cyklicky opakují, někdy prolínají. Metody kritického myšlení jsou využitelné ve všech třech fázích, jsou to takové „kostry“, které můžeme naplnit obsahem libovolného předmětu. Ponechávají prostor pro tvořivý přístup učitele při volbě strategií ve výuce, ale základní struktura E-U-R musí být dodržena.

## **EVOKACE**

*Cíl: vybavit si, co víme o tématu, sdílení dosavadních vědomostí a zkušeností, aktivizace žáků, snaha vzbudit vnitřní zájem – zvědavost, ochotu dovídat se*

*Prostředky: otevřené otázky, bez prvku hodnocení: Co víme i nevíme, jakou máme představu, asociaci, zkušenosti, k čemu to patří atd. Žáci formulují svými slovy myšlenky a otázky, které je k tématu napadnou. Tyto je vhodné zapisovat, abychom se k nim po čase mohli vrátit a porovnat, co jsme se naučili a jak se změnila naše vědomosti.*

Evokací si ve třídě “zmapujeme terén”, zjistíme učební potřeby žáků. Můžeme si tím ušetřit čas - nemusíme probírat to, co už vědí a umí a zaměříme se na to, co nevědí. Je-li rozdílná úroveň vědomostí žáků, nabízí se možnost individualizace výuky - snažíme se maximálně využít dovedností některých žáků ve skupinových aktivitách, můžeme jim dopřát samostatnost, vyšší úroveň obtížnosti a věnovat individuální pozornost a podporu těm, kteří to potřebují.

## **UVĚDOMĚNÍ**

*Cíl: udržet zájem žáků, podněcovat je, aby sledovali, jak se vyvíjí jejich chápání nových poznatků*

*Prostředky: výukové metody a postupy volíme se záměrem ponechat co nejvíce prostoru aktivitě žáků – možnost mluvit nebo písemně se vyjadřovat, objevovat, experimentovat, zkoušet a ověřovat dovednosti, trénovat ...*

Vhodné jsou práce ve dvojicích, skupinách, začlenit i pohybovou aktivitu, kresbu, změnu místa, střídání činností, využití pomůcek, drobných manipulativní, encyklopedií, zapojit více smyslů ...

## REFLEXE

*Cíl: shrnutí, formulace nových vědomostí, ověření, zda žáci porozuměli či ne, co si zapamatovali, k čemu to využijí. Necháme žáky zpětně popsat také průběh učebního procesu - jak se učili, co bylo lehké – těžké, co šlo - nešlo, co by udělali příště jinak... Součástí reflexe je také zhodnocení průběhu práce učitelem, jeho pozorování a zpětná vazba pro žáky.*

**Žáci by měli vyjadřovat své myšlenky, poznatky vlastními slovy, podpořit výměnu názorů mezi žáky. Vedeme je k pozitivní zpětné vazbě.**

*Prostředky: rozhovor, otázky a odpovědi, krátké písemné vyjádření, několik klíčových slov, kresba... Ověřením pochopení může být také tvorba otázek a úkolů k tématu pro ostatní spolužáky*

**Pokud je reflexe opomíjena, výrazně se snižuje efektivita učení.**

Učební proces proběhne formálně jako sled úkonů, které žáci vykonají, aniž by chápali jejich smysl pro učení se novému. Smyslem se stává splnit zadané úkoly bez vědomí cíle.

Nestihneme-li reflexi, snažíme se ji udělat v nejbližší hodině – připomeneme si průběh, necháme žáky se samostatně vyjádřit k tomu, co si zapamatovali.

Přehled metod kritického myšlení, se kterými se účastníci semináře PPRCH na 1. stupni ZŠ seznámili v průběhu sedmi setkání:

Brainstorming	Pětílístek
Myšlenková mapa	Kolem dokola
Víme - chceme vědět - dověděli jsme se	Skládačkové učení
Kostka	T-graf
Volné psaní	Mysli, páruj, sdílej (1-2-4)

*Popis těchto metod a dalších naleznete v publikaci H. Grecmannové a E. Urbanovské: Aktivizační metody ve výuce, prostředek ŠVP, Hanex Olomouc 2007*

## Individuální a skupinové aktivity ve výuce

Při volbě výukových strategií a plánování aktivit žáků v hodinách je vhodné mít na paměti obecné zásady a principy, které respektují skupinovou dynamiku:

- Pracovat v posloupnosti: Jedinec – dvojice - skupinky – celá třída, zejména

v adaptačních obdobích - začátkem roku, po prázdninách a svátcích, při změně ve třídě, také při novém tematickém celku...

- Sledovat vyváženost respektování potřeb jednotlivce i skupiny
- Hovořit, poznávat a sdílet co máme společného a v čem jsme kdo jedinečný.
- Různorodost nás obohacuje
- Základní princip = tolerance odlišností
- Může být i skupina o jednom členu

## ***Kooperativní učení***

je jedním ze způsobů, jak podpořit komunikaci mezi žáky, umožnit zapojení každého žáka dle svých možností, učí týmové spolupráci, organizaci práce v čase, podporuje kreativitu. Naučí-li se děti efektivně spolupracovat, učitelé se otevírá prostor pro pozorování a individuální přístup – pomůže tam, kde je potřeba. Jako každá z metod má své výhody a nevýhody. Poměr mezi frontální výukou, individuální prací a skupinovými aktivitami by měl být vyvážený a respektovat potřeby úkolu (cíle hodiny) i skupiny (charakteru třídy, její vyspělosti).

Obvyklým argumentem učitelů proti častějšímu využívání kooperativní výuky je to, že nefunguje – děti se ve skupinách nedohodnou, dochází ke konfliktům, jeden je aktivní a ostatní se „vezou“, učitel nemá kontrolu... **Nástrojem pro zvládnutí úskalí skupinové práce a získání dovednosti kooperace je reflexe procesu skupinové práce.** Je potřeba, aby žáci po skončení práce mohli hovořit o tom, jak spolupracovali – o pozitivích i negativích a o tom, co by příště udělali jinak. Učitel, který ve své třídě toto umožňuje, tím dává dětem poselství, že ne vše, co děláme, se nám napoprvé podaří, ale je třeba zkoušet to znovu. Nebát se nového, nebát se udělat chybu, ale umět se z ní poučit.

Učitelé si někdy neuvědomí, že skupinové práci se děti musí naučit postupnými kroky. Na prvním stupni ZŠ je výhodné začínat dvojicemi, trojicemi. Ideální počet členů skupiny je 4. Ve trojici někdy dochází ke koaliciím dva proti jednomu, v početnějších skupinách se obtížněji hledá možnost zapojení pro všechny – méně průbojní žáci zůstávají stranou.

Rozdělení do skupin, pracují-li spolu jen krátkodobě (určitá aktivita, část hodiny) je lepší nechat náhodě (los, kartičky, rozpočítání podle čísel...). Reakce dětí při náhodném dělení do skupin a průběh následné spolupráce jsou pro učitele diagnostikou soudržnosti kolektivu. Jestliže nejsou protesty vůči jednotlivcům a děti jsou schopné spolupracovat každý s každým, je to dobrá zpráva o třídě. Při-

dělení do skupin učitelem bývá někdy spojeno s protesty proti některým žákům, také spolupráce nedopadne někdy dobře. Vyhybejte se tomu, aby si do skupin vybíral jeden žák ty ostatní. Tento např. v TV oblíbený způsob tvoření družstev je v podstatě pro ostrakizované žáky veřejné potvrzení jejich bezvýznamnosti a neoblíbenosti.

Někdy bývá problémem ani ne tak spolupráce ve skupině, jako následná prezentace výsledků před třídou – děti si nedokážou vzájemně naslouchat. Zde se osvědčilo tzv. skládačkové učení - skupiny mají rozdílné úkoly a k pochopení celku se potřebují dovědět informace od jiných skupin. K tématu jiné skupiny se mohou také vyjadřovat – doplňovat, co vědí, klást otázky. Výhodné je, jsou-li ve třídě dvojice skupin se stejným zadáním – porovnávají pak, zda došly k podobnému výsledku či nikoliv. Je dobré, když zadání úkolu umožňuje variabilitu výsledku – není jen jediná správná odpověď.

Náměty pro rozvoj dovednosti naslouchání najdete v samostatné příloze – náměty pro komunikaci

Vždy, když ve třídě zavádíte něco nového, je třeba dopředu vysvětlit a domluvit pravidla. Pro skupinovou práci to platí také. V tomto případě jsou pravidla spíše dobrými radami učitele, jak se před započítím práce domluvit, co kdo bude dělat.

Záleží na konkrétní situaci, např. ve dvojicích - jak se budou střídat, ve větší skupině - rozdělení rolí, zda si mohou radit skupiny navzájem atd. Mnohá pravidla si žáci vyvodí sami při reflexi skupinové práce.

Čím méně zkušeností se spoluprací děti mají, tím více je třeba konkretizovat úkol. Chceme-li děti získat pro spolupráci, je třeba jim dát zadání, o kterém víme, že je v jejich silách je zvládnout, aby zažili skupinový úspěch.

Ze začátku je lepší nechat je spolu dělat věci, na které jsou již zvyklí (např. drilování násobilky, čtení – střídat se po kouscích, společně doplňovat – vzájemně se kontrolovat atd.) Ideální jsou práce s kartičkami, drobnými manipulativy, obrázky, skládačky, pracovní listy, křížovky, stolní hry....

Nedoporučuji výsledky skupinové práce klasifikovat, zejména na 1. stupni, kdy se vzájemně spoluprací žáci teprve učí. Chceme – li děti naučit kooperovat, vyhýbejme se umělému vnášení konkurence, nenechávejme děti mezi sebou soutěžit. Cílem je kromě výsledku také pozitivní zážitek z komunikace, naslouchání, vzájemného obohacování se, synergie.

## **Pravidla pro práci ve skupině**

- snažit se zapojit, dát příležitost každému – rozdělení rolí (např. vedoucí, zapisovatel, hlídač času, hlídač úkolu, hlídač rovného zapojení, zvěd, mluvčí...)
- hlídat si dodržení úkolu a čas
- půlmetrový hlas
- může být skupina i o jednom členu
- vždy provádět zpětnou reflexi skupinové práce – jak se nám spolupracovalo, co se dařilo, co ne, jak příště lépe
- dávat pozitivní zpětnou vazbu (všímat si a oceňovat vše dobré) a učit žáky dávat si ji navzájem

## **Komunikace jako významný nástroj utváření třídní atmosféry**

*„Děti nevychováme tím, co jim říkáme, ale tím, co nás při tom vidí dělat“*

Není důležité jen to, co sdělujeme, ale také způsob, jakým to děláme. Učitel by si měl ve své komunikaci hlídat jednotu formy a obsahu a svého konání, aby byl pro své žáky čitelný, srozumitelný a důvěryhodný. Informace nepředáváme jen slovy, z větší části jsou vnímány obsahy sdělované neverbální komunikací a paralingvistikou. To, co učitel říká, by mělo být v souladu s intonací hlasu, postojem, gesty, výrazem tváře.

Záleží také na tom, s jakými slovy se na své okolí obracíme v každodenní komunikaci, jaký používáme komunikační styl.

### **Efektivní a neefektivní komunikační styly**

Ve své řeči k druhým se snažme vyvarovat komunikačních chyb:

- obviňování, citového vydírání
- vyjádření nedůvěry ve schopnosti druhého
- negativních proctví
- srovnávání
- poučování, mentorování
- nevyžádaných rad
- připomínání starých chyb
- řešení problémů za jiné (zbavení jejich kompetencí)
- mnoha rozkazů a příkazů
- sdělování množství požadavků najednou

- netrpělivosti
- **nálepkování**
- **ironie**
- **kritiky osobnosti**

Efektivní komunikace vychází ze zásad asertivního jednání a odráží základní postoj

„Já jsem OK, ty jsi OK“. Naše řeč by měla obsahovat

- Popis, pozorování, konstatování bez hodnocení: oslovení + vidím, slyším, cítím
- Ponechat kompetence: Co s tím uděláme, uděláš?
- Informace, sdělení: Je potřeba, tohle uděláme tak a tak...ano – ne
- Umět vyjádřit svůj pocit: např. JÁ výrokem
- Umět vyjádřit vlastní potřeby a očekávání
- Popsat možné důsledky
- Zdvořilou žádost
- Pokyny dávat postupně, jeden po druhém, ev. dát seznam kroků
- Klid, trpělivost
- **Empatii**

V komunikaci s druhými lidmi si často neuvědomujeme emoční rozměr komunikace. Zejména v pracovní oblasti máme tendenci zaměřovat se na úkol, výkon, výsledek a nezabýváme se svým prožíváním nebo tím, jak a co prožívají lidé kolem nás. Přitom emoční filtr je to, co rozhoduje o tom, jak mozek naloží s informacemi, které jsou mu sdělovány.

Aktivita jednotlivých částí našeho mozku je závislá na povaze podnětů. S rostoucím ohrožením přechází, klesá řídicí aktivita vědomé korové oblasti do oblastí nižších, do starších struktur. Jsou-li signály, že se blíží ohrožení, nebo organismus prodělává zátěž, je aktivován limbický systém, který zodpovídá za emoce, jako jsou hněv, zlost, vztek, agresivita, radost. Jde-li o podněty ohrožující život, pak přebírá řízení mozkový kmen. Reaguje bleskově, přičemž aktivuje emoce strachu a hrůzy. V okamžiku, kdy jsou vybuzeny silné emoce či instinktivní reakce, není mozková kůra ve stavu dominantní pohotovosti.

Výše uváděné efektivní komunikační styly mají společnou charakteristiku: nevyvolávají pocit ohrožení.

Tyto principy se však neprojevují jen v emočně vypjatých situacích. Stačí si například uvědomit, jak přijímáme informace od lidí, kteří jsou nám sympatičtí a jak od těch, kteří nám sympatičtí nejsou...

Uvědomění si vlastních emocí, snaha o pochopení emocí lidí v okolí, připuštění existence negativních emocí a práva na ně nám může usnadnit porozumění a vzájemné pochopení. Tendence popírat negativní emoce a jejich projevy jak u sebe, tak u dětí je v naší výchově hluboko zakořeněná. Vzpomeňme např. věty typu „kluci nepláčou“, „zlobíš, protože se vztekáš, nebudeme tě za to mít rádi“ a jaké mohu být jejich důsledky.

Emoce jsou signalizací našich potřeb. Například vztek hlásí, že není uspokojená některá naše potřeba. Cítíme-li vztek, měli bychom se zastavit a uvědomit si: Co není v pořádku? Co potřebujeme? Co by mělo být jinak? A pak přemýšlet o tom, jak dosáhnout změny a jak o ni požádat své okolí. Uvědomovat si emoce, dokázat je pojmenovávat, porozumět jim a učit se s nimi zacházet namísto jejich popírání, to je směr, kterým by se mělo ubírat výchovné působení a komunikace (nejen) s dětmi.

Ukázkou práce s emocemi – zvládnutí vzteku je technika „Hra na semafor“, její popis najdete v samostatné příloze.

**Nenasílná komunikace:** místo hodnocení a soudů se zaměříme na ujasnění toho, co pozorujeme, co cítíme, co potřebujeme, ale také co pozoruje, cítí a potřebuje druhá strana.

Čeho se v komunikaci s dětmi ještě vyvarovat:

- Mluvení o přítomných dětech ve 3. osobě
- Sdělování informací o dětech (většinou důvěrných a nelichotivých) třetí osobě (většinou dospělému) v přítomnosti dětí
- V jednání s dětmi nikdy nedělejte nic, co byste si nedovolili v jednání s dospělým

### **Pamatujte:**

- Popsat úspěchy motivuje více než poukazovat na neúspěchy. Vyzkoušejte kouzlo pozitivní zpětné vazby
- Zaměřte pozornost na děje, chování, jednání člověka, ne na hodnocení osobnosti
- Když směšujeme pozorování s hodnocením, lidé slyší kritiku. Znáte někoho, kdo rád slyší kritiku na svou osobu?
- Mluvte méně – kdo mluví, neslyší

## ***Na co si dát pozor...***

Co může být rizikové a kontraproduktivní při budování třídní komunity?

- časté upozorňování na negativa – kritika jednotlivých žáků před ostatními, zejména kritika jejich osobnosti, poukazování na negativní charakterové vlastnosti („nálepky“)

Psychologové na základě výzkumných studií došli k poznatku, že optimální poměr pozitivních a negativních zpětných vazeb, které dává dospělý v pozici vychovatele dítěti, je 3 až 5:1. Je-li uměle zvyšován počet pozitivních zpětných vazeb, dítěti se může nedostávat podnětů ke korekci chování. Je-li menší počet pozitivních zpětných vazeb, důsledkem je buďto snížené sebevědomí dítěte, nebo jeho vzdor.

- hry a aktivity, kdy si žáci vybírají jeden druhého podle nějakého kritéria. Takové hry jsou v podstatě veřejným vyjádřením preferencí, oblíbenosti a neoblíbenosti, hierarchie třídy a děti jsou na to velmi citlivé. Ti, kteří přijdou na řadu jako poslední, to obvykle velmi těžce nesou a negativní emoce s tím spojené bývají velmi silné. „Hry“, které mohou někoho psychicky zranit, nehrajte.
- soutěže – umělé vnášení konkurence do vztahů mezi dětmi. Soutěž vybízí k porovnávání dětí mezi sebou, začnou se vzájemně se hodnotit podle výkonu. Soutěž bývá často zaměňována za hru. Cílem hry je pobavit se, něco se o sobě dovědět, zažít společnou radost. Cílem soutěže je porazit ty druhé. Učitelé často argumentují tím, že děti rády soutěží. Děti mají rády vzrušení a rády se překonávají. Toto jim ale můžeme dopřát i jinak než prostřednictvím soutěže, například kooperativními hrami a kreativními činnostmi.
- pověřování služby ve třídě, aby zapisovala jména žáků, kteří „zlobí“. Tento zavedený zvyk má za cíl udržet ve třídě kázeň a pořádek o přestávkách, v nepřítomnosti učitele. V konečném důsledku s sebou ale nese více nevýhod než výhod a bývá zdrojem konfliktů mezi dětmi, prostředkem vyřizování účtů přes poznámky od učitelů, návodem na žalování a bonzování. Fakt, že ti, kteří o přestávkách obvykle běhají, honí se a pošťuchují se, bývají chlapani a hodné holčičky bývají ty, které je zapisují, zakládá živnou půdu pro budoucí konflikt mezi pohlavími. Třída se rozdělí na dva nepřátelské tábory – kluky a holky.



## „Spratek“ ve třídě

Při setkáních s učiteli často narážíme na téma: Co dělat, když máme ve třídě dítě, které svým chováním často překračuje stanovená pravidla, svými až extrémními projevy irituje ostatní děti i dospělé a na které neplatí běžné výchovné postupy?

V cyklu setkávání v rámci semináře PPRCH na 1. stupni ZŠ 2015 jsme se tímto tématem zabývali také. Děti, které svým chováním nezapadají do obvyklých a očekávaných norem, mívají většinou nějaký handicap – ať už zdravotní, nebo sociální. Jedná se často o děti s projevy ADHD, PAS či jiných psychických obtíží nebo děti ze sociálně znevýhodněných rodin. Ať už jsou příčiny poruch chování těchto dětí jakékoliv, vždy je to učitel, který musí obtížnou situaci s nimi zvládnout. Hledání způsobů, jak docílit přijatelného stavu, je často cesta pokusů a omylů – co dnes fungovalo, zítra již nemusí...

Vztah učitele a žáka s „nemocným“ chováním připomíná vztah lékaře a pacienta. Učitel hledá a zkouší, co by dítěti pomohlo, jaký přístup je pro něj ten nejoptimálnější. Jeho „léky“ jsou pouze komunikace, pedagogické vedení a v lepším případě spolupráce s rodinou. Zkušenosti z praxe ukazují, že účinnost „léčby“ je ovlivněná i tím, jaká je kvalita vztahu mezi učitelem a problémovým žákem. Osobní postoje učitele ovlivňují jeho chování k danému žákovi. Proto je v prvé řadě důležité uvědomit si, jaké jsou tyto postoje, jaký vztah má učitel k žákovi, jehož přítomnost ve třídě s sebou nese časté problémy.

K zamyšlení o tom, jaké postoje jako učitelé zaujímáme, jsme v našem semináři využili jednu z metod kritického myšlení – **KOSTKU**:

Metoda spočívá ve volném psaní, tzn. nepřetržitým zapisováním svých myšlenek ve větách. Poté, co si napíšete nadpis - jméno dítěte, o kterém uvažujete, píšete vždy asi 3 minuty, co se vám právě honí hlavou k danému bodu osnovy:

1. Popište dítě: Jak vypadá? Co dělá? Čím zaujme na první pohled?
2. Porovnejte: Napište, k čemu nebo komu byste toto dítě přirovnali a proč
3. Analyzujte: Jaké má toto dítě vlastnosti? V čem je dobré, v čem naopak ne? Proč se chová, tak jak se chová?
4. Asociujte: Co vás napadne, když pomyslíte na toto dítě? Popustte uzdu své fantazii...
5. Aplikujte: Co s sebou přináší jeho přítomnost ve třídě?
6. Argumentujte: Jaký je váš vlastní postoj k tomuto dítěti?

Až budete s psaním asi po 20 minutách hotovi, přečtete si celý text nahlas.  
Co jste si uvědomili?

Dalším krokem na cestě k hledání optimálních postupů v pedagogické práci s tímto dítětem je uvědomění si jeho potřeb a potřeb třídy, do které chodí.

Skupinovým brainstormingem jsme došli k těmto závěrům:

Co potřebuje dítě s poruchou chování?	Co potřebuje jeho třída?
<p><b>Důslednost</b> stanovená pravidla pozitivní klima ve třídě pocit bezpečí klidný přístup pozornost přijetí lásku, povzbuzení pochvalu, pokárání – zpětnou vazbu ocenění motivaci rodinu, zázemí</p>	<p>stanovit hranice pravidla zdravou atmosféru a týmového ducha klid k práci vyrovnanou učitelku řešení problémových situací – jistotu, že se problém bude řešit aktivitu na spolupráci znát cíl – kam směřujeme „obětního beránka“ v případě, že se problémy neřeší a ve třídě je narušená vzta- hová atmosféra. Dítě s nestandardními projevy v chování se pak může stát „černou ovčí“ třídy a ve snaze dostat své roli své zlobení stupňuje</p>

Otázka k zamyšlení:

V čem jsou potřeby dítěte s poruchou chování odlišné od potřeb jiných dětí?

Popsat možné cesty, postupy a konkrétní metody, jak naplňovat tyto potřeby - ať už jednotlivců, nebo kolektivu, bylo cílem úsilí autorů této metodiky – lektorů semináře PPRCH na 1. stupni ZŠ.

## **Závěrem**

Dvě univerzální a mnohokrát osvědčené rady psycholožky PhDr. Jany Nováčkové:

Cokoliv můžou ve třídě udělat děti, ať to dělají ony ...

A když si ve třídě něčím nejste jistí ... zeptejte se dětí

## Praktické náměty k tématu komunikace

### Naslouchání

- V komunitním kruhu: „opakovací kolečko“ – otočit směr posílání kamínku: „Řekněte, co říkal váš soused.“
- Otázky na zpětnou reflexi – Čeho jste si všimli? Měli všichni stejný názor? ...Kdo říkal něco podobného jako vy? Atd...
- Aktivita, kdy někdo něco popisuje, říká nějaký postup, a druzí podle slyšených pokynů postupují. Pak porovnáme výsledky dětí s původní předlohou. Může jít například o obrázek, složený z geometrických tvarů, popis osoby, zvířete, věci, podle kterého se kreslí, návod, který vyslechnou a podle něj něco dělají... Další variantou je např. slyšený příběh – text. Pak děti dostanou tento text rozstříhaný na části a mají jej složit podle toho, co si zapamatovaly.

### Empatie

Empatickou reakcí rozumíme vyjádření toho, že vnímáme pocity druhého člověka, Dáváme najevo, že přijímáme skutečnost, že v dané situaci má daný člověk právě tyto emoce. Nepopíráme jeho emoce, nehodnotíme, ale popisujeme.

Empatická reakce se skládá z:

1. aktivního naslouchání
2. pojmenování pocitů, záměrů, očekávání druhé osoby
3. vyjádření podpory

Příklad empatické reakce:

„Vidím, že jsi ... Asi jsi čekal ... Rozumím tomu, že...“

### Já výroky:

Oslovení: .....

Popis mého pocitu nepohody: „*Já ..... jsem naštvaný/á, mám vztek .... Jsem nervózní...*“

Důvod nepohody: *když ....., že (ty).....*

Očekávání:.... *udělej*..... *nedělej*.....*zkus*.....

---

„Prosím“ a „děkuji“ nic nepokazí ☺

.....ale pozor na ironii a neupřímnost frází

## **Ocenění X kritika**

- Individuální i veřejné ocenění je prospěšné
- Kolektivní pochvala udělá dobře všem
- JÁ výrok je dobře, TY výrokem podpoříte sebevědomí POZITIVNÍ ZPĚTNÁ VAZBA DĚLÁ DIVY
- Kritiku raději mezi 4 očima
- Kolektivní kritika našťve i ty, kterých se netýká
- Nikdo nemá rád kritiku, ale JÁ VÝROK je přijatelnější pro druhou stranu

## **Pozor na „nálepky“**

Škodí + i - : nehodnotíme osobnost, ale chování a konání

„Ty jsi tak šikovný“ X „To jsi udělal dobře...“

„Ty jsi tak nešikovný“ X „Tohle se ti nepovedlo...“

---

**Jak pracovat se vztekem:** vztek je signál naší neuspokojené potřeby

1. Zastavit
2. Vnímat své pocity
3. Uvědomit si, co potřebuji
4. Vyjádřit očekávání

## **Hra na semafor**

(podle Tatjany Šiškové: Výchova k toleranci a proti rasismu - multikulturní výchova v praxi, Portál, Praha 2008)

Zaměření hry: při této hře si účastníci uvědomí, jak může být řešení konfliktu efektivní

pomůcky: velký balicí papír, vodové barvy nebo pastelky, lepenka nebo připínáčky nebo připravené papírové kruhy – červený, oranžový a zelený

### **Průběh:**

1. Děti nejprve na velký papír namalují semafor. Pozor na správné pořadí barev.
2. Zeptáme se dětí, k čemu slouží semafor (při přechodu ve městě, kde je mnoho aut, křižovatek a chodců, aby se lidé nezranili a mohli bezpečně přecházet).
3. Když jsme na křižovatce, musíme se nejdříve zastavit. Červená na semaforu nás zastaví, rozhlédneme se a čekáme, až bude cesta bezpečná. Na oranžovou se připravíme, ale ještě v cestě nepokračujeme. Až zasvítí zelená, je cesta volná a bezpečná.
4. Při řešení složitých situací, nedorozumění a konfliktů se stává, že když máme s někým konflikt, hned odpovídáme, bráníme se, řešíme, nadáváme, kritizujeme. Máme totiž horkou hlavu a našťvané srdce. Někdy máme dokonce chuť někoho praštit, protože nás zlobí. Lepší je proto postupovat podle světel semaforu: když svítí červená, měli bychom se zastavit, přemýšlet, co bude vhodné udělat, abychom situaci vyřešili a netrápili sebe ani druhého. Zvažujeme možnosti a jejich důsledky. Oranžové světlo pak představuje chvíli na diskuzi: sdělíme, jak se cítíme, co nás trápí, a zjišťujeme, co trápí druhého. Pak je vhodné si uvědomit, co vlastně chceme udělat – pohádat se, zvítězit, nebo se domluvit a porozumět druhému a dát mu prostor, aby porozuměl on nám? Dejme prostor i druhému člověku, aby se vyjádřil. Promýšlejíme, co a jak udělat v několika alternativách a co bude asi nejlepší pro nás oba (když ho praštím, asi si to s ním rozházím, když si vše vysvětlíme, porozumíme tomu, co potřebujeme a proč to děláme a budeme oba spokojeni). Můžeme nastartovat nová pravidla, udělat změny, kdy se střídáme v povinnostech a možnostech. A když si dáme pár minut na vysvětlenou, pak zasvítí zelená a můžeme diskutovat o tom, jaké řešení bude nejefektivnější pro nás oba
5. Namalovaný semafor pověsíme na zeď, aby jej všichni viděli, a když nastane složitá situace, tak si na semafor vzpomeneme a jednáme podle toho.

### **Otázky k diskuzi:**

- Jak obvykle řešíme složitou situaci nebo konflikt? Diskuzí, okamžitým zákazem, příkazem nebo návrhem?
- Jaké z toho vyplývají důsledky? Jsou všichni spokojeni?
- Co je vhodné udělat pro příště?
- Jak můžeme využít semafor a naučit se řešit konflikt i jinou cestou?

## **Řešení problému ve 4. krocích - struktura rozhovoru mezi čtyřma očima**

1. popis, co se stalo:

*„Zkus mi říct, jak to bylo, jak to šlo za sebou. Co jsi dělal ty, co dělali druzí. Nejde o to, kdo co zavinil, ale co se dělo...“*

2. jak to vidí okolí – pohled z druhé strany

*„Představ si, že jsi... a zkus mi říct, jak by to popsali on...“*

3. jaké jsou důsledky:

*„K čemu došlo? Koho to ohrozilo? Komu ublížilo? Co by se dál mohlo stát? Co z toho máš ty? Co tvé okolí? ...“*

4. co je možné udělat pro nápravu

Nejprve písemný brainstorming: *„Napadá tě, jak by se to teď dalo vyřešit, napravit? Řikej mi cokoli, co tě napadne... Nepřemýšlej o tom, jestli je to možné nebo nemožné, ale co by sis přál, co by se mělo dál dít...“* Neposuzujeme kvalitu a realnost řešení. Jde o to mít nějaké nápady, které jsou z hlavy dítěte a představu správné situace. Když ho nic nenapadá, můžeme sami něco navrhnout jako příklad, ale pokud možno docílit toho, aby dítě navrhlo svoje řešení.

Pak jej necháme vybrat z navrhovaných řešení to, které je uskutečnitelné, domluvíme s ním konkrétní postup, jak to udělá, kdy a kdy se znovu sejdem, abychom si řekli, zda se řešení uskutečnilo a s jakým výsledkem

## ***Program pro 3. ročník ZŠ: „Povídejme si o toleranci“***

Zpracovala: Mgr. Silvie Houšťavová, Mgr. Irena Oršulíková

Časová dotace: 2 vyučovací hodiny – přestávku dodržuji

Pomůcky:

- pravidla natištěná na A4 papír
- pracovní listy – úkoly do skupin
- příklady snášenlivého a nesnášenlivého chování
- fixy pro žáky
- nalepovací štítky na jmenovky
- kamínek

Uspořádání třídy: evokace a domluva na pravidlech v lavicích, pak sezení v kruhu (v kruhu sedí i učitel)

Struktura setkání:

### **I. Blok – v lavicích**

### 1. zarámování setkání

- seznámení s tématem: „Povídejte si o toleranci“
- celková časová dotace a organizace setkání (vyučovací hodina – přestávka vyučovací hodina)
- domluva na pravidlech: mluví jen jeden, zvednutá ruka za účelem ztišení se a obnovení pořádku, půlmetrový hlas – hlídat hladinu hluku při hrách, neubližovat - ani slovem

2. Evokace: Co podle vás znamená slovo tolerance? *Nápady všechny zapisují na tabuli. Někdy žáci nemají žádnou představu, pak píšu na tabuli velký otazník – uvidíme na konci programu, jestli se nám smysl tolerance objasní a budeme vědět, co to je a proč je důležitá*

3. uspořádání kruhu ze židlí – *je to výzva pro celou skupinu – domluvit se, abychom to udělali rychle, tiše a bezpečně. Nejprve si dohodneme postup: každý zaneše židli dopředu, pak ve dvojicích posunou lavice dozadu, nakonec uspořádají ze židlí kruh. Pro učitele – pozorovatele je v tom diagnostický prvek – jak probíhá spolupráce celé třídy při praktickém úkolu.*

### V kruhu

způsob jakým si budeme povídat v kruhu: kamínek k předávání slova, právo mluvit nebo mlčet – předat kamínek

- 4. jmenovky – děti i učitel. Na jmenovku se napíše tiskacím písmem křestní jméno – jak chcete být osloveni a nakreslí jednoduchý obrázek - symbol toho, co rádi dělají, co se jim líbí
- 5. představení – jméno, co jsem nakreslil a proč (po kruhu s používáním kamínku)
- 6. reflexe úvodního představení: Děti sdělují čeho si všimly při úvodním představování. Otázky: Dověděli jste se o svých spolužácích něco nového? Bylo něco, co vás překvapilo? Co bylo společného? Co bylo jedinečného?

7. hra – místa si vymění - Instrukce: Místa si vymění ti, kteří (cokoliv, co mohou mít společného – záliby, oblečení, oblíbená jídla, činnosti, předměty...) Židli je o jednu méně, než je hráčů, jeden zůstává uprostřed. Zprvu je to učitel, po chvíli se posadí a hraje s nimi. Děti se uprostřed ve vymyšlené činnosti střídají (princip "škatule, škatule, hejbejte se")

*Diagnostický význam hry: pozorují, jestli se děti před sebou nestydí, jak jsou aktivní, spontánní, jak dodržují pravidla, jak probíhají výměny – ohleduplně nebo se zducháním? Zda si hlídají, aby se všichni vystřídali, kdo se snaží prosadit, jaké jsou re-*

*akce na toho uprostřed – nechají mu prostor, počkají, okřikují jej, radí, poslouchají – neposlouchají jej, kritizují...*

8. skupinová práce – rozdělit třídu na menší skupinky (dvojice, trojice) rozpočítáním nebo losováním čísla (náhodný výběr), celkem 8 – každá dostane 1 PL a 1 fix: odpovězte si na otázky na PL, napište odpovědi

9. reflexe skupinové práce. Děti by měly v kruhu sedět tak, aby ti, co byli spolu ve skupince, seděli vedle sebe. Hrají „rozhlasového reportéra“: Pracovalo se vám ve skupinkách dobře? Jaké to pro vás bylo, když jste se najednou museli domluvit? Co vám pomohlo k domluvě? Zúčastnili se všichni? Co kdo dělal?

**v tomto místě je obvykle přestávka.** Na přestávku jen dobré PL vybrat a po přestávce znovu rozdat.

## **II. blok**

10. prezentace výsledků skupinové práce:

Podle čísel na PL – nejprve 1., pak 2., 3., 4. – ke každému číslu vycházejí dvě skupiny. Nechám je prezentovat napřed jednu, potom druhou – zda měli stejný názor, jaké uváděli příklady... Kdokoliv ze třídy může doplnit, když se přihlásí.

*Tato část je náročná na koncentraci pozornosti celé třídy, vzájemné naslouchání je základním předpokladem porozumění. Je dobré třídu na toto předem upozornit. Osvědčilo se mi nevstupovat do prezentace s vysvětlováním, ale klást zbytku třídy otevřené otázky: Souhlasíte? Myslíte Sobě totéž? Můžete uvést nějaký konkrétní příklad? Jak jste porozuměli této části? Co jste si zapamatovali?*

Na závěr shrnuji: Lidé žijí ve skupinách a potřebují spolupracovat, aby přežili. Vidíme to i u zvířat. S lidmi kolem nás máme hodně společného, a to nás sblížuje. Ale jsou mezi námi také rozdíly a ty mohou vyvolávat spory a hádky. Abychom jim dokázali předejít, k tomu nám pomáhá TOLERANCE neboli SNÁŠENLIVOST. Ve skupině, kde se lidé k sobě chovají přátelsky, snášenlivě, je nám dobře a to je důležité.

11. Doplnovačka na tabuli: TOLERANCE = S \_\_\_\_\_ T žáci hádají jednotlivá písmena (hráváme u toho „šibenici“)

12. Jak si představujete snášenlivost? Nechám 1- 2 kolečka, aby se vyjádřili  
*alternativa: příklady snášenlivého nebo nesnášenlivého chování na lístečkách – každý dostane jeden a rozhodne, zda jde o snášenlivost, nesnášenlivost – lístečky lepíme na dva papíry, pak přečtu jako shrnutí – snášenlivost a nesnášenlivost – jak byste se cítili v takové skupině? Kde by vám bylo lépe?*



### 13. Aktivita „Dnes je krásný den.“

Cíl: demonstrovat názorovou odlišnost a míru tolerance/snášenlivosti v dané třídě

Postup: děti nechám volně rozmístit po třídě. Posléze se mají rozdělit do jedné či druhé skupiny dle toho zda souhlasí či nesouhlasí s mým tvrzením. Domluvíme se, kde bude stát skupina, která souhlasí a která nesouhlasí. Tvrzení zní: „Dnes je krásný den.“

Jakmile jsou děti rozděleny, obě skupiny, resp. její jednotlivci dostávají slovo a vysvětlují proč pro ně dnes je/není krásný den.

Po celou dobu sleduji, jak se třída chová už při rozdělování do skupin, poté při vysvětlování. Zda jsou či nejsou k sobě a svým názorům tolerantní, naslouchají si. Poté co děti obhájí své rozhodnutí, obracím jejich pozornost k tomuto. Ptám se. Jak se k sobě projevujeme? Čeho si všimly? Chováme se k sobě snášenlivě nebo naopak? Podle čeho tak soudí? Podle jakého konkrétního chování tak usuzují? *Někdy váhám, zda použít větu „Dnes je krásný den“, je-li extrémně hezké nebo naopak ošklivé počasí. Pak ve třídě dochází k naprosté názorové shodě. Přesto, když kolečko proběhne, objevují se různá vysvětlení – i když všichni říkáme ano nebo ne, naše důvody mohou být různé. Zkoušela jsem varianty:*

*Matematika /vlastivěda je nejlepší předmět, ale diskuze k nim byly více racionální, děti často říkaly názory přejaté od dospělých. Na příkladu „krásného dne“ lépe pochopily různost názorů, protože jejich postoj byl autentičtější.*

14. Jak to udělat, abychom k sobě byli snášenliví? Co si pohlídat? Čím se řídit? Na to jsem přinesla a ukážu jim **pravidla**. Neříkám, že chci, aby je třída dodržovala, jen nabízím, že se na ně podíváme a budeme si o nich povídat. Povídat si o tom, co si pod nimi děti představují, jak jim rozumí, jak je chápou. Můžou je vysvětlit na konkrétní situaci. Pokud budou mluvit o dění ve třídě, pak ať neuvádí jména konkrétních osob.

Pravidla (viz příloha):

**Každý má právo říci svůj názor.**

**Mluvíme jeden po druhém.**

**Když mluví jeden, ostatní naslouchají.**

**Neublížujeme si** (zahrnuje: neposmíváme se, neshazujeme se, nepomlouváme se, neintruujeme, nevylučujeme jednoho, nenadááváme si)

**Neuzavírejte se do sebe, nemlčte jako ryba, i tvůj názor může být pro ostatní důležitý.**

Postupuji tak, že vždy skupině předložím jedno pravidlo a o něm si povídáme, diskutujeme. Optimální je, když opět jedeme po kolečku a každý mám možnost se vyjádřit. Při vyšším počtu žáků to však může být nudné a zdlouhavé. Ale ra-

ději jedu po kolečku, než aby mluvili jen ti stejní.

Pozn.: Ve třídách, kde nejsou dobré vztahy a pravidla nefungují může dojít k ventilaci stížností. Je důležité, aby byly anonymní. Ve zpětné vazbě učiteli je pak vhodné navrhnout další práci se třídou.

Pravidla mám vždy vytisknutá každé na samostatném papíru A4 a po skončení programu je nechávám ve třídě.

*Kratší varianta A: Předkládám pravidla jedno po druhém a ptám se, zda dnes platila a jak se při tom cítili. Pak nechám děti rozhodnout, jak by pravidla seřadili – podle důležitosti pro jejich třídu.*

*Ve spojení s pohybem – rozmístím pravidla po třídě, každý se postaví k pravidlu, které považuje za nejdůležitější pro třídu, podle počtu žáků pak pravidla seřadíme.*

*Zážitková varianta B: pravidla mám vytisknutá na lístečcích – 5 dvojic dobrovolníků si vyberou po jednom lístku a po krátké domluvě zkusí předvést scénku – situaci, kdy platí jejich pravidlo.*

*Všechna pravidla zároveň visí na tabuli. Zbytek třídy hádá, které pravidlo z pěti vyvěšených tato dvojice předváděla.*

Jakmile projdeme všechna pravidla, ptám se dětí, jak by se cítily ve skupině, která by takováto pravidla dodržovala a chovala se dle nich. Většinou odpovídají, že dobře, bezpečně.

Poté se jich ptám, zda si je chtějí přijmout za svá. Většinou odpovídají, že ano. Pokud je ve skupině někdo, kdo je nechce, ptám se proč. Nenutím, nabízím!

Pokud již ve třídě jsou sestavena a vyvěšena nějaká pravidla, je vhodné je porovnat – v čem se shodují, čem se liší. Pravidla pro třídu mívají v sobě prvky školního režimu či bezpečnosti - udržují pořádek, pravidla pro toleranci pomáhají udržovat dobré vztahy mezi lidmi.

15. závěrečná reflexe: „AHA“ kolečko – žáci po kruhu říkají, co se z programu naučili, co si uvědomili, co pro ně bylo důležité. Pokud je pro ně těžké konkretizovat, ptám se, které z nabízených pravidel je pro ně osobně nejdůležitější.

přílohy k programu „Povídejme si o toleranci“

## 1. Pracovní listy pro skupinovou práci



1

Vaše jména: \_\_\_\_\_

1. Znáte nějaké druhy živočichů, kteří vytvářejí **společenství** - to znamená, že žijí **ve skupině**, vzájemně si **pomáhají** a **spolupracují**? Napište je:

Patří člověk mezi živočichy? ANO – NE

2. Která věta je podle vás pravdivá? Podtrhněte ji

A) *Člověk spolupracuje v životě vždy s jinými lidmi.*

B) *Člověk může existovat úplně sám, vůbec nepotřebuje spolupracovat s druhými lidmi*



2

Vaše jména: \_\_\_\_\_

Každý z vás patří do nějaké skupiny lidí, například tato třída, zájmový kroužek, kamarádi, rodina a další...

**Napište příklady takových skupin lidí, ve kterých se cítíte dobře:**

Myslíte si, že skupiny, kde se cítíte dobře, potřebují i dospělí? ANO - NE

Například:



**3**

Vaše jména: \_\_\_\_\_

Myslíte si, že jsou všichni lidé stejní? ANO – NE

Čím se od sebe mohou lišit?

Myslíte si, že rozdíly mezi lidmi mohou způsobovat konflikty?

ANO – NE

Například:



**4**

Vaše jména: \_\_\_\_\_

Zkuste vysvětlit, co je to snášenlivost

Myslíte si, že k sobě potřebujeme být snášenliví? ANO – NE

Proč?

Jak by to vypadalo, kdybychom k sobě byli nesnášenliví?



hrají si všichni spolu	jeden druhého nenechá domluvit
kluci a holky se spolu baví	dělají si naschvály
pomáhají si	jeden se posmívá druhému
umí se vzájemně omluvit	berou si cizí věci
neskáčou si do řeči	bijí se mezi sebou
vyslechnou jeden druhého	oplácejí si naschvály
nikomu se neposmívají	kluci a holky se spolu nebaví
nikdo nikomu neubližuje	překřikují se
nikdo nikomu nenadává	hádají se kvůli maličkostem
nehádají se kvůli maličkostem	posmívají se, když se někomu něco nepovede
když někdo něco nechtěně provede, omluví se ostatním	žalují na sebe
používají slova prosím, děkuji, promiň	provokují se
respektují se	mají radost, když se někomu něco nepovede

## 2. příklady snášenlivého nesnášenlivého chování

---

### 3.PRAVIDLA PRO TOLERANCI:

- Každý má právo říct svůj názor
- Mluvíme jeden po druhém
- Pokud mluví jeden, ostatní naslouchají
- Neubližujeme si
- Neuzavírej se do sebe, nemlč jako ryba, právě tvůj názor může být pro skupinu důležitý.

---

### 4. doplňková aktivita k tématu tolerance

- ✍ Napište co nejvíce příkladů chování **snášenlivého** člověka.  
Co takový člověk dělá?
- ✍ Napište co nejvíce příkladů chování **nesnášenlivého** člověka.  
Co takový člověk dělá?
- 🖍 Nakreslete obrázek (nebo více obrázků) - příklad **snášenlivého** chování
- 🖍 Nakreslete obrázek (nebo více obrázků) - příklad **nesnášenlivého** chování
- 😊 Předvedte scénku - příklad **snášenlivého** chování
- 😞 Předvedte scénku - příklad **nesnášenlivého** chování

## Nebe a peklo

preventivní lekce zaměřená na řešení konfliktu nenásilnou cestou  
doporučeno pro děti od 8 let

cíl: při této aktivitě mohou děti mluvit o strategiích, které použily ke zmírnění konfliktních situací, aby nevyústily v násilné střety  
Evokace: rozhovor se žáky, jak si představují nebe a jak peklo, jaký význam pro ně mají tato slova. Je možné spojit i s kreslením představ

### Uvědomění:

Nyní vám budu vyprávět příběh:

*Mladý bojovník přišel ke starému moudrému muži a zeptal se ho:*

*„Ó moudrý muži, prozrad' mi tajemství života. Jaký je rozdíl mezi nebem a peklem?“*

*Moudrý muž chvíli přemýšlel a pak řekl:*

*„Jsi mladý hloupý blázen. Jak tomu může někdo jako ty porozumět? Jsi příliš neznalý.“*

*Když to mladík uslyšel, rozzlobil se a křičel:*

*„Nejraději bych tě za tvá slova zabil!“*

*Pak vytasil meč, aby moudrého muže potrestal. V tom okamžiku starý muž pravil: „To je peklo.“*

*Když mladík uslyšel ta slova, zasunul meč zase do pochvy.*

*„To je nebe,“ odpověděl starý muž.*

Komunitní kruh (aby každý dostal příležitost se vyjádřit):

Jak jste rozuměli tomuto příběhu? Co jste si z něj zapamatovali?

Brainstorming: Co představovalo v tomto příběhu peklo a co nebe?

zápis na tabuli nebo velký papír

Jaké důsledky (závěr) s sebou neslo peklo? Jaké důsledky mělo nebe? Co by bylo na konci?

Občas má každý z nás odlišný názor než někdo jiný nebo se s někým hádá. Spor často nebývá příliš prudký, ale někdy se slova změni ve vážnější boj. Vzpomeneš si na nějakou příležitost, kdy mezi tebou a někým jiným málem došlo k boji? Možná jsi chtěl sám zaútočit, protože jsi byl velmi rozčilený. Možná chtěl zaútočit ten druhý, protože měl hrozný vztek. Možná jste se chtěli poprat oba, ale pak jste se rvačce nějak vyhnuli.

Napiš, co se stalo a jak ses při tom cítil. Vyprávěj, jak se vám podařilo rvačce vyhnout. Nazvi svůj příběh: **Málem došlo k boji**

Na psaní necháme asi 15 minut, potom děti čtou své příběhy

Reflexe: Co můžeme udělat, aby nevznikla rvačka?

Žáci zkouší popsat - zobecnit různé strategie. Nápady zapisujeme jako přehled na tabuli nebo větší papír (může zůstat vyvěšeno ve třídě)

Další otázky pro diskuzi. :

- Co uděláš, když ti chce někdo něco vzít?
- Co uděláš, když tě někdo slovně urazí?
- Jsou případy, kdy musíš bojovat? Je rvačka dobrá metoda, jak rozhodnout spor?
- Co uděláš, když vidíš, že jiné dvě děti se už málem dostaly do prance?
- Jaký je rozdíl mezi hádkou rvačkou?
- Už ses někdy popral? Jak ses při tom cítil? Proč starý muž říká, že násilí je peklo?

*Zpracováno podle knihy Klause W. Vopela: Skupinové hry pro život, 4. díl, kapitola Řešení problémů, str. 125, Portál, Praha 2007*

## **Příklady strategií pro vyhnutí se násilnému střetu**

Výstup z aktivity účastníků cyklu seminář PRCH na 1. stupni ZŠ 2015 :

- úsměv
- vyjasnění situace
- zrcadlení emocí, empatie
- ocenění, když se někdo ovládne
- snažit se předcházet osobnímu konfliktu, zaměřit se na problém, ošetřit člověka
- dát najevo, že mi to vadí, ale netrestat a mluvit o tom, co to s námi dělá
- nepopírat emoce, ale uvědomovat si je a ovládnout (kultivovat) jejich projev
- neudělat nic, ale mluvit o tom s jinými, aby to člověk vydržel. Druhá strana po čase přestala bojovat
- ustoupit a pak toho, co chci, dosáhnout jinak



• USTOUPÍM A PAK DOSAHNU JINAK  
 S MĚV ARGUMENTY - DŮKAZY  
 SVĚTLO  
 VYJASNĚNÍ SITUACE

• ZRCADLENÍ EMOCÍ, EMPATIE

OCENĚNÍ, KDYŽ SE NĚKDO  
 OVLADNE

• SNAŽÍM SE PŘEDCHÁZET KONFLIKTŮ  
 ZAMĚŘIT SE NA PROBLÉMY, OŠERIT ČLOVĚKA

DALA JSEM NAJEVO, ŽE MI

TO VADÍ, ALE NETRESTALA  
 JSEM,

ALE MLUVILI JSME O TOM, CO TO  
 SNAŽÍM DĚLAT

JME MISTŘI CHLADNÝCH HLAV

- BRZDIT EMOCIE X UVĚDOMOVAT  
 VĚPOPIRAT SI EMOCIE

- NEDELA JSEM NIC, MLUVILA  
 JSEM O TOM, ABYCH TO VYDRŽELA

S jinými 2. strana přestala bojovat

## **Zdroje a doporučená literatura:**

1. H. Grecmannová, E. Urbanovská: Aktivizační metody ve výuce, prostředek ŠVP, Hanex Olomouc 2007
2. Kasíková: Učíme (se) spolupráci spoluprací, AISIS 2009
3. P. Kopřiva, J. Nováčková, D. Nevolová, T. Kopřivopvá: Respektovat a být respektován, Portál 2008
4. S. Rust: Když žirafa tančí s vlkem, ANAG 2009
5. M. Mešková: Motivace žáků efektivní komunikací, Portál, Praha 2012
6. J. Palenčárová, K. Šebesta: "Aktivní naslouchání při vyučování – rozvíjení komunikačních dovedností na 1. stupni ZŠ", Portál, Praha 2006
7. M. Kolařík: Interakční psychologický výcvik, Grada 2011  
(v této knize najdete vysvětlené principy skupinové dynamiky a velký výběr her a aktivit)
8. Klaus W. Vopel: Skupinové hry pro život 1, 2, 3, 4, Portál, Praha 2007
9. T. L. Hayden: Spratek, Portál, 2012 Tygřice, Portál 2012, pokračování příběhu nezvladatelné dívky v období dospívání

## **Internetové zdroje:**

- Metodika vedení třídnických hodin
- Metodika práce s dětmi na 1. stupni ZŠ
- Metodika práce s dětmi v oblasti primární prevence rizikových jevů ke stažení na <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/19/Ucebnice>
- pro individuální práci: Metodické doporučení pro práci s Individuálním výchovným programem v rámci řešení rizikového chování žáků č. j. MŠMT-43301/2011 <https://www.kr-olomoucky.cz/strategie-a-metodiky-v-oblasti-primarni-prevence-cl-398.html>
- [www.odyssea.cz](http://www.odyssea.cz)
- [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz)
- [www.etickavychova.cz](http://www.etickavychova.cz)

## Závěrem

... chceme ještě jednou poděkovat všem účastníkům našeho projektu z let 2013, 2014 i 2015 za aktivní účast.

Vždy nás zajímala jejich zpětná vazba k tématu, k probranému, k diskutovanému, k průběžně praktikovanému. A na závěr vzdělávacího cyklu jsme se jich zeptali na tři hlavní body, které by chtěli sdělit svým kolegům. V prosinci 2015 odpověděli takto:

- *Bylo mi tu moc fajn, doporučím i vám takové semináře*
- *Vše je o lidech a v lidech.*
- *Jsem ráda, že i ostatní mají a řeší podobné problémy a že jsme si předaly navzájem zkušenosti, které ráda předám i vám, jestli budete mít zájem*
  
- *Nutno nastavit pravidla*
- *Občas je dobré vžít se do situace druhého a zkusit si to procítit na vlastní kůži (zkus dítě poznat i z jiné stránky, než ze školní...)*
- *Nedej se odradit dílčím neúspěchem*
- *Komunitní kruh se nerovná diskusní kruh (špatně používaná metoda...)*
  
- *Vytvořit a dodržovat pravidla*
- *Využívat komunitní kruh*
- *Mít dostatek empatie k dětem i k sobě navzájem*
  
- *Pravidla chování nejen ve třídě*
- *Opakování matka moudrosti (a neplatí to jen pro učivo)*
- *Budu respektována, budu-li respektovat*
  
- *Mluví jen jeden, ostatní naslouchají*
- *Komunikovat spolu*
- *Mít čas a prostor pro sebe*
  
- *Nápady z jiných škol*
- *Zásady komunitního kruhu*
- *Zjištění, že i na jiných školách řeší podobné problémy, že to není jen naše „výsada“*
  
- *Sjednání se v dodržování pravidel*
- *Dokázat se vžít do dítěte a jeho vnímání řeči učitele*

- *Při jakých činnostech, které běžně kolegové používají, být obezřetný z důvodu rizikivosti*
- *Děkuji za nápady*
- *Tolerance různých návrhů, různá řešení*
- *Humor*
- *Pocit, že v tom nejsem sama. Řeší to také.*
- *Navštívit takový seminář – je prospěšný.*
- *Tolerance a kolegiální nejsou žádná věda, pouze trocha dobré vůle.*
- *Nikdo nejsme dokonalý natolik, abychom na sobě nemohli zapracovat.*
- *Spolupráce*
- *Pochopení*
- *Být nad věcí*
- *Sjednotit pravidla a pracovat na nich společně*
- *Pravidla komunikace při řešení problému*
- *Používání zpětné vazby, tolerance*
- *Váží si Vás*
- *Inspirujete mě*
- *Jste kreativní*
- *Funkce komunitního kruhu – jak se má správně provádět*
- *Tolerance – jak s ní pracovat*
- *Věnovat se také sám sobě, nezapomínat na relaxaci*
- *Správné praktikování komunitního kruhu*
- *Pravidla třídy*
- *Jednotnost učitelského sboru*
- *Vrátit se do dítěte*
- *Vyhnout se rizikovým aktivitám*
- *Co je komunitní kruh*
- *Pravidla*
- *Komunikace (zpětná vazba)*
- *Budování třídního kolektivu (věkové zvláštnosti)*



Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ  
metodická příručka pro učitele

Autoři:

Mgr. Silvie Houšťavová

Mgr. Irena Oršulíková

Mgr. Karel Opravil

Tato publikace byla vytvořena v rámci projektu „Prevence rizikového chování na 1. stupni ZŠ“, který byl hrazen z účelově vázané finanční dotace MŠMT ČR na podporu primární prevence rizikového chování pro rok 2015. Tisk příručky byl spolufinancován z projektu „IV. krajská konference PPRCH 2015 a vzdělávání pro pedagogické pracovníky s podtématem: Bezpečné prostředí na školách.“, na jehož realizaci vyčlenit finanční prostředky Olomoucký kraj.

sazba a tisk: Tiskárna KATOS s.r.o.

© 2015



