

Eva Ivanová
Ľubica Kopinová
Eva Líšková

ETICKÁ VÝCHOVA

v 2. ročníku základnej školy

Metodická príručka pre učiteľov

Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave
Bratislava 2005

SLOVO NA ÚVOD

Školský rok 2005-2006 je pre etickú výchovu významný z toho dôvodu, že tento predmet sa ako nový bude realizovať už v dvoch prvých ročníkoch základnej školy.

Za sebou máme prvý rok vyučovania etickej výchovy v 1. ročníku na I. stupni ZŠ. Priniesol veľa skúseností, nápadov zo strany učiteľov, ale i samotných žiakov. Na každej škole mali učitelia k dispozícii Učebné osnovy pre I. stupeň ZŠ a metodickú príručku Etická výchova v 1. ročníku ZŠ. Tieto materiály im ponúkli jasné kroky, prostriedky, metódy, ktoré viedli k určeným cieľom i k variabilite postupov pri zážitkovom učení. Od školského roku 2005-2006 budú mať prváci na etickú výchovu aj pracovné listy.

Túto metodickú príručku sme pripravili pre učiteľov druhých ročníkov ZŠ. Má im pomôcť rozvíjať to, čo deťom odovzdali učitelia v prvom ročníku. Možno sú to tí istí učitelia, ktorí už svoje deti poznajú a vedia, čo je etická výchova. Ak sú to noví učitelia, mali by absolvovať priebežné vzdelávanie etickej výchovy, aby vnikli do podstaty predmetu.

Metodická príručka obsahuje v prvej časti krátke zhrnutie východísk etickej výchovy a v druhej časti ponuku aktivít podľa učebných osnov etickej výchovy pre 2. ročník. Učiteľ tak nemusí hľadať v množstve literatúry, ale postačí mu, ak siahne do zásobníka odskúšaných aktivít.

Obsah aktivít je rozpracovaný podľa tematických celkov. Taktiež metódy a formy práce, ktoré sa v nich uplatňujú, rešpektujú špecifiká tohto predmetu. Ponuka aktivít je širšia, ako sú ich realizačné možnosti. Učiteľ si tak môže vyberať podľa aktuálneho pedagogického zámeru i podľa podmienok daných osobitosťami žiakov.

Z hľadiska formálneho usporiadania sa každá aktivita začína čiastkovým cieľom, zameraným sa rozvoj danej sociálnej zručnosti smerom k prosociálnosti, ktorý určuje realizáciu celej aktivity. Pri každej téme sa ráta so senzibilizáciou, ktorá je v podstate vstupnou motiváciou. Čas, uvedený na realizáciu aktivity, je orientačný. Dôležité je, aby učiteľ poskytol dostatočný čas na aktivitu, a tak umožnil zážitok každému žiakovi.

Realizácia, ako je uvedená, je odporúčaným postupom. Vytvára priestor na tvorivosť žiakov i učiteľa.

Ťažiskom realizačného procesu aktivity je hodnotová reflexia, v ktorej treba poskytnúť priestor podľa individuálnej potreby každému žiakovi, aby mohol vyjadriť vlastné myšlienky, postoje a prežívanie v zmysle stanoveného cieľa aktivity. Prostredníctvom reflexie zároveň upevňujeme aj ďalšie sociálne zručnosti, ktoré aktivita ponúka. Otázky na reflexiu učiteľ modifikuje podľa vlastného uváženia. Pri reflexii je dôležité pozorne sa vzájomne počúvať. Výpovede detí sa spravidla nehodnotia.

Z hľadiska výchovy k prosociálnosti je v každej etape metodického postupu **dôležitý takt** učiteľa. S ním súvisí aj akceptovanie rozhodnutia dieťaťa nezapojiť sa do aktivity. Učiteľ by sa však mal rozhodne vyvarovať akéhokoľvek diagnostikovania a psychologizovania správania dieťaťa.

Dodržiavanie pravidiel a rešpektovanie práv je každodennou súčasťou výchovného štýlu etickej výchovy. Pomáha vytvárať atmosféru radosti, dôvery a istoty. Pre cvičujeme ich sústavne aj v rámci aktivít, i keď to vždy nie je uvedené ako súčasť cieľov.

Tešíme sa, že etická výchova prestáva byť v učiteľskej verejnosti problémom, ale skôr výzvou. Nadalej hľadáme spolu nové spôsoby ako naplniť to, k čomu nás vyzýva ľudská túžba: **byť jeden pri druhom, vážiť si život a vkladať od malička do dieťaťa k životu úctu a odvahu chrániť ho.**

I. ČASŤ

1 ZÁKLADNÉ ZLOŽKY ETICKEJ VÝCHOVY

Etická výchova ako výchovno-vzdelávací predmet a zároveň ako organická súčasť edukačného systému školy je predovšetkým výchovou k prosociálnosti. **Etická výchova sa realizuje cez štyri základné zložky:**

1. **Cieľ.**
2. **Obsah** (výchovný program, ktorý sa premieta do jednotlivých tém v osnovách).
3. **Výchovný štýl** (vzťah, prístup k žiakovi – bližšie je o ňom reč v procesuálnej stránke osnov).
4. **Metódy.**

2 VÝCHOVNÝ CIEĽ

Prvoradým cieľom etickej výchovy je rozvíjanie etických postojov a prosociálneho správania žiakov. (*Učebné osnovy etickej výchovy pre I. stupeň ZŠ.*)

Slovo prosociálnosť je odvodené z latinského slova socius = spoločník, priateľ. Prosociálny je teda človek, ktorý sa k iným ľuďom správa ako k potencionálnym priateľom.

Prosociálnym nazývame správanie, ktoré je zamerané na pomoc alebo prospech iných osôb, skupín, spoločenských cieľov, avšak bez nároku na odmenu (napr. finančnú, resp. pochvalu, uznanie). To znamená, že motívom a predpokladom takéhoto správania je vnútorná potreba robiť to, čo prospeje inému. Cieľom výchovy k etickému správaniu však nie je len osvojenie si určitého správania, ale aj snaha **priviesť deti k vnútornej potrebe takéhoto správania.**

Prosociálne správanie je v zhode so zlatým pravidlom mravnosti: „Čo (ne)chceš, aby robili tebe, (ne)rob ani ty druhým.“ Ak nie som prosociálny, nebudem schopný ani ochotný robiť iným to, čo by som chcel, aby oni robili mne.

Prosociálnosť a láska k blížnemu sú príbuzné pojmy. Láska zdôrazňuje vzťah k blížnemu, prosociálnosť ochotu pomáhať.

Výchova k prosociálnosti je systém výchovných metodických postupov a krokov usporiadaných do programu, ktoré rozvíjajú morálne postoje a praktické morálne činy a správanie. Podstatnou časťou programu je rozvoj sociálnych zručností. Tie, zamerané na etické ciele, stávajú sa etickými spôsobilosťami, cnosťami, čo je trvalá dispozícia správať sa eticky, pozitívne.

Výchovu k prosociálnosti tvorí ucelený program, ktorý zahŕňa rôzne vekové kategórie: od materských škôl až po stredné školy, dá sa však aplikovať aj na výchovu dospelých.

V rámci procesu výchovy k prosociálnosti dochádza k zmene v medziľudských vzťahoch všetkých zúčastnených činiteľov:

učiteľ – dieťa,
dieťa – dieťa ,
dieťa – rodič,
učiteľ – rodič.

Cieľom etickej výchovy je vychovať osobnosť, ktorá:

- má svoju vlastnú identitu (je sama sebou), pritom táto identita zahŕňa v sebe aj prosociálnosť,
- má pozitívny vzťah k životu a ľuďom spojený so zdravou kritickosťou (k sebe i svojmu okoliu),
- jej správanie je určované osobným presvedčením a zvnútornenými etickými normami vyplývajúcimi z univerzálnej solidarity a spravodlivosti, a preto je do istej miery nezávislá od tlaku spoločnosti,
- má zrelý morálny úsudok opierajúci sa o zovšeobecnené morálne a etické zásady, preto je schopná správne reagovať aj v neočakávaných a zložitých situáciách,
- charakterizuje ju jednotnosť v myslení a konaní,
- koná nielen v súlade so svojimi zásadami, ale aj s citovým nasadením, čiže je u nej súlad medzi emóciami a chcením (nekoná len z povinnosti a bez nadšenia, s pocitom sebaobetovania).

Sociálne zručnosti, ktoré sú prostriedkom k dosahovaniu cieľov, sú predpokladom duševného zdravia. Etická výchova tak uskutočňuje primárnu prevenciu porúch učenia sa a správania. V tomto zmysle je zároveň významným príspevkom k riešeniu problémov detí s poruchami správania.

Výchova k prosociálnosti zameraná na takéto náročné dlhodobé ciele prostredníctvom dosahovania čiastkových cieľov, je náročným a dlhodobým procesom.

3 OBSAH (VÝCHOVNÝ PROGRAM) ETICKEJ VÝCHOVY

Obsah etickej výchovy v predloženom komplexnom systéme vzdelávania pozostáva z desiatich základných, logicky usporiadaných a vzájomne úzko previazaných tematických celkov, vyjadrujúcich atribúty osobnosti, ktoré napomáhajú zvyšovať sociálnu a emocionálnu inteligenciu dieťaťa.

TEMATICKÉ CELKY

1. Otvorená komunikácia.
2. Ľudská dôstojnosť a sebaúcta.
3. Pozitívne hodnotenie iných.
4. Tvorivosť a iniciatíva.
5. Komunikácia a vyjadrovanie citov.
6. Empatia.
7. Asertivita.
8. Schopnosť výberu žiaducich reálnych a zobrazených vzorov.
9. Spolupráca, pomoc, darovanie, delenie sa – prosociálnosť v osobných vzťahoch.
10. Komplexná prosociálnosť.

Poradie jednotlivých tematických celkov má svoj význam. Postupné zvládnutie každej témy znamená, že deti sú schopné osvojovať si sociálne zručnosti z nasledujúcej témy. Je dôležité si uvedomiť, že nejde len o nácvik jednotlivých zručností, napríklad komunikácie, tvorivosti, empatie, asertivity, ale ide predovšetkým o to, aby tieto zručnosti boli v službe prosociálnosti.

Výchovné ciele týchto tém smerujú k rozvoju sociálnych zručností žiakov.

Okrem uvedených 10 základných tematických celkov má slovenská podoba etickej výchovy nasledujúcich šesť aplikačných tém:

11. Etika – hľadanie koreňov prosociálneho správania.
12. Ekonomické hodnoty.
13. Náboženstvá – tolerancia a úcta.
14. Rodina, v ktorej žijem.
15. Výchova k manželstvu a rodičovstvu.
16. Ochrana prírody a životného prostredia.

Tieto umožňujú učiteľom i žiakom aplikovať získané sociálne zručnosti v konkrétnych životných situáciách.

3.1 OTVORENÁ KOMUNIKÁCIA

Na svete nie sme sami. Stretávame sa s ľuďmi, komunikujeme s nimi v rôznych situáciách, a najmä neustále. Človek nemôže nekomunikovať. Napríklad učiteľ už pri svojom príchode medzi deti s nimi komunikuje, a to aj vtedy, keď nič nepovie. Samozrejme, platí to i opačne. *Komunikácia je najprirodzenejším prostriedkom, ktorý používa pedagóg na rozvoj osobnosti dieťaťa (Zelina, 1994).*

Výchovné ciele:

1. Zoznámiť sa navzájom v spoločenstve, v triede.
2. Osvojiť si základné spôsobilosti verbálnej i neverbálnej komunikácie. Naučiť sa používať základné komunikačné spôsobilosti medziľudských vzťahov.
3. Vytvoriť základy aktívneho počúvania.

Slovo komunikácia je latinského pôvodu a v preklade znamená spojenie. Je známe, že všetky živé tvory medzi sebou komunikujú. Komunikácia medzi ľuďmi sa však odlišuje od komunikácie ostatných živočíšnych druhov cielenosťou a zámerom komunikovať. Človek je tvor, ktorý komunikuje slovom aj bez slov, a vďaka komunikácii sa stáva v plnom zmysle slova človekom. Čo je teda komunikácia? Je to každé vonkajšie vyjadrenie myslenia a zamýšľania sa. Komunikáciu možno chápať predovšetkým ako prostriedok na vyjadrenie a vytváranie svojho vzťahu k ľuďom a ľudským hodnotám.

Odborná literatúra uvádza päť vecných dôvodov, prečo treba komunikovať:

1. chcem sa viac dozvedieť o sebe, o druhých, o svete okolo nás,
2. chcem sa o niečo (informácie, zážitky, zámery) podeliť s druhými,
3. chcem sa zúčastniť na poznatkoch, zážitkoch, plánoch druhých,
4. chcem presvedčiť alebo ovplyvniť druhých,
5. pre potešenie (žart, veselosť, uvoľnenie, družnosť, radosť).

Poznáme tri spôsoby, ako si pri vzájomnom kontakte niečo oznamujeme:

1. mimoslovne – neverbálne,
2. slovne – verbálne,
3. činmi – tým, čo robíme, ako sa správame, ako konáme.

Literatúra uvádza aj 4. spôsob komunikácie: komunikovanie tichom.

Neverbálna komunikácia – (mimoslovné formy komunikácie)

Človek nemôže nekomunikovať. Komunikuje, aj keď je sám, dokonca aj v spánku. Vecný obsah informácie zdieľame slovami – verbálne. City, postoje, vzťah medzi partnermi komunikácie si odovzdávame prevažne neverbálne. Dôležitý je pritom nielen neverbálny prejav hovoriaceho, ale aj počúvajúceho. Napríklad pre učiteľa sú neverbálne prejavy detí dôležitou spätnou väzbou, ktorá mu umožňuje odhadnúť ich aktuálne citové dispozície, záujem alebo nezáujem, súhlas alebo nesúhlas, ich schopnosť vnímať jeho rozprávanie.

Pripomíname, že neverbálny prejav je pravdivejší ako slovný. Klamať neverbálne je ťažšie ako povedať nepravdu.

Veľa komunikujeme inak než slovami:

- mimikou, t.j. rôznymi výrazmi tváre,
- proxemikou, t.j. vzdialenosťou od partnera a orientáciou v priestore,
- posturologiou, t.j. postojom, držaním a pohybmi tela,
- gestikuláciou, t.j. pohybmi rúk,
- zrakovým kontaktom, t.j. pohľadmi,
- bezprostredným dotykom, úpravou zovňajška,
- paralingvistikou, t.j. sprievodnými znakmi reči, ako sú tón, rýchlosť reči, melódia hlasu, modulovanie hlasu, zrozumiteľnosť prejavu a pod.

Verbálna komunikácia (slovné odovzdávanie informácií)

Na prvý pohľad sa môžeme domnievať, že slová sú tým najdôležitejším, čo rozhovor robí rozhovorom. Hovoríme spolu slovami – presnejšie vetami, zároveň si mnoho dopovieme neverbálne a tým, ako sa správame.

Verbálna komunikácia je podmienená našou osobnou jedinečnosťou, životnými zážitkami, skúsenosťami, vzdelaním, kultúrnym prostredím, v ktorom žijeme. Obsahová stránka verbálnej komunikácie by sa mala vyznačovať vecnou správnosťou, presnosťou, zrozumiteľnosťou a primeranosťou veku a intelektu cieľovej skupiny, stručnosťou, vecnosťou a jazykovou správnosťou.

Pri otvorenej komunikácii rešpektujeme nasledujúce zásady:

- Konkretizujeme a kvantifikujeme svoje tvrdenia.
- Vysvetlíme presný význam kľúčových slov.
- Hovoríme v prvej osobe.

Pri komunikácii je dôležité vyjadriť tri podstatné veci:

1. Ako sme to mysleli (otázka jasnosti).
2. Odkiaľ to vieme (otázka platnosti).
3. Čo z toho vyplýva (otázka všeobecnosti a záverov).

V procese vytvárania výchovného spoločenstva detí na 1. stupni ZŠ možno prosím, ďakujem, prepáč povýšiť na slová, ktoré majú čarovnú moc.

Komunikácia činmi (ako sa správame)

To, čo robíme, ako sa správame, patrí k signifikantným prejavom v našich osobných stretnutiach. Práve činy robia našu reč vieryhodnejšou, autentickejšou. Pod pojmom čin rozumieme všetko, čo napĺňa a potvrdzuje hodnotovú a morálnu stránku komunikácie.

Umenie počúvať

Dôležitou súčasťou plnohodnotného komunikovania je schopnosť počúvať. Pri počúvaní ide o to, aby sme zachytili celok odovzdávanej informácie, nielen jej detaily. Počúvame všetkými zmyslami, snažíme sa preniknúť hlbšie, až k samému jadrú veci. Je rozdiel medzi počutím (púhym zachytením okolitých zvukov bez spracovania informácie) a počúvaním, ktoré človeka aktivizuje k činnosti.

Poznáme tri spôsoby počúvania:

1. Počúvame ušami – počutím.
2. Počúvame očami – videním.
3. Počúvame srdcom – láskou.

Ak za cieľ počúvania prijmem úlohu stať sa jedným veľkým uchom – vnímať hovoriaceho všetkými zmyslami a chápať ho ako celok, potom môžeme hovoriť o cnosti počúvania.

Z uvedeného vyplýva, že **komunikácia v prosociálnom chápaní plní dvojaké poslanie:**

1. Považovať komunikáciu za dar.
2. Prostredníctvom komunikácie budovať hlboký, srdečný, prosociálny vzťah.

3.2 ĽUDSKÁ DÔSTOJNOSŤ A SEBAÚCTA

Prameňom každej sebaúcty je úcta k životu. Avšak k tomuto poznaniu a povedomiu treba človeka viesť správnu výchovou. Život každého človeka je nesmiernou hodnotou, je jedinečný.

Výchovné ciele:

1. Naučiť sa spoznávať svoje silné aj slabé stránky.
2. Vážiť si seba samého, svoju individualitu a rozvíjať schopnosť „byť sám sebou“. Posilňovať sebaocenenie.
3. Vytvoriť základy sebaúcty a ľudskej dôstojnosti.

Jeden z najdôležitejších poznatkov súčasnej psychológie hovorí, že obraz dieťaťa o sebe a jeho sebaocenenie majú kľúčový význam pre jeho psychické zdravie a rozvoj charakteru. Čo rozumieme pod týmito pojmami a aký je medzi nimi rozdiel?

Obraz o sebe je súhrn informácií, ktoré nejaká osoba o sebe má (dobrý kamarát, dobrý spevák, kresliar či tanečník).

Sebaocenenie je hodnotením informácií obsiahnutých v obraze o sebe. Zahŕňa aj pocity, ktoré v nás informácie vyvolávajú. Na sebaocenenie majú vplyv objektívne informácie a subjektívne hodnotenie týchto informácií.

Sebaúcta je relatívne stále vedomie a hodnotiaci úsudok, ktoré si osoba urobí o sebe vo vzťahu k želaným pozitívnym vlastnostiam. Jej základom je poznanie vlastných možností, fyzických, intelektuálnych a morálnych schopností, spoločenských vzťahov, postojov a správania.

Osoby s vysokou sebaúctou majú stabilný reálny obraz o vlastných schopnostiach a svojom význame, majú dôveru vo svoj úsudok a veria, že môžu dosiahnuť svoje predsavzatia. V konečnom dôsledku ich to motivuje sústrediť svoju energiu a pozornosť na dobré výkony.

Nízke sebaocenenie vzniká z rozporu medzi vnímaným a ideálnym „ja“. Príčinou nízkeho sebaocenenia môžu byť aj privysoké, nereálne očakávania spôsobené napríklad ctižiadostivými rodičmi. Osoby s nízkou sebaúctou sú veľmi úzkostlivé, nevedia odolávať vonkajším tlakom, ľahko podliehajú vplyvom okolia. Majú malú dôveru voči iným, zaujímajú buď obrannú, defenzívnu polohu, alebo sú agresívne. Spravidla prísne vychovávané alebo odmietané deti majú nízku sebaúctu, prejavujú rezignovanosť, bývajú samotárske.

Obraz o sebe a sebaúcta nie sú nemenné stavy vedomia. Majú vývinovú dynamiku, nakoľko v každom období života sa človek do istej miery prispôbuje novým požiadavkám a rôznym zmenám. Sebaúcta sa môže meniť na základe rôznych skúseností, pohlavia, veku a iných rozhodujúcich podmienok.

Najhlbším motívom, ktorý nás oprávňuje k pozitívnemu sebaoceneniu, je ľudská dôstojnosť, ktorú nestrácame ani v prípade neúspechu alebo zlyhania. Zrelá osobnosť je tolerantná aj k svojim chybám, aj k chybám iných. To však neznamená, že sa ich nesnaží odstrániť. Zdravé sebaocenenie je dôležitým predpokladom prosociálnosti aj zdravého rozvoja charakteru.

Sebaúcta je emocionálny filter, cez ktorý ľudia vidia nielen samých seba, ale aj iných ľudí. Na vytvorenie zdravej sebaúcty dieťaťa je dôležité

dobré rodinné zázemie a dôležité miesto má aj učiteľ. Každé dieťa si zasluhuje rovnakú úctu ako rodič, učiteľ, ako každý človek. Aj ono je v prvom rade človekom a jeho rola žiaka je až druhoradá.

Čo môže urobiť učiteľ pre vytváranie pozitívneho sebaocenenia detí? Roche Olivar odporúča:

- *bezpodmienečne prijať dieťa aké je a vyjadrovať pozitívny vzťah k nemu,*
- *pripisovať mu pozitívne vlastnosti, nájsť niečo pozitívne aj v dieťati s poruchami správania a s nízkym sebaocenením a vhodným spôsobom ho podporiť,*
- *nevyslovovať globálne negatívne sudy o dieťati; pri nežiaducom správaní treba poukázať na negatívne dôsledky takeho správania.*

3.3 POZITÍVNE HODNOTENIE INÝCH

Schopnosť hodnotiť iných úzko súvisí so sebahodnotením. Je postavená na rovnakých psychologických základoch a požaduje, aby sme sa k druhým správali podobným spôsobom, ako to my očakávame od nich. To znamená: podporovať sebaocenenie iných, vyslovovať pozitívne očakávaná, viac chváliť ako kritizovať a pod.

Výchovné ciele:

1. Pozitívne prijať a hodnotiť iných v podmienkach bežných i sťažených.
2. Pozitívne vnímať a reálne hodnotiť situácie a udalosti.

V medziľudských vzťahoch sa často stretávame s javom, že ak sa nám darí, ľahko si navykneme na to, čo je dobré a považujeme to za samozrejmé. Človek má ale tendenciu vyslovovať častejšie sťažnosti, výčitky, negatívnu kritiku, než byť všímavý, niekoho úprimne pochváliť, poďakovať sa.

Všetky deti majú potrebu získať pocit uznania, pochvaly, akceptácie, prijatia, pocit, že si ho všímajú. Rozdiel je len v tom, že niektoré túto potrebu dávajú najavo a iné nie. U všetkých sa tak uspokojuje ich prirodzená túžba byť milovaný.

V každom z nás je tendencia stať sa lepším a v tom si môžeme navzájom pomáhať. Všímavosť a pripisovanie pozitívnych vlastností sú dôležité pedagogické nástroje. Neplatí to však len vo vzťahu učiteľ – žiak, ale aj vo vzťahoch detí medzi sebou a v medziľudských vzťahoch vôbec. **Deti sa stávajú takými, za aké ich trvalo považujeme.** Máme teda v rukách dôležitý nástroj, mali by sme ho zodpovedne využívať.

3.4 TVORIVOSŤ A INICIATÍVA

Každý človek má vrodenuú schopnosť byť tvorivý. Tvorivosť sa v rozmanitých podobách prejavuje u väčšiny ľudí počas celého života. V praktickom živote je tvorivosť a logické myslenie oveľa dôležitejšie ako faktografické znalosti alebo rutinné riešenie úloh.

Výchovné ciele:

1. Podnietiť tvorivosť v rôznych oblastiach.
2. Vytvoriť schopnosť chápať, akceptovať iných s uplatnením tvorivého prístupu.
3. Vytvoriť predpoklady na rozvoj tvorivosti v medziľudských vzťahoch, vrátane riešenia problémov.

V etickej výchove nejde len o rozvoj tvorivosti ako takej, ale tvorivosť má napomáhať rozvoju prosociálneho správania. Čím je jednotlivec tvorivejší, tým viac dobra môže vykonať. Pravdaže, sama tvorivosť ešte nie je zárukou mravnej kvality ľudských skutkov. Mravnú kvalifikáciu dostáva v závislosti od cieľov, ktoré sleduje, a od spôsobov, pomocou ktorých sa realizuje.

Definícií tvorivosti je veľa. „*Tvorivosťou rozumieme produkciu nových a súčasne užitočných riešení, nápadov, myšlienok, činov, správania*“ (Fulöpová, Zelinová: *Hry v materskej škole. Bratislava: SPN - ML, 2003, s. 9*). Nasledujúca definícia zohľadňuje aspekt prosociálnosti: „*Tvorivosť je vnútorná sila človeka, ktorá ho poháňa robiť všetko čo najlepšie a po novom, a to nielen pre seba, ale aj pre svoje okolie a v konečnom dôsledku pre celé ľudstvo.*“

Tvorivosť môžeme chápať ako vlastnosť osobnosti, ale aj ako proces i produkt. V podmienkach výchovy a vzdelávania je prvoradý tvorivý proces.

Z definícií tvorivosti vyplývajú základné axiómy tvorivosti:

1. Tvorivý môže byť každý človek.

V škole a vo výchove to znamená, že každý žiak, študent, vychovávateľ, učiteľ môže byť tvorivý na svojej úrovni rozvoja poznania, myslenia, osobnosti. Neexistuje netvorivý človek. Ide len o mieru, stupeň úrovne tvorivosti. Tvorivosť je hlboko osobná. Každý človek, každé dieťa je jedinečné. V tvorivom procese deti objavujú svoju podstatu a demonštrujú navonok určitú časť toho, čím vo vnútri sú.

2. Tvorivosť sa môže prejavovať v každej činnosti.

Tvorivosť nie je len umelecká, vedecká, technická, ale uplatňuje sa aj v medziľudských vzťahoch. Najdôležitejším objektom tvorivosti je sám človek ako tvorca seba, svojho ja, svojej osobnosti. To je aj podmienkou, aby sa prejavil ako tvorivý aj v iných oblastiach.

3. Tvorivosť sa dá rozvíjať.

Je to možné už u malých detí v rodine alebo v škole. Každý vychovávateľ má byť tvorivý a má vytvárať podmienky na rozvoj tvorivosti detí a žiakov

4. Tvorivosť je náročná práca.

Tvorivý proces núti človeka premýšľať a učiť sa, poznávať, zbierať informácie, pozorovať, hľadať nové riešenia. V oblasti medziľudských vzťahov tvorivosť kladie na človeka ešte vyššie nároky.

Najdôležitejšie faktory tvorivosti

1. Fluencia (plynulosť): schopnosť vyprodukovať čo najväčšie množstvo nápadov za určitý čas. Ide o množstvo myšlienok, predstáv, symbolov, pohotovosť sformulovať myšlienky. Mierou fluencie je počet nápadov.

2. Flexibilita (pružnosť): schopnosť produkovať rôznorodé predstavy, myšlienky, nápady. Mierou flexibility je počet a rôznorodosť nápadov rôzneho typu.

3. Originalita: schopnosť produkovať nové, neobvyklé riešenia, prekvapujúce kombinácie prvkov. Mierou originality je jedinečnosť nápadov.

Typy tvorivých úloh vhodných na rozvoj tvorivosti

1. Kombinovať dané prvky:
 - a) doplniť nedokončené čiary tak, aby vznikol zmysluplný obrazec,
 - b) dokončiť príbeh, rozprávku,
 - c) vytvoriť obraz, plastiku z daných materiálov.
2. Riešiť hádanky.
3. Dramatizovať a pantomímou vyjadrovať rozmanité situácie.
4. Vytvoriť symbol pre daný pojem, napr. rodina.
5. Riešiť hypotetické situácie: Čo by si urobil, keby...

Iniciatíva

Tvorivá práca predpokladá iniciatívu a zároveň vedie k iniciatíve (na druhej strane však iniciatíva nemusí byť podmienená tvorivosťou). Jej dosiahnutie je podmienkou zdravého morálneho vývoja. Bez určitého stupňa iniciatívy nie je možné osvojiť si a uplatňovať sociálne zručnosti. Je nevy-

hnutnou súčasťou riešenia každodenných problémov, vrátane schopnosti brániť sa nežiaducej iniciatíve, ktorá ohrozuje zdravie a osobnú bezpečnosť (napríklad fajčenie, alkohol, nebezpečie sexuálneho zneužívania detí).

Tým, že motivujeme deti k tvorivosti a iniciatíve, naprávame aj škody spôsobené chybnou výchovou v útlom detstve, prejavujúce sa zakríknutosťou a pasivitou.

3.5 VYJADRENIE A KOMUNIKÁCIA CITOV

Citmi nazývame prežívanie vzťahu k skutočnostiam v nás a mimo nás: k veciam, udalostiam, javom, k iným ľuďom, k sebe samému. City sú vlastné len človeku, obohacujú a skrášľujú mu život.

City sa navonok výrazne vyjadrujú prostredníctvom všetkých neverbálnych prejavov, ovplyvňujú dýchanie, srdce a vazomotorický systém (zrýchléné alebo spomalené dýchanie, pulz, zblednutie alebo sčervenanie).

Rozoznávame:

Nižšie city – sú krátkodobé a sú spojené s uspokojovaním alebo neuspokojovaním biologických potrieb (pocit hladu, smädu, ospalosti, sexuálne potreby, pocity tepla, chladu a pod.).

Vyššie city – sú dlhodobé a týkajú sa duševného a duchovného života človeka. Patria k nim intelektové, estetické, etické, sociálne, náboženské city.

Podľa vplyvu na ľudský organizmus, psychiku a činnosť človeka rozoznávame:

- **stenické city** (dobroprajnosť) – pôsobia na nás posilňujúco,
- **astenické city** (zlosť, depresia) – pôsobia na nás negatívne, oslabujú nás.

Z hľadiska prosociálnosti sa citom venujeme z dvoch dôvodov:

1. Schopnosť vedieť rozpoznať, identifikovať a usmerňovať svoje city je jednou zo základných podmienok sebapoznania, duševnej hygieny a sebvýchovy (je dôležitá pre rozvoj charakteru a zrelosť osobnosti).
2. Schopnosť vyjadrovať city ako dôležitý predpoklad komunikácie, empatie, základov budovania medziľudských vzťahov a schopnosti porozumieť iným.

Výchovné ciele:

1. Identifikovať, pomenovať a vyjadrovať city (napr. vedieť porozprávať čo ma teší, po čom túžim, čo ma naplňuje radosťou, optimizmom).
2. Vytvárať schopnosť nenásilným spôsobom usmerňovať city
3. Prejavovať city voči iným a akceptovať citové prežívanie iných.

Vyjadrovanie citov a duševné zdravie

City sú cenným zdrojom informácií o našich najhlbších postojoch, ktoré ovplyvňujú naše reakcie a správanie, a o rebríčku hodnôt v našom živote. Sú dôležité pre mentálne zdravie človeka. Každý človek by si mal všímať svoje city, oceňovať ich a s nimi pracovať.

Často sa správame podľa toho, čo práve prežívame. City však nemôžeme ovládať tak, ako napr. ovládame svoje končatiny. Môžeme ich však usmerňovať.

Niekoľko možností usmerňovania citov:

- Cit sa utíši už tým, že ho identifikujeme a pomenujeme.
- Odvedme pozornosť od predmetu citu tým, že sa sústredíme na iný predmet, napr. na činnosť, ktorú máme v oblúbe.
- Pripomeňme si chyby, ktorých sme sa dopustili, keď sme boli pod vplyvom podobného citu, a odložme rozhodnutie na pokojnejšiu chvíľu.
- Pripomeňme si, že sebaovládanie, čiže usmerňovanie našich vnútorných pohnútok, je jednou zo zložiek sebaoceňovania. Vedomie, že nie som schopný ovládať svoje nálady a emócie, vedie k nízkemu sebaoceňovaniu.

Vo vzťahu k citom sa vyskytujú dva extrémny:

1. podceňovanie citov – ich vyjadrovanie sa považuje za slabosť,
2. preceňovanie citov - nechať sa nimi zaplaviť, ovládnuť, zotročiť.

City nemôžeme hodnotiť ani ako dobré, ani ako zlé, pretože pôsobia len ako katalyzátor toho, čo je v nás. Vzhľadom na rôznorodosť citov a ich vplyv na zdravie človeka a jeho psychiku rešpektujeme isté pravidlá.

Roche Olivar odporúča nasledujúce:

- *Často vyjadrovať pozitívne city, láskavosť, vd'ačnosť, prijatie.*
- *Dôverne, ale nie často, vyjadrovať aj negatívne city, nesúlad, sklúčenosť.*
- *Negatívne city týkajúce sa správania iných osôb vyjadrovať opatrne a len vo vhodnej chvíli.*
- *Rešpektovať vlastnosti citov a vyslovovať ich v 1. osobe. Vyhybať sa priamemu obvineniu druhého.*
- *Bezpodmienečne sa vyhýbať výčitkám, najmä okamžitým. Výčitka vo všeobecnosti vyvoláva práve opačný efekt.*

3.6 EMPATIA

Empatia je schopnosť pochopiť a vycítiť, čo druhá osoba prežíva, čo cíti a na čo myslí. Empatia sa začína tam, kde opustíme svoje vlastné myšlienky, city a predstavy a začneme uvažovať o tom, ako by sme sa cítili v situácii iného človeka alebo sa ho snažíme pochopiť, resp. i predvídať jeho konanie. Je to jedna z najpozoruhodnejších možností človeka. Umožňuje, aby sme prekročili hranice vlastnej osoby, vymanili sa z egoistického zajatia v sebe a, takpovediac, žili životom iných.

Výchovné ciele:

1. Pochopiť podstatu a význam empatie.
2. Na primeranej úrovni pochopiť práve prežívané myšlienky a city iného.
3. Vytvoriť elementárne základy sociálnej empatie.

Rozhodujúcim a základným motívom prosociálneho správania je empatické spoluprežívanie potrieb, radosti alebo bolesti iných.

Medzi prosociálnym správaním a empatiou je veľmi úzky vzťah; čím je človek empatickejší, tým je prosociálnejší. Empatia nesúvisí priamo s inteligenciou, skôr závisí od množstva a rozmanitosti skúseností človeka, ale v prvom rade od vedomého chcenia porozumieť iným.

Zložky empatie

Rozlišujeme dve zložky (stránky) empatie:

1. Poznávaciú (kognitívnu, rozumovú).
2. Citovú (emocionálnu, efektívnu).

Poznávacia zložka empatie je schopnosť pochopiť situáciu druhej osoby pomocou predstavivosti tak, že s určitou pravdepodobnosťou predvidáme jej myšlienky, reakcie, správanie. Niektorí autori ju stotožňujú so schopnosťou predvídať správanie druhej osoby.

Citová zložka empatie je schopnosť vcítiť sa do prežívania inej osoby, pochopiť jej vnútorný svet, čo je pre ňu príjemné, ako sa momentálne cíti.

Poznávacia a citová zložka empatie sú vzájomne späté, nemožno ich od seba oddeliť, hoci jedna z nich vždy prevláda. Môže to byť v súvislosti s konkrétnym človekom i v súvislosti s konkrétnou situáciou.

Empatiu v osobných vzťahoch možno pomerne ľahko pochopiť a osvojiť si ju, pretože sa týka konkrétnej osoby. Väčšiu zrelosť si vyžaduje **sociálna empatia**, ktorá sa vzťahuje na celý národ, spoločenskú alebo etnickú skupinu.

Vo vývine dieťaťa je empatia dôležitou mierou jeho sociálnej osobnostnej zrelosti. Ak je dieťa empatické, slová ako dôvera, cit, porozumenie, priateľstvo dostávajú pravý význam. Zároveň sa vymaňuje zo sociálnej izolovanosti.

Empatické správanie predpokladá:

- otvorenosť a aktívne počúvanie,
- verbálne a neverbálne prejavovanie prijatia,
- občasné vyjadrenie, že chápeme, čo náš partner cíti alebo si myslí,
- sústredenie sa na prítomný okamih,
- stať sa vnímavým, čiže zbaviť sa zaujatia vlastnými myšlienkami, citmi a plánmi a úplne sa venovať partnerovi.

Empatia zjednodušuje komunikáciu medzi ľuďmi. Čím väčšia je empatia, tým kratšia môže byť komunikácia. Empatickí ľudia potrebujú málo slov na to, aby pochopili a vžili sa do situácií iných. Len na základe tohto uvedomenia môže človek vyjsť v ústrety inému – či už ide o pomoc verbálnu (útechu, vypočutie..), alebo fyzickú (urobiť niečo pre iného, darovať niečo...). Existuje tiež súvislosť medzi schopnosťou identifikovať svoje city a medzi empatiou. Čím lepšie poznáme svoje vlastné prežívanie, svoj vlastný citový svet, tým viac dokážeme pochopiť prežívanie a správanie sa iných ľudí.

Empatia si vyžaduje čas, ako si ho vyžaduje každý vzťah, každý rozhovor, každý zážitok či skúsenosť.

3.7 ASERTIVITA

Každý, kto prichádza do styku s ľuďmi, nevyhnutne prežíva situácie, ktoré sa ťažko riešia. V snahe presvedčiť iného o tom, že sa mýli a že jeho požiadavky sú neopodstatnené, môže ľahko vzniknúť konflikt vedúci k strate dôvery. Človek má však možnosť riešiť veci rozhovorom.

Problémy v interpersonálnych vzťahoch často riešime pri silnom citovom zainteresovaní a naše správanie je extrémne. Tieto extrémny v správaní sú známe ako pasivita (vzdávame sa, vyhýbame sa problémom, unikáme od problému) alebo agresivita (vnucujeme vlastné názory za každú cenu, útočíme, vyjadrujeme sa sarkasticky). Existuje však aj tretia forma správania – asertívne správanie, ktorú môžeme v komunikácii použiť na efektívne zvládnutie interpersonálnych problémových situácií.

Čo je asertivita?

V psychológii asertivita znamená otvorené vyjadrovanie citov, názorov a očakávaní, uplatňovanie nárokov a práv pri súčasnom rešpektovaní citov,

názorov, očakávaní, zámerov a práv iných. Asertívny človek v každej situácii zachováva svoju identitu, ale nenaruša identitu iných.

Byť asertívny znamená, že môžeme vyjadriť svoje presvedčenie a názory a obhajovať svoje oprávnené požiadavky priamo a úprimne s tým, že budeme rešpektovať oprávnené požiadavky druhej osoby a poskytneme jej priestor na ich obhájenie. To umožňuje obom stranám veriť, že dosiahnu uspokojivé riešenie a môžu sa vyhnúť prejavom pasívneho a agresívneho správania.

Výchovné ciele:

1. Utvárať základy asertivity.
2. Posilňovať individualitu osobnosti a schopnosť byť sám sebou.
3. Osvojovať si nenásilné riešenie konfliktov.

So zreteľom na asertivitu rozoznávame tri druhy správania:

1. Pasívne správanie

Pasívne sa správajúci človek uniká pred problémom. Nedokáže jasne vyjadriť svoje želania a potreby. Rovnako je však bezbranný voči požiadavkám iných. Chýba mu istota v konaní, trápi ho, že sa nedokáže uplatniť. Neodolá manipulácii. Byť pasívny znamená vyhýbať sa vyjadrovaniu vlastných názorov a presvedčenia alebo vyjadrovať ich negatívnym či obranným spôsobom. Dôsledkom pasívneho správania je výhra/prehra, pričom pasívny prehráva.

Avšak nie každé vzdanie sa svojich požiadaviek a oprávnených nárokov je prejavom pasivity. Človek sa môže slobodne rozhodnúť, že mu „niečo“ nestojí za to, aby na jeho presadenie vynakladal energiu a úsilie. Tiež má právo na veľkorysosť voči iným. V takom prípade tým, že ustúpi, realizuje svoje prianie. S výsledkom svojho konania je aj v takýchto situáciách spokojný.

2. Agresívne správanie

Agresívne sa správajúci človek sa presadzuje na úkor iných. Nerešpektuje názory a práva iných, ponižuje ich, znižuje ich sebadôveru. Agresívne sa správajúci človek je často neúspešný, iní sa k nemu správajú rezervovane, a tak v konečnom dôsledku dosiahne len jedno – dočasne sa zbaví napätia. Nechýba mu sebavedomie, či správnejšie pseudosebavedomie. Všetky svoje neúspechy sám pred sebou obhajuje a premieňa na úspechy. Keď sa to nedá, z neúspechu obviňuje svoje okolie. Agresívne správanie nie je len fyzické napadnutie alebo silné a hlasné slová. Agresívne pôsobí aj sarkazmus a ironizovanie.

Formou agresívneho správania je aj **manipulatívne správanie**. Je protipólom asertivity. Aj jeho zámerom je presadiť sa na úkor iných. Nebezpečie spočíva v tom, že na prvý pohľad nemusí byť jasné, o čo takto sa správajúcemu ide. Dôsledkom agresívneho správania je výhra/prehra. Prehráva agresívny, aj keď na prvý pohľad sa niekedy zdá, že vyhral.

3. Asertívne správanie

Asertívne sa správajúci človek dokáže jasne a presne vyjadriť, o čo mu ide, ako situáciu vidí, čo si o nej myslí a ako ju prežíva. Má primerané sebavedomie a pozitívny postoj k iným. Celou svojou bytosťou vyjadruje, že si je vedomý oprávnenosti svojej požiadavky a partnera považuje za korektného a ústretového. Počúva iných a je pripravený robiť kompromisy. Pod vplyvom argumentov je schopný zmeniť svoj názor. Nemá problém iného požiadať o láskavosť či sám láskavosť poskytnúť. Vystupuje pokojne, pôsobí uvoľneným dojmom, jeho slovný i mimoslovný prejav je bez napätia. Dôsledkom asertívneho správania je kompromis (výhra/výhra). V konečnom dôsledku nejde o to, kto má pravdu, ale čo je správne.

Asertívne práva, zásady a techniky

Asertívne práva vyplývajú z práva každého človeka rešpektovať jeho ľudskú dôstojnosť, slobodu a právo mať svoj názor a rozhodovať sa. Nie sú návodom na správanie. Slúžia ako prostriedok na ochranu práv a dôstojnosti jednotlivca v prípade manipulácie.

Asertívne práva podľa A. J. Smitha:

1. *Mám právo sám posudzovať svoje správanie, myšlienky a city a byť za ne a za ich dôsledky zodpovedný.*
2. *Mám právo neponúkať nijaké výhovorky ospravedlňujúce moje správanie.*
3. *Mám právo posúdiť, či a nakoľko som zodpovedný za riešenie problémov ostatných ľudí.*
4. *Mám právo zmeniť svoj názor.*
5. *Mám právo robiť chyby a byť za ne zodpovedný.*
6. *Mám právo povedať: „Ja neviem.“*
7. *Mám právo byť nezávislý od dobrej vôle iných.*
8. *Mám právo robiť nelogické rozhodnutia.*
9. *Mám právo povedať: „Ja ti nerozumiem.“*
10. *Mám právo povedať: „Je mi to jedno.“*

Využitie asertívneho práva má súčasne rešpektovať asertívne zásady, ktoré vychádzajú zo základnej tézy: čo nechceš, aby iní robili tebe, nerob ani ty im.

Asertívne zásady:

1. Učme sa kontrolovať svoje emócie.
2. Rešpektujme a tolerujme osobné práva druhého.
3. Stručne a úprimne vyjadrujme svoje city.
4. Snažme sa vidieť seba aj iných reálne.
5. Pokúsme sa poznať stanovisko druhého.
6. Načúvajme a snažme sa vypočuť iných.
7. Vážme si názor a presvedčenie iných.
8. Nechcime mať „pravdu“ za každú cenu.
9. Učme sa nachádzať kompromis.
10. Priznajme si chybu a pokúsme sa ju napraviť.
11. Uvedomujme si včas, čo naozaj chceme.

Schopnosť správať sa asertívne predpokladá zvládnutie primeraných asertívnych zručností. Ich osvojenie nie je jednoduché. Pomáhajú nám ich zvládnuť **asertívne techniky**. Vyžaduje si to však tvorivý prístup k riešeniu problému a citlivý výber a aplikáciu techník.

Zo základných asertívnych zručností (asertívnych techník) uvádzame len niektoré:

1. **Pokazená gramoplatňa** (pokojným opakovaním toho, čo chceme, nás učí vytrvalosti v presadzovaní svojej požiadavky).
2. **Pootvorené dvere** (učí akceptovať manipulatívnu kritiku tak, že pokojne priznáme kritikovi, že v tom, čo hovorí, môže byť aj kus pravdy).
3. **Sebaotvorenie** (uľahčuje sociálnu komunikáciu).
4. **Voľné informácie** (učia rozlišovať v konverzácii prvky pre partnera zaujímavé a dôležité).
5. **Negatívne vypytyvanie** (vedie k aktívnej podpore kritiky s cieľom použiť získané informácie, ak sú konštruktívne, alebo ich vyčerpať, ak sú manipulatívne).
6. **Prijateľný kompromis** (ak nie je ohrozená moja sebaúcta, je vhodné v rámci sebaapresadenia sa ponúknuť pre obe strany prijateľný kompromis).

Nezabúdajme, že zámerom asertívnych techník je zabrániť konfliktu, a nie pripravovať „terén“ pre ďalšie strety.

Neodporúčame precvičovať ich s deťmi na 1. stupni ZŠ!

So zreteľom na cieľovú skupinu detí treba asertivitu chápať ako prostriedok na osvojenie si určitých **komunikačných spôsobilostí**, najmä:

- schopnosť požiadať o láskavosť,
- schopnosť presadiť svoje oprávnené nároky (požiadavky),
- schopnosť povedať **nie**, ak chcem povedať **nie**,
- schopnosť vyrovnávať sa s kritikou,
- schopnosť prijať ocenenie a vedieť aktívne oceňovať.

3.8 REÁLNE A ZOBRAZENÉ VZORY

Problematika modelov správania - vzorov je v školskom veku bezpochyby dôležitou témou, aj keď sa čiastočne vymyká zo sústavy základných sociálnych zručností. Jej miesto pri rozvíjaní prosociálnosti je však opodstatnené. Sleduje totiž schopnosť orientovať sa v modeloch správania, ktoré sa dieťaťu ponúkajú v procese vývinu jeho osobnosti.

Výchovné ciele:

1. Osvojovať si zmysel hodnoty modelu prosociálneho správania.
2. Utvárať primeranú schopnosť nazerania na negatívne vzory.
3. Vychovávať kritického diváka.

Pojem reálne a zobrazené vzory

Prvými, koho deti pozorujú, sú rodičia, neskôr aj ostatní členovia rodiny. Dieťa od nich získava a napodobňuje základné vzorce správania. Deti neskôr prirodzene a spontánne napodobňujú správanie svojich učiteľov, kamarátov a v neposlednom rade aj hrdinov rozprávok a iné zobrazené literárne a filmové postavy. Pozitívne vzory, či už reálne alebo zobrazené, sú dôležitým a účinným prostriedkom prosociálnej výchovy.

Modelom, vzorom, teda tým, koho činnosť či správanie napodobňujeme, je zvyčajne určitá osoba, ale môže ním byť napr. aj zviera. Ak je vzorom osoba, potom záleží pri napodobňovaní na jej vlastnostiach (vek, pohlavie, črty osobnosti atď.), na jej sociálnom postavení a prestíži a na mnohých iných znakoch. Modelom však môže byť aj dvojica alebo väčšia skupina ľudí.

Vzory delíme na:

- Pozitívne – sú zosobnením pozitívnych hodnôt, vytvárajú a šíria okolo seba lásku, snažia sa o spravodlivosť a dobré medziľudské vzťahy v každom prostredí, každý svojím spôsobom.
- Negatívne – sú opakom pozitívneho vzoru, často pôsobia skryto, pritom vedome a manipulatívne (vedia že sú negatívnymi vzormi).

Ďalšie delenie vzorov:

- Reálne – sú to ľudia, ktorí reálne žijú alebo žili.
- Zobrazené – ľudia zobrazení v literárnych dielach, filmoch, dramatickej tvorbe, ktoré najčastejšie sledujeme cez televíziu, filmy a iné médiá.

Prosociálna identifikácia so vzorom

Vzor možno imitovať alebo sa s ním identifikovať .

Imitácia je napodobňovanie, preberanie správania sa iných ľudí a vykonávanie ho tak, ako to robia oni. Uskutočňuje sa len v prítomnosti vzoru.

Identifikácia je prevzatie záujmov a cieľov iných, spojená s priáním podobať sa im. Je to voľba istého vzoru (modelu) správania a konania a stotožnenie sa s ním. Identifikácia sa stáva súčasťou správania sa jednotlivca a trvá aj keď prítomnosť vzoru pominie. To znamená, že dochádza k zvnútorneniu modelového správania.

Predmetom nášho záujmu je predovšetkým **identifikácia s prosociálnym vzorom** a z toho vyplývajúce následné prosociálne správanie. Výskumy odborníkov môžeme zhrnúť do nasledujúcich poznatkov:

- Deti, ktoré pozorovali „štedré“ vzory, dávali a delili sa častejšie ako deti, ktoré pozorovali „lakomé“ vzory.
- Ak rodičia v hrách alebo v iných aktivitách s deťmi často obdarúvajú, prejavujú účasť, delia sa, spolupracujú alebo utešujú iných, potom aj deti sa správajú podobne.
- Ak rodičia a vychovávatelia obdarúvajú svoje deti (tzv. komplementárne správanie), má to na rozvoj prosociálneho správania detí pozitívny vplyv.
- Účinnosť učenia podľa vzoru (modelu) závisí od situácie a vlastností pripisovaných modelovej osobe, t.j. od toho, či deti sú presvedčené o jej nezištnosti a dobrých úmysloch.
- Osoby s určitou autoritou, ku ktorým majú deti pozitívny citový vzťah, väčšmi ovplyvňujú ich správanie.

V podmienkach základnej školy na 1. stupni je prvoradým vzorom pani učiteľka a ostatný personál školy. Ako vzory môžu slúžiť známe osoby verejného života, literárne a rozprávkové postavy, ale aj nenápadní a verejnosti neznámi ľudia, z ktorých vyžaruje ľudskosť, pokoj a ochota nezištne pomáhať.

V súčasnosti je naliehavým problémom široká ponuka „scestných“ a nežiaducich vzorov, prezentujúcich negatívne hodnoty, ako sú násilie a agresivita, zisk víťazstva za každú cenu a pod. Uvedené vzory ponúka

najmä televízia, film, videoprodukcia, počítačové hry, reklama ale aj niektoré rozprávky. Na prvý pohľad sa niekedy môže zdať, že dej príbehu je nevinný a zábavný. Ale pri hlbšej analýze zistíme, že princípom je schéma: silnejší, prefikanejší víťazí nad slabším, a nie dobro nad zlom, ako to prezentuje prosociálnosť. Riziko vplyvu negatívneho vzoru spočíva podľa zistení odborníkov v tom, že diváci po piatich minútach sledovania filmu strácajú zábrany a súdnosť a stotožňujú sa so správaním hrdinov. Divák žije tým, čo vidí na obrazovke. Identifikuje sa s hrdinom – vzorom. Uvedený mechanizmus platí v prípade negatívneho, a našťastie, i pozitívneho vzoru. Práve u detí mladšieho školského veku sú účinky prosociálnych programov výraznejšie, ak pozeranie filmu bolo spojené s následným výkladom správania osôb.

Je viac ako pravdepodobné, že kvalitu ponuky televízneho programu a jeho negatívny vplyv na deti nemôžeme výrazne ovplyvniť. Mali by sme sa však viac sústreďovať na využitie pozitívnych vzorov. Účinná je napríklad metóda analýzy a hodnotenia televíznej relácie v rodine. Iná možnosť je sústavne, ale nenápadne a jemne usmerňovať deti, aby si všímali pozitívne prvky v televíznych reláciách.

3.9 SPOLUPRÁCA, POMOC, DAROVANIE, DELENIE SA – PROSOCIÁLNOŠŤ V OSOBNÝCH VZŤAHOCH

Je cieľovou rovinou prosociálnej výchovy. Dáva zmysel všetkým predchádzajúcim témam a súčasne je nimi podmienená. Počnúc komunikáciou až po asertivitu, t.j. všetky doposiaľ uvedené sociálne zručnosti sú predpokladom a integrálnou súčasťou prosociálneho správania.

Výchovné ciele:

1. Utvárať základy a posilňovať kooperatívne správanie sa vo všeobecnosti.
2. Utvárať schopnosť nezištne pomáhať iným a mať vnútorné uspokojenie z tejto činnosti.
3. Utvárať schopnosť prosociálneho správania v sťažených podmienkach (napríklad k problémovým a nám menej sympatickým deťom a ľuďom).

V odbornej literatúre sa prosociálne správanie charakterizuje ako správanie, ktoré je na prospech inej osobe, skupine ľudí alebo sociálnemu cieľu bez toho, aby takto sa správajúci človek (dospelý či dieťa) zaň očakával odmenu (materiálnu alebo nemateriálnu alebo len povšimnutie). Takéto

správanie predpokladá odpútanie sa od svojich vlastných potrieb a byť v službe potrebám iného.

Prejavmi prosociálneho správania v osobných vzťahoch sú spolupráca, pomoc, darovanie, delenie sa.

Spolupráca (kooperácia) je v tomto rebríčku najmenej náročnou formou prosociálneho správania, pretože je to správanie výhodné pre obe zainteresované strany. Bez spolupráce nie je možný spoločenský pokrok, ba ani život spoločnosti. Vyžaduje málo: predpokladom i podmienkou je iba ochota spolupracovať, urobiť prvý krok a riskovať eventuálne sklamanie. V prípade úspechu sa pri spolupráci sily účastníkov nielen sčítajú, ale znásobia.

Pomoc, darovanie, delenie sa je náročnejšie, pretože priame výhody má iba ten, komu pomáhame alebo ho obdarúvame. To je však iba povrchný pohľad. V konečnom dôsledku prosociálne správanie prináša hlboké uspokojenie a potešenie i tomu, kto pomáha, daruje alebo sa delí. Napokon, prosociálne správanie málokedy zostáva bez odozvy. Nezištná pomoc vyvoláva tendenciu recipacity.

3.10 KOMPLEXNÁ PROSOCIALNOSŤ

Spoluprácu, pomoc, darovanie, delenie sa pokladáme za prosociálne správanie predovšetkým v osobných vzťahoch. Vrcholom prosociálnosti je tzv. komplexná prosociálnosť. Komplexná prosociálnosť zahŕňa prosociálne postoje a správanie jednotlivca k spoločenskej skupine, k národu, k celej ľudskej spoločnosti a správanie spoločenských skupín medzi sebou.

Je to kompetencia prosociálneho prístupu v rámci sociálnych skupín počnúc rodinou a školou, smerujúca k tolerancii, nenásilii a znášanlivosti medzi národmi a národnostnými, etnickými a náboženskými skupinami.

Výchovný cieľ:

1. Rozvíjať základy porozumenia a spolupatričnosti (rodina, trieda, škola, región) a prijatia odlišností v rámci etnických a národnostných skupín, osôb na okraji spoločnosti (bezdomovci, drogový závislí), oslabenie a prevencia negatívnych postojov k nim.

Komplexná prosociálnosť je vyvrcholením predchádzajúceho rozvoja sociálnych zručností, postojov a správania. V mladšom školskom veku ide o získanie základných predpokladov na získanie tejto sociálnej kvality osobnosti, ktorá sa zatiaľ prejavuje v rovine vzájomného bezvýhradného prijatia sa v rámci rodiny, triedneho spoločenstva a v ostatných sociálnych vzťahoch, ktoré deti nadväzujú, bez ohľadu na vyššie uvedené odlišnosti.

Základné témy programu etickej výchovy, ktoré sme uviedli, sú obsahom uceleného projektu výchovy k prosociálnosti. Z nich sú do učebných osnov 1. stupňa príslušného ročníka zaradené tie, ktoré zodpovedajú systému postupného rozvoja osobnosti so zreteľom na vekové osobitosti žiaka. Z aplikačných tém sú do osnov etickej výchovy na 1. stupni ZŠ zaradené témy: rodina vrátane výchovy k manželstvu a rodičovstvu a ochrana prírody a životného prostredia.

4 VÝCHOVNÝ ŠTÝL

Dieťa je v období mladšieho školského veku mimoriadne vnímavé na podnety sveta, ktorý ho obklopuje. Podstatnú funkciu pri rozvoji jeho osobnosti prirodzene plní rodina. Popri nej významnú úlohu zohráva škola ako inštitúcia s pedagogicky erudovaným personálom, ktorého podstatným činiteľom je učiteľ. V procese je dôležitý uplatňovaný typ výchovného štýlu.

Štýlom výchovy rozumieme spôsob, akým učiteľ pristupuje k žiakovi, ako sa snaží pôsobiť na jeho názory a postoje, ako reaguje na jeho správanie, aký ma k nemu vzťah.

Moderná pedagogika vychádza z toho, že **výchova je predovšetkým vzťah medzi vychovávateľom a vychovávaným.** Tento vzťah je definovaný práve tak partnerstvom a priateľskou blízkosťou, ako aj neformálnou autoritou. Učiteľ i žiak sú spolutvorcami prostredia dôvery, radosti, tvorivosti a vzájomnosti. Vychovávateľ sa môže a má stať otcovským priateľom.

Výchovný štýl vo výchove k prosociálnosti je charakterizovaný týmito **výchovnými zásadami:**

1. Vytvoríme z triedy výchovné spoločenstvo.
2. Prijmeme dieťa aké je a prejavujeme mu priateľské city.
3. Pripisujeme deťom pozitívne vlastnosti, najmä prosociálnosť.
4. Formulujeme jasné a splniteľné pravidlá.
5. Na negatívne javy reagujeme pokojným poukázaním na ich dôsledky (induktívna disciplína).
6. Nabádajme, je to osvedčený výchovný prostriedok.
7. Odmeny a tresty používajme opatrne.
8. Do výchovného procesu zapojme rodičov
9. Buďme nositeľmi radosti

Tieto zásady výchovy neuvádzame podľa dôležitosti alebo časovej následnosti. Súvisia spolu, podmieňujú sa, niekedy sú v rovine cieľa, inokedy môžu byť v rovine prostriedku.

1. Vytvoríme z triedy výchovné spoločenstvo.

Táto zásada je založená na princípoch spolupráce všetkých členov spoločenstva, vrátane učiteľa. Znamená to, že deti pomáhajú vytvoriť v triede spravodlivé spoločenstvo bez krívd, schopné efektívne spolupracovať, vzájomne si pomáhať a zodpovedne sa rozhodovať. Pritom každý člen spoločenstva má v ňom dostatočný priestor na svoju autonómiu. Učiteľ ako člen spoločenstva usmerňuje výchovný proces, je poradcom a otcovským kamarátom s prirodzenou autoritou.

Účinná je napríklad spoločná práca detí v malých skupinách, kde sa prirodzene naučia rešpektovať názor iného, počúvať ho a reagovať na jeho podnety. Vzniká skúsenosť pozitívnych výhod spolupráce a budujú sa dobré vzťahy medzi žiakmi. Výchovné spoločenstvo sa prehlbuje aj v pravidelných komunitných stretnutiach.

Utváraniu triedneho spoločenstva napomáha:

- zapájanie detí do vytvárania pravidiel pre triedu,
- otvorenosť voči potrebám, názorom a návrhom detí,
- poverovanie dieťaťa vekuprimeranými zodpovednými úlohami,
- venovanie pozornosti dieťaťu v deň jeho sviatku.

2. Prijmeme dieťa aké je a prejavujeme mu priateľské city.

Úlohou učiteľa je objavovať a rozvíjať povedomie vlastnej hodnoty u každého dieťaťa tým, že ho akceptuje bez podmienok a prejavuje mu priateľské city. Prívetivý vzťah učiteľa uľahčuje každú výchovnú činnosť. Tento vzťah oslobodzuje dieťa od starosti, ako si získať náklonnosť učiteľa, prípadne, ako si vysvetliť jeho indiferentný postoj. Prijímanie bez podmienok znamená, že prejavujeme náklonnosť dieťaťu aj vtedy, keď sa očakávané správanie nedostaví ihneď. Je to základná podmienka dobrej výchovnej atmosféry. Niekedy je prijatie dieťaťa zložité, pretože vychovávateľia majú neprimerané očakávania. Dieťa ale má cítiť, že učiteľ ho má rád, a učiteľ ho má mať rád ako prvý.

3. Pripisujeme deťom pozitívne vlastnosti, najmä prosociálnosť.

Každý nemôže byť múdry, ale každý môže byť dobrý. Pripisujeme deťom dobré vlastnosti a uvidíme, že sa takými aj stanú. V človeku existuje tendencia prijať názor, ktorý majú o ňom iní, najmä tí, ktorí sú pre neho autoritou. V našej psychike totiž existuje tendencia zosúladiť naše správanie s názormi o nás. Z toho vyplýva, že deťom treba pripisovať vlastnosti, ktoré chceme v nich rozvíjať. Podmienkou pozitívneho pôsobenia týchto mechanizmov je pozitívny vzťah medzi učiteľom a dieťaťom.

Ak by však pripisovanie žiaducich vlastností bolo priveľmi intenzívne, znížilo by to jeho osobnú iniciatívu zameranú na zmenené správanie. Táto zásada je dôležitým výchovným nástrojom, najmä pri výchove zanedbaných a problémových detí.

4. Formulujme jasné a splniteľné pravidlá.

Zmyslom tejto zásady je naučiť dieťa dobrovoľne prijímať pravidlá dané spoločnosťou, ale aj sebou samým. Je to základný predpoklad zmysluplného a zodpovedného života. Prakticky to znamená, že v triednom spoločenstve si deti vnútorne osvojujú zásadné pravidlá medziľudských vzťahov, ktoré sú podmienkou zodpovednej slobody každého jednotlivca. Príklady takýchto pravidiel: Navzájom sa počúvajte, hovorme vtedy, keď máme slovo. Nerozprávajte o spolužiakovi, ktorý nie je prítomný. Dodržiavajte stanovený čas. Zo spoločenstva nevynášajte dôverné informácie. Dieťa, ktoré nenaučíme prijímať zodpovednosť a zachovávať určité pravidlá, žije chaoticky, nevie sa orientovať vo svete a medzi ľuďmi.

5. Na negatívne javy reagujeme pokojným poukázaním na ich dôsledky.

Negatívne javy správania nie sú ojedinelosťou. Ako však na ne reagovať? Názory sú rozdielne. Tvrdé tresty prinútiť deti dočasne sa prispôbiť, ale zároveň aj hľadať spôsoby, ako dosiahnuť svoje a pritom sa vyhnúť trestu. A naopak, ak nehrozí trest, dieťa sa môže vrátiť k zakázanému spôsobu správania. Tento jav potvrdzujú skúsenosti, že drasticky trestané dieťa si málokedy uvedomuje následky svojich činov; vníma iba dramatickosť trestu, ktorý ukazuje moc vychovávateľa, pričom dieťa často ani nerozumie, prečo je trestané. Celkom iná je situácia, ak vychovávateľ vysvetlí následky nesprávneho správania, a tým usmerní pozornosť dieťaťa na ublíženie spôsobené druhému dieťaťu (induktívna disciplína). V takomto prípade zásah vychovávateľa podporuje empatiu a prosociálnosť. Takéto reagovanie na negatívne javy, kombinované s dobrým prijatím a uznaním dieťaťa, je výchovne priaznivé. Je však náročné na trpezlivosť vychovávateľa.

6. Nabádanie je osvedčený výchovný prostriedok.

Pod nabádaním myslíme jasné usmerňovanie detí, ako sa majú správať, čo majú robiť. Malý vplyv majú dlhé "kázne", ale aj len sporadické upozornenia. Z hľadiska účinnosti je optimálne nabádanie strednej intenzity podoprené primeranou argumentáciou. Dobrý výsledok predpokladá jasné

a zrozumiteľné nabádanie k pozitívnemu správaniu. Vhodnou formou nabádania sú napríklad heslá týždňa, t.j. stručná a výstižná formulácia zásady, ktorú sa deti majú snažiť dodržiavať počas jedného týždňa.

7. Odmeny a tresty používajme opatrne.

Odmeny a tresty patria k častým výchovným prostriedkom, a preto je dôležité uvedomiť si ich dosah. Dotýkajú sa centrálnych aspektov osobnosti, ako sú sebaobraz a sebaoceňovanie. Uvádzajú do pohybu zložité psychické procesy, preto aj ich účinnosť môže byť niekedy opačná. Trest svojou podstatou nepodporuje žiadaný model správania natrvalo, ale iba dočasne – počas trvania trestu, prípadne v prítomnosti trestajúceho. Dieťa si často neuvedomuje dosah svojho správania, čo vyvoláva skôr emocionálnu ostražitosť, odmietanie alebo až agresivitu. Odmena nesporne pôsobí ako prostriedok posilňovania pozitívneho správania. Na druhej strane môže zovšedniť, ak je pričastá, stráca na hodnote, ak sa dieťa zameria iba na odmenu a nie na správanie, za ktoré odmenu dostáva. V praxi to znamená, že odmena má nasledovať až po žiadanom správaní a jej forma a intenzita má byť primeraná dieťaťu i odmeňovanému správaniu. Za odmenu treba považovať aj prejavy sympatie, záujmu, pochvalu, pohladenie, prejavenie dôvery a podobne.

8. Do výchovného procesu zapojme rodičov.

Základom účinného výchovného pôsobenia je spolupráca ťažiskových prostredí, v ktorých deti vyrastajú. V našom chápaní je to rodina a škola. Vyžaduje to vzájomnú informovanosť, komunikáciu a zosúladenie cieľových hodnôt. V mnohých prípadoch, keď rodina vo výchovnej funkcii zlyháva, môže učiteľ pomôcť rodičom, aby videli a pochopili niektoré dôležité skutočnosti, ktoré z rôznych dôvodov nevnímajú. Škola sa takto stáva inštitúciou, ktorá výchovne pôsobí nielen na deti, ale aj na rodičov. Priamy kontakt s rodičmi nie je jedinou formou, ako ich môžeme zapájať do výchovného procesu. Ďalšou možnosťou je kontakt prostredníctvom dieťaťa, napríklad zadávaním úloh, ktoré sú orientované na komunikáciu s rodičmi. Spolupráca medzi učiteľom a rodičmi môže mať blahodarné účinky nielen na deti, ale aj na osobnostný rast učiteľa, rodičov a predovšetkým na vzájomné vzťahy v rodine.

9. Budme nositeľmi radosti.

Radosť a veselosť patria k prirodzeným ľudským reakciám na vnímanie a prežívanie okolitého sveta. Osobitné postavenie majú predovšetkým

v období detstva a mladosti, lebo sú vyjadrením základnej dôvery, bezstarostnosti, istoty a novej nádeje. Radosť a veselosť súvisia s hravosťou, dynamizmom i túžbou po pohode. Z tejto skutočnosti má vychádzať učiteľ pri výchove. Nemal by prejavy detskej radosti eliminovať, ale ani podporovať divokú, neviazanú rozpustilosť. Vhodné je usmerňovať ju v zmysle umiernennej radosti. Takáto radosť i zmysel učiteľa pre láskavý humor pomáha kultivovať aj vnútro dieťaťa.

Učiteľ etickej výchovy určite s uvedenými zásadami súhlasí a je pripravený ich prijať a realizovať. Vyžaduje si to však jeho ľudskú a profesijnú zrelosť a možno aj zmenu jeho postojov a správania. Etická výchova totiž kladie osobitné nároky na osobnosť učiteľa, ktoré súvisia so všetkými štyrmi zložkami výchovy k prosociálnosti (od cieľovej roviny cez obsah, výchovný štýl až po používané špecifické metódy). Ide predovšetkým o všeobecné ľudské kvality učiteľa, ktorý svojím správaním a celkovým životom má byť príkladom prosociálnosti. Jeho bezpodmienečná láska k deťom sa prejaví predovšetkým v jeho bezvýhradnom prijatí, láskavom a priateľskom vzťahu a v dôvere k nim. Ďalšou nevyhnutnou podmienkou sú odborné predpoklady, najmä vedomosti z psychológie, predovšetkým vývinovej a sociálnej, a z pedagogiky. Schopnosť tvorivo ich aplikovať a pritom rešpektovať vek a individualitu dieťaťa je podmienkou optimálneho reagovania a vyrovnávania sa s aktuálnymi každodennými situáciami v triednom spoločenstve. Dôležité sú tvorivé schopnosti učiteľa a jeho otvorenosť voči novým podnetom a poznatkom.

5 METÓDY ETICKEJ VÝCHOVY

Vyučovacia a z hľadiska výchovy k prosociálnosti predovšetkým výchovná metóda (z gréc. methodos – cesta, postup) je spôsob zámerného usporiadania činnosti učiteľa i žiakov, ktoré smerujú k stanoveným cieľom (Skalková, 1999, s.166).

To znamená, že tak ako v iných výchovno-vzdelávacích oblastiach (zložkách), aj vo výchove k prosociálnosti je potrebné pri výbere metód rešpektovať cieľové zameranie a zároveň špecifiká obsahu. Keďže v cieľovej rovine je rozvoj prosociálneho správania, budú v popredí také metódy, ktoré **podporujú socializáciu detí a učenie cez zážitky**. Tieto napomáhajú zvnútorneniu potrebných sociálnych zručností.

Na hodinách etickej výchovy sa najčastejšie používajú metódy:

1. dialóg a diskusia,
 2. zážitkové (skúsenostné) metódy,
 3. učenie posilňovaním žiaduceho správania,
 4. učenie disciplinovaním.
- **Dialóg a diskusia** sú prostriedkami na vyjadrenie vlastného názoru, sledujú nácvik počúvania, učia deti hovoriť len vtedy, keď majú slovo. Dialóg a diskusia sú súčasne realizačnými prostriedkami zážitkových metód.
 - V aktivitách zameraných na prosociálnu výchovu budú prevažovať **zážitkové (skúsenostné) metódy**. Pod zážitkovou metódou rozumieme cestu k dosiahnutiu učiteľom stanoveného čiastkového cieľa prostredníctvom osobného zážitku dieťaťa. Ide o postupné prijímanie a zvnútorňovanie nacvičovanej zručnosti, ktoré smeruje k danej hodnote. Aj keď zážitkové metódy budú v prevahe, zákonite sa budú prelínať s tzv. klasickými metódami. **Jednotlivé cvičenia a techniky v etickej výchove nazývame aktivitami**. Z pohľadu dieťaťa nižších ročníkov ZŠ majú prevažne podobu hry, ktorá pre dieťa mladšieho školského veku vytvára prirodzené prostredie.
 - **Hra** sa od nepamäti považuje za **základný prostriedok výchovy dieťaťa**. Patrí medzi jeho základné potreby, mobilizuje jeho aktivitu. Vzhľadom na špecifiká vývinového obdobia detí je nevyhnutné vytvoriť dostatočný priestor aj na ich pohybové aktivity. V tomto zmysle ju možno považovať za prioritnú zážitkovú metódu. Dieťa sa pri hre dokáže dokonale sústrediť. Hra je vhodná príležitosť učenia sa v najširšom zmysle, počnúc manuálnymi zručnosťami až po učenie sa sociálnym zručnostiam a prosociálnosti. Poznávanie prebieha nenásilne a spontánne. V didaktických hrách sa dieťa učí zachovávať stanovené pravidlá. To podporuje jeho socializáciu a sebakontrolu. Hra v mladšom školskom veku vytvára vhodné prostredie aj pre ďalšie metódy a formy práce. Z hľadiska výchovy k prosociálnosti sú zaujímavé najmä hry, ktoré sú spojené predovšetkým s etickými hodnotami.
 - **Dramatizácia** ako zážitková metóda *skonkrétňuje danú situáciu, uľahčuje hlbšie prežiť a pochopiť jej obsah, oživiť ju, vyvolať hlbší záujem o ňu, zapamätať si ju a rozvíjať tvorivosť* (Skalková, s. 186).

Dramatizácia sa realizuje predovšetkým v dvoch podobách:

Hranie roly nemá vopred pripravený scenár, je zadaná iba situácia a roly, ktoré účastníci majú zahrať. Má otvorený koniec. Je užitočným nástrojom pri rozvíjaní morálneho úsudku, rozhodovaní, riešení problémov a osvojovaní sociálnych zručností.

Scénky majú scenár a dej vopred pripravené. Cieľom nie je riešenie problému, ale rozvíjanie komunikácie, prípadne prezentovanie nejakého modelu správania.

K dôležitým podmienkam na dosiahnutie hlavného i čiastkových cieľov prosociálnej výchovy patrí dodržiavanie **optimálneho metodického postupu** pri realizovaní jednotlivých aktivít. *Model R. Roche Olivara* pozostáva z troch fáz:

1. **fáza senzibilizácia** (*emocionálna a zároveň kognitívna*) je zameraná na emocionálny podnet a súčasne na nastolenie problému a pochopenie novej skutočnosti. Je to v podstate vstupná motivácia zahrnujúca vzбудenie záujmu (prevažne emócie), ale aj prípravu na prijatie danej problematiky (rozumové pochopenie).
2. **fáza nácvik** je vyvodenie praktických dôsledkov z novej skutočnosti a osvojenie si správania, ktoré s ňou súvisí, teda precvičovanie prostredníctvom vyššie uvedených metód.
3. **fáza transfer** alebo *reálna skúsenosť*, v ktorej ide najmä o prenos (aplikáciu) skúseností a poznatkov získaných v prvých dvoch fázach do každodenného života.

Dôležitou a nevyhnutnou súčasťou všetkých troch fáz je **hodnotová reflexia**.

Pod pojmom hodnotová reflexia rozumieme úvahu a pochopenie prežitého, takpovediac zmocnenie sa zážitku rozumom a následná verbalizácia, podelenie sa s myšlienkami s ostatnými žiakmi. Práve ona zabezpečuje porozumenie a interiorizáciu poznaných, precvičených a v praxi realizovaných hodnôt a noriem, a preto má svoje miesto po každej, t.j. 1. až 3. fáze. Prehlbuje zážitok, zdôvodňuje a zovšeobecňuje danú skúsenosť. Je účinná vtedy, keď sa realizuje v celom spoločenstve. Deti sa v spoločnom rozhovore vzájomne obohacujú, oceňujú, učia sa priamo sa oslovovať, rešpektovať, objavovať navzájom svoje vlastnosti, najmä pozitívne a pod. Práve toto je prostredie, v ktorom deti prijímajú a zvnútorňujú svoje sociálne skúsenosti. Medzi učiteľom a deťmi je spätná väzba.

Keďže etická výchova sa uskutočňuje aj v rámci celého edukačného procesu, zamerajme sa predovšetkým na metódy, ktoré fungujú v každej činnosti a predovšetkým v dialógu učiteľ – žiak. Pritom správanie učiteľa a jeho reakcie sú pre dieťa ešte dôležitejším prostriedkom prosociálneho učenia ako osobitné cvičenia (aktivity). Vyžaduje si to prácu učiteľa na sebe a následne vedomé usmerňovanie žiaduceho správania detí. Na to slúžia metódy permanentného charakteru: učenie posilňovaním žiaduceho správania a učenie disciplinovaním.

Posilňovanie žiaduceho správania učiteľom znamená zásah inej osoby, ktorá:

- prináša pudovo materiálne uspokojenie (nemateriálna a materiálna odmena),
- vyjadrenie náklonnosti, uznania, prejavenie dôvery, vyjadrenie pozitívneho očakávania.

Základným a možno najdôležitejším posilnením dieťaťa je pozornosť učiteľa venovaná jeho osobe a správaniu.

Disciplinovanie znamená zákaz, trest, obmedzovanie nežiaduceho správania. U dieťaťa vyvolávajú direktívy negatívny zážitok ako dôsledok jeho nežiaduceho správania, a preto takéto správanie brzdí, obmedzuje alebo úplne odstraňuje (pozri aj kap.3.2).

Treba si však uvedomiť, že samotná láska a pozitívne podnety nestačia. Dieťa, ktoré je primeraným spôsobom usmerňované a disciplinované, sa postupne učí rozlišovať sociálne únosné a neúnosné formy uspokojovania svojich potrieb.

UČEBNÉ OSNOVY ETICKEJ VÝCHOVY PRE 2. ROČNÍK ZŠ

Základným školským dokumentom pre každý predmet sú učebné osnovy. Preto sa nimi bezpodmienečne riadi aj učiteľ etickej výchovy na 1. stupni základnej školy.

Učebné osnovy etickej výchovy pre I. stupeň ZŠ uvádzajú stručnú charakteristiku predmetu a predstavujú jej 4 základné zložky. Z nich východiskové sú ciele etickej výchovy, ktoré sa realizujú cez obsah, špecifický výchovný štýl a špeciálne výchovné metódy. Ako vo väčšine výchovno-vzdelávacích predmetov, aj v etickej výchove sú učebné osnovy štruktúrované podľa jednotlivých ročníkov.

Výber tematických celkov v 2. ročníku vychádza z vyššie spomínaného uceleného programu etickej výchovy, a tak ako v 1. ročníku prispôsobuje ich vekovým osobitostiam žiakov, ich mentálnym predpokladom a schopnostiam. Uvádzame ich vrátane čiastkového cieľa pre 2. ročník ZŠ.

Výchovné ciele:

- Rozvíjať a posilňovať komunikačné zručnosti – učiť sa vyjadrovať city.
 - Prežívať radosť z naplnenia potreby byť akceptovaný inými a mať rád iných.
 - Poznávať svoje práva a povinnosti
1. Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov:
 - pripomenutie si tém a z nich vyplývajúce správanie z prvého ročníka,
 - počúvanie iných ako prvý predpoklad spolupráce,
 - sebaovládanie pri prijímaní informácií o sebe od iných,
 - základy spolupráce v skupinách (uvedomenie si práv a povinností).
 2. Tvorivosť:
 - objavovanie vlastných daností – talentu – pozitívnych stránok (v čom som výnimočný, čo viem dobre robiť, čo mi ide dobre...),
 - rozvoj fantázie a pozorovacích schopností,
 - tvorivosť, ktorú od nás prijímajú, očakávajú iní (vymyslieť darček pre súrodencov, rodičov, starých rodičov...),
 - tvorivosť iných, ktorá nás obohacuje (ako dobre nám padne, keď nás iní prekvapia niečím novým, zaujímavým – napr. mama novým jedlom...),
 - využitie tvorivosti v živote triedy (tvorba pravidiel správania sa v triede, ak si ich pamätáte z minulého ročníka, treba ich však prehodnotiť).
 3. Iniciatíva:
 - iniciatíva v sebapoznaní (Kto som? Aký vplyv má fungovanie môjho tela na moje prežívanie, pohodu, či nepohodu? Prečo reagujem tak, ako reagujem?),
 - iniciatíva vo vzťahu k iným,
 - hľadanie možností ako vychádzať v ústrety iným ľuďom (v rodine, triede, v kruhu kamarátov...) a ich realizácia,
 - iniciatíva, ktorá nie je prijatá inými, a iniciatíva iných, ktorá je pre mňa neprijateľná (riešenie problémov – navádzanie na klamstvo, podvádžanie, kradnutie, ohováranie...), iniciatíva, ktorá ohrozuje moje zdravie a osobnú bezpečnosť (fajčenie, alkohol, drogy, sexuálne zneužívanie detí).

4. Vyjadrovanie citov:

- vyjadrenie vďačnosti, ochoty, lákavosti, obdivu verbálne aj neverbálne (Ako si vzájomne vyjadrujeme city v rodine, vo vzťahoch s priateľmi, spolužiakmi?),
- úcta k žene – matke, sestre, spolužiačke... (Čo sa mi páči a čo sa mi nepáči na ženách a dievčatách?),
- úcta k mužovi – otcovi, bratovi, spolužiakovi...(Čo sa mi páči, a čo sa mi nepáči na mužoch a chlapcoch?),
- kultivované vyjadrovanie negatívnych citov (hnev, vzdor, smútok...),
- akceptovanie citov iných.

5. Naša trieda – spoločenstvo detí:

- správanie sa medzi sebou, vzťahy medzi chlapcami a dievčencami – slušnosť, ohľaduplnosť, čestnosť, pomoc slabším, rešpektovanie inakosti (Čo sa mi v našej triede najviac páči? Som tu spokojný? Sú iní spokojní so mnou?),
- kamarátstvo a priateľstvo – úprimné a falošné priateľstvo (Čo je dôležité pre priateľstvo? Mám v našej triede priateľov?),
- dodržiavanie pravidiel správania v triede – podpora vzájomnosti, spokojnosti, tolerancie a spolupráce (Môžem niečo zmeniť na sebe, aby sa so mnou v našej triede lepšie žilo? Mám nejaký návrh na zlepšenie našich vzťahov?).

II. ČASŤ

1 AKTIVITY K TÉMAM OBSAHU (VÝCHOVNÉHO PROGRAMU)

1.1 POSTOJE A SPÔSOBILOSTI MEDZIĽUDSKÝCH VZŤAHOV

ČAROVNÝ ŠÁL

Cieľ: Vzájomne sa poznať, vytvárať spoločenstvo.

Pomôcky: šál

Čas 10 min.

Realizácia: Žiaci stoja v kruhu. Učiteľ stojí medzi nimi a v ruke drží šál, ktorý má „čarovnú silu“. Povie svoje meno a predvedie pohyb. Pohyb zopakujú všetky deti. Potom šál podá dieťaťu, ktoré povie svoje meno a predvedie iný pohyb, ktorý tiež všetci zopakujú. Hra takto pokračuje, kým sa šál nevystrieda u všetkých detí.

Reflexia: Pamätám si mená svojich kamarátov? Bolo ťažké vymyslieť nový pohyb? Prekvapil ma niekto svojím originálnym pohybom? Ako sa cítim medzi deťmi teraz? Prečo bol šál čarovný?

LOPTIČKA S MENAMI

Cieľ: Zapamätať si mená spolužiakov a vzájomne sa nimi oslovovať.

Pomôcky: loptička

Čas: 10 min.

Realizácia: Žiaci s učiteľom stoja v kruhu. Učiteľ drží v ruke loptičku, povie svoje meno a hodí ju jednému žiakovi s otázkou: Ako sa voláš? Žiak poďakuje za loptičku, povie svoje meno a hodí loptičku s otázkou: Ako sa voláš? ďalšiemu. Loptička takto putuje od žiaka k žiakovi, kým sa nevystriedajú všetky deti.

Reflexia: Pamätáš si mená svojich spolužiakov? Ktorú podobu svojho mena si použil pri predstavovaní a prečo? Prečo je dôležité oslovovať sa menami?

MOJE MENO SA ZAČÍNA NA ...

Cieľ: Zoznámiť sa a nadviazať kontakt.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Žiaci k začiatočnému písmenu svojho mena priradia niektorú zo svojich vlastností, ktorá sa začína rovnakou hláskou. Napríklad: Katarína K... kamarátska, Lýdia L...láskavá, Ondrej O... odolný a pod.

Reflexia: Bolo ťažké priradiť vlastnosť k tvojmu menu? Dozvedel si sa niečo nové o spolužiakoch?

Poznámka: Aktivitu môžeme využiť aj na hodinách slovenského jazyka pri tematickom celku „Tvaroslovie.“

SKÁKANIE V TRÁVE

Cieľ: Neverbálne si odovzdávať a prijímať informácie, rozvíjať kamarátske vzťahy.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci stoja v dvoch radoch oproti sebe (s odstupom asi 4 m). Prvé dieťa si vyberie niekoho na protíľahlej strane, doskáče k nemu, dotkne sa ho, zostane na jeho mieste a poskakuje ďalej. Teraz si dieťa, ktorého sa dotklo, vyberie zasa niekoho oproti, doskáče k nemu, dotkne sa ho a poskakuje ďalej na jeho mieste. Hra pokračuje dovtedy, kým neposkakujú všetky deti.

Reflexia: Porozumel si kamarátovi, ktorý si ťa vybral? Čím a ako ti to vyjadril? Potešilo ťa to? Na základe čoho ste sa navzájom dohovorili?

KLOPANIE

Cieľ: Upozorniť na neverbálne signály v komunikácii, počúvať ich a učiť sa ich identifikovať.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ vyberie jedného žiaka, ktorý ide za dvere. Zaklope na ne určitým spôsobom podľa inštrukcie učiteľa (ako má klopať a koho v akej situácii má predstavovať). Ostatné deti hádajú, akú osobu klopajúci predstavuje, za akým účelom prichádza, ako sa asi cíti. Po každom klopaní sa o tom deti môžu porozprávať.

Vhodné situácie: Kráľovský posol, ktorý prichádza s radostnou novinou. Malé dieťa, ktoré sa stratilo v meste. Poštár, ktorý prináša telegram. Pán, ktorý nevie odomknúť bránu. Chlapec, ktorý sa chce schovať pred dažďom. Pani, ktorá potrebuje prvú pomoc. Mamička vracajúca sa s nákupom a pod.

Reflexia: Chcel som byť dobrovoľníkom, ktorý bude klopať? Bolo ľahké uhádnuť, kto klopal? Čo sa dalo z klopania poznať? Ktoré klopanie bolo nepríjemné? Ktoré bolo príjemné?

ROZPRÁVKA NA POKRAČOVANIE

Ciel': Pochopiť, aké dôležité je pozorne počúvať.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti i učiteľka sedia v kruhu. Učiteľka začne rozprávať príbeh. Môže začať vetou: Pôjdeme spolu na dlhú cestu. Povie jednu vetu a vyzve dieťa sediace po jej ľavici, aby pokračovalo a doplnilo rozprávku o jednu vetu. Ostatné deti v kruhu obdobne pokračujú v rozprávaní. Po vystriedaní sa všetkých môžu v rozprávaní ešte pokračovať. Ak záujem detí opadáva, učiteľka rozprávanie vhodným znamením ukončí. Deti treba vopred upozorniť na to, že vety musia na seba nadväzovať. Ak niektoré z detí nič nezapadne, povie nemá ryba, a tým odovzdá slovo nasledujúcemu dieťaťu. Príklady na osvedčené začiatky príbehov: Rodičia odišli z bytu... Ideme na spoločný výlet... Cestujeme do neznámej krajiny... atď.

Variant: Učiteľka začne hovoriť: Keď som išla na výlet, zobrala som si jablčko. Dieťa, ktoré sedí vedľa nej, vetu zopakuje a pridá svoj predmet. Ďalšie dieťa opäť vetu zopakuje a tiež pridá jeden predmet. Podobne pokračujú všetky deti v kruhu. Učiteľka deťom v prípade potreby pomáha a podnecuje k vzájomnej pomoci aj ostatné deti.

Reflexia: Páčil sa mi náš spoločný príbeh? Prečo bolo potrebné počúvať, čo hovorili deti predomnou? Bolo ťažké počúvať? Čo bolo na príbehu najzaujímavejšie?

INTERVIEW

Ciel': Prehľbovať schopnosť komunikácie. Navzájom sa pozorne počúvať.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Žiaci sedia v kruhu. Učiteľ im vysvetlí, čo znamená slovo interview a oboznámi ich s pravidlami hry. Žiak, s ktorým robíme interview, sedí v strede kruhu a ostatní mu môžu položiť najviac tri otázky týkajúce sa jeho záujmov a záľub. Hlásia sa a dieťa v strede si z nich vyvoláva. Na začiatku hry je v strede kruhu učiteľ.

Reflexia: Dozvedeli ste sa navzájom o sebe niečo zaujímavé? Čo bolo na to potrebné? Počúvali ťa spolužiaci a ty si počúval ich? Neskákali ste si do reči? Nezabudli ste poďakovať za odpoveď?

MYSLÍM NA NIEČO

Ciel': Vedieť sa sústrediť a pozorne počúvať.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15-20 min.

Realizácia: Hru začína učiteľ slovami: Myslím na niečo, je to Nasleduje opis predmetu, jeho vlastnosti a kvality, resp. spôsob použitia. Napríklad okno: má 4 rohy, je cezeň vidno, dá sa otvárať..... Žiak, ktorý prvý uhádne daný predmet, dáva ďalšiu hádanku.

Reflexia: Čo vás zaujalo na hre? Potešil si sa, keď si uhádol? Čo bolo dôležité na to, aby ste hádanku uhádli? Prečo je dôležité pozorne počúvať? Čo by sa stalo, keby ste si skákali do reči?

NEHCEM SA CHVÁLIŤ, ALE ...

Ciel': Naučiť sa hovoriť o svojich pozitívach.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min

Realizácia: Deti sedia v kruhu. Postupne, s použitím formulky: Nechcem sa chváliť, ale... hovoria pozitívnu informáciu o sebe. Napríklad: pekne kreslím, ...rád sa podelím, ...som dobrý kamarát, ...som usilovný v škole i doma, ...som dobrý športovec, ...viem uvariť polievku a pod. Hru začína učiteľ.

Reflexia: Bolo ťažké povedať o sebe niečo dobré a pekné? Napadli ti aj nepekné veci? Čím ťa prekvapili ostatní? Čo dobré by si o sebe ešte chcel povedať?

DARUJEM TI KVIETOK

Ciel': Vyjadriť uznanie a oceniť iných.

Pomôcky: kvietok (jablko, pomaranč)

Čas: 10 min.

Realizácia: Žiaci s učiteľom sedia v kruhu. Učiteľ drží v ruke kvietok, ktorý podá jednému žiakovi so slovami, napr.: Anička, venujem Ti tento kvietok, lebo si pomohla Jankovi s domácou úlohou. Žiak, ktorý dostal kvietok, sa poďakuje a podobne ako učiteľ venuje ho ďalšiemu spolužiakovi s vyjadrením ocenenia. Aktivita pokračuje dovtedy, kým sa nevystriedajú všetky deti.

Alternatíva: Aktivitu môžeme obohatiť dialógom, to znamená, že obdarovaný žiak sa spýta darcu: Čo sa ti na mne páči ?

Reflexia: Ako si sa cítil, keď si dostal kvietok? Bolo príjemné prijať ocenenie? Bolo ťažké vybrať si spolužiaka a vysloviť mu ocenenie? Prečo je dôležité navzájom sa oceniť?

POLOVICA STOLIČIEK

Cieľ: Prijat' sa navzájom. Prekonávat' antipatiu.

Pomôcky: stoličky

Čas: 15 min.

Realizácia: Do kruhu postavíme polovičný počet stoličiek, ako je počet detí. Sedadlá smerujú von z kruhu. Vyzveme deti, aby si všetky na ne sadli. Nedostatočný počet stoličiek spôsobí chaos. Požiadame deti, aby hľadali riešenia (sedieť jeden druhému na kolenách, postaviť stoličky vedľa seba s malými medzerami tak, aby sa dve deti mohli posadiť na jednu stoličku, preložiť cez dve stoličky dosku...). Za každé riešenie učiteľ deti pochváli.

Reflexia: Bola úloha ťažká? Našli ste riešenie? Prečo sme hľadali riešenie? Ako si sa cítil so spolužiakmi v dvojici, trojici a v spoločenstve? Vytvoril a ponúkol si miesto spolužiakovi? Prijal si ktoréhokoľvek spolužiaka? Bolo to dôležité? Ako by sa ešte dal vyriešiť nedostatok stoličiek?

NAŠE RITUÁLY

Cieľ: Rozvíjať identitu a súdržnosť spoločenstva. Uvedomovať si práva a povinnosti.

Pomôcky: podľa charakteru činnosti

Čas: dlhodobá aktivita

Realizácia: Súborom aktivít sledujeme okrem skúseností s rovesníckou skupinou aj schopnosť adaptácie a vzájomného podriad'ovania sa na základe prijatia sa a rešpektovania dohodnutých pravidiel. Deti sa učia v skupinových vzťahoch spolupracovať, vzájomne sa tolerovať a prispôsobovať svoje požiadavky ostatným. Orientujú sa v skupine, hľadajú si v nej miesto a preberajú na seba rozličné skupinové roly.

Aktivity:

- Výber spoločnej piesne pre skupinu.
- Tvorba loga a symbolov pre skupinu (vlajka, čiapka, značka, erb, maskot).
- Rituály skupiny (oslavy narodením, menín, sviatkov), do ktorých možno vtiahnuť aj rodičov, resp. preniesť na prostredie celej triedy či školy. Dôležité je, aby sa na realizácii uvedených aktivít zúčastňovali všetci členovia spoločenstva a aby učiteľ sledoval primerané a spravodlivé poskytovanie pozornosti všetkým deťom.

DIEŤA TÝŽDŇA

Cieľ: Učiť sa oceňovať iných a prijímať informácie o sebe.

Pomôcky: kartičky s menami detí, škatuľa na lístočky

Čas: dlhodobá aktivita

Realizácia: Na úvod tejto aktivity je vhodné porozprávať sa s deťmi o tom, že každý človek má dobré vlastnosti a je rád, keď si ich iní všimnú a ocenia ich. Učiteľ má v škatuli pripravené lístočky s menami všetkých detí. Na začiatku, resp. na konci týždňa vytiahne meno jedného dieťaťa (prípadne dvoch, troch detí), ktoré sa stáva dieťaťom týždňa. Potom požiada spolužiakov vylosovaného dieťaťa, aby mu vyjadrili, čo sa im na ňom páči, čo vie dobre robiť, čo iné si na ňom oceňujú. Účinnosť tejto aktivity môžeme umocniť vystavením fotografie dieťaťa (detí) týždňa.

Reflexia: Aktivitou sa zaoberáme priebežne podľa konkrétnej situácie.

CUKRÍK

Cieľ: Spolupracovať vo dvojici.

Pomôcky: cukrík pre každé dieťa

Čas: 10 min.

Realizácia: Deti sedia vo dvojiciach tvárou k sebe a šnúrkou majú zviazané obidve ruky. Vo vzdialenosti asi 1,5 m od seba má každé dieťa na svojej strane cukrík. Úlohou oboch detí je zobrať si svoj cukrík. K jej splneniu je potrebné dohodnúť sa na postupe ako cukrík získať. Učiteľ dbá na to, aby sa deti nehádali, kto úlohu splní prvý.

Reflexia: Podarilo sa vám úlohu splniť? Máte z toho radosť? Akým spôsobom ste sa dohodli na postupe? Prečo bola na splnenie úlohy potrebná spolupráca?

OBRAZ

Cieľ: Učiť sa spolupracovať v skupine, argumentovať, prijímať a rozvíjať nápady iných.

Pomôcky: novinový papier

Čas: 30 min.

Realizácia: Žiakov rozdelíme do 4-5 členných skupín. Každéj pridáme novinový papier. Ich úlohou je trhaním papiera vytvoriť obraz zvierat'a (postavy, stavby, auta atď.). Postup: Prvý člen urobí časť obrazu (napr. hlavu), podá papier nasledujúcemu, ktorý trhaním urobí ďalšiu časť tela. Takto pokračujú, kým skupina nevytvorí celý obraz. Pravidlá môžeme variovať tak, že deti pracujú: bez slov, s použitím len niektorých slov alebo voľne komunikovať. Obdobne možno obraz kresliť alebo daný objekt modelovať.

Reflexia: Podarilo sa vám splniť úlohu? Ako ste spokojní s výsledkom? Podstatnú časť reflexie orientujeme na spoluprácu – aktivitu a nadväznosť jednotlivých členov skupiny pri tvorbe, presadzovanie sa na úkor iného, rešpektovanie sa navzájom.

SKUPINOVÝ PORTRÉT

Ciel': Rozvíjať spoluprácu v skupine.

Pomôcky: papiere, ceruzky, fixky, guma

Čas: 20 min.

Realizácia: Žiakov rozdelíme do 4-5 členných skupín. Ich úlohou je nakresliť portrét skupiny, ktorý bude obsahovať individuálne portréty každého člena. Požiadavkou je, aby sa deti kreslili navzájom. Najprv portréty načrtnú ceruzkou. Keď náčrt ukončia, opýtajú sa tých, ktorých maľovali, či majú ešte niečo pridať alebo upraviť. Po opravách portréty vyfarbia fixkami. Z namaľovaných portrétov vytvoria skupinový portrét (tablo) a dohodnú sa, ako ho budú prezentovať ostatným žiakom.

Reflexia: Ako ste prijali svoju podobu na obrázku? Stručne porozprávajte o portréte skupiny. Čo bolo potrebné urobiť, aby vznikol skupinový portrét? Čím si ty k nemu prispel? Prijal si návrhy spolužiaka, ktorého si kreslil? Ako ste prežívali spoluprácu a jej výsledok?

OPICA, KAČKA, SLON

Ciel': Spolupracovať, prežívať radosť a uvoľnenie.

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min.

Realizácia: Deti utvoria kruh. Dobrovoľník stojí v strede kruhu, ukáže na dieťa z kruhu a určí jedno z troch zvierat – opica, kačka, slon. Menované zviera utvorí trojica detí, pričom určené dieťa tvorí stred daného zvieraťa. Slon: stredné dieťa utvorí z rúk chobot, obidve krajné pomocou rúk dotvoria uši. Kačka: stredné dieťa utvorí z rúk zobáčik, deti zľava a sprava robia krídelká tak, že v miernom podrepe kmitajú zohnutými pažami. Opica: stredné dieťa poskakuje a rukami znázorňuje šúpanie banánu. Deti z oboch strán ho škrabkajú a vyberajú mu blšky. Obdobne ukazuje na ďalšie deti a hra pokračuje. Ak deti pohotovo neznázornia určené zviera alebo niekto sa pomýli, vystrieda hráča v kruhu.

Reflexia: Vedeť k ohľaduplnosti, dodržiavaniu pravidiel ako podmienky spolupráce a k radosťi zo spoločného výsledku.

MAČKA A VTÁK

Ciel': Spolupracovať pri hre, učiť sa dodržiavať pravidlá, prežívať radosť zo spolupatričnosti. **Pomôcky:** 3 loptičky, z toho dve rovnakej farby a tretia kontrastná

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti stoja v tesnom kruhu, učiteľka vezme kontrastnú loptičku, ktorá predstavuje vtáka. Vysvetlí deťom, že loptu – vtáka si môžu podávať len jedným smerom (vták je unavený) alebo hádzať medzi sebou (vták lieta). Po precvičení týchto úkonov priberieme do hry ďalšiu loptu, ktorá predstavuje mačku. Mačka má možnosť pohybovať sa len po obvode kruhu (podávaním), ale v oboch smeroch. Jej úlohou je chytiť vtáka. Na skomplikovanie hry možno vo veľkom kruhu použiť dve mačky (t.j. rovnaké lopty). Druhú mačku pustí učiteľ do kruhu v okamžiku, keď je vták priamo oproti nej.

Reflexia: Radosť z hry prejavujeme najmä cez pozitívne pocity z prijatia a spolupráce. Nezabudnime na nutnosť dodržiavania pravidiel.

1.2 TVORIVOSŤ

KRESLENÉ HÁDANKY

Ciel': Prebudiť a rozvíjať predstavivosť a fantáziu detí. Uvedomiť si vlastnú originalitu.

Pomôcky: tabuľa s kriedou alebo hrubou fixkou, resp. hárky papiera s nákresemi štylizovaných obrázkov

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ postupne kreslí na tabuľu štylizované obrázky, ktoré provokujú fantáziu detí, resp. ich postupne pripína na tabuľu už nakreslené. Deťom položí otázku: Čo by mohlo byť to, čo vidíte na tabuli (papieri)? Všetky nápady, ktoré deti postupne vyslovujú, učiteľ prijíma a nekomentuje ich.

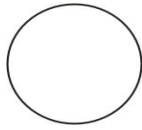
Možné riešenia:



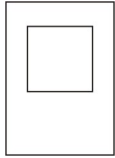
Dúha, most, kopec, vychádzajúce slnko, rúčka na kufri, kopček piesku, chlieb na stole, klobúk...



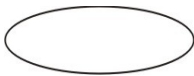
Klobúk, kocka cukru, kocka zo stavebnice, šálka bez uška, kvetináč, dom bez strechy, balík na stole...



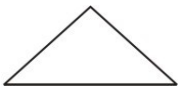
Lopta, guľa, koleso, prsteň, slnko, pomaranč, minca, pneumatika...



Zošíť, obrázková kniha, stena s obrazom, dvere s oknom, pohár od lekváru s ceduľkou, javisko pre bábkky, taška s uchom, veľká a malá stavebnicová kocka zhora.....



Ryba, ústa, cukrík, chlieb, list, gombíková dierka, žemľa, loď.....



Stan, kopec, bábovka, dopravná značka, tienidlo na lampu, papierová čiapka, tabuľa...



Červík, had, potok, švihadlo, vodítko na psa, lano, nitka...



Ulita slimáka, špirála, rolka papiera, meter, drôt, keksík, kúčko vlny, hadica...



Ceruzka, krieda, špicatá tyč, podpera k stromu, ručička hodiniek, špáradlo, vysoká veža...



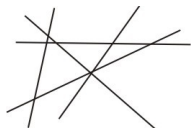
Ihlica, špendlík, strom, vareška, balónik, lampa, palica k lyžiam...



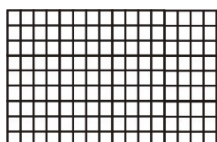
Mrak, oblak prachu, vlasy, krík, mydlová pena, šľahačka, hory...



Piesok, zrno pre sliepky, kvapky dažďa, cukríky, snehové vločky, hviezdy na oblohe...



Drievka, brvná, hra mikádo, vtáacie hniezdo, ihličie, stebľá trávy, slamky, makaróny...



Štvorčekový papier, mriežka, sieť, záves, kockovaná látka, časť kletky...

Podobné tvary môžu vymýšľať a nakresliť jednotliví žiaci a ostatní budú hádať, čo im kresbička pripomína.

Reflexia: Mal si radosť, keď si vymyslel a povedal svoj nápad? Ako si prijal návrhy iných? V reflexii vyzdvihneme bohatosť a rozmanitosť nápadov.

DOTVORME OBRÁZOK

Cieľ: Uvedomiť si vlastné tvorivé schopnosti i tvorivé schopnosti ostatných detí.

Pomôcky: hárok papiera pre každé dieťa s nakresleným prvkom, pastelky

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ rozdá deťom papiere s jednoduchým grafickým motívom, napríklad:



alebo



a vyzve žiakov, aby obrázok dokreslili podľa toho, čo si pod ním predstavujú. Papier s motívom si môžu otočiť podľa vlastného zámeru.

Reflexia: Čo si uvidel na papieri? Poradil si si ľahko s dokreslením obrázka? Máš z neho radosť? Ktoré z obrázkov ostatných detí ťa oslovili? Čím sú pre teba zaujímavé? Pridal by si k ním ešte niečo?

ŠKVRNY

Cieľ: Prebúdzat' a rozvíjať predstavivosť a fantáziu detí. Prežívať radosť z tvorby a darovania.

Pomôcky: malé hárky papiera, temperové farby, hrubé štetce

Čas: 15-20 min.

Realizácia: Každý žiak má k dispozícii viacero menších hárkov papiera, ktoré sú v strede zohnuté, štetce a farby. Žiaci si otvoria list papiera ako knihu a do prostriedku urobia farbou veľkú škvrnu. Papier ešte s mokrou škvrnou zavrú a farbu prstom roztlacia smerom k okrajom papiera. Zo škvŕny vznikne zrkadlový obrázok. Deti pomenujú svoj obrázok a postupne aj obrázky ostatných. Každý obrázok tak bude mať niekoľko názvov. Pri opakovaní deti striedajú farby. Postupne môžu urobiť súčasne aj niekoľko škvŕn rôznymi farbami, resp. dotvoriť obrázok ceruzkou alebo fixkou.

Reflexia: Mal si radosť z vytvárania obrázkov a z výsledku? Čím sú jedinečné jednotlivé obrázky? Bolo ťažké vymyslieť názov pre svoj i pre obrázky iných? Komu daruješ obrázok, ktorý sa ti vydaril? Odovzdaj mu ho.

MAĽOVANIE S BODKAMI

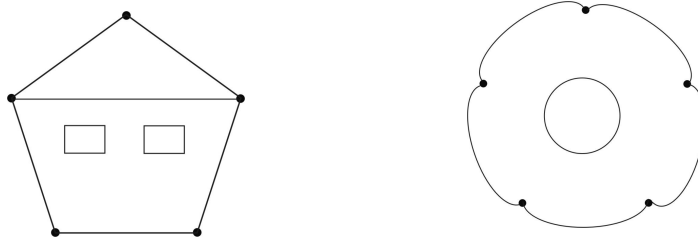
Cieľ: Uplatniť vlastnú fantáziu a originalitu, uvedomiť si jej možnosti a rozmanitosť aj u iných detí.

Pomôcky: papiere, ceruzky alebo pastelky

Čas: 15 min.

Realizácia: Každý žiak má k dispozícii papier, na ktorom je nakreslených päť, resp. aj viac bodiek. Na všetkých papieroch sú bodky usporiadané rovnako. Úlohou je urobiť z týchto bodiek pomocou kresby niečo iné. Po dokončení si žiaci pozrú obrázky a ukážu si, kde v nich boli bodky.

Príklad riešenia:



Reflexia: Bolo ťažké vytvoriť obrázok? Ako si postupoval? Mal si radosť z výsledku? Čo sa ti páčilo na obrázkoch iných detí? Našiel si podobné a tiež celkom iné obrázky? O čom to svedčí?

OBRÁZKY Z NOVINOVÉHO PAPIERA

Ciel': Pociťovať radosť z vlastných nápadov a tvorivej hry vôbec.

Podeliť sa s ostatnými o túto radosť.

Pomôcky: noviny, papiere, lepidlo, mäkké ceruzky alebo fixky

Čas: 20 min.

Realizácia: Každé dieťa dostane list novín, papier, ceruzku alebo fixku. Učiteľ vyzve deti, aby z novín vytrhli malý kúsok a určili si, čo im pripomína. Potom ho nalepia na svoj papier a dokreslia do podoby obrázka. Môžu použiť aj viacero kúsokov. Odporúčame realizovať aktivitu aj vo dvojiciach alebo malých skupinkách tak, že deti budú lepiť a dokresľovať svoje obrázky na väčší spoločný papier. Po dokončení porozprávajú o tom, čo vytvorili, resp. vymyslia si o postavách a predmetoch na obrázku príbeh.

Reflexia: Ako sa ti pracovalo samostatne, ako v skupinke? Mal si veľa nápadov aj tvoji partneri v skupinke? Podarilo sa vám vytvoriť príbeh? Ktoré obrázky ostatných ťa zaujali? Prečo ?

PREDVÁDZAME ČINNOSTI

Ciel': Uvedomiť si vlastné tvorivé schopnosti.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci sedia v kruhu, jeden z nich ide do stredu a hovorí: Je noc. Všetci ľudia spia. Ako vyzerajú? Žiaci v kruhu napodobňujú spiacich ľudí. Ležia alebo sedia a podopierajú si hlavu, majú zavreté oči, položia si hlavu do náručia iného spolužiaka/čky a pod. Žiak zo stredu potom vyberie ďalšieho, ktorý ho vystrieda a vymyslí pre ostatných ďalšiu činnosť, napr: sme pri mori a všetci plávame, sme v horách a všetci chodíme s ťažkými batohmi na chrbte, všetci šoférujeme na diaľnici, sme hasiči a hasíme oheň. Náročnejším variantom je napodobňovanie povolání: murára, poštára, stolára, kuchára...

Reflexia: Bolo ťažké vymyslieť nejakú činnosť? Bolo ťažšie situáciu vymyslieť, alebo ju napodobniť? Ako sa ti to podarilo? Máš z toho radosť? Ktorý nápad by si ocenil?

ČIARY

**Ciel': Zažiť radosť z tvorivého uplatnenia sa (prejavu)
a zo spoločného výsledku.**

Pomôcky: veľké hárky papiera, ceruzky, farebné fixky pre každú skupinu

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti rozdelíme do skupín po 5-6 účastníkoch. Učiteľ ceruzkou voľne kreslí krivky po celej ploche hárka papiera v niektorej zo skupín. Po chvíli odovzdá ceruzku žiakovi (žiačke), ktorý pokračuje v kreslení ľubovoľných kriviek, vlnoviek, slučiek, až kým niekto nevystrieda jeho. Takto hra pokračuje vo všetkých skupinách, kým nie je pokreslený celý hárok neprehľadnými obrazcami. Nasleduje druhé kolo, v ktorom hráči v spleti čiar hľadajú tvary znázorňujúce niečo konkrétne (zvieratko, rastlinku, predmet) alebo aj abstraktný zaujímavý tvar. Kto niečo také v spleti čiar nájde, vyznačí to farebnou fixkou. Súčasne môže na papier kresliť svoj nápad aj viacero účastníkov hry. Vďaka ich fantázii vznikajú v spleti čiar zaujímavé obrázky. Vhodné je pri tejto činnosti nerozprávať.

Variant: Hru možno realizovať aj na tabuli s bielou (prvá sieť čiar) a farebnými kriedami (na dokresľovanie).

Reflexia: Uplatnil si sa dostatočne už pri kreslení ceruzkou? Podarilo sa ti nájsť v spleti čiar niečo zaujímavé? Mal si odvahu nakresliť to na hárok? Máš z toho radosť? Prijal si kresby iných? Čo povieš o spoločnom výsledku? Prispel si k nemu aj ty?

NA SOCHY

Ciel': Prebúdzat' a rozvíjat' fantáziu detí prostredníctvom gest (rečou tela). Pozitívne prijať tvorivosť iných.

Pomôcky: nahrávka pokojnejšej hudby

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti sa v miestnosti voľne pohybujú v priestore za sprievodu hudby. Keď hudba stíchne, zastanú a vytvoria sochu. Ostatné deti postupne hádajú, o akú sochu ide.

Variant: Ak máme väčšiu skupinu detí, môžu vytvoriť dvojice a dohodnúť sa, kto bude sochár a kto sa postupne stane sochou. Po doznení hudby dieťa – sochár formuje druhé dieťa do podoby sochy. To má za úlohu určiť, akou sochou sa stalo. Potom si vymenia úlohy.

Reflexia: Podarilo sa ti vymyslieť, akú sochu urobíš? Páčil sa ti nápad ostatných detí (tvojho sochára)? Bolo ťažké uhádnuť, akú sochu vytvorili (vytvoril tvoj sochár)?

DLHÁ VETA

Ciel': Rozvíjať tvorivosť vo verbálnej oblasti. Prijat' výtvor iného a nadviazať naň.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci a učiteľ sedia v kruhu a spoločne vymýšľajú vetu. Prvý žiak povie krátku vetu, ďalší ju zopakuje a rozvinie. Ďalší žiak zopakuje vetu v tejto podobe a opäť ju rozvinie. Keď je veta dlhá a žiaci si ju už nedokážu zapamätať, učiteľ ju zapíše. Hra pokračuje tvorbou ďalších viet, až vznikne krátky príbeh. Tomuto zámeru prispôbíme znenie nových krátkych viet.

Reflexia: Dokázal si nadviazať na predchádzajúcu vetu? Čo bolo potrebné, aby si ju rozvinul? Napadlo ti aj iné pokračovanie vety? Podarilo sa vám spoločne vytvoriť príbeh?

PREDSTAVTE SI, ŽE ...

Ciel: Uplatniť tvorivosť v nezvyčajných situáciách (v prospech iných).

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min.

Realizácia: Žiaci s učiteľom sedia v kruhu. Učiteľ povie deťom nezvyčajnú situáciu, napríklad: Predstavte si, že by všetky domy boli rovnaké. Čo by sa stalo? Deti hľadajú možné odpovede, napr.: Zablúdili by sme. Nenašli by sme svoj dom. Museli by sme si dať na dvere poznávacie znamenie. Nieкто by musel stáť v okne a kývať a pod.

Ďalšie príklady otázok: Čo by sa stalo, keby sa všetci chlapci volali Janko a všetky dievčatá Marienka, ..., ... keby stromy mohli chodiť, ... keby si našiel na zemi hviezdu z neba, ... keby neboli farby, ... keby nebola žiadna pošta a pod.

Ďalšie kolo otázok a odpovedí zameriame na situácie, ktoré si vyžadujú tvorivé riešenie v zmysle pomoci, resp. porozumenia: Čo by sa stalo, keby si našiel plačúce dieťa na ulici, ...keby si stretol starčeka, ktorému sa zlomila barla, ...keby rodičia odcestovali, ...keby zmizli učebnice, ..keby nieкто ublížil tvojmu kamarátovi o pod.

Reflexia: Čo by sa stalo, keby sme boli všetci rovnakí? Prečo je dobre, že každý sme iní? Stalo sa ti niekedy, že iní potrebovali tvoju pomoc?

MÔŽE SA STAŤ

Ciel': Uplatniť tvorivosť v rozmanitých životných situáciách.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Žiaci a učiteľ sedia v kruhu. Učiteľ ponúka rôzne situácie zo života detí, na ktoré žiaci hľadajú riešenie.

Príklady:

- *Môže sa stať, že neviete, koľko je hodín a nemáte hodinky. Čo urobíte?*
- *Môže sa stať, že chcete v lese nazbierať maliny a nemáte so sebou nádobu.*
- *Môže sa stať, že sa chcete hrať s loptou a žiadnu nemáte.*
- *Môže sa stať, že odcestujete a zabudnete si uterák.*
- *Môže sa stať, že stratíte kľúč od bytu a vonku je zima.*
- *Môže sa stať, že chcete dať darček dedkovi k narodením a nemáte pe-
niaze.*
- *Môže sa stať, že zabudnete vziať si do školy farbičky.*

Prijímame čo najviac návrhov na riešenie, ale nehodnotíme ich.

Reflexia: Podarilo sa ti nájsť riešenie niektorej situácie? Ktorý návrh sa ti zdal zaujímavý? Často vznikajú situácie, keď treba vymyslieť riešenie?

DARČEKY Z NETRADIČNÝCH MATERIÁLOV

Cieľ: Vymyslieť a pripraviť jednoduchý darček pre člena rodiny (blízku osobu).

Pomôcky: netradičné materiály (napr. aj odpadové), ktoré si prinesú deti na výrobu darčeka + nožničky, lepidlo, farbičky

Čas: 20 min.

Realizácia: Aktivita nadväzuje na domáce zadanie – priniesť si netradičný materiál (odstrižky látok, kartónov, malú plastovú fľašu, prírodniny a pod.) a premyslieť si, pre koho a aký darček deti pripraví. Pre efektívne využitie času možno túto úlohu s deťmi vopred krátko prediskutovať, ale tak, aby sme neobmedzili ich tvorivé nápady a zámery. Vlastná aktivita spočíva v tvorbe darčeka, pričom si deti môžu navzájom pomáhať, aby výsledok bol esteticky účinný.

Reflexia: Ako si hľadal adresáta svojho darčeka? Aký materiál si využil a prečo? Ktorý darček sa ti zdá veľmi originálny? Ktorý z výtvorov skúsiš aj ty? Prečo je cenný darček, ktorý urobíš ty sám?

ČÍM MA DOMA PREKVAPILI

Cieľ: Uvedomiť si a prijať tvorivosť iných v našej blízkosti.

Pomôcky: papier, pastelky alebo fixky, pero

Čas: 25 min.

Realizácia: Senzibilizáciou bude rozhovor o tom, čo príjemné môžeme doma prežiť vďaka láske, starostlivosti, ale aj nápadom a tvorivosti našich blízkych (prekvapenie v podobe darčeka, nové jedlo od mamy, zaujímavý program na nedeľu). Dáme priestor najmä skúsenostiam a zážitkom detí.

Pokračujeme úlohou pre žiakov: Nakreslite alebo napíšte o takomto prekvapení či zážitku. Potom sa deti porozprávajú vo dvojici alebo v skupine o tom, čo nakreslili alebo napísali. Z výkresov možno urobiť galériu, texty so súhlasom detí prečítať.

Reflexia: Koho alebo čo si nakreslil, či opísal? Prečo ti (vám) prichystali tvoji blízki takéto prekvapenie? Čo k tomu všetko potrebovali? Ako si prejavil radosť, poďakoval si?

NA VÝLETE

Cieľ: Rozvíjať tvorivosť v prospech spoločenstva (triedy).

Pomôcky: plagát s pravidlami triedy, papiere, fixky

Čas: 20 min.

Realizácia: Otázkami vedieme deti k tomu, aby si pripomenuli pravidlá, podľa ktorých sa správajú v spoločenstve žiakov a na základe ktorých je toto spoločenstvo funkčné. Majú ich vyvesené na viditeľnom mieste v triede. Deti vyzveme, aby si predstavili, že sú na dvojdňovom výlete v prírode (konkretizujeme miesto i typ výletu) a záleží na tom, aby sa všetci dobre cítili. Podmienkou toho je vytvorenie a rešpektovanie spoločných pravidiel. Potom deti rozdelíme do malých skupín po 3-4. Úlohou každej skupiny bude:

1. z pravidiel triedy vybrať tie, ktoré treba dodržiavať aj na výlete,
2. doplniť ich o nové pravidlo, ktoré má svoje opodstatnenie na danom školskom výlete.

Každú úlohu realizujeme osobitne a prezentujeme vo veľkej skupine. Druhú požiadavku môžeme dopracovať do súboru pravidiel pre školský výlet.

Reflexia: Prečo sú dôležité pravidlá pre naše spoločenstvo? Prečo sa máme správať podľa nich? Sú pravidlá potrebné aj na výlete? Čo ste sledovali pravidlom, ktoré ste vytvorili vo vašej skupine? Čo by sa stalo, keby sme na toto pravidlo zabudli? Prispel si aj ty k tvorbe tohto pravidla?

Poznámka: Na tvorbu pravidiel je zameraná aj aktivita v tematickom celku „Naša trieda – spoločenstvo detí“ a aktivita „Na výlete“ môže byť prípravou na tvorbu náročnejších triednych pravidiel.

1.3 INICIATÍVA

OBRAZ MÔJHO MENA

Ciel': Rozvíjať sebaakceptáciu prostredníctvom stotožnenia sa s vlastným menom.

Pomôcky: papier formátu A4, pastelky

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci a učiteľ sedia v kruhu. Učiteľ rozdá žiakom papier a pastelky. Potom ich požiada, aby si každý sám pre seba niekoľkokrát potichu opakovali svoje meno a pozorovali, čo ich pri tom napadne. Potom sa každý pokúsi nakresliť svoje asociácie a podpíše sa. Hotové obrázky žiaci umiestnia do stredu kruhu a spoločne si ich prezrú. Nakoniec ich umiestnia na viditeľné miesto.

Reflexia: Čo ťa napadlo pri opakovaní tvojho mena? Čo pre teba znamená tvoje meno? Ako sa ti páči tvoje meno? Prijal by si iné meno? Ktoré? Máš prezývku? Ako sa ti páčili obrázky tvojich spolužiakov? Napadli ich podobné veci ako teba? Chceš ešte niečo povedať?

AKO VIDÍM SÁM SEBA

Ciel': Iniciatívne vytvárať svoj sebaobraz.

Pomôcky: papier na kreslenie formát A5 pre každé dieťa, fixky

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ rozdá žiakom papier a fixky a vyzve ich, aby naň nakreslili seba. Po nakreslení portrétu sa v malých (4-5 členných) skupinách deti rozprávajú o tom, prečo sa nakreslili práve tak a ako sa vnímajú .

Reflexia: Ako si spokojný so svojím portrétom? Čo sa ti na ňom najviac páči? Čo sa ti na ňom nepodarilo nakresliť? Prečo je dôležité vedieť o sebe, kto som a aký som? Čo chcem na sebe zmeniť? Čo pre to môžem urobiť?

MOJE ZÁUJMY A KONÍČKY

Ciel': Iniciatívne podporiť vlastné sebapoznanie, sebadôveru a sebavedomie.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci s učiteľom sedia v kruhu. Učiteľ im stručne porozpráva o svojich záujmoch, koníčkoch a aktivitách, v ktorých sa realizuje. Potom vyzve žiakov, aby aj oni postupne porozprávali o tom, čo ich zaujíma, v ktorých činnostiach sú aktívni, kde dosahujú úspech. Napríklad šport, hra

na hudobnom nástroji, učenie sa cudzieho jazyka, výtvarné činnosti, starostlivosť o iných, pomoc slabším ...

Reflexia: Čo zaujímavé som sa dozvedel o svojich spolužiakoch? V čom som im podobný? V čom som lepší ako oni? V čom sa chcem ešte zlepšiť? Čo chcem dosiahnuť? Čo zaujímavé som sa ešte dozvedel?

SUŠIENKY

Cieľ: Učiť sa byť iniciatívnym v prospech iných.

Pomôcky: balíček sušienok

Čas: 15 min.

Realizácia: Žiaci sedia v kruhu. Učiteľ oznámi, že dnes im chce urobiť radosť, a preto im priniesol sušienky. Žiaľ, nemá ich toľko, aby sa ušli všetkým. Preto sušienku dá iba každému druhému žiakovi. Jednu si nechá pre seba. Pritom ich vyzve, aby sušienky zatiaľ nejedli. Potom požiada, aby zdvihli ruky žiaci, ktorí sušienky dostali a po nich tí, ktorí nedostali a povie: Niektorým deťom sa sušienky neušli. Chce sa s nimi niekto so svojou sušienkou podeliť? Počká, kým sa žiaci rozhodnú. Môže aj on rozlámať svoju sušienku a dať z nej niektorým deťom. Náročnosť a pôsobivosť aktivity možno zvýšiť tým, že sušienky dostane len každý tretí žiak. Na záver sa žiaci rozprávajú o tom, ako sa cítili, keď dostali sušienku, a ako sa cítili, keď sa delili so svojou sušienkou, resp. keď sušienku nemali.

Reflexia: Potešil si sa, keď si dostal sušienku? S kým si sa podelil a prečo? Čo si pri tom pociťoval? Je ťažké zrieknuť sa niečoho, čo mám rád, v prospech iného? Čo potrebujem k tomu, aby som to mohol urobiť? Ak sa podelím, len strácam, alebo aj niečo získavam? Čo som sa o sebe ešte dozvedel?

PRÍBEH

Cieľ: Rozvíjať vlastnú tvorivosť a iniciatívu.

Pomôcky: papier formátu A5 pre každého žiaka, pastelky

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ rozdá žiakom papiere a pastelky a vyzve ich, aby každý nakreslil na papier ľubovoľný predmet alebo osobu. Potom žiaci uložia obrázky do stredu kruhu vedľa seba tak, aby ich všetci dobre videli a postupne podľa jednotlivých obrázkov vymyslia príbeh. Ak sa im vymýšľanie darí, môžu dej príbehu ďalej rozširovať.

Reflexa: Aký obrázok si nakreslil? Ktoré obrázky boli zaujímavé? Ako sa ti darilo vymýšľať príbeh? Bolo to ťažké? Ako tvoj obrázok prispel k príbehu? Čo zaujímavé vymysleli do príbehu tvoji spolužiaci? Páči sa ti váš príbeh? Čo bolo na jeho vytváraní najzaujímavejšie?

V NEZNÁMEJ KRAJINE

Ciel': Rozvíjať iniciatívu pri riešení problémov.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ povie deťom: Predstavte si, že ste sa ocitli v cudzej neznámej krajine, kde vám nikto nerozumie. Nikoho nepoznáte, nemáte peniaze, nič si nemôžete kúpiť, nič nemôžete zaplatiť. Domov sa môžete vrátiť až po troch dňoch. Čo urobíte? Ako sa dohovoríte? Kde budete spať? Ako sa budete hrať s deťmi v cudzej krajine? Žiaci vo dvojiciach, resp. trojiciach navrhnu, čo budú v situácii robiť a svoje návrhy predstavia ostatným. Nakoniec môžu spoločne navrhnuť najvhodnejšie riešenie.

Reflexia: Vedel si poradiť v tejto situácii? Bola to náročná úloha? Čo všetko ti napadlo? Boli tvoje nápady prijaté? Ako si sa cítil, keď tvoj návrh neuspel? Ktoré zaujímavé nápady sa uplatnili v konečnom návrhu?

ŽALOVANIE

Ciel': Uvedomiť si rozdiel medzi žalovaním a spoluprácou s dospelými.

Pomôcky: stolička, klobúk

Čas: 20 min.

Realizácia: Senzibilizáciou môže byť rozhovor o tom, že deti sa často snažia zapáčiť dospelým prostredníctvom priestupkov iných. Žalujú, a tým chcú upozorniť na vlastné pozitíva. Žalovanie však nie je prijateľná forma spolupráce s dospelými. Deti sedia v kruhu, v strede je stolička, na ňu položíme klobúk. Učiteľ vyzve deti, aby si predstavili, že klobúk je niekto dospelý (otec, mama, učiteľ, vychovávateľ...). Ktokoľvek z kruhu postupne môže pristúpiť k „dospelému“ (t.j. klobúku) a na niekoho zo spolužiakov žalovať. Ak sa deťom v kruhu zdá, že to, čo práve počuli, je správne, povedia „stop“ a všetci spoločne problém prediskutujú. V druhej časti bude klobúk opäť predstavovať dospelého. Žiaci ho budú postupne informovať o tom, že niekto zo spolužiakov potrebuje pomoc. Ak niekto bude mať dojem, že informácia je zbytočná, opäť povie „stop“, čím zastaví dej a vysvetlí, čo si myslí.

Reflexia: Ako si sa cítil v situácii, keď ste na seba žalovali? Bolo ťažké povedať slovo „stop“? Prečo to bolo správne? Čo nové si sa dozvedel? Na čo dôležité si prišiel?

PODVÁDZANIE

Ciel': Oslabiť strach z vlastných chýb.

Pomôcky: papier, ceruzka

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ rozdelí deti do štvorčlenných skupín, potom ich požiada: V skupine si spoločne vymyslíte príbeh o dieťati, ktoré často podvádza. Dohodnite sa, ako sa bude volať, kde bude bývať, akých má rodičov a súrodencov. Rozmyslite si, pri ktorých príležitostiach, v akých situáciách podvádza. Poznačte si dôležité informácie. Potom si všetci žiaci i učiteľ sadnú do kruhu. Do stredu kruhu umiestni učiteľ stoličku s klobúkom (stolička predstavuje dospelého, napr. učiteľa alebo niektorého z rodičov). Žiaci po skupinách prístupujú k stoličke. Ostatným najprv predstavia „dospelého“, potom zahrajú scénu, v ktorej sa budú s „dospelým“ rozprávať ako vymyslené podvádžajúce dieťa. Potom sa pokúsia zahrať situáciu tak, že dieťa už nepodvádza, ale svoje chyby prizná. Nakoniec sa vo veľkej skupine deti porozprávajú o svojich dojmoch.

Reflexia: Ako si sa cítil pri vymýšľaní príbehu? Bolo ťažké predstavovať podvádžajúce dieťa? Čo vaše vymyslené dieťa potrebovalo k tomu, aby dokázalo hovoriť pravdu? Prečo sa dospelí hnevajú, keď deti podvádžajú? Prečo nemáme podvádzať? Aké dlhodobé následky môže mať podvádžanie?

PSÍK V ZRKADLOVEJ SIENI

**Ciel': Uvedomiť si istú podmienenosť reagovania
a precvičiť odolávanie tejto podmienenosti.**

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min.

Realizácia: Deti s učiteľom sedia v kruhu. Učiteľ im vyrozpráva príbeh o malom psíkovi, ktorý sa dostal do zrkadlovej siene. Zo zrkadiel na neho hľadelo veľa psíkov. Zľakol sa, začal štekať a útočiť. Psíkovia zo zrkadiel robili to isté a vyplašený psík skoro zomrel od strachu. Potom si deti môžu scénu so psíkom zahrať. Jeden žiak je v kruhu a hrá zablúdeného psíka, ostatní žiaci hrajú psíkov v zrkadle. Príbeh je východiskom k rozhovoru o tom, že akcia vyvolá reakciu. Keby sa psík začal usmievať, zo zrkadiel by na neho hľadeli usmiati psíkovia a necítil by sa ohrozený. V každej situácii máme rôzne možnosti reagovania. Môžeme pasívne prijať správanie iných, a tak si necháme nanútiť spôsob ich správania. Alebo toto správanie môžeme rozhodne odmietnuť. Môžeme tiež pokojným a priateľským odmietnutím odzbrojiť útočníka.

Reflexia: Ako sa vám páčil príbeh? Kedy ste sa cítili príjemnejšie, keď v zrkadlách psíkovia útočili, alebo keď boli kamarátski? Čo ste si pri hre uvedomili?

ODMIETNUTIE

Cieľ: Naučiť sa odmietnuť iniciatívu ohrozujúcu zdravie a osobnú bezpečnosť.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Senzibiláciou môže byť rozhovor o tom, že človek si málokedy uvedomuje, akú hodnotu má jeho telo a ako sa oň treba starať. Upozorníme žiakov na riziká, ktoré dlhodobu môžu ohroziť naše zdravie. Sú situácie, keď nás iní chcú nahovoriť (zlákať) na veci, ktoré sú na prvý pohľad príjemné, ale v konečnom dôsledku doplatí na to naše zdravie. Napríklad fajčenie, alkohol, drogy, sexuálne zneužitie, krádež, záškoláctvo. Preto aj keď to nie je ľahké, je potrebné naučiť sa odmietnuť takúto iniciatívu, naučiť sa povedať „nie“.

Predstavte si: V televízii sleduješ rozprávku, na ktorú si sa tešil celý týždeň. Vtom príde tvoj kamarát a chce sa s tebou hrať. Čo urobíš? Ako sa budeš cítiť, ak mu s istou nevôľou vyhovieš? Ako mu bude, keď vycíti tvoju nevôľu? Ako sa bude cítiť, keď ho jednoducho odmietneš? Môžeš mu však aj pekne povedať, že pre teba je teraz dôležité dopozerať rozprávku a s ním sa rád zahráš po jej skončení. Navrhňte a vyskúšajte si vo dvojiciach prijateľné, to jest ohľaduplné, odmietnutie v nasledujúcich situáciách:

- Spolužiak si chce od teba požičať bicykel.
- Kamarátovi ponúkneš cukríky, potom ich odložíš. Jemu to nestačí, pýta si ďalšie.
- Spolužiak ťa požiada, aby si za neho urobil domácu úlohu.
- Kamarát chce, aby si s ním šiel do kina, ale ty nechceš.
- Kamarát ťa navádza, aby si v obchode ukradol nestrážení tovar.

Ďalšie situácie môžu vymyslieť žiaci.

Reflexia: Ako si sa cítil, keď si odmietol? Dokázal si prijať odmietnutie? Čo si pri tom prežíval? Podarilo sa ti odmietnuť priateľa tak, aby si sa ho nedotkol? Bolo to ťažké? Prečo je dôležité niekedy vedieť povedať „nie“?

1.4 VYJADROVANIE CITOV

MOJE ISTOTY

Cieľ: Uvedomiť si a pomenovať city.

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min.

Realizácia: Učiteľ požiada deti, aby vytvorili malé skupinky po 6-8. Skupinky urobia tesný kruh s rukami pred sebou. Postupne vždy jedno z detí

ide do stredu kruhu a so zažmúrenými očami voľne padá sem a tam na rôzne strany. Ostatné deti ho vždy bezpečne zachytia a postavlia do pôvodnej polohy.

Reflexia: Ako sa ti páčila hra? Ako si sa cítil v strede kruhu? Cítil si istotu, že nespadneš? Máš sa za čo poďakovať deťom, ktoré tvorili kruh? Čo bolo vašou úlohou keď ste tvorili kruh? Prečo to bolo náročné? Kde si sa cítil lepšie, v kruhu alebo v jeho strede?

SYMPATIA

Cieľ: Učiť sa vyjadriť prežívané city.

Pomôcky: nahrávka pokojnej hudby

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti sa za zvukov hudby prechádzajú po miestnosti. Po stíšení hudby sa zastavia, dvojice sa náhodne chytia za ruky a neverbálne si vyjadria sympatiu, inokedy odmietnutie.

Variant: Vzájomné podávanie si rúk s čo najväčším počtom detí s neverbálnym vyjadrením sympatie. Iná možnosť je objatie sa s čo najväčším počtom detí.

Reflexia: Kedy si sa cítil príjemnejšie, keď si vyjadroval sympatiu, alebo odmietnutie? Vedel si rozpoznať, čo ti tvoj spoločník vyjadruje? Ako si sa cítil pri vyjadrení toho, čo ti naznačoval? Čo bolo na hre ťažké? Čo bolo príjemné? Na čo si prišiel?

ČO CÍTIŠ

Cieľ: Prebudiť primerané emócie. Prežívať rozmanitosť citov.

Pomôcky: nakreslené alebo vystrihnuté obrázky predmetov či situácií, ktoré v deťoch môžu vyvolať citové reakcie – zmrzlina, ktorá spadla, rozbitá trojkolka, roztrhnutá učebnica, pavúk, lákavý zákusok, zábavné atrakcie, usmiate dieťa, hrajúce sa deti, krásny strom, smetisko atď. (obrázky nemajú znázorňovať priamu reakciu)

Čas: 15 min.

Realizácia:

- 1. variant:** Učiteľ ukáže žiakom obrázok s otázkou: Čo by ste cítili v blízkosti tohto predmetu alebo situácie?
- 2. variant:** Deti majú k dispozícii všetky obrázky a majú vytriediť tie, ktoré sa im páčia aj tie, ktoré sa im nepáčia, ktoré v nich vyvolávajú pocit radosti alebo smútku, strachu, hnevu (podľa vospelosti detí a charakteru obrázkov). Úlohy plnia postupne. Učiteľ si označí, ktoré obrázky deti vybrali k danému prežívaniu.

Reflexia: Čo si cítil, keď si uvidel..... (reakcia na konkrétny obrázok vyvolávajúci pozitívne alebo negatívne city)? Čo máš rád? Čo sa ti páči? Kedy ti býva smutno? Čoho sa bojíš? Čo ťa rozveselí?

Reflexiu vedieme preto, aby si žiaci uvedomili, že na rôzne podnety môžu byť rôzne reakcie, napr. niekto sa bojí pavúkov, iný nie.

AKO SA TERAZ CÍTIM

Ciel': Naučiť sa identifikovať vlastné city.

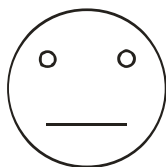
Čas: 10 minút

Pomôcky: tabuľa, krieda alebo baliaci papier a fixky

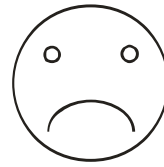
Realizácia: Aktivitu realizujeme v triede, kreslíme na tabuľu. V prípade, že sme v priestoroch, kde nemáme k dispozícii tabuľu, použijeme veľký hárok papiera (napr. baliaci), na ktorý si vopred pripravíme tri tváre.



veselá



neutrálna



smutná

Požiadame žiakov, aby si vybrali typ tváre, ktorý zodpovedá ich momentálnemu prežívaniu a napíšu pod ňu svoje krstné meno. Potom sa pozrieme na tabuľu a pokúsime sa vyjadriť, aká nálada prevláda v našej triede, či sme viac smutní, alebo viac veselí. Deti môžu (pred celou triedou alebo v malých skupinách, resp. dvojiciach) vyjadriť svoje pocity, ktoré ich viedli k výberu tej ktorej tváre, čo ich teší, čo zarmucuje, čo im vie zlepšiť náladu a pod.

AKO SA MÁŠ?

Ciel': Učiť sa identifikovať a vyjadrovať city.

Pomôcky: tváre vyjadrujúce city z predchádzajúcej aktivity

Čas: 10 min.

Realizácia: Učiteľ povie deťom, že by rád vedel, ako sa jeho žiaci majú. Na odpoveď budú mať dosť času. Potom ich vyzve, aby napísali svoje meno pod tvár, ktorá najlepšie vyjadruje ich momentálne citové naladenie. Ak niektoré dieťa nechce, nemusí svoje meno napísať nikde. Učiteľ poprosí veselé deti, aby porozprávali, čo ich teší. Potom sa môžu vyjadriť neutrálne sa cítiace deti. Je vítané, keď povedia aj to, čo im pomôže zlepšiť náladu. Tieto výpovede tvoria východisko k tretej skupine detí, ktorá sa vyjadrí na záver, prečo si vybrali smutnú tvár. Môžu rozprávať pred všetkými alebo len medzi štyrmi očami.

Reflexia: Ako sa vám páčila aktivita? Čo si sa dozvedel o sebe? Čo o svojich spolužiakoch? Prečo je dôležité poznať svoje city?

PALEC DOLE – PALEC HORE

Ciel': Učiť sa identifikovať vlastné city.

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 minút

Realizácia: Učiteľ vyjadruje postupne možnosti aktuálneho citového prežívania detí. Deti ukazujú palcom smerom hore, dole alebo vodorovne, ako sa momentálne cítia. Aktivita prebieha bez slov. Na záver môžu vyjadriť svoj pocit aj slovné pred celou triedou.

Poznámka: Aktivitu môžeme zaradiť aj na začiatok vyučovania. Zisťujeme ňou, ako prišli deti do školy naladené, čo prežili pri príprave do školy, ako sa im vstávalo, akú mali cestu do školy, ako sa cítili na predchádzajúcom vyučovaní, ako sú momentálne naladené a pod.

ČO MI UROBILO RADOSŤ

Ciel': Nadviazať kontakt, naučiť sa vyjadriť pozitívne city.

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 min.

Realizácia: Žiaci sedia v kruhu, učiteľ vysvetlí postup. Deti zaradom alebo na základe dobrovoľnosti povedia, čo im v poslednom čase urobilo radosť, čomu sa potešili. Zážitok môže byť časovo vymedzený, napríklad:

Čo ti urobilo radosť - v tomto týždni,

- cez víkend,

- cestou do školy,

- na predchádzajúcej vyučovacej hodine.

Poznámka: Stáva sa, že niektoré z detí chcú vyjadriť aj negatívne zážitky. Učiteľ sa podľa momentálnej atmosféry v triede rozhodne, či je vhodné, aby hovorili o svojich negatívnych pocitoch. V prípade, že žiak nedostane priestor vyjadriť sa, môže učiteľ prejaviť záujem a vypočuť si jeho negatívny zážitok individuálne, mimo hodiny.

Reflexia: Je príjemné hovoriť o svojej radosti? Čo ťa potešilo, keď si počul, čo všetko spôsobuje radosť tvojím kamarátom? Čo spôsobuje deťom zármutok? Pomôže ti, keď sa s ním s niekým podeliš? Prečo je dobre podeliť sa s prežívaním smútku a radosti s inými?

PRÍJEMNÉ A NEPRÍJEMNÉ CITY

Ciel': Uvedomiť si svoje city, učiť sa ich identifikovať. Rozšíriť si citový slovník.

Pomôcky: tabuľa, krieda

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ osloví žiakov otázkou: Koľkí z vás nám môžu povedať, čo teraz cítia? Nech zdvihne ruku ten, kto dokáže pomenovať svoj cit.... Kto z vás nám povie, čo cíti práve teraz?.... (Učiteľ akceptuje všetky odpovede. Poukáže prípadne na to, aké rôznorodé city tu odzneli.) A pokračuje: Vie niekto vysvetliť, čo je myšlienka a čo cit? Niektoré city sú pre nás príjemné, iné zasa nepríjemné. Dôležité sú i nepríjemné city, pretože inak by sme mohli ľahko zabudnúť, že sme hladní, neutekali by sme dosť rýchlo, keby niekde horelo, alebo by sme nezaplatili, keď cestujeme vlakom. Teraz sa pokúsime vymenovať city, ktoré už poznáme. City zapíšeme do troch skupín:

1. skupina: príjemné city,
2. skupina: nepríjemné city,
3. skupina: city pre niekoho príjemné, pre iného nepríjemné.

Žiaci postupne vyjadrujú jednotlivé city. Zdvihnutím ruky prejavia, či menovaný cit pokladajú za príjemný alebo nepríjemný. Učiteľ vpisuje city na tabuľu do príslušnej skupiny. Je dôležité, aby učiteľ kládol usmerňujúce otázky, týkajúce sa príkladov, vrátane telesných pocitov i sprievodných myšlienok.

Reflexia: Koľko citov sme spoločne pomenovali? O ktorých nových citoch si sa dozvedel? Aké city dôverne poznáš? Aké city máš najradšej? Aký cit ti je nepríjemný? V čom ste sa zhodli? Na čo si ešte prišiel?

GALÉRIA

Ciel': Naučiť sa identifikovať city.

Pomôcky: výstrižky z časopisov, resp. reprodukcie umeleckých diel

Čas: 15 min

Realizácia: Učiteľ rozloží výstrižky z časopisov s reprodukciami umeleckých diel na stôl. Každý žiak si môže vybrať obrázok, ktorý sa mu najviac páči. Chvíľu sa naň pozerá a uvažuje o ňom. Nakoniec sa žiaci spoločne v rozprávajú, aké city v nich obrázky vyvolali.

Reflexia: Vedel si si vybrať obrázok? Čo ťa viedlo k výberu tvojho obrázka? Čo ťa na ňom najviac upútalo? Ako na teba vplýval? Bolo náročné pomenovať city, ktoré obrázok v tebe vyvolal? Prečo je to dôležité?

LOPTIČKA SYMPATIE

Ciel': Vyjadriť náklonnosť a sympatiu.

Pomôcky: malá loptička

Čas: 3-4 min. (dlhodobá aktivita)

Realizácia: Prvý deň učiteľ podá loptičku sympatie niektorému zo žiakov a povie dôvod: vyjadrí svoju vd'ačnosť, ochotu, láskavosť, sympatiu, náklonnosť. Tento žiak má potom čas 24 hodín na to, aby loptičku opatroval, zohrieval a nabíjal pozitívnymi citmi. Na druhý deň ju on odovzdá spolužiakovi s vyjadrením, čo pekné k nemu cíti. Loptička tak denne putuje od žiaka k žiakovi. Túto podobu aktivity nie je potrebné reflektovať.

Variant: Loptičku sympatie si v rámci jednorazovej aktivity žiaci podávajú s vyjadrovaním pozitívnych citov.

Reflexia k tomuto variantu: Potešil si sa, keď si dostal loptičku? Čo príjemné si sa o sebe dozvedel? Bolo náročné vybrať si kamaráta a vyjadriť mu sympatie? Prečo je to dôležité?

HNEVÁM SA, ČO TERAZ?

Ciel': Naučiť sa ovládať negatívne city.

Pomôcky: papier formátu A6 pre každé dieťa, fixky

Čas: 15 min

Realizácia: Žiaci sedia v kruhu. Učiteľ im porozpráva príhodu, v ktorej nezvládnutý hnev alebo iný negatívny cit ovládol človeka a viedol k nežiaducemu koncu. Potom môžu deti hovoriť o vlastných zážitkoch a skúsenostiach z nezvládnutým hnevom, závisťou, zlobou a pod. Po krátkom rozprávaní aj o tom, že v hneve obyčajne ubližujeme sebe aj iným, učiteľ požiada deti, aby zakreslili na papier hnev alebo príčinu hnevu. Nakoniec papier môžu pokrčiť a hodiť ho do koša.

Reflexia: Často sa hnevám? Ako sa správam, keď sa hnevám? Viem povedať, čo je príčinou môjho hnevu? Ako sa cítim, keď mi iný prejavuje svoj hnev? Prečo bolo dobré zahodiť nakreslený hnev do koša? Čo iné môžem spraviť, keď sa hnevám, aby som nikomu neublížil? Čo ešte chcem povedať?

ČLOVEK, KTORÝ MI POMÁHA

Ciel': Vyjadriť vd'ačnosť.

Pomôcky: papier formátu A6 pre každé dieťa, pastelky

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľka požiada deti, aby nakreslili svojho blízkeho človeka, ktorého majú radi (rodiča, súrodenca, kamaráta, spolužiaka...) Svojho

človeka kreslí i učiteľ. Potom si kresbičky rozložia na stôl a spolu sa rozprávajú o tom, ako sa cítia v prítomnosti svojho obľúbeného človeka, ako im tento blízky človek pomáha. Napokon každé dieťa vyjadrí vďaku a úctu svojmu vybranému človeku za to, čím ho obohacuje, prečo je obľúbený.

1. variant: Deti nakreslia svoje obľúbené zvieratko a vyjadrujú vďaku za to, v čom ich zvieratko obohacuje, čo im dáva, čo pekné s ním zažívajú.

2. variant: Deti kreslia predmet, ktorý majú radi, a vyslovujú mu vďačnosť.

Reflexia: Ako sa mi páčila hra? Podarilo sa mi vybrať si svojho obľúbencu? Mám s ním príjemné zážitky, za ktoré som mu vďačný? Viem mu vyjadriť svoje sympatie a vďaku? Je to dôležité? Prečo? Zaujali ma obľúbenci mojich kamarátov? Na čo zaujímavé som ešte prišiel?

KEBY SOM BOL

Cieľ: Uvedomiť si svoje city. Vzbudzovať empatiu.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min

Realizácia: Žiaci i učiteľ sedia v kruhu. Učiteľ ich vyzve, aby si premysleli a postupne hovorili o sebe. Deti si môžu vybrať z nasledujúcich možností: môžu sa stať farbou, ročným obdobím, hudobným nástrojom, stromom, obuvou, vtákom, pracovným nástrojom, budovou, dopravným prostriedkom a pod. a formulujú myšlienky, napr.: Keby som bol farbou, chcel by som byť žltou, lebo žiari ako slnko. Je dobre, ak začne učiteľ. Učiteľ počas hry dbá na to, aby sa deti navzájom nezosmiešňovali.

Reflexia: Prečo si si vybral tvoje prirovnanie? Čo si ním vyjadril o sebe? Ktoré prirovnanie tvojich kamarátov ťa zaujalo? Čím bolo zaujímavé?

MINULOSŤ A BUDÚCNOSŤ

Cieľ: Naučiť sa identifikovať city.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Deti sedia v kruhu. Učiteľ ich vyzve, aby dve minúty rozmýšľali o obľúbenej vôni z domu, príjemnom zvuku, lahodnej chuti, svojom úspechu, peknom zážitku, obľúbenej veci a pod. Potom sa o pocitoch, ktoré pri rozmýšľaní prežívali, spoločne porozprávajú s ostatnými deťmi. Učiteľ ich povzbudzuje k otvorenosti pri vyjadrovaní prežitých pocitov. Aktivita pokračuje tak, že deti si predstavujú niečo zo svojej budúcnosti, napríklad: čím budem, kde budem bývať, akú rodinu budem mať a pod.

: Páčila sa ti táto aktivita? Bol si spokojný sám so sebou? Zažil si pri hre pocit úspechu? Čo si ešte cítil? Ktoré predstavy tvojich kamarátov sa ti páčili? Cítiš sa dobre medzi kamarátmi ?

CHODÍM VO VODE

Ciel': Naučiť sa identifikovať city.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ požiada žiakov, aby boli sústredení len na seba, aby sa prechádzali po miestnosti (na voľnom priestranstve), nerozprávali sa a vzájomne sa jeden druhému vyhýbali. Potom pomaly a jasne hovorí: Chodíte vo vode, ktorá je hlboká a siaha vám po členky.... Vody však pribúda, stúpa viac a viac, už vám siaha po kolená..... Vaša chôdza už nie je taká ľahká. A voda stále stúpa, už ste v nej po boky. Chcete si do nej ponoriť ruky? Aký silný odpor cítite, keď v nej kráčate?... Voda vám siaha po pás.... A teraz ste v nej až po krk. Aké je to? Ako sa vám chodí? Chod'te opatrne, aby ste si nenamočili v nej tvár. Vo vode máte celé telo. Okrem hlavy ... Kde máte ruky? Uvedomte si, koľko námahy vás stojí pohyb vo vode. Voda však stále stúpa ... Už ju máte nad hlavou. Vy máte dýchaciu trubicu, ktorou môžete dýchať, nemusíte sa báť. Dýcha sa vám dobre. ... Voda začína pomaly klesať.... Už môžete normálne dýchať. Voda vám siaha už len po krk,... po pás,... po boky,... po kolená. Otraste sa ako mokrý pes. Začnite na seba špliechať vodu. ... Voda úplne opadla, zem je suchá. Teraz si môžete ľahnúť na zem a na slnku sa usušiť.... Sadnite si a porozprávajte sa, ako ste sa cítili.

Variant: Podobne môžete vyvolať pocity chodenia po tráve, ktorá je stále vyššia a vyššia, prípadne sa deti môžu brodiť snehom, blatom alebo v piesku. Tiež môžu vstupovať do mora, pohybovať sa po morskom dne a stretávať nezvyčajné podmorské živočíchy.

Reflexia: Dokázal si sa sústrediť na situáciu, ktorú si počul? Čo si počas rozprávania pociťoval? Čo si prežíval, keď voda stúpala? Mal si strach? Čoho si sa bál? Potešil si sa, keď voda začala klesať? Ako si sa cítil na slnku? Ako sa cítiš teraz?

POČÚVAM HUDBU

Ciel': Naučiť sa identifikovať city vyvolané hudbou.

Pomôcky: nahrávka pokojnej hudby

Čas: 20 min.

Realizácia: Deti sedia v kruhu. Učiteľ ich požiada, aby zatvorili oči, našli si pohodlnú polohu a uvoľnili sa. Potom pustí hudobnú nahrávku. Po jej doznení deti zostávajú so zatvorenými očami. Učiteľ sa svojimi ticho a pomaly položenými otázkami pokúša vyvolať predstavy a pocity, ktoré v nich hudba vyvolala. Akú mala hudba farbu? Bola smutná, alebo veselá? Mala vôňu? Bola na dotyk príjemná? Chladila, alebo hriala? Po chvíli deti pomaly otvoria oči a rozprávajú sa o tom, čo pri počúvaní prežívali a aké predstavy v nich hudba vyvolala. Nakoniec môžu tieto predstavy pri opätovnom znení hudby maľovať alebo kresliť.

Reflexia: Bolo príjemné oddychovať a počúvať pritom hudbu? Rád počúvaš hudbu? Čo ti hudba hovorí? Čo si si predstavoval pri jej počúvaní? Čo si pociťoval? Cítil si jej vôňu a farbu? Na čo si si ešte spomenul?

MENÁ, KTORÉ OBJAVUJE LÁSKA

Ciel': Učiť sa prejavovať úctu.

Pomôcky: tabuľa, krieda

Čas: 15 min.

Realizácia: Senzibilizáciou môže byť rozhovor o oslovovaní sa menami a možnosti vyjadriť citové vzťahy prostredníctvom rôznych podôb mien. Učiteľ požiada žiakov, aby sa zamysleli: Ako vás oslovuje mama alebo otec, keď vám chcú vyjadriť, že vás majú radi? Ako vám hovoria rodičia, keď sú na vás nahnevani? Ako oslovíte svojho kamaráta, keď ste plný hnevu? Čo povieť svojmu najlepšiemu kamarátovi? Ako chlapec dievčaťu, ako dievča chlapcovi? Máte pre neho alebo pre ňu milú prezývku? Potom ich požiada, aby vymysleli čo najviac mien, ktoré dávajú ľudia tým, ktorých majú radi. Môžu to byť mená pre rodičov, súrodencov, spolužiakov, pre deti alebo dospelých. Nakoniec široké spektrum týchto mien a oslovení napíše učiteľ na tabuľu. Na záver môže každý žiak povedať, ktoré milé oslovenie sa mu najviac páči.

Reflexia: Akú úlohu zohráva milé oslovenie? Čo ním vyjadrujeme? Vieš používať takéto oslovenie? Prečo sa ľudia milo oslovujú? Aká atmosféra panuje v spoločenstve, kde sa jeho členovia milo oslovujú? Sú ľudia, ktorí môžu žiť bez oslovenia? Na čo si ešte prišiel?

SLONÍ KÚPEĽ

Ciel': Pochopiť, že pocit blízkosti sa dá vyjadrovať aj dotykmi.

Pomôcky: koberec v triede (alternatívou môže byť vlnená deka alebo žinenka pre každú dvojicu detí)

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ senzibilizuje žiakov otázkou: Viete, čo je pre slony zvláštnym potešením? Nechajú si od druhého slona šúchať chrbát a potom si striekajú vodu na svoje veľké sivé chrbty. Najradšej to robia skoro ráno alebo popoludní, keď slnko nesvieti kolmo. Veríte, že občas sa človek podobá slonovi? Chcete si to vyskúšať?

Žiaci utvoria vzájomne si dobre rozumejúce dvojice. Dohodnú sa, kto bude vo dvojici A a kto B. A si ľahne na koberec na brucho a hlavu si položí na zložené ruky. B si kľakne vedľa neho a začne mu pomaly šúchať chrbát. Učiteľ tichým pokojným hlasom hovorí: Začnite celkom zľahka.... Nezaбудnite na ramená, lopatky, rebrá vpravo i vľavo od chrbtice.... Masírujte opatrne obidvomi rukami.... (asi 1. minúta). Zjemnením naznačte, že masáž sa končí.... Nechajte chvíľu ruky pokojne ležať na chrbte partnera.... Teraz jemne odtiahnite ruky. Nechajte masírovaného žiaka asi 10 sekúnd vychutnávať pokoj a pohodu.... Teraz si môžete úlohy vymeniť.... Žiaci si vymenia pozície. Učiteľ opakuje inštrukciu. Nakoniec sa dvojica porozpráva o tom, čo sa im na sloňom kúpeli páčilo.

Reflexia: Ako sa ti páčila slonia masáž? Čo si cítil, keď si masíroval kamaráta? Ako si sa cítil, keď ťa masírovali? Ako sa teraz cítiš?

1.5 NAŠA TRIEDA – SPOLOČENSTVO DETÍ

KTO MI DAL MENO

Cieľ: Prehlbovať otvorenosť vzťahov medzi členmi spoločenstva.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 minút

Realizácia: Aktivita nadväzuje na domácu úlohu, v ktorej mali deti zistiť pôvod svojho mena i dôvod, prečo mu ho rodičia vybrali. Deti postupne hovoria o tom, ako prišli k svojmu menu. Aktivitu sa snažíme viesť tak, aby sa deti dobrovoľne vyjadrovali. V prípade, že niektoré z detí nevie, kto mu vybral meno, má ešte možnosť spýtať sa svojich rodičov.

Reflexia: Kto ti porozprával o pôvode tvojho mena? Čo zaujímavé si sa dozvedel? Ktoré rozprávanie o svojom mene sa ti u spolužiakov páčilo? Čo si sa od nich dozvedel?

Poznámka: Aktivitu môžeme využiť aj na hodinách slovenského jazyka v 1. a 2. ročníku pri písaní vlastných podstatných mien, ale aj na hodinách prvouky pri tematickom celku "Rodina".

ÚSMEV

Ciel': Uvedomiť si potrebu slušného správania sa medzi spolužiakmi.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 minút

Realizácia: Žiakov rozdelíme do dvojíc alebo do štvorčlenných skupín. Každá skupina si vyskúša, aký je rozdiel v tom, ak požiadame kamaráta o požičanie niečoho najprv bez úsmevu a potom s úsmevom (môže to byť učebná pomôcka, bicykel, lopta, hračka a pod.). Potom sa deti v malých skupinách porozprávajú o svojich postrehoch a pocitoch .

Reflexia: Ako si sa cítil, keď ťa kamarát požiadal o niečo bez úsmevu? A ako s úsmevom? Kedy si mu ochotnejšie požičal ? Na čo si ešte prišiel?

PODANIE RUKY

Ciel': Uvedomiť si význam podania ruky ako výzvy na spoluprácu.

Rozvíjať slušnosť a ohľaduplnosť medzi dievčatami a chlapcami.

Pomôcky: žiadne

Čas: 10 minút

Realizácia: Žiaci pracujú vo dvojiciach, podľa možnosti dievča – chlapec. Navzájom si vyskúšajú tri možnosti podania ruky: so slabým, prehnane silným a primeraným stiskom.

Reflexia: Ktorý stisk ruky ti bol príjemný? Bolo toto podanie naozaj kamarátske? Ako podávaš ruku ty? Pri akých príležitostiach si ľudia podávajú ruky? Je to správne? Kedy si podávate ruky vy? Je dobré, keď si deti vzájomne podávajú ruky? Čo si tým naznačujete?

KVET

Ciel': Pochopiť zmysel triedneho spoločenstva a silu priateľstva.

Pomôcky: lupienky kvetu vystrihnuté z papiera, veľký hárok papiera, pastelky, lepidlo

Čas: 15 min.

Realizácia: Na pripravené lupienky deti napíšu mená tých spolužiakov, s ktorými si rozumejú a kamarátia sa s nimi. Potom lupienky písmenami dolu (aby sa zachovala anonymita) nalepia na veľký hárok papiera, aby vytvorili kvet. Učiteľ pripodobní krásu kvet spoločenstvu triedy, v ktorom jednotliví členovia na seba myslia.

Reflexia: Páči sa ti kvet, ktorý ste spolu vytvorili? Z čoho je zložený? Ako sa v ňom cítiš?

TÝŽDEŇ POZORNOSTI

Ciel': Zamerat' pozornosť na dobré vlastnosti spolužiakov.

Pomôcky: žiadne

Čas: dlhodobá aktivita

Realizácia: Žiakom vysvetlíme, že tento (alebo budúci) týždeň si „nasadia okuliare“, ktorými si budú všímať hlavne dobré vlastnosti a prejavy spolužiakov. Toto dobro neprejdú mlčky, ale vyjadria ho tým, že na malý lístok napíšu spolužiakovi, čo sa im v daný deň na ňom páčilo. Lístok zložia, návrch napíšu meno spolužiaka a vhodia ho do spoločného vrečka. Po týždni učiteľ urobí prehľad pozitívnych vlastností jednotlivých žiakov. Má možnosť žiakom, ktorí neboli ocenení alebo boli ocenení málo, pridať svoj hlas. Volí podľa toho, kto bol v ten deň hoden jeho pochvaly. Vyhodnotenie má sprevádzať príjemná atmosféra, ktorú zabezpečí učiteľ. Mal by všetkým deťom poďakovať za všímavosť. (Ak sa náhodou vyskytnú nevhodné lístky – hrubosť, odstráni ich a túto skutočnosť pri hodnotení okomentuje, že poukáže na malosť tých, ktorí nevedia nájsť nič dobré na inom a navyše ho potupujú.) Každý žiak má možnosť denne napísať tri lístky. Táto aktivita je vhodná aj pri pobytoch mimo školy. Aj po tejto aktivite, napriek tomu, že je dlhodobá, treba dať priestor na reflexiu.

Reflexia: Ako sa ti rozhodovalo medzi toľkými spolužiakmi? Viedla ťa táto hra k tomu, aby si skontroloval svoje správanie a bol aspoň trochu lepší? Napadlo ti, že aj teba si spolužiaci všímajú a možno ťa pozitívne hodnotia? Ako si sa cítil, keď učiteľ vyhlasoval výsledky hodnotenia?

Transfer: Pokús sa viac si všímať dobro na iných a vyjadri to.

CHLAPCI A DIEVČATÁ

Ciel': Ujasniť si predstavy o chlapcoch a dievčatách, utvárať vzájomné priateľské vzťahy.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ si zvolí vhodnú senzibilizáciu. Napríklad môže žiakom položiť niekoľko otázok typu: Správajú sa chlapci a dievčatá rovnako? Počuli ste o ženách, ktoré pilotujú lietadlo? O ženách, ktoré si vedia opraviť výfuk alebo sa zúčastňujú automobilových pretekov? Vedú muži domácnosť? Pracujú muži v materských škôlkach ako učitelia? Ošetrujú chorých? Vedia muži viac ako ženy, alebo je to naopak? Po tomto rozhovore učiteľ položí žiakom niekoľko otázok, na ktoré môže každý odpovedať podľa vlastného uváženia. Kto chce povedať **áno** vstane.

1. Majú byť chlapci veľkí a silní? (Učiteľ sa vzápätí pýta každého žiaka, ako prišiel k svojmu názoru: Prečo si to myslíš? Ako si na to prišiel? Prečo by to tak malo byť? Aké to má výhody? Učiteľ upozorní na zhody i nezhody v jednotlivých názoroch žiakov.)
2. Majú byť dievčatá veľké a silné? (Tu i pri ďalších otázkach pokračuje diskusia obdobne ako pri prvej otázke.)
3. Majú dievčatá nosiť šaty – vyzerajú v nich lepšie?
4. Majú dievčatá pracovať doma a chlapci vonku?
5. Majú sa dievčatá hrať na kovbojov?
6. Majú dievčatá a chlapci spolu športovať?
7. Majú chlapci nosiť dlhé vlasy?
8. Majú sa dievčatá hrať s autami?
9. Majú chlapci pomáhať pri varení?
10. Majú ženy pracovať ako hasiči?
11. Majú otcovia kŕmiť a prebaľovať malé deti?

Reflexia: Čo ťa na otázkach pobavilo? Čo ťa prekvapilo? O čom teraz premýšľaš? Obdivuješ nejakú ženu alebo muža? Koho? Je dobré, že nie sme všetci chlapci i dievčatá rovnakí? Ako sa máme k sebe navzájom správať? Prečo je potrebné a dôležité, aby sme sa vzájomne rešpektovali a pomáhali si? Čo chceš ešte povedať?

AKO SPOLU VYCHÁDZAŤ

Cieľ: Vytvárať pozitívne vzťahy medzi chlapcami a dievčatami.

Pomôcky: žiadne

Čas: 15 min.

Realizácia: Učiteľ vedie so žiakmi rozhovor. Pýta sa: Kedy si dievčatá z tejto skupiny naposledy robili žarty z niektorého chlapca, kedy chlapci z niektorého dievčaťa? V čom nedokážu chlapci pochopiť dievčatá? V čom nedokážu dievčatá pochopiť chlapcov? V druhej časti rozhovoru sa učiteľ so žiakmi rozpráva o tom, čo robí dievčatám problémy v tom, aby dobre vychádzali s chlapcami. A naopak, čo robí problémy chlapcom, aby si vychádzali s dievčatami. Nikoho nemenujeme, hovoríme iba všeobecne, napríklad: Chlapci ma niekedy štípu. Dievčatá sa mi posmievajú. Učiteľ spíše všetky problémy žiakov. Potom sa o nich v pokoji všetci spoločne porozprávajú. Je vhodné, aby sa učiteľ pýtal na podobné alebo iné skúsenosti.

Reflexia: Ako sa teraz cítiš? Na čo sú mimoriadne citliví chlapci, na čo dievčatá? Čo si vážia dievčatá na chlapcoch? Čo si vážia chlapci na dievčatách? V čom myslia a cítia chlapci a dievčatá rovnako? Čo môžeme urobiť pre to, aby sme v našej triede spolu lepšie vychádzali? Čo chceš ešte povedať?

HLADÁM SI PRIATEĽA

Ciel': Schopnosť nadviazať priateľské kontakty. Pochopiť hodnotu priateľstva.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Senzibilizáciou môže byť rozhovor o tom, čo je ozajstné priateľstvo. Pritom zdôrazňujeme, že jeho podmienkou je schopnosť pomáhať si, deliť sa, dávať, a nie brať. Žiaci sa rozdelia do 6 - členných skupín a posadia sa do malých kruhov. Učiteľ ich vyzve: Pozrite sa na ostatných a rozmýšľajte o tom, čo by ste mohli s nimi podniknúť. Ako by ste nadviazali kontakt? Teraz si to vyskúšame. Začne jedno dieťa a postupne ďalšiemu členovi skupinky povie jednu vetu. Napríklad: Miško, môžem s tebou nadviazať kontakt tak, že si zahráme spolu futbal?“ „Zuzka, môžem s tebou nadviazať kontakt tak, že sa na teba usmejem?“ „Maťko, môžem s tebou nadviazať kontakt tak, že ti pomôžem?“, atď. Keď sa prvé dieťa každému päťkrát prihovorí, je na rade druhé. Učiteľ sleduje dodržiavanie pravidiel hry. Do rozhovorov nezasahuje, nekritizuje ani negatívny spôsob nadväzovania kontaktu. Deti časom zistia, že svojím správaním získavajú, resp. strácajú šancu, aby sa ostatní s nimi priatelili. Nakoniec si o tom vymenia svoje názory.

Variant: Ak by v tejto podobe aktivita bola pre deti náročná, možno ju zjednodušiť tak, že dieťa v 6-člennej skupine si v prvom kole vyberie iba jedného žiaka, s ktorým sa pokúsi nadviazať kontakt, potom pokračuje ďalšie dieťa, atď. V ďalších kolách sa deti opäť striedajú.

Reflexia: Máš dosť priateľov? Podľa čoho si ich vyberáš? Čo robíš, ak chceš, aby sa niekto stal tvojím priateľom? Ľahko vyraduješ niektoré deti z hry? Prečo? Prečo je dobré správať sa v našej triede navzájom priateľsky? Je ťažké získať priateľa? Je náročné udržať si priateľa? Čo to vyžaduje odo mňa?

VYTVORME SI PRAVIDLÁ

Ciel': Uvedomiť si opodstatnenosť príkazov a zákazov (práv a povinností), ktoré podmieňujú slobodu nášho konania.

Pomôcky: papier, ceruzka pre každého žiaka

Čas: 20 min.

Realizácia: V rámci senzibilizácie vedie učiteľ so žiakmi rozhovor o tom, že rodina i škola stanovujú deťom určité normy správania. Robia to preto, aby sa deti cítili bezpečnejšie a aby sa naučili správať sa slobodne a zodpovedne. Čím sú deti väčšie, tým majú viac práv a povolení, ale o to častejšie si musia samy stanovovať normy či pravidlá správania. Potom učiteľ vyzve deti, aby samostatne chvíľu uvažovali o tom, aké pravidlá (normy správa-

nia) majú vo vlastnej rodine, v škole, na verejnosti. Deti utvoria dvojice. Ich úlohou bude v krátkom časovom limite (5-6 min.) navrhnúť pravidlo správania sa v rámci triedneho spoločenstva. Pravidlá by nemali zabudnúť na podporu vzájomnosti, spoluprácu, toleranciu. Vo veľkej skupine potom žiaci predstavia navrhnuté pravidlá. Nakoniec spoločne zostavia pravidlá, ktoré sa po odsúhlasení príjmu za pravidlá triedy.

Poznámka: Je vhodné, ak navrhnuté pravidlá učiteľ napíše a vyvesí na viditeľné miesto. Je prirodzené, že k pravidlám sa treba pravidelne (raz týždenne) vracáť, vyhodnocovať ich plnenie, resp. aktualizovať ich.

Reflexia: Súhlasíš s pravidlami vašej triedy? Na čo slúžia? Bolo náročné ich zostaviť? Čím si ty prispel pri ich zostavovaní? Prečo je dôležité rešpektovať spoločne prijaté pravidlá? Čo ak niekto z vás poruší pravidlo? Čo chceš ešte povedať?

ZMENA PRAVIDIEL

Cieľ: Podporiť iniciatívu v rámci spolužitia triedneho spoločenstva.

Pomôcky: žiadne

Čas: 20 min.

Realizácia: Učiteľ sedí so žiakmi v kruhu a pýta sa ich: Zdalo sa vám, niektoré pravidlo nevhodné? Kedy ste sa naposledy v rodine alebo v škole zasadzovali za nejaké právo? Boli ste s výsledkom spokojní? Ako ste postupovali? Zmena pravidiel je síce možná, ale obyčajne býva ťažká. Je totiž náročné nájsť dobré pravidlá a po toľkej námahe ich meniť. Preto, ak chceme či potrebujeme meniť pravidlá, snažíme sa ich vytvoriť tak, aby boli prijateľné pre všetkých. Rozdelíme sa do trojíc. Pozorne si prezrite pravidlá našej triedy. Nájdite pravidlo, ktoré by ste radi zmenili. Porozprávajte sa o tom, čo môže každý z vás zmeniť na svojom správaní a prístupe k ostatným, aby sa nám v triede lepšie žilo. Uvažujte, ako táto vaša zmena súvisí s pravidlom, ktoré chcete zmeniť. Ponúknite návrh na vylepšenie spolužitia v triednom spoločenstve. Ak uznáte za vhodné, navrhnete zmenu pravidla. Nakoniec vo veľkej skupine sa žiaci zverujú s tým, na čo prišli. Prijateľné a aktuálne návrhy na zmeny pravidiel po súhlase všetkých členov spoločenstva uvedú do platnosti.

Reflexia: Je jednoduché dodržiavať prijaté pravidlá? Darí sa ti to bez väčšej námahy? Si tolerantný, keď niekto z tvojich spolužiakov poruší pravidlo? Čo sa ti na tom nepáči? Čo môžeš zmeniť na sebe, čím môžeš sám prispieť k tomu, aby ste v triede spolunažívali ako v dobrej rodine? V prípade nepohody je nutné meniť pravidlá? Sú aj iné riešenia? Ktoré? Čo sa stane, ak sa pravidlá nedodržiavajú?

MEDZIPREDMETOVÉ VZŤAHY

Etická výchova svojím obsahom a špecifickými metódami môže pozitívne ovplyvňovať aj napĺňanie výchovných a vzdelávacích cieľov ostatných vyučovacích predmetov na I. stupni ZŠ, to znamená, vytvárať široký priestor na uplatňovanie medzipredmetových vzťahov. Medzipredmetové vzťahy s etickou výchovou sa realizujú v dvoch rovinách:

V prvej rovine ide o zakomponovanie cieľov etickej výchovy (globálnych i čiastkových) do výchovno-vzdelávacieho procesu na I. stupni ZŠ v jednotlivých vyučovacích predmetoch.

V druhej rovine ide o využitie prostriedkov iných predmetov na obohatenie realizačných možností zámerov etickej výchovy.

Niektoré námety uplatnenia medzipredmetových vzťahov s etickou výchovou uvádzame tak, aby mohli byť zaradené priamo do štruktúry vyučovacích hodín, či už z hľadiska výchovných, alebo vyučovacích cieľov na obidvoch stranách. Etická výchova dopĺňa najmä prvouku, slovenský jazyk a výchovné predmety.

Vychádzame z globálneho cieľa etickej výchovy v 2. ročníku ZŠ :

- Rozvíjať a posilňovať komunikačné zručnosti – učiť sa vyjadrovať city.
- Prežívať radosť z napĺňovania potreby byť akceptovaný inými a mať rád iných.
- Poznávať svoje práva a povinnosti.

(In: *Učebné osnovy Etická výchova pre základné školy I. stupeň. 2004, s. 6*)

Samozrejme, že pritom sledujeme aj špecifické ciele a obsah (učivo) jednotlivých predmetov, ako aj čiastkové ciele tematických okruhov etickej výchovy.

PRVOUKA

Tematický celok: Orientácia v priestore; učivo: Širšie okolie školy, Obec a jej okolie

Etická výchova

Tematický celok: Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov.

Cieľ: *Nadobudnúť spôsobilosti vyjadrovania sa verbálnej i neverbálnej komunikácie.*

Realizácia: Žiaci poznávajú významné objekty v okolí školy, opisujú cestu do susedného mesta. Môžeme využiť hranie rolí (turistický sprievodca), scény na tému železničná alebo autobusová stanica. Žiaci rozvíjajú a posilňujú svoje komunikačné zručnosti kúpou cestovných lístkov na autobus a vlak. Učia sa požiadať o láskavosť, pomoc pri nastupovaní do vlaku,

uvoľnenie miesta v autobuse chorým a starším, osvojujú si základy spolupráce v rámci skupiny.

Tematický celok: V prírode I.; učivo: Zvieratá okolo nás

Etická výchova

Tematický celok: Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov. Vyjadrenie citov.

Cieľ: *Nadobudnúť spôsobilosti pri neverbálnej komunikácii, počúvať iných. Identifikovať a vyjadrovať city.*

Realizácia: Aktivity z metodického príručky Etická výchova v 1. ročníku ZŠ (Zvieratká s. 49, Zvieratká a mláďatká s. 60). Zamerať sa na práva zvierat, uvedomiť si rozdiel v ich správaní v zajatí a na slobode.

Tematický celok: Zdravie a choroba; učivo: U lekára

Etická výchova

Tematický celok: Iniciatíva a Vyjadrenie citov.

Cieľ: *Vyjadrovať vlastné city a rešpektovať city iných.*

Realizácia: Zamerať sa inšcenačné metódy, ktoré imitujú návštevu lekára, využiť iniciatívu v sebaopoznaní, aký vplyv má správanie sa môjho tela na moje prežívanie, pohodu či nepohodu. Využiť aktivity, ktoré sú zamerané na iniciatívu, ktorá ohrozuje moje zdravie a osobnú bezpečnosť (fajčenie, alkohol, drogy, sexuálne zneužívanie detí).

Tematický celok: Rodina a spoločnosť; učivo: Rodina a príbuzní, Život detí iných národov

Etická výchova

Tematický celok: Iniciatíva. Vyjadrenie citov. Naša trieda – spoločenstvo detí.

Cieľ: *Uvedomiť si význam citov a ich vyjadrovania v prostredí rodiny i širšieho spoločenstva*

Realizácia: Žiaci pri poznávaní príbuzenských vzťahov prostredníctvom zážitkového učenia hľadajú možnosti ako vychádzať v ústrety členom rodiny (rodičom, súrodencom, starým rodičom). Učia sa vyjadrovať vdáčnosť, vzájomnú úctu žene, matke, sestre, mužovi, otcovi, bratovi, učia sa akceptovať city iných a kultivovane vyjadrovať negatívne city (hnev, vzdor, smútok). Pri učive "Život detí iných národov" využiť aktivity zamerané na podporu vzájomnosti, kamarátske správanie medzi spolužiakmi, pomoc slabším, rešpektovanie inakosti, spokojnosti a tolerancie.

SLOVENSKÝ JAZYK

Tematický celok: Slabika, slovo, veta; učivo: Spájanie slabík do slov.
Delenie slov na slabiky. Spájanie slov do viet

Etická výchova

Tematický celok: *Tvorivosť.*

Cieľ: *Rozvíjať pozorovacie schopnosti, fantáziu a tvorivé myslenie žiakov.*

Realizácia: Učivo doplniť didaktickými hrami, prešmyčkami a tvorivými úlohami, ktoré sú zamerané na tvorbu nových slov pomocou slabík, hľadanie iných významov presunutím slabík. Z daných slov vytvoriť vetu a pod.

Slohová výchova

Rozprávanie vlastného zážitku. Rozprávanie príbehu podľa série obrázkov. Tvorenie nadpisov k príbehom obrázkov.

Učivo: Rozprávame sa. Vieme počúvať. Rozhovor. Nerozprávame iba ústami.

Etická výchova

Tematický celok: *Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov. Vyjadrenie citov. Tvorivosť. Naša trieda – spoločenstvo detí.*

Cieľ: *Vedieť počúvať iných ako prvý predpoklad úspešnej spolupráce. Vyjadriť vďačnosť, ochotu, láskavosti, obdivu verbálne i neverbálne. Rozvoj fantázie a tvorivých schopností. Správanie sa medzi sebou, ohľaduplnosť a slušnosť.*

Realizácia: Využiť aktivity zamerané na verbálnu a neverbálnu komunikáciu a aktívne počúvanie. Pri rozprávaní vlastného zážitku alebo rozprávania podľa obrázkov môžu žiaci uplatniť svoju fantáziu, pričom je dobre vychádzať zo života triedy alebo rodiny.

Slovná (verbálna) a neslovná (neverbálna) komunikácia.

Učivo: Ako sa pozdravíme. Predstavenie a oslovenie. Prosba a poďakovanie. Ospravedlnenie. Zdvorilé správanie.

Etická výchova

Tematický celok: *Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov. Naša trieda spoločenstvo detí.*

Cieľ: *Prehlbovať základné spôsobilosti medziľudských vzťahov.*

Úlohy: Pripomenúť si témy z 1. ročníka, zamerať sa na správanie, základy spolupráce v skupinách, uvedomiť si práva a povinnosti. Poukázať na správanie medzi spolužiakmi, vzťahy medzi chlapcami a dievčencami. Mám v našej triede priateľov?

Realizácia: Pri týchto témach nadviažeme na aktivity uvedené v *Metodickej príručke pre učiteľov etickej výchovy na 1. stupni ZŠ (Nájdí si priateľa s. 40, Klbko s. 41, Tri zázračné slová s. 46, Iskrička s. 47 a podobne).*

Literárna výchova – čítanie

Tematický celok: **Príbehy zo života detí;** učivo: Do školy. Dobré rady všetkým žiakom.

Etická výchova

Tematický celok: ***Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov. Naša trieda spoločenstvo detí.***

Cieľ: *Dodržiavať pravidlá správania sa medzi sebou. Vyjadrovať city v rodine a medzi spolužiakmi.*

Realizácia: Triedny školský poriadok alebo zoznam pravidiel, ktoré si vytvoria žiaci doplniť vhodnými ilustráciami. Využiť inscenačné metódy na uvedomenie si citov, ktoré vysielame svojmu okoliu, keď prežívame radosť, smútok, hnev alebo strach.

Tematický celok: **Žánre ľudovej slovesnosti (rozprávky, pranostiky, hádanky, hry);** učivo: Rozprávka o červenej čiapočke. Hádanka. Z ľudovej reči. Aké je to? Uspávanky.

Etická výchova

Tematický celok: ***Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov. Tvorivosť. Vyjadrenie citov. Iniciatíva.***

Cieľ: *Rozvíjať komunikačné zručnosti, vyjadrovanie citov, tvorivosť a iniciatívu.*

Úlohy: Sledovať tvorivosť, ktorú od nás očakávajú iní. Učiť sa vzájomne vyjadrovať si city v rodine a hľadať možnosti, ako vychádzať v ústrety iným ľuďom.

Realizácia: Pri rozprávkach využiť inscenačné metódy, zamerať sa na viaceré varianty deja, deti vymýšľajú iné zakončenia rozprávok, tvorivo rozvíjajú dej. Pri uspávkách posilniť úctu k žene, matke, viesť žiakov k vyjadrovaniu pozitívnych citov v rodine. Hádanky, riekanky, pranostiky a hry využiť pri rozvoji tvorivosti.

Tematický celok: Poézia slovenských a svetových autorov;
učivo: Čim-čim.

Etická výchova

Tematický celok: Tvorivosť. Iniciatíva.

Cieľ: *Objavovať vlastné schopnosti. Byť iniciatívny v sebapoznávaní.*

Realizácia: Na základe Čimovho správania posúdiť situácie, v ktorých si žiaci neveria, majú obavy alebo strach z nových nepoznaných okolností alebo vecí. Zamerať na ľudí, ktorí im pri prekonávaní prekážok najviac pomáhajú.

MATEMATIKA

Odporúčame zamerať sa na rozvíjanie tvorivosti, dodržiavanie pravidiel, význam pomoci druhým, vedieť sa rozdeliť bez toho, aby som očakával odmenu. K tomu využiť predovšetkým zostavovanie a riešenie slovných úloh a sčítanie a odčítanie, zvlášť tematický celok zavedenie násobenia a delenia prirodzených čísel.

VÝCHOVNÉ PREDMETY

Telesná výchova: Využiť pohybové hry, relaxačné cvičenia, cvičenia vo dvojici na vytvorenie spolupráce, triedneho spoločenstva, viesť žiakov k dodržiavaniu pravidiel a pocitu radosti zo spoločného úspechu.

Hudobná výchova: Pri nácviku piesní a hudobno-pohybových hier dbať na vytvorenie radostnej atmosféry, hudobné rozprávky využiť na objavovanie vlastných daností. Hudobné hry zamerať na vytvorenie spolupráce v skupine.

Výtvarná výchova: Výtvarný prejav žiakov 1. stupňa dopĺňa viaceré aktivity etickej výchovy. Pri jednotlivých tematických celkoch:

- tematické práce,
 - výtvarné osvojenie prírody,
 - výtvarné a technické osvojenie predmetu,
- zdôrazňovať predovšetkým osobitné a jedinečné videnie každého jednotlivca, zamerať sa na rozvíjanie tvorivosti a objavovanie vlastných daností, podporovať prácu na spoločných projektoch.

POUŽITÁ LITERATÚRA

- Alexova, S., Vopel, K. W.: Nechaj ma, chcem sa učiť sám. Bratislava: SPN, 1992
- Auxtová, Z., Štulajterová, L.: Ponuka aktivít k témam etickej výchovy na 1. stupni ZŠ. B. Bystrica: Litomont s.r.o, 2003
- Benková, S., Komlóssyová, H., Pavlovič, J., Štefeková, K.: Čítanka pre 2. ročník základných škôl. Bratislava: IMPRO, vydavateľstvo LITERA. 1998.
- Capponi, V., Novák, T.: Aseratívne do života. Praha: Grada, 1994
- Fülöpová, E., Zelinová, M.: Hry v materskej škole. Bratislava: SPN, 2003
- Hermochová, S.: Hry pro život. Praha: Portál, 1994
- Ivanová, E., Kopinová, Ľ.: Etická výchova v 1. ročníku základnej školy. Metodická príručka. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave, 2004.
- Kariková, S.: Asertivita. Učebný text k tréningu asertivity. Banská Bystrica: 1993
- Kolková, S.: Tvorivosť a jej rozvoj vo voľnočasových aktivitách detí. Bratislava: MC v Bratislave, 2000
- Križová, O., Kopinová, Ľ., Líšková, E.: Učebné osnovy Etická výchova pre základné školy I. stupeň. 2004. Bratislava
- Lencz, L.: Pedagogika etickej výchovy. Bratislava: MC v Bratislave, 1992
- Lencz, L.: Etická výchova pre cirkevné školy 1. časť. Bratislava: MC v Bratislave, 1997
- Lencz, L.: Etická výchova pre cirkevné školy 2. časť. Bratislava: MC v Bratislave, 1997
- Lencz a kol.: Konceptia a metodika humanizácie výchovného štýlu. Bratislava: MC v Bratislave, 1997
- Lencz, L., Križová, O.: Metodický materiál k predmetu etická výchova. Bratislava: MC v Bratislave, 1997
- Pausewangova, E.: 100 her k rozvoji tvořivosti v předškolním a mladším školním věku. Praha: Portál, 1992
- Pausewangova, E.: 150 her k utváření osobnosti. Praha: Portál, 1999
- Skalková, J.: Obecní didaktika. Praha: ISV, 1999
- Smith, CH. A.: Třída plná pohody. Praha: Portál, 1993
- Učebné osnovy pre I. stupeň ZŠ. 1995 Bratislava: Príroda, 1995.
- Učebné osnovy Slovenského jazyka a literatúra pre I. stupeň ZŠ. 1997. Bratislava: ARIMES, 1997.

OBSAH

Slovo na úvod	2
----------------------------	---

I. časť

1 Základné zložky etickej výchovy	3
2 Výchovný cieľ	3
3 Obsah (výchovný program) etickej výchovy	5
3.1 Otvorená komunikácia.....	6
3.2 Ľudská dôstojnosť a sebaúcta.....	8
3.3 Pozitívne hodnotenie iných.....	10
3.4 Tvorivosť a iniciatíva.....	11
3.5 Vyjadrenie a komunikácia citov.....	13
3.6 Empatia.....	15
3.7 Asertivita.....	16
3.8 Reálne a zobrazené vzory.....	20
3.9 Spolupráca, pomoc, darovanie, delenie sa – prosociálnosť v osobných vzťahoch.....	22
3.10 Komplexná prosociálnosť.....	23
4 Výchovný štýl	24
5 Metódy etickej výchovy	28
Učebné osnovy etickej výchovy pre 2. ročník ZŠ	31

II. časť

1 Aktivity k témam obsahu (výchového programu)	34
1.1 Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov.....	34
1.2 Tvorivosť.....	41
1.3 Iniciatíva.....	50
1.4 Vyjadrovanie citov.....	54
1.5 Naša trieda – spoločenstvo detí.....	63
Medzipredmetové vzťahy	69
Použitá literatúra	74

PaedDr. Eva Ivanová, PhDr. Ľubica Kopinová, Mgr. Eva Líšková

ETICKÁ VÝCHOVA v 2. ročníku základnej školy
Metodická príručka pre učiteľov

Lektorovala: PaedDr. Oľga Križová
Vydalo: Metodicko-pedagogické centrum
Tomášikova 4, Bratislava
s finančným príspevím
Združenia na podporu vzdelávania EDUKÁCIA

Výkonná redaktorka: PhDr. Soňa Hronská
Technické spracovanie a návrh obálky: Daniel Neubauer
Počet strán: 76
Náklad: 3500
1. vydanie, 2005

ISBN 80-8052-233-2
EAN 9788080522339