



Kurz osobnostní a sociální výchovy pro žáky 6. ročníku ZŠ a primy gymnázia

# ADAPTAČNÍ (stmelovací) SOUSTŘEDĚNÍ

Michal Dubec



Tato publikace byla vytvořena v rámci projektu „Zavádění osobnostní a sociální výchovy do školních vzdělávacích programů základních škol a nižších stupňů osmiletých gymnázií v Praze“. Projekt je financován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.



**Mgr. Michal Dubec**

**ADAPTAČNÍ (stmelovací) SOUSTŘEDĚNÍ**  
**Kurz osobnostní a sociální výchovy**  
**pro žáky 6. ročníku ZŠ a primy gymnázia**

Vydalo občanské sdružení Projekt Odyssea  
Katusická 712, 197 00, Praha 9  
[www.odyssea.cz](http://www.odyssea.cz)

Počet stran: 49  
Vydání 1., 2007

Fotografie: © Projekt Odyssea  
© Projekt Odyssea, 2007

**ISBN 978-80-87145-22-7**

# OBSAH

---

<b>OBSAH</b> .....	2
<b>CO V TOMTO TEXTU NAJDETE</b> .....	3
<b>SMYSL ADAPTAČNÍCH SOUSTŘEDĚNÍ</b> .....	4
PILÍŘE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ .....	4
<b>OSVĚDČENÁ PRAVIDLA PRO ADAPTAČNÍ SOSUSTŘEDĚNÍ</b> .....	5
FÁZE VÝVOJE SKUPIN V ČASE A JEJICH VZTAH K PLÁNOVÁNÍ ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ .....	7
<b>CÍLE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ</b> .....	10
<b>JEDNOTLIVÉ BLOKY ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ</b> .....	12
<b>POZNÁMKY PRO VEDENÍ JEDNOTLIVÝCH PROGRAMOVÝCH BLOKŮ</b> .....	14
<b>POZNÁMKY PRO VEDENÍ JEDNOTLIVÝCH PROGRAMOVÝCH BLOKŮ</b> .....	15
1. ZAHÁJENÍ. ....	15
2. ROZEHŘÍVACÍ AKTIVITY. ....	16
2. ROZEHŘÍVACÍ AKTIVITY. ....	17
3. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA PROHLoubENÍ VZÁJEMNÉHO POZNÁNÍ A HLUBŠÍ POZNÁNÍ UČITELE. ....	18
4. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA NASTARTOVÁNÍ SPOLUPRÁCE MEZI ŽÁKY A NA ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ PŘI SKUPINOVÉ PRÁCI. ....	20
5. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA SPOLEČNÉ ZVLÁDÁNÍ NÁROČNÝCH SITUACÍ. ....	23
6. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA ROZVOJ DŮVĚRY .....	30
7. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA ZFORMULOVÁNÍ ZÁKLADNÍCH PRAVIDEL DANÉ TŘÍDY A NA ZHODNOCENÍ A UZAVŘENÍ AKCE.....	31
<b>NÁROKY KLADE NÉ NA UČITELE</b> .....	37
<b>PROBLÉMOVÉ SITUACE, NA KTERÉ MŮŽEME NARAZIT</b> .....	38
<b>ZÁSObNÍK AKTIVIT</b> .....	40
NOSOROŽEC, OPICE, KAČKA, SLON .....	40
BROD.....	41
MYSLÍM SI, ŽE ANO; MYSLÍM SI, ŽE NE.....	42
VALÍHRACH.....	45
<b>POMŮCKY</b> .....	47
<b>POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA</b> .....	49

## CO V TOMTO TEXTU NAJDETE

---

Tento dokument je metodikou vedení adaptačních soustředění s použitím metod osobnostní a sociální výchovy. Najdete v něm především řadu aktivit a praktických doporučení pro přípravu a realizaci třídního výjezdového adaptačního soustředění se třídami druhého stupně základní školy, či nižšího stupně víceletých gymnázií.

### PRO KOHO JE TENTO TEXT URČEN

Tento materiál je určen především pro učitele a výchovné poradce základních škol a nižších stupňů středních škol.

### JAK JE TEXT NAPSÁN

Naší snahou bylo napsat text, který bude prakticky použitelný. Pokud se v textu opíráme o určitou teorii, najdete zde odkaz na publikaci, kde je uvedena. V textu jsou prezentovány pouze praktické závěry z dané teorie.

### JAK SE DÁ POUŽÍT TO, CO JE TU NAPSÁNO

Všechny zde popisované metody a aktivity jsou prakticky vyzkoušené se žáky více než 100 tříd základních a středních škol, v průběhu 5 let. Během realizace těchto adaptačních soustředění docházelo, na základě jejich reflektování společně s kolegy a třídními učiteli daných tříd, k postupnému obměňování jejich obsahu. Zde prezentovaný text popisuje adaptační soustředění s cíli, které uvádíme níže. Dle konkrétních potřeb každé školy je samozřejmě možné se zaměřit na jiné cíle, případně hlouběji pouze na část zde prezentovaného spektra cílů.

Všechny uvedené metody a principy práce s nimi předkládáme jako možnou inspiraci. Každá třída se během programu projevuje jinak. Z tohoto důvodu se na tento text díváme především jako na zdroj inspirace, se kterým je možné tvořivě pracovat a program následně upravovat podle potřeb konkrétní třídy.





## SMYSL ADAPTAČNÍCH SOUSTŘEDĚNÍ

Adaptační soustředění poskytují jedinečnou možnost hlouběji se poznat a stmelit v rámci třídy. Procesy vzájemného poznávání a sblížování, které ve škole trvají většinou měsíce, je zde možné nastartovat a významně urychlit během několika dní.

### PILÍŘE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ



#### POBYT MIMO ŠKOLU

Jako základní prvek adaptačního soustředění vnímáme změnu prostředí. Samotným vytržením žáků z prostředí školy a domova je možné často dosáhnout jejich odlišného prožívání a chování.



#### SPOLEČNÉ PROŽITKY

Metodami vedoucími k cílům adaptačního soustředění, jsou metody zážitkové pedagogiky. Jde o to, aby žáci prošli řadou aktivit, ve kterých sami něco dělají. Tyto aktivity v nich vyvolají řadu prožitků. Díky nim je možné naplnit níže uvedené cíle.



#### SPOLUPRÁCE

Jedním z hlavních cílů tohoto typu programu je stmelení skupiny. Osvědčeným prostředkem stmelení jsou aktivity, ve kterých žáci řeší dané úkoly díky intenzivní spolupráci.



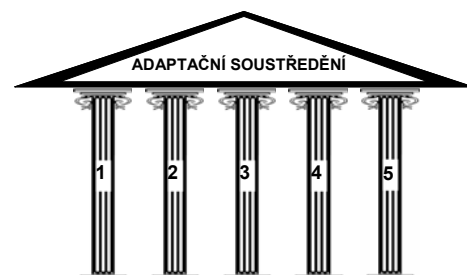
#### ČAS PRO SEBE

Časem pro sebe rozumíme dobu, během které se žáci mohou bavit „jak chtějí“. Domníváme se, že právě možnost popovídat si se spolužáky (a nebo si s nimi zahrát nikým neřízený fotbal) patří mezi plnohodnotné cíle adaptačního soustředění. Z tohoto důvodu jsou mezi jednotlivými bloky programu vždy delší časové pauzy, které slouží k nestrukturovanému trávení tohoto času.



#### PROVÁZEJÍCÍ PŘÍSTUP

Provázející přístup je založen na respektující komunikaci, stanovuje pevné hranice na straně jedné a podporuje vlastní aktivitu žáků na straně druhé.



## **OSVĚDČENÁ PRAVIDLA PRO ADAPTAČNÍ SOSUSTŘEDĚNÍ**

---

Osvědčilo se nám zavést hned na začátku adaptačního soustředění několik jednoduchých pravidel. Cílem těchto pravidel je zajistit fyzickou i psychickou bezpečnost účastníků a zefektivnit jeho průběh.

Jednotlivá pravidla je dobré na začátku programu sepsat (viz blok Zahájení) na velký papír a během programu na ně při jejich dodržování a porušování odkazovat. V průběhu programu je užitečné na fungování i porušování pravidel reagovat hned. V případě, že na jejich porušování nezareaguje hned zpočátku, může se porušování pravidel stát nepsanou normou.

Když některé z těchto žákům známých pravidel nefunguje, je možné se na ně speciálně zaměřit. Širší možnosti práce s pravidly obsahuje Lekce OSV 7.1 - Poznáváme, určujeme a dodržujeme základní pravidla chování ve třídě a ve škole.

Níže uvádíme 6 pravidel, se kterými se nám osvědčilo během adaptačních soustředění pracovat. Je možné na začátku představit pouze některá z nich a další následně zavádět během programu.

### **PRAVIDLO STOP**

Toto pravidlo umožňuje žákům neúčastnit se některé z aktivit.

Některá témata, respektive aktivity, mají „psychologický potenciál“. V kontextu této metodiky jsou používány pouze s cílem rozvoje sociálních dovedností, tedy nikoliv s cílem „rozebírat osobnost“ jednotlivých žáků.

Může ale dojít k tomu, že se některému ze žáků z osobních důvodů do určité aktivity nechce, nebo se jej během aktivity něco dotkne a on v ní nechce pokračovat. V takovou chvíli může využít pravidla „STOP“, na základě kterého může z aktivity vystoupit bez udání důvodu. Na danou chvíli se stává nezúčastněným pozorovatelem, který je fyzicky přítomen, ale neúčastní se dané aktivity. Během naší praxe se nám občas stalo, že toto pravidlo někdo využil. Neměli jsme ovšem dojem, že by ho někdo „zneužíval“.

### **DOTAZY AŽ PO INSTRUKCI**

Toto pravidlo umožňuje klást upřesňující dotazy k jednotlivým aktivitám až po vyslechnutí celé instrukce. Jeho smyslem je předejít dotazům, které jsou záhy zodpovězeny v dalším průběhu instrukce.

Průběh zadávání jednotlivých aktivit během adaptačního soustředění potom vypadá takto:

1. Učitel odříká instrukci (nebo její část).
2. Učitel vyzve žáky k položení upřesňujících dotazů.
3. Učitel si nechá od žáků instrukci parafrázovat:  
„Byl bych rád, abychom dali stručně dohromady v bodech to, co se bude nyní dít. Můžeš nám to, Viktoro, zopakovat?“

## **KDYŽ SE MI NĚCO NEZDÁ BEZPEČNÉ, ŘEKNU TO**

Cílem tohoto pravidla je předcházet zraněním žáků.

Fungování tohoto pravidla v praxi vypadá tak, že když některý z žáků vnímá některou aktivitu (její část) jako nebezpečnou, tak to oznámí vedoucímu aktivitu a případně využije pravidla Stop. Jinak se snadno může stát, že žák podlehne tlaku skupiny (třídy) a „vrhne“ se do něčeho, na co se necítí. Pravděpodobnost zranění je potom několikanásobně vyšší.

## **OSLOVUJEME SE KŘESTNÍM JMÉNEM NEBO VYŽÁDANOU PŘEZDÍVKOU**

Smyslem tohoto pravidla je zavést normu vzájemného oslovování se během adaptačního soustředění.

Osvědčilo se nám se na fungování tohoto pravidla zaměřit právě během adaptačního soustředění. Zvláště v nově vzniklé skupině žáků je dobré s touto normou pracovat hned od začátku.

## **KDYŽ NĚKDO MLUVÍ, NECHÁME HO NEJPRVE DOMLUVIT, NEŽ SAMI NĚCO ŘEKNEME**

Toto pravidlo umožňuje efektivně diskutovat ve skupině. Vzhledem k tomu, že se patrně nejčastěji porušuje, je dobré na jeho případné nefungování upozorňovat hned při prvním výskytu.

Během adaptačních soustředění jsme učinili dobrou zkušenost se signálem pro okamžité ztišení se žáků. Tímto signálem může být například hvízdnutí na píšťalku, nebo vztyčení zaťaté pěsti symbolizující zavřená ústa.

K používání tohoto signálu je možné vyzvat i samotné žáky. Ve chvílích, kdy hovoří přes sebe několik žáků, mohou sami vztyčit zaťatou pěst. Některé skupiny žáků se zvládly tímto způsobem během programu regulovat samy.

## **CHODÍME VČAS**

Toto pravidlo umožňuje maximálně využívat čas věnovaný společnému programu.

Jednou z možností podpory jeho fungování je stanovení „Časopsů“. Úkolem žáků v roli časopsů je vždy pět minut před začátkem programu oběhnout všechny zbylé účastníky a oznámit jim, že program za chvíli začíná.



## FÁZE VÝVOJE SKUPIN V ČASE A JEJICH VZTAH K PLÁNOVÁNÍ ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ

Každá skupina lidí, kteří jsou spolu někde delší dobu pohromadě, se zákonitě vyvíjí, a to bez ohledu na věk a sociální příslušnost jejích členů. Vývoj skupin v čase má určité zákonitosti, jejichž znalost prakticky pomáhá při sestavování programu adaptačních soustředění. Proces vývoje skupin probíhá ve fázích. Různí autoři se liší podle toho, kolik těchto fází uvádějí. Rozdíl zde často spočívá pouze v podrobnosti dělení. Někde je jedna fáze podrobněji rozdělena například do dvou. Nám se prakticky osvědčil model inspirovaný publikací Klíčové kompetence a jejich rozvíjení \*).

Cílem adaptačního soustředění je průběh těchto fází urychlit a „kultivovat“. Třídy, se kterými jsme učinili zkušenost na adaptačních soustředěních, se většinou během nich dostaly do 3., někdy i do 4. z popsaných fází. Adaptačním soustředěním „péče“ o jednotlivé fáze vývoje skupiny nekončí. S níže popsanými doporučeními je efektivní pracovat rovněž uvnitř školy, například v rámci třídnických hodin.

Níže jsou uvedeny jednotlivé fáze společně s doporučeními pro typy aktivit, které je vhodné v dané fázi zařadit, a s praktickými tipy pro vedení skupiny v dané fázi vývoje. Konkrétní aktivity jsou uvedeny dále u jednotlivých bloků adaptačních soustředění.

Fáze vývoje skupiny :	Co se děje ve skupině:	Konkrétní doporučení pro vedení skupiny:	Doporučené typy aktivit:
<b>1. První kontakt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Členové skupiny mají na základě rozdílné minulé zkušenosti odlišná očekávání toho, co se má ve skupině dít.</li> <li>▪ Dochází ke vzájemnému „otřukávání“ se.</li> <li>▪ Skupina je zcela závislá na vnějším vedení.</li> </ul>	<p><b>Zajistit pocit psychického i fyzického bezpečí</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- představení programu kurzu;</li> <li>- představení základních pravidel programu!!! – viz. Osvědčená pravidla pro adaptační soustředění;</li> <li>- představení řešení možných krizových situací (kdo je zdravotník).</li> </ul> <p><b>Urychlit vzájemné otřukávání se</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- viz doporučené aktivity.</li> </ul>	<p>⇒ Seznamovací aktivity.</p> <p>⇒ Aktivity, pro jejichž zvládnutí je nutné komunikovat s ostatními členy skupiny.</p>
<b>2. Kvašení</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ve skupině dochází často ke konfliktům spojeným s vyjasňováním vlivu jednotlivých členů. a postavení ve skupině</li> <li>▪ Nastavení jednotlivých členů skupiny vůči sobě navzájem je hodně konkurenční.</li> <li>▪ Dochází ke kritickým reakcím na jednotlivé členy skupiny.</li> <li>▪ Často se vytvářejí různé podskupiny, které jsou proti sobě v opozici.</li> </ul>	<p><b>Umožnit účastníkům prožít konfliktní situace</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nesnažit se konflikty uměle potlačovat;</li> <li>- nechat účastníky na základě prožitých konfliktů formulovat jednoduchá doporučení pro zvládnutí podobných situací během dalších aktivit;</li> <li>- posilovat používání těchto doporučení v dalších aktivitách.</li> </ul>	<p>⇒ Aktivity zaměřené na spolupráci.</p> <p>⇒ Jednoduché, rychlé reflexe zapojující všechny účastníky po aktivitách. (Více o reflexi viz zásobník základních metod). Cílem těchto reflexí je dát dohromady jednoduchá použitelná doporučení.</p>








\*) Belz, H., Siegrist, M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Praha: Portál, 2001. s. 51 – 56.



<p><b>3. Důvěrnost, intimita, vyjasnění</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Účastníci zjišťují, že přemíra konkurenčního chování nevede k úspěchu.</li> <li>▪ Jednotliví členové skupiny se ochotněji podílejí na skupinových aktivitách.</li> <li>▪ Skupina se pro její členy stává atraktivní.</li> </ul>	<p><b>Začít delegovat některé úkoly (činnosti) na jednotlivé členy skupiny, nebo na skupinu jako celek.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nechat členy skupiny zodpovídat za některé úkoly.</li> </ul> <p><b>Podporovat nekonkurenční způsoby chování.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ve stručných reflexích, zapojujících všechny členy skupiny, nechat pojmenovat, jak nekonkurenční chování přispělo k řešení.</li> </ul> <p><b>Upozorňovat na nedodržování i dodržování dohodnutých pravidel a umožnit skupině zformulovat si některá vlastní pravidla.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- při dodržování pravidel je užitečné používat oceňování;</li> <li>- při nedodržování pravidel je užitečné používat popisný jazyk: „Všiml jsem si, že během diskuse o tom, jak budete během aktivity spolupracovat, mluvili 3 lidé najednou“. Po tomto popisu je prospěšné zjistit, jak členové skupiny tento stav vnímali a jestli s ním chtějí něco dělat: „Ukažme si škálu, jak vám to bylo příjemné?“. „Co tedy uděláte příště jinak?“.</li> </ul> <p><b>Podporovat vyjadřování vzájemného uznání mezi členy skupiny.</b></p> <p>– viz doporučené aktivity.</p>	<p>⇒ Aktivity zaměřené na intenzivní spolupráci a komunikaci.</p> <p>⇒ Aktivity zaměřené na vyjadřování vzájemného uznání mezi členy skupiny.</p> <p>⇒ Jednoduché, rychlé reflexe zapojující všechny účastníky po aktivitách.</p>
<p><b>4. Výkonové stádium</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Skupina je plně práce schopná;</li> <li>▪ Skupina akceptuje některé odlišnosti svých členů;</li> <li>▪ Skupina se dokáže sama efektivně řídit.</li> </ul>	<p><b>Dávat skupině prostor pro vlastní aktivitu.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomoci členům skupiny v tom, aby vyjádřili, jaké společné aktivity by uvítali (diskotéka, návštěva kina, adopce zvířete ze ZOO).</li> <li>- Pomoci skupině v tom, aby naplánovala a uskutečnila činnosti, které povedou k dosažení těchto společných cílů.</li> </ul> <p><b>„Bdít“ nad dodržováním norem, které byly stanoveny.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vést členy skupiny k tomu, aby sami dokázali reagovat na porušování společně dohodnutých pravidel viz lekce 7.1.</li> </ul> <p><b>Vždy po nějaké době nechat členy skupiny vyjádřit, co se jim na skupině líbí a co by případně chtěli jinak.</b></p>	<p>⇒ Aktivity zaměřené na podporu skupinové identity.</p> <p>⇒ Dostatek času, který spolu může skupina trávit při zvenku nestrukturovaných činnostech.</p> <p>⇒ Aktivity zaměřené na vyjadřování vlastní spokojenosti či nespokojenosti s fungováním skupiny.</p>

Ze znalostí jednotlivých fází vývoje skupin vychází níže uvedená obsahová náplň a seřazení jednotlivých bloků adaptačního soustředění.

Vztah jednotlivých bloků adaptačního soustředění a fází vývoje skupin v čase vypadá takto:

Jednotlivé bloky adaptačního soustředění	Fáze vývoje skupin v čase
1. Zahájení.	 První kontakt
2. Rozehřívací aktivity.	 První kontakt
3. Aktivity zaměřené na prohloubení vzájemného poznání a hlubší poznání učitele.	 První kontakt
4. Aktivity zaměřené na nastartování spolupráce mezi žáky a řešení konfliktů při skupinové práci.	 Kvašení
5. Aktivity zaměřené na společné zvládnutí náročných situací (Dobrodružná cesta).	 Důvěrnost, intimita, vyjasnění
6. Aktivity zaměřené na rozvoj důvěry.	 Důvěrnost, intimita, vyjasnění
7. Aktivity zaměřené na zformulování základních pravidel třídy a na zhodnocení a uzavření celé akce.	 Výkonové stádium

## CÍLE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ

---

Konkrétně vymezené cíle, k jejichž naplnění dále slouží jednotlivé bloky programu, chápeme jako nutný předpoklad pro jeho účinnost a smysluplnost. Konkrétní program potom vzniká tak, že se jednotlivé cíle seřadí za sebe a přiřadí se k nim aktivity vedoucí k jejich naplnění (viz. Jednotlivé bloky adaptačního soustředění).

Některé z aktivit potom mohou vést k naplnění několika cílů současně. Cíle jsme zformulovali tak, aby jejich dosažení bylo měřitelné.

Níže uvedené cíle odrážejí naši současnou představu o adaptačním soustředění. Prakticky je samozřejmě možné definovat jiné cíle, které se potom dále odrazí na jiné podobě programu.

### CÍLE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ:

#### 1. Zahájení.

- Žák se seznámí s tím, kdo bude kurz lektorovat.
- Žák zformuluje, jak vnímá smysl kurzu.
- Žák zformuluje svá očekávání pro kurz.
- Žák vyslechne základní parametry kurzu (struktura kurzu; časy; pravidla objektu, kde se kurz koná).
- Žák se seznámí se základními pravidly kurzu.
- Žák odsouhlasí a doplní základní pravidla, kterými se bude během kurzu řídit.

#### 2. Rozehřívací aktivity.

- Žák prožije několik aktivit, během kterých bude spolupracovat se spolužáky při plnění „lehčích“ zábavných úkolů.

#### 3. Aktivity zaměřené na prohloubení vzájemného poznání a hlubší poznání učitele.

- Žák získá o učiteli informace, které dosud nevěděl.
- Žák položí otevřenou otázku svým spolužákům a sdělí nejzajímavější odpověď, kterou získal od konkrétního spolužáka.
- Žák uvede alespoň u třetiny spolužáků informaci o jejich zájmech, koníčcích.
- Žák zformuluje alespoň jednu otevřenou otázku pro svého učitele. Otázka se týká života, nebo osobnosti učitele.
- Učitel odpoví alespoň na 10 vybraných otázek žáků.
- Žák sdělí jeden zážitek, který ho během programu hodně (nejvíce) oslovil.

#### 4. Aktivity zaměřené na nastartování spolupráce mezi žáky a řešení konfliktů při skupinové práci.

- Žák prožije několik aktivit, během kterých bude spolupracovat se spolužáky.
- Žák prožije společně se spolužáky radost ze společného zvládnání náročných situací vyžadujících spolupráci.
- Žák prožije konfliktní situaci se spolužáky.
  - Žák si vyzkouší řešení konfliktní situace se spolužáky moderované učitelem (lektorem).
  - Žák popíše postup, který vedl k řešení konfliktní situace se spolužáky.
  - Žák zformuluje jednoduchou konkrétní zásadu použitelnou při efektivním řešení konfliktní situace se spolužáky.
  - Žák si vyzkouší tento postup aplikovat v praktické situaci.

#### 5. Aktivity zaměřené na společné zvládnání náročných situací (Dobrodružná cesta).

- Žák zformuluje alespoň 3 doporučení pro týmovou spolupráci se spolužáky.
- Žák si vyzkouší použít některá z těchto doporučení během praktických situací.
- Žák prožije společně se spolužáky radost ze společného zvládnání náročných situací vyžadujících spolupráci.
- Žák zhodnotí, jak se mu během aktivit tohoto bloku spolupracovalo se spolužáky.
- Žák zhodnotí, jak se on sám snažil dodržovat doporučení pro spolupráci a jak přispíval k prosazování jejich fungování během jednotlivých aktivit.

#### 6. Aktivity zaměřené na rozvoj důvěry.

- Žák prožije se svými spolužáky situaci vzájemné důvěry.
- Žák prožije situaci, ve které otevřeně prezentuje své názory a vyslechne odlišné názory svých spolužáků, aniž by je popíral.
- Žák popíše, jak prožíval aktivity zaměřené na důvěru.
- (Žák pojmenuje nekonfliktní způsob sdělování vlastních názorů.)

#### 7. Aktivity zaměřené na zformulování základních pravidel třídy a na zhodnocení a uzavření celé akce.

- Žák prožije se svými spolužáky situaci vzájemné důvěry.
- Žák zformuluje „Pravidla pro naši třídu – aby se nám spolu dobře žilo a spolupracovalo“.
- Žák prodiskutuje ve skupině otázku „Jaká pravidla bych chtěl, aby fungovala v naší třídě“.
- Žák dá svůj hlas prodiskutovaným pravidlům, která sám považuje za nejdůležitější pro život ve třídě.
- Žák se svým podpisem zaváže k dodržování dohodnutých pravidel třídy.
- Žák si vybere pravidlo, na jehož fungování bude zejména dbát – sám ho neporušovat a upozorňovat na jeho porušování.
- Žák písemně vyjádří, jak vnímal celý program, jak vnímal jeho různé části, a co si z něj odnáší.

## JEDNOTLIVÉ BLOKY ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ

Programový blok	Čas/ prostředí	Cíle	Aktivity
<b>1 den odpoledne</b>			
<b>1. Zahájení.</b>	<b>1 hodina</b>  <b>Uvnitř či venku</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák se seznámí s tím, kdo bude kurz lektorovat.</li> <li>➤ Žák zformuluje, jak vnímá smysl kurzu.</li> <li>➤ Žák zformuluje svá očekávání pro kurz.</li> <li>➤ Žák vyslechne základní parametry kurzu (struktura kurzu; časy; pravidla objektu, kde se kurz koná.</li> <li>➤ Žák se seznámí se základními pravidly kurzu.</li> <li>➤ Žák odsouhlasí a doplní základní pravidla, kterými se bude během kurzu řídit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ <b>Informace o tom, kdo akci povede:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Výběr tvrzení</b></li> </ul> </li> <li>⇒ <b>Smysl akce:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Smysl</b></li> <li>▪ <b>Očekávání</b></li> </ul> </li> <li>⇒ <b>Struktura kurzu (časy začátků a konců jednotlivých bloků, jejich rámcový obsah a pravidla).</b></li> </ul>
<b>2. Rozehřívací aktivity.</b>	<b>2 hodiny</b>  <b>Venku</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák prožije několik aktivit, během kterých bude spolupracovat se spolužáky při plnění „lehčích“ zábavných úkolů.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gordický uzel</b> (N80)</li> <li>• <b>Améba</b> (N81)</li> <li>• <b>Spojení</b> (N86)</li> <li>• <b>Drákula</b> (N60)</li> <li>• <b>Slepá řada</b> (N74)</li> <li>• <b>Kámen, nůžky, papír</b> (N120)</li> <li>• <b>Nosorožec, opice, kačka, slon</b></li> <li>• <b>Dračí souboj</b> (N104)</li> </ul>
<b>1 den večer</b>			
<b>3. Aktivity zaměřené na prohloubení vzájemného poznání a hlubší poznání učitele.</b>	<b>2 hodiny</b>  <b>Uvnitř</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák získá o učiteli informace, které dosud nevěděl.</li> <li>➤ Žák položí otevřenou otázku svým spolužákům a sdělí nejzajímavější odpověď, kterou získal od konkrétního spolužáka.</li> <li>➤ Žák uvede alespoň u třetiny spolužáků informaci o jejich zájmech, koníčcích.</li> <li>➤ Žák zformuluje alespoň jednu otevřenou otázku pro svého učitele. Otázka se týká života nebo osobnosti učitele.</li> <li>➤ Učitel odpoví alespoň na 10 vybraných otázek žáků.</li> <li>➤ Žák sdělí jeden zážitek, který ho během programu hodně (nejvíce) oslovil.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Místo po mé levici je volné</b> (N61)</li> <li>❖ <b>Krok vpřed</b> (N58)</li> <li>❖ <b>Lidské bingo</b> (N62)</li> <li>⇒ <b>Reportéři</b></li> <li>• <b>Hra na jména</b> (N52)</li> <li>• <b>Komu míč</b> (N53)</li> <li>• <b>Rychlá autobiografie</b> (N55)</li> <li>⇒ <b>Jak mne ještě neznáte</b></li> <li>⇒ <b>Rituál - NID</b></li> </ul>



Programový blok	Čas/ prostředí	Cíle	Aktivity
<b>2 den dopoledne</b>			
<b>4. Aktivity zaměřené na nastartování spolupráce mezi žáky a na řešení konfliktů při skupinové práci.</b>	<b>3 hodiny</b>  <b>Venku</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák prožije několik aktivit, během kterých bude spolupracovat se spolužáky.</li> <li>➤ Žák prožije společně se spolužáky radost ze společného zvládnání náročných situací vyžadujících spolupráci.</li> <li>➤ Žák prožije konfliktní situaci se spolužáky: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Žák si vyzkouší řešení konfliktní situace se spolužáky moderované učitelem (lektorem).</li> <li>○ Žák popíše postup, který vedl k řešení konfliktní situace se spolužáky.</li> <li>○ Žák zformuluje jednoduchou konkrétní zásadu použitelnou při efektivním řešení konfliktní situace se spolužáky.</li> <li>○ Žák si vyzkouší tento postup aplikovat v praktické situaci.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Skákající řada</b> (N116)</li> <li>❖ <b>Molekuly</b> (N96)</li> <li>• <b>Velké švihadlo</b> (N117)</li> <li>• <b>Monstrum</b> (N165)</li> <li>• <b>Klávesnice</b> (N204)</li> <li>• <b>Výbušnina</b> (N161)</li> <li>• <b>Dopravní zácpa</b> (N166)</li> <li>• <b>Uzlování</b> (N173)</li> </ul>
<b>2 den odpoledne</b>			
<b>5. Aktivity zaměřené na společné zvládnání náročných situací.</b>  <b>(Dobrodružná cesta)</b>  (rozvoj dovedností v oblasti spolupráce a mezilidských vztahů)	<b>3 hodiny</b>  <b>Venku</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák zformuluje alespoň 3 doporučení pro týmovou spolupráci se spolužáky.</li> <li>➤ Žák si vyzkouší použít některá z těchto doporučení během praktických situací.</li> <li>➤ Žák prožije společně se spolužáky radost ze společného zvládnání náročných situací vyžadujících spolupráci.</li> <li>➤ Žák zhodnotí, jak se mu během aktivit tohoto bloku spolupracovalo se spolužáky.</li> <li>➤ Žák zhodnotí, jak se on sám snažil dodržovat doporučení pro spolupráci a jak přispíval k prosazování jejich fungování během jednotlivých aktivit.</li> </ul>	<p>⇒ <b>Co budeme dělat, aby se nám to povedlo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brod</b></li> <li>• <b>Bludiště</b> (N106)</li> <li>• <b>Věneček pampelišek</b> (N213)</li> <li>• <b>Slepý čtverec</b> (N175)</li> <li>• <b>Ostrov</b> (N170)</li> <li>• <b>Elektrický plot</b> (N184)</li> <li>• <b>Pavoučí síť</b> (N)</li> </ul>
<b>2 den večer</b>			
<b>6. Aktivity zaměřené na rozvoj důvěry.</b>	<b>2 hodiny</b>  <b>Uvnitř</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák prožije se svými spolužáky situaci vzájemné důvěry.</li> <li>➤ Žák prožije situaci ve které otevřeně prezentuje své názory a vyslechne odlišné názory svých spolužáků, aniž by je popíral.</li> <li>➤ Žák popíše, jak prožíval aktivity zaměřené na důvěru.</li> <li>➤ (Žák pojmenuje nekonfliktní způsob sdělování vlastních názorů). Žák sdělí jeden zážitek, který ho během programu hodně (nejvíce) oslovil.</li> </ul>	<p>⇒ <b>Myslím si, že ano, myslím si, že ne.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Padání ve dvojici</b> (N149)</li> <li>• <b>Pendl</b> (N148)</li> <li>• <b>Houpání</b> (N140)</li> <li>• <b>Rituál –NID</b></li> </ul>

Programový blok	Čas/ prostředí	Cíle	Aktivity
<b>3 den dopoledne</b>			
<b>7. Aktivity zaměřené na zformulování základních pravidel dané třídy a na zhodnocení a uzavření celé akce.</b>	<b>3 hodiny</b>  <b>Uvnitř</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Žák prožije se svými spolužáky situaci vzájemné důvěry.</li> <li>➤ Žák zformuluje „Pravidla pro naši třídu – aby se nám spolu dobře žilo a spolupracovalo“.</li> <li>➤ Žák prodiskutuje ve skupině otázku „Jaká pravidla bych chtěl, aby fungovala v naší třídě“.</li> <li>➤ Žák dá svůj hlas prodiskutovaným pravidlům, která sám považuje za nejdůležitější pro život ve třídě.</li> <li>➤ Žák se svým podpisem zaváže k dodržování dohodnutých pravidel třídy.</li> <li>➤ Žák si vybere pravidlo, na jehož fungování bude zejména dbát – sám ho neporušovat a upozorňovat na jeho porušování.</li> <li>➤ Žák písemně vyjádří, jak vnímal celý program, jak vnímal jeho různé části, a co si z něj odnáší.</li> </ul>	<p>⇒ <b>Třídní ústava.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Psaní vzkazů</b></li> <li><b>1. po kruhu</b></li> <li><b>2. na záda</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Dotazník</b></li> <li>• <b>Zasedání (N79)</b></li> <li>• <b>Kruh důvěry (N141)</b></li> </ul>

**Jednotlivé aktivity nejsou striktně vázány na bloky, do kterých jsou rozděleny. Jsou vázány pouze na cíle, které lze jejich prostřednictvím sledovat.**

Ve sloupci aktivity je před každou aktivitou uvedena šipka, velká tečka, či hvězdička.

- ⇒ Šipka znamená, že jde o aktivitu, kterou vnímáme z hlediska cílů daného bloku jako zásadní. Její popis je vždy uveden přímo v textu věnovaném danému bloku programu.
- Tečka je uvedena u „zásobníkových“ aktivit, ze kterých si je možné pro daný blok vždy vybrat. Tyto aktivity jsou popsány v zásobníku aktivit.
- ❖ Hvězdička znamená, že jde o aktivitu, jejímž cílem je žáky naladit na společnou práci. Tato aktivita se nutně nemusí vázat přímo k cílům daného bloku, ve kterém je zařazena. Prakticky je možné podle času a nálady skupiny tuto aktivitu buďto přeskočit a rovnou se zabývat náplní daného bloku, nebo ji naopak zařadit.



# POZNÁMKY PRO VEDENÍ JEDNOTLIVÝCH PROGRAMOVÝCH BLOKŮ

---

K vedení každého bloku výše prezentovaného programu se vážou konkrétní doporučení, která níže uvádíme. Dobrou zkušenost jsme učinili s losováním žáků do všech aktivit. Pokud má adaptační soustředění prospět soužití ve třídě, je užitečné zkusit si postupně spolupracovat se všemi spolužáky.

## 1. ZAHÁJENÍ.

---

Smyslem tohoto bloku je sdělit žákům základní parametry celá akce.

### INFORMACE O TOM, KDO AKCI POVEDE.

Jde o základní informace typu:

- Jak si přeje být tento člověk osloven.
- Jaké jsou jeho další funkce (např. zdravotník, člověk na kterého je možné se obracet v případech ...).
- Případně je možné sdělit další volné informace, které dosud žáci pravděpodobně neznali.

Zde je možné použít krátkou hříčku: „Výběr z tvrzení“. Tato hříčka vypadá tak, že si předem připravíme cca tři až pět tvrzení o sobě. Každé z nich obsahuje nabídku tří odpovědí, z nichž o nás platí vždy pouze jedna.

Například:

- Mezi mé oblíbené činnosti patří:  
vaření, výlety, sbírání známek.
- Sportem, který jsem aktivně provozoval byl:  
fotbal, volejbal, tenis.
- Nejvzdálenějším místem, které jsem navštívil je:  
Aljaška, Turecko, Japonsko.

Potom co sdělíme žákům otázku, jim dáme čas na to, aby zkusili odhadnout, které z možností jsou pravdivé. Možnosti pak nahlas opakujeme a necháváme žáky, kteří se pro danou možnost rozhodli, vždy zvednout ruku. Je možné dát vždy několika žákům prostor svůj výběr zdůvodnit. Nakonec zveřejníme, která z možností odpovídala realitě.

### SMYSL AKCE.

Osvědčilo se nám se hned na začátku adaptačního soustředění zjistit, jak žáci vnímají jeho smysl a co od něho očekávají. Metod, které je možné proto použít, je celá řada – viz Zásobník základních metod OSV. Nejvíce se nám osvědčilo položit tyto dvě otázky:

1. Co vnímáš jako hlavní smysl celé této akce?
2. Co konkrétně od této akce očekáváš (co bys tu chtěl(a) zažít)?

Odpovědi, které padnou, zaznamenáváme na velký papír. Pokud se zde vyskytnou věci, které jdou mimo cíle kurzu například: airsoftová přestřelka, večerka ve dvě hodiny ráno atd.,

je dobré hned upozornit na to, že je nebude možné zohlednit. Hlavním smyslem kurzu s výše definovanými cíli je vzájemné poznání, rozvoj dovedností spolupráce a zábava.

### **STRUKTURA KURZU (ČASY ZAČÁTKŮ A KONCŮ JEDNOTLIVÝCH BLOKŮ, JEJICH RÁMCOVÝ OBSAH A PRAVIDLA).**

Tyto informace se nám osvědčilo sepsat na velké papíry a postupně je žákům představit. Při představování pravidel je užitečné zmínit jejich smysl, kterým je zajistit fyzickou i psychickou bezpečnost účastníků a umožnit účinné dosahování cílů programu.





## 2. ROZEHŘÍVACÍ AKTIVITY.

Smyslem těchto aktivit je naladit žáky na společný program. Patří sem jednoduché hry, jejichž hlavním cílem je, aby se žáci pobavili, ztratili ostych před spolužáky a rozhýbali se. Prostřednictvím těchto her vzniká ve skupině potřebné uvolnění, přátelská nálada a zaměření žáků na herní činnost. Tento typ her není určen pouze pro skupiny, jejichž členové se vůbec neznají. Vyskytují se zde hry s cílem procvičit si jména, které je možné v kolektivu, kde se žáci znají, přeskočit.

*Při výběru rozehřívacích her, je dobré dbát na to, aby nepřevážily hry soutěžního typu.* Převaha soutěžní atmosféry by rozhodně neprospěla výše jmenovaným cílům. Pokud tedy zařadíme hru, ve které je třída rozdělena na dvě či více skupin, je dobré již v instrukci zmínit, že se nejedná o soutěž. Řadu původně soutěžních her je možné lehkou úpravou pravidel proměnit v nesoutěžní.

Tento typ her je dále možné zařazovat i během kurzu. Zde potom mají úlohu drobných hříček, většinou s cílem naladit na další program či pobavit.

### REFLEXE U ROZEHŘÍVACÍCH AKTIVIT.

Reflexi zde chápeme jako nástroj urychlující učení, fungující na základě pojmenování vlastních prožitků.

Protože cílem těchto aktivit není rozvoj vybraných dovedností, doporučujeme je v podstatě nereflektovat. Pokud si během těchto aktivit všimneme něčeho, co pokládáme za smysluplné pojmenovat (výrazně efektivní řešení, které žáci zvolili; konflikt mezi žáky; porušování některého z dohodnutých pravidel; ...), je samozřejmě možné krátkou svižnou reflexi zařadit. V takovém případě se nám osvědčily metody reflexe, které najednou zapojují všechny žáky (nejčastěji škály) – podrobněji o reflexi a škálách viz Zásobník metod používaných v OSV → Reflexe.

### DOPORUČENÍ PRO ŘAZENÍ TĚCHTO AKTIVIT.

Učinili jsme dobrou zkušenost se střídáním spíše pohybových a spíše statických aktivit v rámci tohoto bloku. Mezi spíše pohybové patří z prezentovaného výběru: Améba; Křížovka; Kámen, nůžky, papír; Dračí souboj. Mezi spíše statické hry patří: Gordický uzel; Spojení; Drákula; Slepá řada; Nosorožec, opice, kačka, slon.





### 3. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA PROHLoubENÍ VZÁJEMNÉHO POZNÁNÍ A HLUBŠÍ POZNÁNÍ UČITELE.

Jedná se o blok aktivit, které jsou většinou realizovány první den adaptačního soustředění po večeři, ve vnitřních prostorách budovy. Tyto aktivity jsou pohybově nenáročné.

Aktivít použitelných pro prohloubení vzájemného poznání je celá řada. Pro skupiny, ve kterých se žáci neznají jménem, je možné použít například: Hra na jména; Komu míč. Skupiny, ve kterých jsou křestní jména všem známá, se mohou o svých členech něco hlouběji dozvědět prostřednictvím her: Místo po mé levici je volné; Krok vpřed; Lidské bingo; Rychlá autobiografie.

Jednou z velmi osvědčených aktivit jsou „Reportéři“.

#### Reportéři

*Délka aktivity:* 30-45 minut

*Popis aktivity:* Nejprve žákům ukážeme a vysvětlíme (nejlépe na několika příkladech), co to je otevřená otázka. Otevřené otázky začínají například slovy: jak, proč, z jakého důvodu, co. Většinou se na ně nedá odpovědět jedním slovem. Narozdíl od uzavřených otázek, které začínají většinou slovesem a na které se většinou odpovídá jedním slovem. Příklad otevřené otázky: „Co rád děláš?“ Příklad uzavřené otázky: „Díváš se rád na televizi?“



Dále rozdáme každému žákovi papír A4. Na tento papír si všichni vymyslí dvě otevřené otázky. Předem žáky upozorníme na to, že otázky budou pokládat svým spolužákům. Užitečné je rovněž požádat o psaní tiskacími písmeny, kvůli čitelnosti. Mělo by se jednat o otázky, na které by ten, kdo je vymyslí, sám rád odpověděl. Poté, co si všichni žáci své otázky nadepíší na rozdaný papír, je jejich úkolem vyrazit a vyzpovídat po způsobu reportérů minimálně 5 svých spolužáků. Platí zde pravidlo, že pokud se dotazovanému nechce na otázku odpovídat, nemusí. V takovém případě může žák, který se ptá, použít druhou otázku. Na začátku každého z těchto rozhovorů by mělo (pokud se žáci neznají) proběhnout vzájemné představení se jménem. Poté, co vždy jeden žák zjistí informace od druhého, položí druhý svoji otázku prvnímu.

Chceme-li zjišťování odpovědí zpestřit, můžeme žáky vyzvat k tomu, aby během něj chodili podle 5 rychlostí. Tyto rychlosti určujeme tak, že aktivitu předem rozdělíme na po sobě pravidelně následující části, při kterých se chodí a části, kdy se zjišťuje. Tyto části od sebe oddělujeme například hlasitým tlesknutím. Na počátku chodících částí vždy oznámíme rychlost (1 - 5 + zpátečka). Úkolem žáků je se potom, bez vrážení do sebe, pohybovat dle této rychlosti.

Každý tedy vyrazí se svým papírem a ve chvíli, kdy někoho potká, mu položí otázku. Odpovědi si přitom heslovitě zapisuje na svůj papír společně se jménem člověka, kterého se ptal. Tato fáze může trvat například 10 minut.

Dále žákům rozdáme druhý papír A4. Úkolem každého je papír nadepsat svým jménem. Nadepsané papíry se položí na židli. Všichni potom tyto papíry obcházejí a píšou na ně odpovědi, které o daných lidech zjistili. Každý by měl postupně vyhledat papíry všech lidí, se kterými hovořil, a heslovitě na ně napsat věci, které zjistil.

Nakonec se společně se žáky posadíme zpět do kruhu na židle a každý svůj papír podá sousedovi po pravici. Všichni tedy mají v ruce papíry s nadepsaným cizím jménem a se zjištěními, která o nich ostatní, na základě svých otázek, vypátrali. Na závěr aktivity necháme žáky přečíst zjištění z jednotlivých papírů.

### **AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA HLUBŠÍ POZNÁNÍ UČITELE.**

Význam těchto aktivit spočívá v přiblížení osobnosti učitele žákům.

#### **Osvědčila se nám aktivita *Jak mne ještě neznáte.***

Touto aktivitou se dá bezprostředně navázat na aktivitu Reportéři. Žáci zde rovněž použijí otevřené otázky. Pokud místo reportérů použijeme jinou aktivitu, doporučujeme zařadit na úvod krátký blok o otevřených otázkách – viz aktivita Reportéři.

#### **Jak mne ještě neznáte**

Rozdáme žákům dva malé papíry (stačí cca ¼ formátu A4). Úkolem každého je vymyslet dvě otevřené otázky, které by chtěli položit svému třídnímu učiteli. Předem žáky upozorníme na to, že učitel nemusí na všechny otázky odpovídat. Poté, co žáci své otázky napíší, posbíráme je všechny do krabice.

Dále učitel z krabice vytahuje jednotlivé otázky a pokud chce, tak na ně odpovídá. Je možné k odpovědím připojit další volné komentáře, které učitele k dané otázce napadnou. Tuto aktivitu není nutné nijak hlouběji reflektovat.



### **RITUÁL - NID**

Jako užitečné vnímáme uzavření každého dne závěrečným rituálem, který celý den zarámuje a zklidní prožívání žáků. Podrobný popis různých podob závěrečných rituálů naleznete v zásobníku aktivit v závěru této metodiky.

Jednou z možných podob rituálu je NID – **nejdůležitější informace dne**. Tento rituál vypadá tak, že si nejprve žáci stoupnou do kruhu. Po kruhu pošleme nějaký předmět (např. zapálenou svíčku). Každý, kdo svíčku dostane do ruky, může jednou větou sdělit svůj nejzajímavější zážitek z doposud absolvovaného programu. Kdo nechce sdělit nic, nemusí. Po proběhnutí celého kruhu rituál končí.

## 4. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA NASTARTOVÁNÍ SPOLUPRÁCE MEZI ŽÁKY A NA ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ PŘI SKUPINOVÉ PRÁCI.

Smyslem tohoto bloku aktivit je nechat žáky prožít radost ze zvládnání úkolů, založených na jejich spolupráci. Pokud během těchto aktivit dojde mezi žáky ke konfliktu, je možné zařadit rychlou reflexi. Jejím výsledkem by mělo být konkrétní jednoduché doporučení pro předcházení či řešení daného konfliktu. Podrobný popis možné podoby takové reflexe naleznete dále.

Do tohoto bloku aktivit patří **převážně kooperativní hry**, které najednou zapojují všechny žáky. V tabulce s jednotlivými programovými bloky je uveden vzorek aktivit, které je možné použít. Je zde opět možné aktivity za sebe řadit tak, že po spíše pohybové následuje spíše statická. Spíše pohybovými aktivitami z prezentovaného vzorku jsou: Velké švihadlo; Klávesnice; Uzlování. Spíše statickými aktivitami jsou: Monstrum; Výbušnina; Dopravní zácpa.



### PRÁCE S KONFLIKTY A REFLEXÍ BĚHEM TĚCHTO AKTIVIT

V průběhu aktivit zaměřených na spolupráci dochází často mezi žáky ke konfliktům. Pokládáme za užitečné se těmto konfliktům věnovat a pokusit se pomoci je žákům efektivně řešit. Případně je možné dát dohromady jednoduché doporučení pro to, jak podobným situacím předcházet, či co dělat, když nastanou.

Prakticky je možné s konflikty pracovat dvojím způsobem.



1. První spočívá v tom, že ve chvíli, kdy se začne konflikt rozvíjet, do aktivity vstoupíme.
2. Druhou možností je nechat konflikt plně proběhnout a potom se mu věnovat v reflexi.

Univerzální doporučení pro to, který z těchto způsobů volit, neznáme. U prvního způsobu sami svým jednáním vnášíme vzor efektivního způsobu řešení dané situace. Při druhém postupu se snažíme pomocí otázek žáky dovést k tomu, aby nejprve sami pojmenovali, jak postupovali, a dále zformulovali, co by příště dělali jinak a jak? Konkrétně tyto způsoby mohou vypadat takto:

Ad.1.

*Učitel:* „Stop, v tuto chvíli aktivitu na chvíli přerušíme. Zajímalo by mne, co se tady děje?“

*Žáci:* „Hádáme se.“

*Učitel:* „Dobře, pojďme zkusit pokračovat tak, že v jednu chvíli bude mluvit pouze jeden člověk. Kdo chce něco říct, zvedněte prosím ruku, budu vám udělovat slovo.“

Žák Pepa: „Já bych to dělal tak a tak ...“

Žák Ondra: „To je blbost!“

Učitel: „Pojďme to udělat tak, že každý, kdo má nějaký nápad jak věc řešit, ho teď řekne. Je zakázáno nápady jakkoli komentovat. Budeme je pouze sbírat. Až své nápady řeknou všichni, kdo nějaký nápad mají, budeme z nich teprve vybírat. Takže, kdo má nápad, zvedne ruku.“

Ad.2.

V případě, že během aktivity došlo ke konfliktu, je možné nechat žáky po jejím ukončení stručně popsat, co by udělali příště jinak. Případně jim nabídnout možnost opakování téže aktivity, nebo zařazení jiné aktivity náročné na podobné či stejné dovednosti. Reflexe potom může konkrétně vypadat například takto:

### **1. Škála**

Učitel: „Udělejme si škálu, kterou dáme najevo, jak jsme byli spokojeni s průběhem aktivity. Kdo byl spokojen na 100%, vzpaží pravou ruku, kdo byl naprosto nespokojen, nechá ruku podél těla. Upažená ruka, znamená spokojenost na úrovni cca 50%. Jsou možné i jakékoli další polohy ruky, vyjadřující míru vaší spokojenosti na této škále.“

### **2. Co by bylo možné udělat pro to, aby ...**

Učitel: „Co by se muselo stát, aby se ruce, které vyjadřovaly menší než cca 70% spokojenost, mohly pohnout směrem nahoru?“

### **3. Upřesnění odpovědí až na konkrétní rovinu a formulace použitelného závěru**

Pokud má reflexe splnit to, že si z ní žáci odnesou doporučení použitelné v situacích stejných či podobných té, kterou právě zažili, je nutné dospět k formulaci jednoznačného závěru. Pokračování rozhovoru mezi učitelem a žáky z předchozích bodů tedy vypadá například takto:

Žáci: „Nesměli bychom se hádat.“

Učitel: „Čím to mohlo být, že jste se začali hádat?“

Žáci: „Tomáš to chtěl udělat tak a tak, a Pepa to chtěl udělat jinak. Část lidí se přidala k Tomášovi a část k Pepovi.“

Učitel: „Jestli tomu dobře rozumím, byly dva nápady a bylo potřeba se pro jeden rozhodnout?“

Žáci: „Přesně tak.“

Učitel: „Napadá někoho, co by v takovou chvíli bylo možné dělat?“

Žák: „Přestat se hádat.“

Učitel: „Chtěl bych slyšet konkrétní věc, která by pomohla. Něco jako: zmáčknout červený knoflík.“

Žákyně: „Mohli bychom si třeba odhlasovat, kdo je pro nápad Tomáše a kdo pro nápad Pepy. Potom bychom se pustili do toho nápadu, který vyhrál.“

Učitel: „Díky, takže jednou z možností v případě, že máme dva nápady, je hlasovat. Napadá ještě někoho jiná možnost?“

Žák: „Taky bychom mohli oba nápady vyzkoušet a vybrat ten, který by dopadl lépe.“

Učitel: „Díky. Takže co uděláte příště až budete mít před sebou dva nápady a nebudete se chtít hádat o to, který použít?“

Žáci: „vyzkoušíme je, nebo odhlasujeme, kdo je pro který z nich“.

## **DALŠÍ MOŽNOSTI REFLEXE U AKTIVIT ZAMĚŘENÝCH NA NASTARTOVÁNÍ SPOLPRÁCE.**

Cílem těchto aktivit jsou především příjemné prožitky z plnění úkolů náročných na spolupráci. Jednou z možností je nechat žáky tyto prožitky pojmenovat. Samotné vyslovení toho, jak mi bylo příjemné spolupracovat se spolužáky při plnění kooperativního úkolu, má smysl. Pokud se pro to rozhodneme, můžeme položit například následující otázky: Jaké to pro vás bylo? Na co to bylo podle vás náročné? Co vám při tom běželo hlavou? Jaké pocity si z toho odnášíte?



## 5. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA SPOLEČNÉ ZVLÁDÁNÍ NÁROČNÝCH SITUACÍ.

Smyslem tohoto bloku aktivit je rozvinout dovednosti žáků v oblasti spolupráce. Náplň tohoto bloku tvoří převážně nesoutěžní aktivity. Jde především o aktivity zaměřené na společné řešení problémů.

### Co budeme dělat, aby se nám to povedlo.

Aby žáci dokázali tyto situace účinně řešit, osvědčilo se nám dát s nimi nejprve dohromady základní použitelná doporučení. Význam těchto doporučení spočívá v zefektivnění spolupráce a umenšení rizika vzniku konfliktů během spolupráce.

Na základě zkušeností jsme vytipovali tři oblasti dovedností, které mají na účinnost spolupráce zásadní vliv a je možné je účinně rozvíjet v rámci omezeného času na adaptačním soustředění. Jsou to:

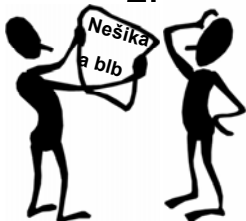
1.



#### Způsob vzájemného oslovování se

- zásadní vliv na vztahy ve třídě má způsob, jakým se žáci oslovují. Většině žáků vyhovuje křestní jméno či vyžádaná přezdívka. Adaptační soustředění vnímáme jako ideální místo, pro zakotvení návyku vzájemného oslovování se tímto způsobem.

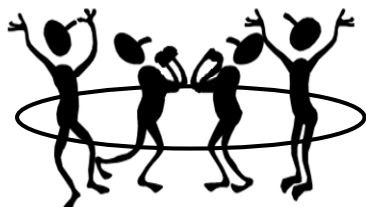
2.



#### Hodnocení (nálepkování) spolužáků (často při reagování na chyby)

- častou příčinou neshod během spolupráce je vzájemné nálepkování: „Ty jsi pomalej. Ty jsi nešika. Ty jsi hloupej.“ Pokud se mi nelíbí, jak někdo něco dělá, neměl bych mluvit o něm, ale o tom, co udělal, a formulovat to za „Já“. Například: „Pepo nelíbí se mi, jak jsi postavil tu kostku“.

3.



#### Používání kolečka nápadů

Mají-li mít ze spolupráce lidé dobrý pocit, měli by všichni mít stejnou šanci uplatnit své nápady. Často je to tak, že jsou slyšet pouze nápady těch, kteří mluví nejvíce nahlas. Proto je užitečné používat kolečko nápadů, při kterém mohou své nápady postupně sdílet všichni.

Osvědčilo se nám hned na začátku tohoto bloku aktivit zformulovat se žáky doporučení pro uplatnění těchto dovedností. Žáci je potom mohou prakticky využít.

Je několik možností, jak žákům tato doporučení zprostředkovat. Níže tři z nich uvádím. Každá je vždy zakončena *formulací písemných doporučení, která se následně využijí k reflexi*

**jednotlivých níže uvedených aktivit.** Prakticky je samozřejmě možné zaměřit se například pouze na jednu z nich, nebo vybrat jiné.

## **PRÁCE S DOVEDNOSTMI - 1. MOŽNOST**

Rozdělíme žáky do tří skupin. Každá skupina dostane jeden velký papír a fixu. Úkolem každé skupiny je dát dohromady odpovědi na následující otázky:

### **1. skupina: oslovování se**

Představte si, že spolupracujete ve skupině lidí. V průběhu spolupráce oslovujete svoje spolužáky a oni oslovují vás. Dejte nejprve dohromady 3 způsoby oslovení (konkrétní věty), která jsou vám nepříjemná, a potom 3 způsoby oslovení, která jsou vám příjemná. Dále navrhněte jednoduché pravidlo, jehož cílem je zařídit, aby byl každý oslovován tak, jak je mu to příjemné.

### **2. skupina: hodnocení**

Představte si, že spolupracujete ve skupině lidí. Pro úkol, který řešíte, je rozhodující dosažení co nejkratšího času. Během této aktivity máte na starosti přenést z jednoho místa na druhé nějakou věc. Najednou se ze skupiny ozve: „Ten je ale pomalej, tohohle nešíku jsme tu potřebovali“. Nejprve dejte dohromady několik vět, které by vyjadřovaly nespokojenost s rychlostí toho, co děláte, a přesto vás nenaštvaly. Dále zkuste vymyslet doporučení, jak reagovat na to, když vám vadí, jak někdo něco dělá.

### **3. skupina: práce s nápady**

Představte si, že spolupracujete ve skupině lidí (může to být některá aktivita z těch, které jsme tu doposud zažili.). Po jejím zadání se někdo chopí slova a hned řekne, jak by věc řešil. Ve skupině jsou ještě další tři lidé, kteří mají nápady, jak danou věc řešit. Každý z nich, chce své nápady sdělit. Za chvíli se všichni překřikují. Jeden z nápadů by dokázal danou věc vyřešit v polovičním čase a s menším vynaložením sil. Navrhněte, jak je možné zařídit, aby bylo možné při skupinové práci využít nápadů všech?

Úkolem každé skupiny je nejprve sepsat na papír, co je k dané věci napadá. Aby se podpořila šance reálného fungování daného doporučení, je dobré, když si ho žáci vyzkoušejí v praxi. Z tohoto důvodu tedy můžeme dále nechat jednotlivé skupiny předehrát svá řešení v krátkých scénkách. Ve scénce není nutné uplatnit vše, co žáci vymyslí. Je možné využít například jen jednu věc.

Postupně tedy proběhnou tři scénky. Členové zbývajících dvou skupin, které zrovna scénku nepředvádějí, zkusí vždy uhodnout, co zde bylo použito. Použité věci je užitečné zapisovat stručně na velký papír. Na papíře by se měly objevit pouze konkrétní věci (například přímo věty). Stačí, když se z každé ze tří výše jmenovaných skupin objeví jedna konkrétní věc, kterou je efektivní v dané situaci dělat.

Aby doporučení, která žáci tímto způsobem dají dohromady, skutečně fungovala, osvědčilo se nám k nim nalepit štítky se jmény jednotlivých žáků. Dá se to udělat například tak, že po předvedení všech scének necháme žáky udělat škálu. Škálou žáci vyjádří, jak by byli spokojeni s tím, kdyby doporučení, která právě dali dohromady, skutečně fungovala při jejich skupinové práci. Po této škále žákům nabídneme jednu z možností, jak toto fungování podpořit. Touto možností je správcovství jednotlivých pravidel. Rozdáme žákům lepicí štítky a vyzveme je k tomu, aby na ně napsali svá křestní jména a zkratku příjmení.

Dále necháme každého žáka, aby si vybral doporučení, jehož správcem se po dobu následujícího programu stane. Správcovství znamená, že se člověk snaží především sám neporušovat doporučení, jehož správcem je. Tedy například nehodnotit. V situacích, kdy toto doporučení poruší někdo jiný ze skupiny, by na to měl správce upozornit. Konkrétní způsob, jak to udělat, je možné s žáky natrénovat (viz Práce s dovednostmi 3. možnost).

## **PRÁCE S DOVEDNOSTMI – 2. MOŽNOST**

Druhou možnost představuje přehrání kontrastních scének na uvedené dovednosti. Žáky zde učíme především všimnout si toho, co jim může přinést, když budou dané dovednosti používat.

Zde je potřeba předem se skupinkou 2-3 žáků tyto scénky připravit. Na každou z uvedených dovedností jsou připraveny dvě krátké (max. cca 1 minutové) scénky. Ve scénkách může jako jedna z postav vystupovat učitel.

V první z nich se dovednost neuplatňuje. Žáci tedy například spolupracují a navzájem se hodnotí (nálepkují). Po předvedení scénky necháme diváky předvést škálu (podrobněji o škálách viz Zásobník metod používaných v OSV). Škálou žáci ukáží, jak se jim líbilo to, co před nimi proběhlo. Vzápětí proběhne druhá scénka. V této scénce žáci použijí danou dovednost – tedy místo hodnocení člověka sdělují, co se jim nelíbí na tom, co dělá. Následuje opět škála.

Dále necháme žáky popsat rozdíly mezi oběma scénkami. Rozdíly heslovitě zapisujeme tak, aby je žáci měli na očích. Pokud žáci rozdíly neumějí popsat, můžeme „vytrhnout“ z obou scének jednotlivé věty a nechat je srovnat přímo věty. V případě hodnocení tedy například: „Je to pomalejší než šika“ a „Honzo, mohl bys mi to podávat rychleji?“.

Tímto způsobem můžeme žáky dovést až k podstatě všech tří výše prezentovaných dovedností. Věty, které padnou ve scénkách s použitím dané dovednosti, zapisujeme na velký papír. Na závěr vytvoříme ke skupinám vět nadpisy vymezující situaci, kdy je možné je využít: 1. Když oslovuji někoho ze třídy, je dobré mu říci; 2. Když se mi nelíbí, jak někdo něco dělá, je dobré mu říci; 3. Když dostaneme ve skupině zadání skupinové práce, je dobré říci (udělat). Aby tato doporučení skutečně fungovala, je užitečné dohodnout si skupiny správců jednotlivých doporučení (správcovství viz Práce s dovednostmi 1. možnost).

## **PRÁCE S DOVEDNOSTMI - 3. MOŽNOST**

Třetí ze zde prezentovaných možností je opět založena na krátkých scénkách. Narozdíl od druhé zde žáky vedeme přímo k tomu, jak je možné reagovat ve chvíli, kdy někdo oslovuje druhé nevyžádanou přezdívkou, nálepkuje nebo nenechává ostatní sdělit své nápady.

Nejprve se skupinkou 2 - 3 žáků opět připravíme dvě krátké scénky na každou z dovedností. Ve scénkách může jako jedna z postav vystupovat učitel.

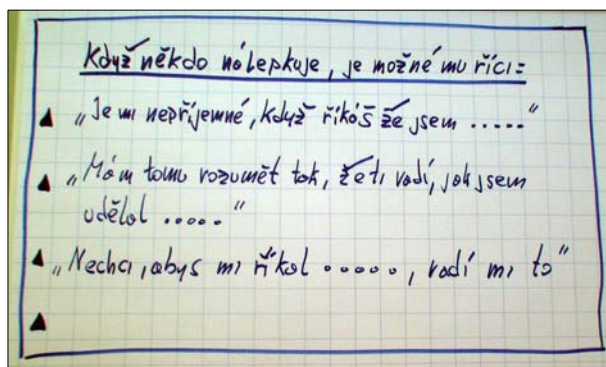
Během první ze scének se daná dovednost neuplatňuje. Po jejím předvedení následuje druhá scénka. Začátek je stejný jako u scénky první. Jeden ze žáků tedy například začne druhého

hodnotit. Pokračování ovšem vypadá tak, že někdo ze skupiny zareaguje. Jeho reakce vypadá tak, že se pokusí dát kultivovaně najevo, že se mu hodnocení nelíbí.

Po předvedení obou scének následuje krátký rozbor. Jeho cílem je společně zformulovat, co je dobré dělat ve chvíli, kdy někdo například hodnotí. Je možné vyjít od popisu toho, co bylo předvedeno ve scénce. Dále je možné vyzvat žáky k tomu, aby sdělili své další nápady, co v takovou chvíli dělat. U každého doporučení stačí 1 - 2 konkrétní věci, které je možné použít.

*Výsledek potom vypadá například takto:*

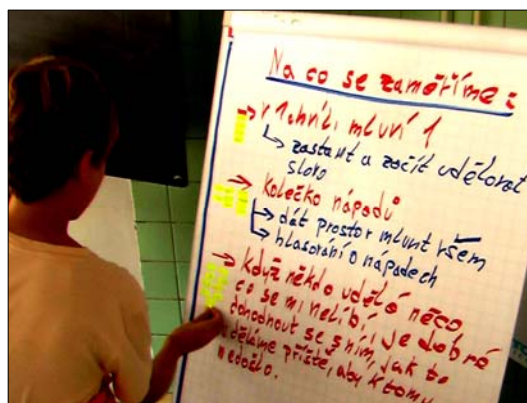
Osvědčilo se nám dávat dohromady přímo konkrétní věty. Nespokojit se tedy například s odpovědí: „Říct mu, že mi to vadí“, ale dát dohromady, jak to konkrétně říct.



Zde je opět užitečné v závěru společně dohodnout správce jednotlivých doporučení (správcovství viz Práce s dovednostmi 1. možnost).

Výhodou tohoto postupu je, že si žáci prakticky vyzkouší, co je dobré dělat ve chvíli, když někdo poruší společně dohodnutá doporučení.

*Fotografie zachycují průběh této aktivity se žáky šesté třídy (primy).*







## Dobrodružná cesta

Hlavním cílem tohoto bloku programu je nechat žáky prožít radost ze spolupráce při plnění náročných úkolů a procvičit a upevnit výše jmenované dovednosti.

Program vypadá tak, že se žáky skutečně vyrazíme na cestu. Tato cesta by neměla být delší než cca 5 km, abychom během ní stihli jednotlivé aktivity. Ideální je okruh. Během této cesty žáci plní jednotlivé úkoly tohoto bloku. Pořadí aktivit není nijak závazné. Máme dobrou zkušenost se zakončením cesty aktivitou Pavoučí síť, která vyžaduje velmi úzkou spolupráci a zároveň většinou přináší energickou radost ze společného zvládnutí. Z aktivit je nutné si předem či během programu vybrat. Prakticky jsme většinou během tohoto bloku stihli většinou cca 4 – 5 aktivit s krátkou stručnou reflexí.

Na tento program si musíme pomůcky nést v batohu s sebou. V závěru této metodiky uvádím seznam pomůcek pro jednotlivé aktivity. Některé z nich je nutné připravit předem, tak aby bylo možné k nim během cesty dojít a bez dlouhého připravování s nimi aktivitu realizovat. Na vybrané aktivity je užitečné třídu rozdělit na dvě či více skupin, které paralelně řeší tutéž aktivitu. Jinak se realizace velmi protahuje.

Aktivita	Příprava předem	Dělení třídy na dvě či více skupin
Brod	Ne	Ano
Bludiště	Ano	Ano
Věneček pampelišek	Ano – obhlídka terénu předem	Ano
Slepý čtverec	Ne	Ano
Ostrov	Ano – obhlídka terénu předem	Ano
Elektrický plot	Ne	Ne
Pavoučí síť	Ano	Ne





## REFLEXE U AKTIVIT ZAMĚŘENÝCH NA SPOLEČNÉ ZVLÁDÁNÍ NÁROČNÝCH SITUACÍ

Smysl reflexe u těchto aktivit spočívá v upevňování a rozvoji dovedností pro efektivní spolupráci a dobré mezilidské vztahy ve třídě. Jako užitečné vnímáme, věnovat se během reflektování jednotlivých aktivit právě třem dovednostem, se kterými se pracuje v úvodu tohoto programového bloku.

Reflexe potom může vypadat tak, že po aktivitě necháme žákům ukázat škálou, nakolik se jim během aktivity dařilo používat doporučení, jejichž jsou správci. Pokud se to nedařilo, je možné se ptát dál a sledovat, co by tedy mohlo fungování daného doporučení ještě pomoci. Dají se při tom položit například následující otázky:

- Co byste příště udělali jinak?
- Kdybyste mohli jednu věc v průběhu vaší spolupráce změnit, která by to byla?  
A proč?
- Co by ještě mohlo pomoci tomu, abychom se během příští aktivity např. nenálepkovali?
- Na co se u příští aktivity zaměřené na spolupráci zaměříte především?

Do reflexe nedoporučujeme vnášet další (jiná) témata, kterých si během spolupráce všimneme. Krátká stručná reflexe, vedená na tři jmenované dovednosti s využitím škál zapojujících všechny žáky, může zcela naplnit cíle tohoto bloku, a zároveň žákům program neznechutit dlouhým povídáním.

Pokud během některé z aktivit dojde například ke konfliktu, je samozřejmě možné se na něj v reflexi krátce zaměřit a opustit tak výše neznačený směr reflexe. Mnohdy také konflikt vznikne právě na základě nefungování některého z jmenovaných doporučení.



## 6. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA ROZVOJ DŮVĚRY

Smyslem tohoto bloku aktivit je nechat žáky prožít situace, ve kterých se mohou fyzicky spoléhat na ostatní členy své třídy. Nebo situace, ve kterých mohou bez obav prezentovat své názory. Vzájemná důvěra má rozhodující vliv na vztahy i úspěšnost společné práce. Patří sem především fyzicky nenáročné, klidné aktivity.

U těchto aktivit je nutné dbát na zvýšenou bezpečnost. Pokud by skupina v průběhu první hry tohoto bloku jevila zvýšené známky neklidu, je lepší od dalších aktivit upustit.

Při realizaci těchto aktivit (kromě „Myslím si, že ano; myslím si, že ne.“), se nám osvědčilo používat jako doprovod tichou, zklidňující hudbu.

Doporučujeme zdůraznit dobrovolnost. Kdo se nechce účastnit, může využít pravidla STOP.



### REFLEXE U AKTIVIT ZAMĚŘENÝCH NA DŮVĚRU

Cíle tohoto bloku jsou především v prožitkové rovině. Reflexi zde nemusíme provádět vůbec. Pokud chceme, aby žáci své prožitky pojmenovali, můžeme krátkou svižnou reflexi zařadit.

Dají se zde použít například následující otázky:

- O čem pro vás tato aktivita byla?
- Jak vám tato aktivita byla příjemná?
- Co vám během této aktivity běželo hlavou?

U aktivity Myslím si, že ano; myslím si, že ne, je možné zařadit reflexi vedenou nejen k popsání prožitků. Jejím cílem je nechat žáky pojmenovat způsob, kterým je užitečné sdělovat své názory, pokud chci předejít konfliktům. Tento způsob, založený na mluvení za „Já“ a nepopírání vidění světa druhých lidí, je popsán v manuálu této aktivity.

Pokud se rozhodneme reflexi zařadit, je možné použít například následující otázky :

- Co byste poradili člověku, který chce sdělit na něco svůj názor ve chvíli, kdy někdo jiný právě sdělil názor opačný?
- Jak je dobré formulovat své názory, chceme-li snížit riziko konfliktů?
- Co je dobré neříkat, sdělujeme-li svůj názor a proč?

### ZÁVĚREČNÝ RITUÁL DRUHÉHO DNE - NID

(viz závěr prvního dne)

## **7. AKTIVITY ZAMĚŘENÉ NA ZFORMULOVÁNÍ ZÁKLADNÍCH PRAVIDEL DANÉ TŘÍDY A NA ZHODNOCENÍ A UZAVŘENÍ AKCE**

---

### **FORMULACE PRAVIDEL TŘÍDY**

Smyslem této aktivity je přenést fungování žákovského týmu třídy z adaptačního soustředění do školy. Žáci během aktivit adaptačního soustředění zažívají radost ze vzájemné spolupráce. Zároveň se zde učí používat dovednosti, které mají na vztahy ve třídě rozhodující vliv (viz Co budeme dělat, aby se nám to povedlo).

Po návratu do školy se žáci dostávají do řady situací, ve kterých je použití dovedností rozvíjených na adaptačním soustředění velmi užitečné. Z tohoto důvodu se nám velmi osvědčilo nechat žáky v závěru adaptačního soustředění zformulovat základní pravidla pro soužití své třídy ve škole. Následuje popis aktivity, kterou je možné pro formulaci pravidel použít.

#### **Třídní ústava**

Nejprve žákům vysvětlíme smysl této aktivity. Smyslem je pokusit se zařídit, aby některé věci, týkající se vzájemných vztahů a fungující během adaptačního soustředění, fungovaly i ve třídě.

Z každého žáka se na chvíli stane zákonodárce, který může navrhnout znění a prosazovat fungování zákonů (pravidel). Z těchto pravidel potom všichni vyberou ta, o jejichž fungování ve třídě by stáli.

Každému ze žáků dáme dva menší papíry (stačí cca ¼ formátu A4). Úkolem všech je zformulovat dvě konkrétní odpovědi na otázku: „Co můžeme ve třídě dělat pro to, aby se nám spolu dobře žilo?“ Aby byly odpovědi skutečně konkrétní a tudíž použitelné, osvědčilo se nám při zadávání této aktivity říci několik nenávodných příkladů. Odpovědi, které se objeví na papírcích, by měly znít například takto: Budeme nosit červené bambule; Budeme každou přestávku sborově zpívat; ... . Neměly by se zde objevit věci, u kterých není jasné, co mají lidé dělat. Tedy například: Budeme se k sobě chovat hezky; Budeme na sebe hodní; ...

Poté, co žáci napíší dvě konkrétní věci na své dva papíry, rozdělíme je do trojic, či čtveřic. Úkolem nově vzniklých skupin je se nejprve pobavit o obsahu svých lístečků. Dále každá skupina dostane papír A4, na kterém by se měly objevit minimálně dvě, maximálně tři věci, které je možné ve třídě dělat, aby se nám spolu dobře žilo, a na kterých se všichni členové skupiny shodnou.

Po uplynutí cca 15 minut vyzveme skupiny k prezentaci. Prezentace probíhá tak, že každá skupina prezentuje vždy jen jednu z věcí. Prezentovaná pravidla zapisujeme heslovitě na velký papír. Kola prezentací, ve kterých vždy skupiny sdělí jednu z věcí, na kterých se shodly, probíhají tak dlouho, dokud všechny skupiny neuplatní vše, co dosud nepadlo od jiné skupiny.

Na konci bychom tedy měli mít velký papír s návrhy zákonů třídní ústavy. Protože zkušenost je taková, že příliš mnoho zákonů uplatňovaných najednou nefunguje, necháme žáky hlasovat o 3 - 5 nejdůležitějších zákonech. Tyto zákony se stanou ústavou dané třídy, která bude

rituálně zpečetěna. Hlasování je možné provést tak, že každý žák dostane dva hlasy. Tyto hlasy může udělit oba jednomu či dvěma navrhovaným zákonům.

Tři až pět zákonů, které tímto způsobem dostanou nejvyšší počet hlasů, potom přepíšeme na nový velký papír. Abychom posílili šanci fungování těchto zákonů, je užitečné opět použít správcovství.

Dále každý žák dostane štítek, na který napíše tiskacími písmeny své jméno a dostane možnost ho nalepit ke kterémukoliv ze zákonů. Přilepením štítku se stává správcem tohoto zákona. Správcovství znamená, že se člověk snaží především sám neporušovat zákon, jehož je správcem. V situacích, kdy tento zákon někdo poruší, měl by na to správce upozornit. Konkrétní způsob, jak to udělat, je možné s žáky natrénovat (viz práce s dovednostmi 3. možnost).

Na podporu skutečného fungování těchto zákonů ve třídě se nám osvědčilo opět sehrát krátké scénky. Žáky rozdělíme do skupin (počet skupin je dvojnásobný počtu společně odsouhlasených zákonů cca 3-5 členů). Jednotlivé zákony rozdáme do skupin. Vždy dvě skupiny mají stejný zákon. Úkolem skupin je předehrát rychlé scénky, ve kterých daný zákon funguje. Ostatní skupiny hádají, o který ze zákonů šlo.

Na závěr vyzveme žáky k tomu, aby se všichni ti, kteří by skutečně stáli o fungování jmenovaných zákonů ve třídě, podepsali na papír, na kterém jsou zákony uvedeny.

Poznámka:

Jednotlivé aktivity je možné fixami na textil sepsat místo na papír na prostěradlo, včetně podpisů jednotlivých žáků. Výhodou prostěradla je jeho větší trvanlivost.



## ZHODNOCENÍ A UZAVŘENÍ AKCE

Smyslem těchto aktivit je nechat žáky prožít radost z toho, že patří do třídy, do které patří, a zjistit, jak celou akci vnímali a co si z ní odnášejí. Patří sem aktivity podporující skupinovou identitu třídy a aktivity dotazníkového typu.

### Psaní vzkazů

Psaní vzkazů je aktivita, která slouží vyjádření pozitivních zpětných vazeb jednotlivým členům třídy. Existuje několik způsobů, jakými je možné tuto aktivitu provést.

#### 1. Po kruhu

Prvním z nich je psaní vzkazů po kruhu. Nejprve se se všemi žáky posadíme do kruhu. Každý dostane cca 30 papírů (stačí ¼ formátu A4). Na první z těchto papírů si všichni nadepíší jméno spolužáka, od kterého začneme. Na druhou stranu tohoto papíru se píše pozitivní vzkazy. Mohou to být činy, kterými mi daný člověk během adaptačního soustředění udělal radost nebo mi jimi pomohl: „Jarmilo, to jak jsi nás zachránila během hry Švihadlo, mě potěšilo.“ „Marku, díky za pomoc při hře Brod.“. Dále se zde mohou objevit věci, které se mi na daném člověku líbí: „Líbo, líbí se mi, že se často usmíváš.“ Platí zákaz psaní věcí negativních. Pokud někdo chce někomu vyjádřit něco negativního, může ho později osobně vyhledat a věc mu otevřeně sdělit.

Pokud některého ze žáků k některému spolužákovi nic pozitivního nenapadne, nemusí psát nic. Tyto vzkazy by vždy měly závazně začít oslovením daného člověka jeho křestním jménem. Pokud pisatel chce, může se pod vzkaz podepsat. Tímto způsobem necháme skupinu napsat vzkazy postupně všem jejím členům. Lístičky se vzkazy jednotlivým lidem dáváme vždy na hromádku. Po proběhnutí kolečka, ve kterém takto napíšeme vzkazy všem, je předáme jejich adresátům. Každý tak získá kupu papírků s pozitivními informacemi o sobě. Této aktivitě se může účastnit i třídní učitel dané třídy.

#### 2. Na záda

Pravidla této aktivity jsou shodná s pravidly psaní vzkazů po kruhu. Jediným rozdílem je to, že papíry se jmény jsou přilepené páskou na zádech jednotlivých žáků. Každý tak má na svých zádech papír se svým jménem. Po zahájení aktivity žáci chodí a navzájem si na záda píše pozitivní vzkazy.

Osvědčilo se nám na tuto aktivitu používat čtvrtky, neboť papíry se často trhaly.



## Dotazník

Před závěrečnou prožitkovou tečkou adaptačního soustředění je užitečné nechat žáky zamyslet se nad tím, jak vnímali celý program a co si z něj odnášejí.

Pro tento účel mohou posloužit například následující otázky:

1. Co se nám na kurzu nejvíce líbilo?
2. Co se nám na kurzu nelíbilo, co nám chybělo?
3. Co nám kurz dal, co jsme se naučili?
4. Mám zájem vyjet na podobný kurz příští rok na jaře?



## Závěrečná tečka

Na úplný závěr kurzu je možné použít aktivitu, která je zvládnutelná pouze při koordinaci všech členů třídy. Pro tento účel je použitelný například Kruh důvěry, nebo Zasedání.

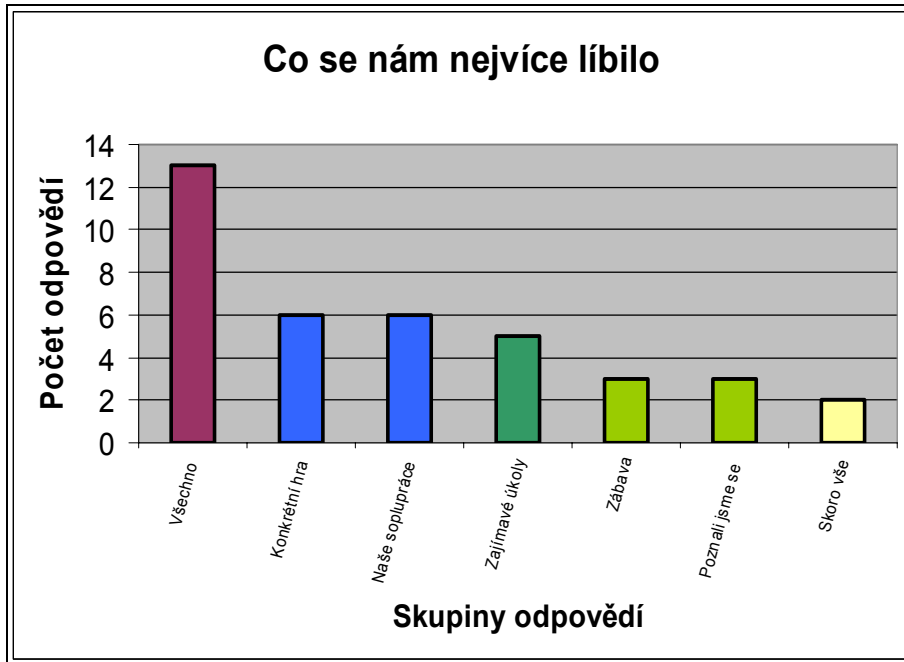




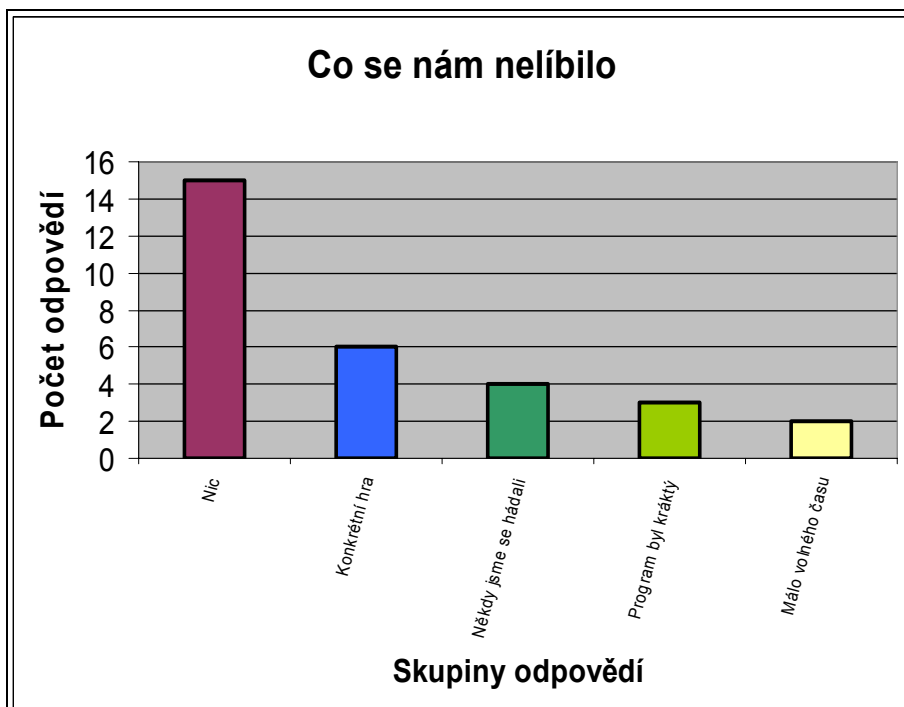
**UKÁZKA VÝSLEDKŮ EVALUACE ADAPTAČNÍHO SOUSTŘEDĚNÍ REALIZOVANÉHO SE TŘÍDOU PRIMA B,**

Gymnázium Českolipská , 21. – 23. 9. 2006, Rekreační středisko Palestra Relax u Berouna.  
Počet účastníků: 30 žáků

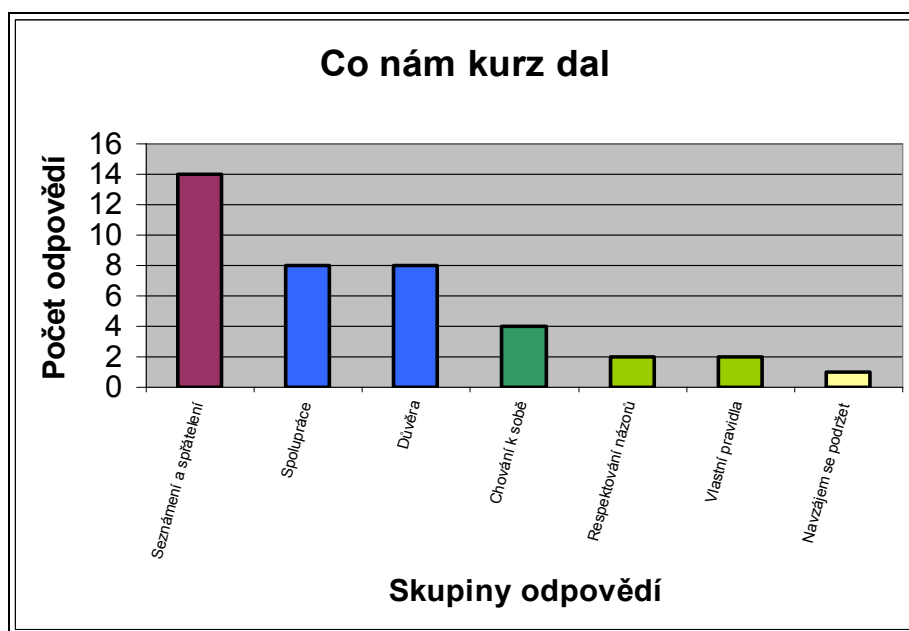
**1. Co se nám na kurzu nejvíce líbilo?**



**2. Co se nám na kurzu nelíbilo, co nám chybělo?**



### 3. Co nám kurz dal, co jsme se naučili?



### 4. Mám zájem vyjet na podobný kurz příští rok na jaře?

- 27 žáků odpovědělo **ano**
- 3 žáci odpověděli **možná**

## NÁROKY KLADENÉ NA UČITELE

---

- Interaktivní způsob práce klade zvýšené nároky na **práci s pravidly**. Pravidlům je věnována pasáž: Osvědčená pravidla pro adaptační soustředění.
- Ideální je alespoň některé aktivity předem zažít „na vlastní kůži“. Člověk tak do nich získá širší vhled a umí lépe odhadnout, co během nich asi prožívají samotní žáci.
- Učitel by měl většinou mít **provázející roli**. Neměl by tedy nabízet vlastní řešení. Jinak hrozí efekt „naučené bezmoci“, který spočívá v tom, že si žáci zvyknou, že se v řešení nemusejí sami angažovat, že učitel vždy jejich problémy vyřeší.
- Příprava dvouapůldenního programu adaptačního soustředění, pokud je člověk realizuje poprvé, zabere několik dní. I v případě realizace po několikáté je potřeba počítat s minimálně 1 dnem na přípravu.
- Na realizaci adaptačního soustředění pro jednu třídu jsou potřeba nejméně dva lidé. Příprava a realizace jednotlivých her se v jednom člověku prakticky nedá zvládnout.



## **PROBLÉMOVÉ SITUACE, NA KTERÉ MŮŽEME NARAZIT**

Vedeme-li adaptační kurz, můžeme narazit na některá úskalí. Zaznamenali jsme některá z nich a pokusili se u nich uvést to, co se nám v takových případech osvědčilo dělat. Nejedná se o „spásné“ recepty, které ihned promění chování žáků. Jde opět především o inspiraci.

### **ŽÁCI ODMÍTAJÍ BÝT AKTIVNÍ**

Tento stav může být způsoben řadou příčin (únava, nezvyk pracovat tímto způsobem, nezáměr o danou věc, intenzivní zájem o něco jiného v danou chvíli ...).

#### ➤ Co se s tím dá dělat?

Osvědčilo se nám v takových chvílích celou věc nezastřeně otevřít: „Všiml jsem si, že dnes příliš nereagujete na to, co tu děláme. Zajímalo by mě čím to je? Můžeme udělat něco pro to, aby se to změnilo?“

### **ZADANÁ AKTIVITA SE „NEPOVEDE“**

Žáci se například během aktivity začnou hádat, nebo naopak vážně míněná aktivita sklouzne v jakousi „komedii“.

#### ➤ Co se s tím dá dělat?

Pokud se stane, že žáci aktivitu prožijí „jinak, než měli“, je jednou z možností s nimi popřemýšlet, o čem to pro ně bylo a co se pro ně na tom případně ukázalo. Toho je možné docílit pomocí otevřených otázek, například:

- O čem pro vás tato aktivita byla?
- Jak jste byli spokojeni s tím, jak probíhala?
- Bylo něco, s čím jste byli nespokojení?
- Co by se případně muselo změnit, abyste spokojeni byli?

### **ŽÁCI NA SEBE NAVZÁJEM NEGATIVNĚ REAGUJÍ**

Příklad: „To všechno dělá Pavel, je totiž divnej.“ „Pavčina by asi potřebovala Bohnice.“ „Patrik to dělá, protože ví, jak mi to vadí.“

#### ➤ Co se s tím dá dělat?

Viz kazuistika s názvem „Valihrach“ uvedená v závěru této metodiky.

### **ROZVLEKLÁ REFLEXE**

Učitel se nechá „zlákat“ tím, o čem se v dané aktivitě hovořilo či k čemu během ní došlo, a uspořádá „velkou reflexi“, během které postupně začne zájem žáků opadat.

#### ➤ Co se s tím dá dělat?

Osvědčilo se nám používat krátké a rychlé typy reflexí zapojující všechny žáky (například: škály; sdílení ve dvojicích; reflexe ve skupinách s formulací jednoho závěru a následnou prezentací tohoto závěru) – více o reflexi viz Zásobník aktivit.

## STANE SE NĚCO, NA CO JSME NEBYLI PŘIPRAVENI

Příklad: Jeden žák řekne něco, co se druhého dotkne a ten začne natahovat do pláče. Některý z žáků uprostřed nějaké aktivity rázně odejde od skupiny a odmítá komunikovat.

### ➤ Co se s tím dá dělat?

V těchto případech se nám nejvíce osvědčilo za dotyčným jít a nabídnout mu, jestli si chce (nyní nebo někdy jindy) o tom, co se stalo, promluvit. Podle toho, jak vyhodnotíme závažnost toho, co se stalo, je možné pozastavit celou činnost. Během pozastavení může učitel moderovat diskusi s celou třídou o tom, jak žáci vnímali to, co se stalo, a co k tomu koho napadá.



## ZÁSObNÍK AKTIVIT

---

Většinu aktivit, na které v této metodice odkazujeme, naleznete v jediné publikaci: Dobrodružné hry a cvičení v přírodě od J. Neumana (viz seznam literatury). Tuto knihu vřele doporučujeme.

V kapitole „Jednotlivé bloky adaptačního soustředění“ u vybraných aktivit naleznete odkazy začínající písmenem N (Neuman) a pokračující číslem stránky, na které je popsána. V knize navíc naleznete více než 200 dalších aktivit, které po mírných úpravách můžete během adaptačního soustředění použít.

Na následujících stránkách naleznete pouze ty aktivity, které v Neumanově knize nejsou, nebo ty, které jsme výrazněji přepracovali.

U všech aktivit platí, že je třeba je přizpůsobit cílům adaptačního kurzu – tj. cílům jednotlivých bloků programu a aktuální situaci ve skupině.

## NOSOROŽEC, OPICE, KAČKA, SLON

---

*Podle Z. Šimanovského*

Všichni stojí v kruhu. Vedoucí hry uprostřed střídavě ukazuje na různé hráče a řekne vždy název některého ze čtyř zvířat: nosorožec – slon – kachna – opice. Určený hráč a jeho sousedé nalevo a vpravo musí zadané zvíře okamžitě předvést takto:

Nosorožec: Hráč v předklonu udělá rukama dlouhý nos a dupe. Jeho sousedé napravo a vlevo naznačují každý dvěma prsty u jeho hlavy maličké uši nosorožce.

Opice: Hráč si jazykem vyduje dolní ret a drbe se jednou rukou na bradě, druhou shora na temeni hlavy. Vyráží jako opice: hu-hu-hu! Jeho sousedé naznačují, že jedí banán.

Kachna: Hráč zvedá a sklápí lokty jako malá křídla. Napodobuje kachní ga-ga-ga-ga. Oba sousedé přešlapují z nohy na nohu a klátí se jako kachna.

Slon: Hráč se uchopí prsty za nos a druhou ruku provlékne před sebe jako chobot. Jeho sousedé nalevo a vpravo naznačí oběma rukama směrem k němu veliké sloní uši.

Vedoucí vyzývá postupně další a další hráče, aby předvedli nosorožce, slona, kachnu nebo opici, a tempo zrychluje. Jde o pohotovou reakci osloveného a sousedů. Hráči se začínají plést, opici udělají sloní uši, kachně dlouhý nos apod. Kdo se splete, stává se novým vedoucím hry.

Varianta: Můžeme nechat žáky vymyslet další podobné zvíře, které se začlení do hry.



## BROD

---

Skupina se „právě dostala na místo, kde se nachází nebezpečná bažina“. Přes území bažiny je možno se dostat jedině na speciálních „bažinovzdorných“ dlaždicích (staré noviny nebo čtverce igelitu 50 x 60 cm). Cílem je, aby celá skupina překonala území bažiny v daném časovém limitu (většinou 20 až 30 minut).

Žáci mají vymyslet, jak zajistit, aby se přes bažinu včas dostali všichni.

Hranice bažiny jsou vyznačeny. Délka úseku bažiny cca 25 metrů. V území bažiny smějí hráči stát pouze na „bažinovzdorné“ dlaždici. Jakýkoli přešlap se trestá návratem daného účastníka na začátek bažiny.

Obvykle dáváme skupině třiceti žáků 10 dlaždic. Problém je v tom, že celá skupina nemá dostatečný počet dlaždic na to, aby z nich postavila „most“ přes bažinu (pozor na odhad vzdálenosti!).

Řešení úkolu účastníkům neříkáme. Jejich úkolem je během deseti minut vymyslet a nanečisto vyzkoušet strategii, pomocí které úkol zvládnou. Potom zahájíme start hry a průběžně oznamujeme, kolik času zbývá.

Varianty:

1. Třetina účastníků „oslepne“ – mají šátkem zavázané oči (skupina si může sama rozhodnout, kteří ze členů budou mít zavázané oči).

2. Skupinu třiceti žáků rozdělíme na dvě podskupiny. Každé podskupině dáme 5 dlaždic. Pravidla jsou stejná. Cíl je také stejný – aby se všichni dostali na druhou stranu bažiny. Rozdělení do skupin pomáhá domlouvání strategie. Skupiny spolu obvykle začnou soutěžit, ale mnohé si postupně uvědomí, že si mohou pomáhat. Pokud jedna ze skupin nestihne limit, neuspěli všichni (zadání úkolu přece bylo jasné – budou si to moci opravit v některé z dalších disciplín).

Obecně doporučujeme, aby skupina v této hře zažila úspěch – nejlepší je, když bouřlivě stoupá atmosféra těsně před vypršením limitu. Touto disciplínou tradičně zahajujeme naše dobrodružné cesty.

## MYSLÍM SI, ŽE ANO; MYSLÍM SI, ŽE NE

(Tato metoda je převzata ze Zásobníku metod používaných v OSV)

### Postup práce s touto metodou v jednotlivých krocích:

1. **Sdělení cíle**, který sledujeme použitím této metody. Cílem je sdílet své (často rozdílné) názory na nějaké téma. Smyslem této aktivity je jednotlivé názory vyslechnout, případně na ně kultivovaně zareagovat.
2. Vysvětlíme žákům základní pravidla aktivity a ukážeme jim jejich fungování na příkladě.

#### Pravidla:

- Učitel vždy vysloví nějakou otázku, například: „Myslíte si, že pokrok přispívá k tomu, že jsou lidé šťastnější?“
- Žáci na položenou otázku mají odpovědět.
- Odpovídá se tak, že si žáci stoupnou na předem určená místa, podle toho jestli dopovídají ano, či ne. Je vhodné prostor třídy rozdělit na dvě poloviny (provázkem, čarou na zemi, ...). jedna polovina se určí pro odpovědi: „ano“, druhá polovina pro odpovědi: „ne“. Každý žák má po vyslovení otázky čas (například 30 vteřin) na to, aby se rozhodl, jestli by na otázku odpověděl ano, či ne. Podle svého rozhodnutí se potom zařadí na danou polovinu. Čím dále je od středové čáry směrem k jednotlivým stranám, tím více je si svou odpovědí, ano či ne, jistý. Stojí-li tedy úplně na kraji /jako na obrázku níže/, znamená to určitě ne či určitě ano.



- Odpovědi na jednotlivé otázky podléhají pravidlu **nucené volby**. Toto pravidlo, znamená, že by se žáci měli pokusit na každou otázku odpovědět: „ano; ne“ nikoliv: „nevím“. ***Svůj názor může každý žák během diskuse, následující po každé otázce, změnit a přejít na druhou stranu.***
  - Po každé položené otázce, po které se žáci rozmístí podle míry svého souhlasu či nesouhlasu, následuje diskuse. V této diskusi se žáci, kteří chtějí okomentovat, kde stojí (proč na danou otázku odpovídají ano, či ne), hlásí o slovo. Učitel bude postupně jednotlivé žáky vyvolávat tak, jak se hlásili za sebou.
3. Po proběhnutí kola nanečisto, ve kterém jsou žáci seznámeni se základními pravidly (viz výše), **zmíní učitel důležitou zásadu celé aktivity**. Na jednotlivé komentáře žáků je zakázáno reagovat jinak, než větou, která je za „Já“. Jednotlivé věty se nevyjadřují tomu, co řekli ostatní spolužáci. Jde o to sdělit, co si o dané věci myslím já. Tuto zásadu: „Mluvíme za já“ je vhodné někam napsat tak, aby ji všichni viděli.

Tedy například:

„► Myslím si o tom..., ► Domnívám se..., ► Vnímám to...“.

Pravidla aktivity nepřipouští reakce „za Ty“ typu:

„► To, co řekl Honza, je blbost. ► Nechápu, jak si někdo může myslet takovou blbost, jakou právě řekla Diana.“ ► Každý přece ví, že to tak není.“

4. Dále učitel klade jednotlivé otázky (seznam doporučených otázek viz příloha). Jedná se pouze o uzavřené otázky, ne které se dá odpovědět: „ANO/ NE“. Po každé položené otázce, kdy se žáci rozestaví podle toho, jak by opověděli, následuje diskuse. Učitel popořadě vyvolává hlásící se žáky, kteří sdělují komentáře svých postojů. Zde je vhodné střídavě vyvolávat žáky z obou polovin (ano, ne). Zde je důležité, aby učitel názory žáků nijak nehodnotil. Osvědčilo se nám reagovat stále stejnou větou, například: „Děkuji za názor“.
- Cílem těchto diskusí není dospět k nějakému řešení. Jde pouze o sdílení myšlenek a názorů na dané téma.***

Je možné dále zavést tzv. pravidlo: Bomba. Toto pravidlo spočívá v tom, že každý žák má právo na jednu „Bombu“. Bomba znamená, že se přihlásí oběma rukama najednou a je vyvolán mimo pořadí hned poté, co domluví žák, který právě hovoří. Bomba slouží tomu, když si žák na základě toho, o čem hovořil některý ze spolužáků, sám něco uvědomí a chce to bezprostředně zveřejnit.

5. Tuto aktivitu je vhodné uzavřít společnou úvahou nad tím, jak ji žáci vnímali a co si z ní odnáší. Zde je možné použít některou z následujících otázek:
- Na co pro vás byla tato aktivita náročná?
  - Jaké to pro vás bylo, když si někdo o dané věci myslel něco opačného než vy?
  - Napadá vás, jak je možné dávat kultivovaně najevo svůj nesouhlas, když někdo říká něco, s čím nesouhlasíte a nechcete s ním vyvolat konflikt?
  - Jak by zněla taková věta, kterou dáváte kultivovaně najevo svůj nesouhlas s názorem někoho jiného?

- Co byste si doporučili, kdybyste někde chtěli nekonfliktním způsobem prezentovat svoje názory?

Velmi se nám osvědčilo nechat žáky nad některými z výše uvedených otázek uvažovat ve dvojicích. Každá dvojice má potom možnost cokoliv z toho, o čem mluvila, sdělit nahlas.

***Zajímavou možností je nechat žáky po proběhnutí několika otázek, aby si další otázky vymysleli sami.***

### **Nabídka otázek pro věk žáků 11 - 12 let**

- Věříte, že ve vesmíru existuje jiná než lidská civilizace?
- Je správné, že existuje povinná školní docházka?
- Myslíte si, že nové vědecké objevy a vynálezy dovedou lidstvo ke šťastnější budoucnosti?
- Myslíte si, že je dobré, když má člověk nějaké náboženství?
- Myslíte si, že „časopisy pro dívky“ mají na dívky dobrý vliv?
- Myslíte si, že televizní pořad „Vyvolení“ ukazuje život takový, jaký skutečně je?
- Myslíte si, že se současná mládež chová hůře, než tomu bylo v generaci vaši rodičů a prarodičů?
- Myslíte si, že by bylo správné zakázat násilí v televizi?
- Myslíte si, že úmyslné zabití delfína je vražda?
- Obáváte se ekologické katastrofy?
- Myslíte si, že doživotí je horší trest než trest smrti?
- Chodili byste rádi na čistě chlapecké/dívčí gymnázium?
- Myslíte si, že jednou nastane doba, kdy lidé navždy přestanou mezi sebou válčit?
- Měla by se zavést na školy povinná výuka sebeobran?
- Měla by se na gymnáziích zavést školní uniforma, aby se zamezilo srovnávání oblečení studentů mezi sebou?
- Myslíte si, že by měl být zákonem zakázán rozvod manželů?
- Myslíte si, že by se zabití inteligentních zvířat mělo trestat podobně přísně jako zabití člověka?
- Je dobré vždy trestat podle zásady: oko za oko, zub za zub?
- Považujete okopírování hudebního CD nebo filmu za nemorální?
- Myslíte si, že lidstvo jako celek je tak hloupé, že vyvolá takovou válku, která způsobí vyhynutí lidského druhu?
- Myslíte si, že sledování televize na vás doposud mělo spíše pozitivní vliv?
- Myslíte si, že chudí lidé v našem státě se většinou stávají chudými vlastní vinou?
- Jste rádi, že jste se narodili zrovna v České republice?
- Myslíte si, že většina lidí má v jádru „dobré srdce“?

## VALIHRACH

---

*(Následující situace je kasuistikou, která ukazuje, jak je možné reagovat na aktuální problém třídy)*

1. Během adaptačního soustředění si všimneme, jak jeden žák na druhého volá: „Valihrachu“. Žák, který je takto osloven, odpoví: „Co je, demente?“ Je užitečné tuto věc se žáky otevřít: „Všiml jsem si, že se v naší třídě dva žáci oslovovali způsobem, který by mně byl asi hodně nepříjemný. Rád bych se zeptal, jak to vnímáte vy. Udělejme si bleskový průzkum. Poprosím každého z vás, aby rukou ukázal míru příjemnosti toho, jak je oslovován v naší třídě. Ruka podél těla znamená, že je mu často hodně nepříjemné, jak je v naší třídě oslovován. Vzpažená ruka znamená, že jsem spokojen s tím, jak jsem v naší třídě oslovován.“

Pokud si učitel všimne, že několik rukou není ve vzpažené poloze, může klást další otázky, jejichž cílem je popsat současný stav (oslovujeme se občas ve třídě tak, že to někteří z nás vnímají jako nepříjemné).

Cílem zde není vypátrat „viníky“.

Otázky na popis současného stavu mohou vypadat například takto:

- Kdo z nás zažil, že byl během uplynulého týdne osloven tak, jak si nepřeje, dá ruku nahoru.
- Kdo z nás si myslí, že některá oslovení mohou být některým lidem v naší třídě nepříjemná?
- Kdo z nás by chtěl, aby byl v některých chvílích oslovován jinak, než je?

2. Poté, co žáci popíší současný stav, je užitečné začít dávat návrhy na jeho řešení. Zde má učitel opět roli toho, kdo klade otázky umožňující žákům navrhnout řešení.

- Příklad:

*Učitel:* „Jaký způsob oslovování by vám byl od spolužáků nejpříjemnější?“

*Žáci:* „Křestním jménem.“

*Učitel:* „Má ještě někdo nějaký jiný návrh?“

*Žáci:* „Přezdívkou.“

*Učitel:* „Co když se ta přezdívka tomu, kdo ji má, nelíbí?“

*Žáci:* „Tak jenom přezdívkami, které se nám líbí.“

*Učitel:* „Ještě máme nějaký jiný návrh, který by se někomu líbil?“

*Žáci:* „Ne“.

3. Dalším krokem je formulace pravidla. Učitel zde opět vede žáky k tomu, aby si pravidlo sami naformulovali.

Příklad:

*Učitel:* „Napadá vás, jakým způsobem by bylo možné zařídit, aby nám ve třídě fungovalo to, že se oslovujeme křestním jménem nebo vyžádanou přezdívkou?“

*Žáci:* „Každý, kdo to poruší, dostane trest.“

*Učitel:* „Každý, kdo poruší co?“

*Žáci:* „Řekne někomu přezdívkou, kterou nemá rád, nebo příjmením.“

*Učitel:* „Přimlouval bych se, abychom nejprve dali dohromady pravidlo, které bude nějak pracovat s tím, jak chceme být oslovováni. Potom bychom se případně mohli pobavit o tom, co dělat ve chvíli, kdy toto pravidlo někdo poruší. Jak by takové pravidlo mohlo znít?“

*Žáci:* „Oslovuje se přezdívkami, které máme rádi, nebo křestními jmény.“

*Učitel:* (Zapíše návrh na tabuli.) „Má ještě někdo nějaký jiný návrh?“

*Žáci:* „Ne.“

*Učitel:* „Jak ale poznáme, jestli ten druhý tu přezdívkou má rád, nebo ne?“

*Žáci:* „Tak se ho zeptáme.“

*Učitel:* „Pojďme si to vyzkoušet. Já jsem teď jeden z vašich spolužáků a mám přezdívkou ‚křeček‘. Vy nevíte, jestli mi ta přezdívkou vadí, nebo ne. Jak byste to zjistili? Kdo má nějaký nápad, ať to zkusí.“

*Žáci:* „Křečku, vadí ti, když ti říkáme: ‚křeček‘?“

*Učitel:* „Vadí mi to hodně.“

*Žáci:* „Jak bys chtěl, abychom ti říkali?“

*Učitel:* „Petře.“

*Učitel:* „Toto pravidlo přepíšeme k třídním pravidlům a za čtrnáct dní si řekneme, jak nám funguje.“

Poznámka: Abychom posílili šanci fungování pravidla i v nepřítomnosti učitele, vyplatí se nechat žáky dát dohromady, jak by chtěli reagovat v případech, že pravidlo někdo poruší. Toto chování je dobré si vyzkoušet v praktické situaci (více viz Lekce OSV 7.1)



## POMŮCKY

Zde uvádíme pomůcky, které jsou nutné pro realizaci jednotlivých her a programových bloků zde prezentovaného programu.

<b>1. Zahájení</b>	
<b>Aktivita</b>	<b>Pomůcky</b>
Výběr tvrzení	Připravené otázky, cca 3 - 5
Smysl akce	Nic
Struktura kurzu	Flipchartové papíry, fixy, lepicí páska na připevnění papírů
<b>2. Rozehřívací aktivity</b>	
Gordický uzel	Nic
Améba	Nic
Spojení	Stopky, případně předměty k uchopování
Drákula	Nic
Slepá řada	Šátek na zavázání očí pro každého žáka
Kámen, nůžky, papír	Tři provazy v délce cca 10 metrů každý, na vytyčení mezi
Nosorožec ,opice, kačka, slon	Nic
Dračí souboj	Šátek pro každou skupinu žáků tj. na 30 žáků cca 7 - 10 šátků
<b>3. Prohloubení vzájemného poznání</b>	
Místo po mé levici je volné	Nic
Krok vpřed	Připravený seznam otázek
Lidské bingo	Připravené tabulky bingo, seznam otázek, tužka pro každého žáka
Reportéři	2 papíry A4 pro každého žáka, případně papírová krabice
Hra na jména	Nic
Komu míč	Jeden či více míčů
Rychlá autobiografie	Nic
Jak mne ještě neznáte	Dva papíry formátu ¼ A4 a tužka pro každého žáka,
Rituál - NID	Nic, případně svíčka
<b>4. Nastartování spolupráce</b>	
Skákající řada	5 metrů dlouhé lano nebo silná šňůra
Molekuly	Nic
Velké švihadlo	10 metrů dlouhé lano nebo silná šňůra
Monstrum	Nic
Klávesnice	Čísla od 1-30 na tvrdých kartičkách, cca 30 metrů provázku
Výbušnina	Nic
Dopravní zácpa	Zhruba 50 papírů formátu A4
Uzlování	Pro třídu se 30 žáky tři dvacetimetrová lana, nebo silné šňůry
<b>5. Společné zvládnání náročných situací</b>	
Co budeme dělat, aby se nám to povedlo	Flipchartové papíry cca 10 kusů (případně předem nadepsané), pro každou skupinu jedna fixa
Brod	Dvojstránky starých novin, či igelity formátu dvojnásobku A3. Pro 30 žáků 6 kusů.

Věneček pampelišek	Pro 30 člennou třídu tři třicetimetrová lana či silnější šňůry
Bludiště	110 metrů tenkého bílého provázku, cca 50 hřebíků
Slepý čtverec	Páska na oči pro každého žáka, pro 30 člennou třídu tři třicetimetrová lana či silnější šňůry
Ostrov	Nic
Elektrický plot	10 metrů dlouhá šňůra, či lano
Pavoučí síť	Dvě 10 metrová lana, či silné šňůry, cca 30 metrů provázku, nůžky
<b>6. Rozvoj důvěry</b>	
Myslím si, že ano, myslím si, že ne	Seznam otázek, cca 10 metrový provázek na rozdělení místnosti na dvě poloviny, dva papíry A4 s nápisy: Ano a Ne
Padání ve dvojici	Nic
Pendl	Nic
Houpání	Nic
<b>7. Formulace pravidel a zhodnocení</b>	
Třídní ústava	
Psaní vzkazů 1. po kruhu 2. na záda	Ad. 1 Přibližně 30 papírů formátu ¼ A4 pro každého žáka, tužka pro každého žáka Ad. 2 Čtvrtka, nejlépe A3 pro každého žáka, lepicí páska na papír, tužka pro každého žáka
Dotazník	Připravené otázky, papír A4 pro každého žáka
Zasedání	Nic
Kruh důvěry	Nic
<b>Další pomůcky</b>	
Velká lékárna vybavená dle platných norem pro zdravotníka zotavovací akce	
Přenosná lékárna na programy venku	
Přehrávač hudby s hudebními CD	
Balík papírů A4	
Dvoje nůžky	
Přibližně 20 listů flipchartového či balicího papíru	
Prohlášení rodičů žáků o odpovědnosti za škody	
Prohlášení žáků o zdravotní způsobilosti	

## POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA

---

BELZ, H.; SIEGRIST, M. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Praha: Portál, 2001. 375 s.  
ISBN: 80-7178-479-6

HERMOCHOVÁ, S.; NEUMAN, J. *Hry do kapsy VI*. Praha: Portál, 2004. 96 s.  
ISBN: 80-7178-875-9

Kol. autorů. *Klíčové kompetence v základním vzdělávání*. Praha: VÚP, 2007. 75 s.  
ISBN: 978-80-87000-07-6

MATĚJČEK, Z. *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál, 1994. 108 s.  
ISBN: 80-7178-006-5

NEUMAN, J. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál, 1998. 325 s.  
ISBN: 80-7178-345-5

ŠIMANOVSKÝ, Z. *Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Praha: Portál, 2002. 175 s.  
ISBN: 80-7178-689-6

ŠIMANOVSKÝ, Z.; ŠIMANOVSKÁ, B. *Hry pro rozvoj zdravé osobnosti*. Praha: Portál, 2005. 159 s.  
ISBN: 80-7367-024-0

VALENTA, J. *Učit se být*. Kladno: AISIS, 2000. 95 s.  
ISBN: 80-86106-08-X



H. Belz, M. Siegrist

## Klíčové kompetence a jejich rozvíjení

Klíčové kompetence představují soubor znalostí, dovedností a postojů, které přesahují konkrétní oborové znalosti a umožňují jejich efektivní využití. Tyto kompetence jsou požadovány pro téměř všechna pracovní zařazení a umožňují člověku, aby správně využíval a dále rozšiřoval své konkrétní dovednosti a znalosti, zaměřené na určitý obor. Autoři se soustředili na tyto kompetence: komunikace a spolupráce, řešení problémů a tvořivost, samostatnost a výkonnost, odpovědnost, spolehlivost, myšlení a učení, zdůvodňování, hodnocení. Charakteristiku kvalifikací doplňují hry a cvičení k jejich rozvíjení. Publikace je určena učitelům základních a středních škol i vedoucím skupin dětí a mládeže.

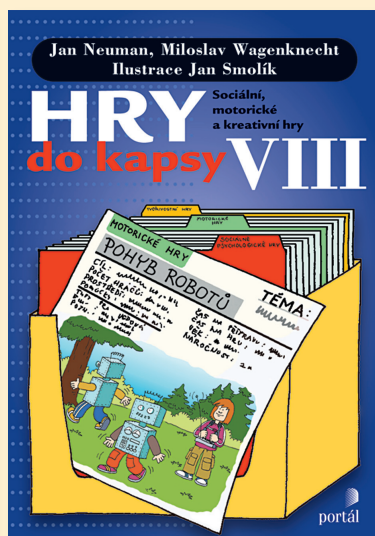
brož., 376 s., 349 Kč

J. Hrkal, R. Hanuš, ed.

## Zlatý fond her II

Charakteristickými znaky her Prázdninové školy Lipnice je vytváření náročných situací, překonávání překážek, zaměření na silné osobní prožitky, rozvoj sebedůvěry, komunikace, spolupráce a tvořivosti. Hry uvedené v publikaci *Zlatý fond her II* jsou určeny lidem od čtrnácti let. Autoři dělí hry do několika kategorií podle cíle hry. Hry rozvíjející intelekt zahrnují cvičení paměti, pozornost a logického myšlení. Hry na rozvoj tvořivosti vyžadují představivost a schopnost netradičního vidění situace. Další hry rozvíjejí sociální dovednosti, schopnost komunikace, altruismus, empatii a týmovou spolupráci.

brož., 168 s., 187 Kč



S. Hermochová, J. Neuman

## Hry do kapsy III

Náměty na sociálně psychologické, motorické a kreativní hry. Témata tohoto dílu: pocity, hodnoty, vztahy, pozorování, důvěra aj.

brož., 96 s., 125 Kč

J. Neuman, M. Wagenknecht

## Hry do kapsy VIII

Osmý díl obsahuje kromě jiných her také složku společenských her s Wamda-kartami, které rozvíjejí logiku a kombinační schopnosti hráčů. Jsou zde i jednoduché návody na malování na sklo, hedvábí, savování aj.

brož., 96 s., 125 Kč





J. Neuman

## Dobrodružné hry a cvičení v přírodě

Tradiční zásobu her učitelů a vedoucích obohatí soubor s téměř 200 náměty na nejrůznější typy her nejen o náměty na hry, ale především o nový způsob motivování hráčů a hodnocení her. Největším přínosem uvedených činností je důraz na spolupráci, vzájemný kontakt, důvěru a řešení problémů. Úvodní část pojednává o významu hry a dobrodružství ve výchově a při rozvoji osobnosti a vzájemných vztahů ve skupině. Seznamuje také s trendy, vysvětluje pravidla pro přípravu a vedení her i zásady bezpečnosti. Hlavní část knihy tvoří hry, které představují všestranný program pro pobyt v přírodě, mnohé z nich však lze hrát i v místnosti. Hry seznamovací, kontaktní, soutěživé, rozvíjející vzájemnou důvěru, orientované na řešení problémů, ekohry, dramatizace zážitků a závěrečné ceremoniály pomáhají z pobytu v přírodě vytežit přínosné zážitky.

brož., 328 s., 229 Kč

Z. Šimanovský

## Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu

Často se hovoří o rostoucí agresivitě dětí a její důsledcích: o napětí ve skupinách dětí a mládeže, o stresu jednotlivců, o nekontrolovaných výbuších emocí. Kniha nabízí hlubší pochopení podstaty problému a jeho zpracování pomocí her. Potlačované emoce často vyvolávají napětí, nepřátelství a násilí. Naopak ovládaná agresivita pomáhá vítězit ve sportovním nebo jiném klání v rámci pravidel. A právě k ovládnutí agresivity přispívají hry a činnosti, které posilují vhodné způsoby reakce na psychofyzické napětí, pomáhají mírnit, redukovat či odstranit nadměrné napětí. Náměty jsou rozděleny podle jejich zaměření do několika kapitol, v každé se začíná hrami, které lze využít při práci s menšími dětmi, následují činnosti vhodné pro starší děti.

brož., 184 s., 197 Kč



**Mgr. Michal Dubec**  
**ADAPTAČNÍ (stmelovací) SOUSTŘEDĚNÍ**



© Projekt Odyssea, 2007  
[www.odyssea.cz](http://www.odyssea.cz)

**ISBN 978-80-87145-22-7**