



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

**VZDELÁVANÍM
PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH
RÓMSKYCH KOMUNÍT**



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Kód ITMS: 26130130051

číslo zmluvy: OPV/24/2011

Metodicko – pedagogické centrum

Národný projekt

**VZDELÁVANÍM PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT**

Anna Hricová

Výchova k zdraviu u žiakov zo sociálne znevýhodneného prostredia

III. diel

Osobnostný a sociálny rozvoj – 1.časť

Vydavateľ: Metodicko-pedagogické centrum,
Ševčenkova 11, 850 01 Bratislava

Autor UZ: PaedDr. Anna Hricová, PhD.

Kontakt na autora UZ: Základná škola Čaklov, Čaklov 495,
094 35, zscaklov1@gmail.com

Názov: **Výchova k zdraviu u žiakov zo
sociálne znevýhodneného
prostredia. III.diel. Osobnostný a
sociálny rozvoj. 1.časť**

Rok vytvorenia: 2014

Oponentský posudok vypracoval: Mgr. Miroslava Javorská

ISBN 978-80-565-0569-4

Tento učebný zdroj bol vytvorený z prostriedkov projektu Vzdelávaním pedagogických zamestnancov k inklúzii marginalizovaných rómskych komunít. Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov Európskej únie.

Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Kľúčové slová

Zdravie, životný štýl, kvalita života, sociálne znevýhodnené prostredie, výchova k zdraviu, osobnostný a sociálny rozvoj.

Anotácia

Cieľom predkladaného učebného zdroja je prezentovať zdravotný potenciál výchovy k zdraviu v edukačnom pôsobení na primárnom stupni základnej školy a zároveň poukázať na potrebu zavedenia vyučovacieho predmetu Výchova k zdraviu do školského kurikula. V súvislosti s jej zavedením sme pripravili učebné osnovy rozpracované do šiestich tematických celkov. Pre každý z nich sme spracovali metodický učebný materiál, ktorý má ambíciu nahradiť v súčasnosti absentujúce učebnice. Prinášame tak kompletný materiál rozdelený do šiestich častí I. – VI. časť, ako výsledok kreovania a overenia koncepcie podpory zdravia v edukačnom procese formou zavedenia nového vyučovacieho predmetu Výchova k zdraviu. Overené a v praxi odskúšané výsledky nášho pedagogického snaženia môžu byť relevantným príspevkom pre prozdravotnú edukáciu sociálne znevýhodnených žiakov a inšpiráciou pre všetkých, ktorí participujú na tvorbe edukačných materiálov pre túto skupinu žiakov v oblasti výchovy k zdraviu.

ÚVOD	5
1 Rozprávky a príbehy.....	6
2 Rečňovanky a básničky.....	14
3 Hry a aktivity.....	20
4 Výučbová prezentácia Škaredé káčatko.....	22
4.1 Výučbová prezentácie Akí sme všelijakí.....	27
ZÁVER.....	30
Zoznam bibliografických zdrojov.....	32

ÚVOD

Zdravie je najväčším darom každého človeka, hodnotou, ktorá sa nedá kúpiť a merať peniazmi. O hodnote zdravia nemusíme nikoho presviedčať. Pre každého je veľmi dôležité. Aj preto sa s touto kategóriou musíme zaoberať už od útleho veku na primeranej edukačnej úrovni tak, aby žiaci pochopili že zdravie je pre každého zdrojom fyzickej a psychickej sily, ktorá človeku pomáha v živote zvládať rôzne ťažkosti. Zdravie zároveň umožňuje človeku dosahovať vyššie ciele, ako je zdravie samo napr. elán, vitalita, schopnosť adaptácie, osobnostný a sociálny rozvoj.

Prostredníctvom predkladaného učebného zdroja **Osobnostný a sociálny rozvoj** chceme ukázať, že už samotným vyučovacím procesom je potrebné viesť k osobnostnému a sociálnemu rozvoju každého žiaka, poukazovať na harmonický rozvoj dieťaťa v rodine, vzťahy v rodine, prostredníctvom získavania nových informácií z oblasti zdravého životného štýlu, napomáhať žiakom v procese adaptácie v spoločnosti, poukázať na zmysel výchovy k zdraviu a získavať nové informácie pre každého z nich. Vytvárať kladný vzťah žiakov k výchove k zdraviu, sebareflexii, práci, empatii, vytvárať rebríček hodnôt s pozitívnymi dôsledkami na vlastný hodnotový systém ovplyvňujúci psychické i duševné zdravie. V tejto súvislosti je potrebné, viesť žiakov tak, aby sa naučili uplatňovať svoje práva, ale aj rešpektovať názory, potreby a práva ostatných. Aby vedeli prevziať zodpovednosť za svoje konanie a správanie vo vzťahu k zdraviu, za osobný život i sebavzdelávanie. Dôraz klásť na oblasť sexuality a sociálno-patologických javov. Tento učebný zdroj je využiteľný nielen v predmete Výchova k zdraviu, ale v priereze všetkých vyučovacích predmetov na prvom aj druhom stupni základných škôl. Nájdú tu množstvo rozprávok a príbehov, rečovník a básničiek, hier a aktivít súvisiacich s ich osobnostným a sociálnym rozvojom a so zásadami zdravého života. Po osvojení si tejto témy majú žiaci možnosť v dvoch testoch zistiť úroveň dosiahnutých vedomostí.

Nájdú tu nasledujúce témy: Budovanie rebríčka hodnôt. Utváranie vzťahu k sebe samému a vzťahu k druhým ľuďom. Vytýčenie práv a povinností dieťaťa. Vplyv drogy na ľudské telo. Fajčenie a alkohol – drogy ohrozujúce zdravie človeka. Šikanovanie. Rasizmus. Diskriminácia. Falošné priateľstvo. Zneužívanie priateľstva. Tolerancia. Budovanie medziľudských vzťahov a ich vplyv na zdravie človeka.

Osobnostný a sociálny rozvoj

1 Rozprávky a príbehy

Ojojoi!

Danuša Dragulová-Faktorová

Bola pekná slnečná sobota. Alex je športovec, ráno so zacvičil, osprchoval sa a dal si pohár ovocnej šťavy. Celý deň je potom čerstvý ako rybička. Aj dopoludňajšia prechádzka mu padne vhod. Určite sa v parku na preliezačkách stretne s kamarátmi. Keď prechádzal popri dome číslo 3, zbadal na poštovej schránke menovku. Ich nový sused sa volá Hugo Hrmotka. Alex si cez okno na prízemí všimol, že aj ujo Hrmotka si ráno dáva pohár nejakej tekutiny. A potom druhý, tretí... Chcel sa hádam po sťahovaní a upratovaní dačím osviežiť... Najprv bol ujo Hrmotka z toho nápoja veselý, no potom mu sadla na tvár únava. Usadila a nechcela sa odtiaľ ani hnúť. Po chvíli sa ujo Hrmotka chytil za hlavu a začal bedákať. Joj, moja hlava! Jojoj, ako bolí! Jojoj, asi mi pukne! Jojkaľ a nariekal. A vzápätí sa zas chytil za brucho a kvílil. Jojoj, je mi zle! Alex rozmýšľal, aký nápoj takto veľmi ublížil ujovi Hrmotkovi. Prizrel sa lepšie na fľašu a číta. Víno. Och, ja veru nikdy nebudem piť víno. Povedal Alex. Víno, to je asi nejaká vina. Ujovi Hrmotkovi ublížilo a určite by z neho bolo veľmi zle aj mne.

Pomoc je tam duch!

Danuša Dragulová-Faktorová

Pomoc! Naľakal sa raz Alex. Pomoc! Duch! To je duch! Kričal ako odušu. Na ten krik sa zbehli jeho kamaráti z ulice, Lukáš, Kristínka a Janka. Dívali sa, kam sa Alex tak vystrašene pozerá. Cez okno zbadali, ako by sa v izbe uja Hrmotku naozaj hýbalo niečo ako mátoha. Šedivé, temné, beztvorné a záhadné... Všetci štyria ostali meravo stáť, takmer ani nedýchali. Prvá precitla Kristínka. Jaj, to nie je duch, zistila. To je len sused ujo Hrmotka fajčí a celá hlava sa mu stráca v dymovom oblaku! Ale to čudné stvorenie vydávalo strašidelné zvuky, protirečil Alex. To je fajčiarsky kašeľ, usúdila Janka. Dym z cigarety silne poškodzuje pľúca, a preto fajčiari veľmi kašľú. Hovorila to naša pani učiteľka. Nechápem teda, prečo sú niektorí ľudia takí nerozumní a ničia vlastné zdravie. Zakrútil hlavou Alex. Janka pokrčila plecami.

Ani hnúť!

Danuša Dragulová-Faktorová

Alex, Janka, Kristínka a Lukáš sa hrali na chodníku s loptou. O pár minút vyšiel von ujo Hrmotka. Pri popolnici zbadal injekčnú striekačku. Alex ju chcel zdvihnúť, no ujo Hrmotka ho zadržal. Ani hnúť, skríkol ako v akčnom filme. Na tej striekačke môže byť smrť! Vysvetlil rýchlo ujo Hrmotka.

Smrť? Nechápal Alex. Veru tak, tvrdil ujo Hrmotka. Na ihle môžu byť veľmi zlé vírusy alebo baktérie. Ak by sa takou nakazenou ihlou niekto poranil - pichol alebo poškriabal, mohol by dostať nebezpečnú chorobu. Ale aj pani doktorka má takú striekačku, namietala Katka. To je niečo úplné iné! Pani doktorka má na svojej striekačke zdravie, tvrdil ujo Hrmotka. A to už zasa ako? Čudoval sa tento raz Lukáš. Lebo pani doktorka sa pomocou injekcie snaží vyliečiť svojich pacientov. Inokedy zasa očkuje deti, aby niektoré zlé choroby vôbec nedostali. No takéto zdravé injekcie majú iba lekári a nikto iný! Vysvetľoval ujo Hrmotka. Vrátil sa domov, vyšiel naspäť s hrubými rukavicami. Striekačku opatrne vzal a odhodil do popolnice, aby sa

ňou nikto neporantil. Alex, Kristínka, Janka a Lukáš pokačovali vo svojom obľúbenom volejbale.

Každý z nás z času na čas bojuje s nejakým zlovykom. Niektorí si hryzie nechty, druhý do seba v kuse tlačí cukríky, iný sa nevie odtrhnúť od počítača alebo televízora. Od zlovyku k návyku nebyva ďaleko. Niekedy nás k nemu privedie nuda alebo zvedavosť. Alebo aj túžba za každú cenu zapadnúť do známej partie. A tak často siahneme aj po tom, čo by sme sami ani nechceli.

Fajčenie

Zdena Čupíková

Bol jesenný podvečer, keď ma na ulici obklopila hŕstka starších chlapcov: „Chceš sa stať členom našej partie? Zoberieme ťa každý večer na večerné zvonenie.“ Nechodil som ešte do školy, preto som prijal lákavú ponuku. Prestavil som si, ako chodím v tajomnom šere kostola a zvoním dávam signál starej mame, aby sa prekrižovala a začala sa modliť. Podmienku, že každý večer prinesiem členom spolku po jednej cigarete, som považoval za ľahkú úlohu. Možno povedať, že v tabaku som sa narodil. Pestovali sme ho od nepamäti. V dohovorený večer som s tlúčim srdcom kráčal ku kostolu, kde sa už schádzali niektorí z päťčlennej skupiny. Posledný prišiel zvonárov syn s veľkým kľúčom. V kostole bola tma ako v rohu. Za dverami v kúte však boli sviečka a zápalky. Keď sa rozhoreli ich plamene, prišiel som na rad ja. Každému chlapcovi som podal jednu cigaru. Všetci si zapálili. Niežeby sa mi to žiadalo, ale cigara sa stala symbolom spolupatričnosti a musel som ukázať, že som nejaký chlap. Pri fajčení som sa však ulieval a staral som sa len o to, aby mi cigara nezhasla. Najviac ma zaujal pochod kostolnou loďou. Vo svetlách horiacich sviečok sa tiene chlapcov pretiahli do strašidelne veľkých rozmerov. Tancovali na stenách a strope ako obrovité mátohy. Pred oltárom si každý z nás úctivo a pobožne kľakol a s horiacou cigarou v ústach sa prežehnal.

Rozhojdať zvon bolo ohromné umenie. Pri správnom večernom zvonení by sa mali odriekať tri Zdravasy. Za každým vynechať jeden úder, čo znamená zvoniť tri verše. Po poslednom údere zvonárov syn zavelil – teraz! Nato sa všetci chlapci rukami zavesili na lano a vyleteli do výšky asi troch metrov. Po druhýkrát to bol už len asi meter, ale ešte aj potom museli pevne držať lano, aby sa zvon ustálil. To bol zážitok! Naše kamarátstvo trvalo len dovtedy, kým naši tabak nespracovali.

Už som bol školákom, keď ma prijala medzi seba druhá skupina starších chlapcov, tiež za fajčenie nášho domáceho tabaku. Raz v nedeľu sme sa dohodli, že sa počas kázne vytratíme z kostola a stretneme sa u nás. Zaliezli sme do tabakom naplnenej sušiarne. Každému som pomohol našúľať cigaru. V kúte, kde sme sa usalašili, bolo tak tesno, že sme museli ležať na bruchu. Nad hlavami nám visel tabak, navlečený na šnúrach na sušenie. O chvíľu bol náš kútik taký zadymený, že nás išlo zadusiť. Keď to už bolo na nevydržanie, otvoril som malé vetracie dvierka. A to som nemal robiť. Dym začal fučať von ako z lokomotívy. Onedlho som začul otcov zúfalý výkrik: „Horí!!!“ Preľaknutý vybehol na ulicu a o chvíľu bolo v našom dvore ľudí ako maku. Všetko, čo išlo z kostola, sa tam nahrnulo, hľadajúc niečo na hasenie.

Rýchlo sme udusili cigary a čušali ako sysle v diere. Ľudia obklopili sušiareň a dohadovali sa, prečo dym ubúda a necítiť zhoreninu. Otec sa však medzitým dovtíпил a zakričal: „Števo, vylezte von!“

Neostalo nám nič iné, ako sa ukázať obecnstvu. Otec bol ku mne napodiv zdržanlivý. Okrem jednej neslanej, nemastnej facky sa ma ani nedotkol. Poďakoval ľuďom za pomoc a vypravdal ich pred dom. Poobede, v zlovestnom tichu, otec ušúľal dve cigary.

„Čo si myslíš, chýba mi aby si podpálil dom alebo stodolu? Tu máš! Fajčí! Ale so mnou, aby som vede, že nevyhoríme!“

Rozpačito som zobral cigaru a pripálil som si od neho. Nasledovali minúty, na ktoré nezabudnem. V ušiach mi dodnes znejú otcove slová: „Neulievaj sa! Ak vieš s chlapcami, tak fajči poriadne aj so mnou!“

Nuž, fajčil som tak, že ma o chvíľu zalial studený pot. Bol som ako v mrákotách. Ten nešťastný obed sa mi tlačil zo žalúdka do úst, Zatmilo sa mi pred očami a so slzami ako hrachy som dofajčil tú prekliatu cigaru.

Vybehol som na dvor, aby som sa zbavil obeda a spolu s ním natrvalo aj chuti do fajčenia.

V tom čase som bol asi najmladším a najúspešnejším chalanom krajiny, ktorý sa na celý život zbavil nikotínového zlovyku.

Zázračné slovíčka

Marína Novikovová

Dobré slová

Slušné výrazy – milé slová sa ti vždy veľmi zídu.

Slušné slová, kamarát, používam veľmi rád. Len čo vyjdem z brány, už sa s každým zdravím.

- Dobré ráno, - nahlas volám, či je lekár a či stolár.
- Dobrý deň, - pozdravím hneď tých, čo idú na obed.
- Dobrý deň, - keď sa zvečeri, a keď sadám k chutnej večeri.

Slušné slovíčka poznajú všetky deti. Lenže aj toto sa v hociktoré ráno stáva:

Vstal som veľmi nahnevaný. Ani sliepku, ani kohúta, ani hrdličku, čo tichučko hrkúta, nepozdravil som. Veru áno, prehltol som Dobré ráno.

Aj keď máš zlú náladu, musíš každého pozdraviť.

Ráno, veď to nebolí, s piesňou idem do školy. Zdravím slnce, zdravím vtáča, mne sa slušné slová páčia.

Keď chlapci vojdú do miestnosti, nielenže pozdravia, ale si aj z hlavy zložia čiapku.

Bol raz kocúr smelý, len čo vyšiel z dverí, ukláňal sa, klobúk snímal... V rozprávke ten kocúr býval.

Ak chceš o niečo požiadať, veľmi sa ti zide zázračné slovíčko „prosím“.

- Podaj mi, prosím ceruzku!

Ak nám niekto pomôže, ponúkne nás alebo splní, o čo sme ho požiadali, patrí sa, aby sme sa mu poďakovali.

- Zajko, zajko náš, kam sa ponáhľáš?
 - Nikam, ja som zo snehu, primrznutý na brehu.
- Tu mrkvičku si však zjem, pekne za ňu ďakujem.

Niekedy sa veľmi ponáhľame a vtedy zabudneme povedať priateľom niečo milé. Takéto správanie ich môže uraziť. Kamaráti ponúkli Zinu nanukom -

A Zina, čuduj sa svet,
s nanukom ubzikla hneď.

**Čo si myslíš, budú sa aj naďalej so Zinou priateliť? Je Zina dobrá kamarátka?
A čo povieš na toto?**

Vietor – veľký výtržník hádže čiapky do jazera. Slovko prepáč nepozná, pod kabát sa drzo vtiera.

Veru, ani Zina ani vietor nie sú dobre vychovaní.

Zavše si vypočujeme aj falošné, neúprimné slová. Tí, ktorí ich vravia, sa iba pretvarujú, že sú našimi priateľmi.

Vlk sa ovci privráva:
- Najkrajšia si z košiara!
- Pozor, ovca, na tie reči, nech ťa ten vlk nepresvedčí!

Takí priatelia v núdzi nepomôžu. Takých si nemôžeme vziať na opustený ostrov.

Zlaté pravidlá

Nezabúdaj na slušné slová doma, v škole ani vonku. Používaj: Ahoj! Vitajte! Dobrý deň!

Mladší prví pozdravia starších a chlapci dievčatká.

Ak sa na niekoho v knižnici, na poliklinike alebo na ulici obrátíme s otázkou alebo prosbou, zľahka sa pritom ukloníme – bude to zároveň pozdrav. Spomeňme si aj na iné dôležité slovo – prosím.

Keď dostaneme darček, vec, o ktorú sme požiadali, alebo odpoveď na svoju odpoveď, nezabudnite povedať ďalšie pekné slovo – ďakujem.

Ak sme do niekoho sotili alebo ho urazili, hneď sa ospravedlníme.

Naučme sa odlišovať úprimné slová od falošných.

Priateľstvo

Marína Novikovová

Jožko je môj kamarát. My dvaja sme stále spolu. Chytá so mnou ryby rád, keď on, tak aj ja mám smolu.

Zavše sa nám podarí, chytiť šťuku veľkú. Ryba bude pre mamy, my máme radšej telku!

Zlaté pravidlo priateľstva

Správaj sa k priateľom tak, ako chceš, aby sa správali oni k tebe.

Ako si nájsť priateľa? Odpoveď je ľahká – aj ty buď ozajstným priateľom.

Priateľstvo – potôčik vyviera zo srdca. Priateľstvo – úsmevček i slza horúca.

Priateľstvo spája aj veľmi rozdielnych ľudí.

Už ste si nás všimnúť stihli? On je tučko, ja som štíhly. Priatelia sme nerozluční, čo na tom, že nie som tučný, a on chudý ako ja? Sme s'á jeden my dvaja!

Ak chceš mať veľa priateľov, nikdy neklam a nepodvádzaj!

Kto oklame priateľa, oveľa viac stratí. Najdrahšia je dôvera, za zradu sa platí. Preto s klamárom nik nechodí von. Kto uvidí klamára, každý dvere zatvára.

V ťažkej chvíli nám priatelia vždy pomôžu.

Mravček v lese žalud' nesie.

- Nebuď labuť, daj ten žalud'! – kričia lesní priatelia. Vedno žalud' teperia.

Dobří priatelia so všetkým sa podelia.

A s lakomcami sa nik nepodelí.

Lakomá je naša Kata, hrušku, cukrík, všetko skrýva. Všetko ráta, zasa ráta, akým ráta, hruška zhnitá.

Ráta Kata odznova, taká vám je lakomá. Od závidi celá bledá schmatne dary – no nič nedá.

Priateľov bránime pred bitkármi.

Tílk Tóno tľie maličkého chlapca, má srdce vlčie a to nekrváca. Razom ma pochyť náramná zlosť. Skrútim mu ruky a zvolám: - Dost'!

Niekedy si nájdeme falošných kamarátov.

Vraví vlčík baranovi:

- Od hladu som zlostný, chorý. Ak si dobrý kamarát, dáš sa zožrať, ja ťa rád!

Medzi priateľmi sa všeličo prihodí. Ak ste však ozajstní, obetaví priatelia, vaše kamarátstvo nič nezakalí.

Škriepime sa na dvore, v stodole i v komore. Nám to vôbec neprekáža, nehnevá nás hádka naša. Škriepime sa z dlhej chvíle, po kriku sme k sebe milé. Lúčime sa v mieri, priateľstvo nás zmieri.

Zdvorilá ulica

Marína Novikovová

Ak sa ideme na dvor hrať, nikoho neurážame a potom sa nemusíme ničoho báť.

Naľakal sa chlapček vrany, vraj sa vrane neubráni.

Druhý chlapček nebojácne dohovárať vrane začne. Tak uhádni, kto je smelý, kto je bojko, kto si verí.

Aj na dvore udržiavame čistotu ako doma.

Na zem hádže líšča smeti, to nerobia slušné deti.

Keď máme zlú náladu, je veľmi nepekné dávať to pred inými najavo. Rozmaznaným deťom sa posmievajú.

Čo to za krik? Čo za rev? Vari spadol kože chliev? Pod kríkom zas narieka rozmaznaná Alenka. Len plač, dievka rozmaznaná, tvoja slza – voda slaná predsa trávu zrosí a soľ zlížu kozy.

Ak sa vyberieme so svojim psíkom na prechádzku, bránime ho pred veľkými psami. Nechodíme na ulicu, kde je veľa áut. Nekričíme naň a prudko nemykáme vôdzkou.

Žiadne malé šteniatko nesmieš držať nakrátko. Uč ho všetko trpezlivo, aj šteniatku býva clivo. Neľahaj ho za uši, keď sa váľa v kaluži. Ak si k nemu láskavý, výsledok sa dostaví.

Keď na ulici niekoho obchádzame, dávame pozor, aby sme doňho nevrazili. Najlepšie je obchádzať z ľavej strany. Ak sme náhodou zavadili do okoloidúceho, ospravedlníme sa.

Nosorožec ťarbavý na zelenú zastaví. Na červenú, zviera hlúpe, vyrazí vpred! Uskoč hneď, kým ťa ťarbák nerozdupe.

V slušnej spoločnosti nahlas nesmrkáme, nešpárame sa v nose a nepľujeme. To, čo je prirodzené v ríši zvierat, medzi ľuďmi nepatrí.

Presne pľujem! Sláva! Ktože ma prekoná? Učiteľka ťava pľuje ponad slona.

Zlaté pravidlá

Na ulici a na dvore sa nepatrí nahlas vykrikovať.

Toho, kto sa bije a sáče, nepokladáme za slušného človeka.

Papiere, obaly z nanukov a ohryzky hádzeme do koša na smeti.

Slušný človek sa nikdy nešpára v nose ani nepľuje.

Lož má krátke nohy

M. Ottová

„Mamina, mami, môžem sa ísť bicyklovať?“ pýta sa druhák Miško mamičky. „Ak máš napísané úlohy, môžeš, ale len na našom sídlisku.“ Miško zobral bicykel a spolu s kamarátom Rasťom sa pretekali na detskom ihrisku. Miškova mamička občas vyzrela cez okno, či je všetko v poriadku. A tu zrazu Rasťa napadla myšlienka: Ihrisko je malé, poďme sa previezť k mojej starkej na okraj mesta. „Ale mne mamička nedovolí ísť sa bicyklovať na cestu,“ hovorí Miško. „Mama sa to nedozvie, za hodinku sme doma,“ prehovárал Rasťo. Tak sa vydali na zaujímavú ale nebezpečnú cestu, kde by sa deti bez dospelých nemali bicyklovať. Videli dokonca aj dopravnú nehodu, pri ktorej práve taký chlapec ako oni sa s bicyklom dostal pod kolesá auta. Zľakli sa a vrátili sa domov. Po návrate Miška hrýzlo svedomie, ale mamičke nič nepovedal. Na otázku, kde sa bicykloval, jednoznačne odvetil: „No predsa na ihrisku.“ Na druhý deň kolegyňa v práci rozprávala o nehode, pri ktorej sa na okraji mesta zranil chlapec. „A ty to nevieš, veď som tam videla aj tvojho Miška s kamarátom a veľmi som sa čudovala, čo robia tak ďaleko od domu a ešte k tomu na bicykloch.“ Miškova mama bola znepokojená správaním svojho syna. Po návrate domov sa ho hneď spýtala, ako to bolo s včerajším bicyklovaním. „Ale s pravdou von, lebo ja už všetko viem,“ hovorí mamička. Miško sa zahanbil a mamičke sa priznal. Dlho sa potom rozprávali o tom, aké mohlo mať jeho správanie následky. Nakoniec mamičke sľúbil, že už nebude klamať. Sám prišiel na to, že...

Chyba

Pes si ľahol na predné laby a zúrivo brechal. Pred ním sedelo malé, ustrašené mačiatko pritísnuté k plotu. Naširoko otváralo papuľku a žalostne mraučalo. Neďaleko stáli dvaja chlapci a čakali, čo sa stane. Cez okno vykukla žena a náhlivo vybehla na dvor. Odohnala psa a nahnevane okríkla chlapcov. „Že sa nehanbíte!“ „A za čo sa máme hanbiť?“ „Veď sme nič neurobili,“ čudovali sa chlapci. „Veď práve to je chyba!“ nahnevane odvetila žena.

Škaredé káčatko

Hans CHristian Andersen

Na starom gazdovskom dvore žila kačacia rodina. Mamka kačka zohrievala vajíčka, z ktorých sa jedného dňa vyďobalo na svet šesť žltučkých káčatiek – páperových gulôčok. Iba jedno vajíčko bolo väčšie ako ostatné. Vyľahlo sa z neho čudné sivé káčatko. Mamka kačka krútila hlavou nad tým čudným čudom. „Odkiaľ som len nabrala také škaredé káčatko!“ vzdychla mamka kačka zakaždým, keď naň pozrela. Sivé káčatko nielenže nebolo pekné, ale odháňalo bratov a sestry od jedla, pretože bolo ustavične hladné. Úbohé škaredé káčatko bolo čoraz nešťastnejšie. Ostatné sa s ním nechceli hrať, lebo bolo nešikovné. Všetci z gazdovského dvora sa mu vysmievali. Káčatko bolo veľmi opustené. „Úbohé škaredé káčatko,“ túlila ho k sebe mamka kačka, „prečo si iné ako ostatné káčatká?“ A vtedy bolo káčatku najhoršie, potajomky plakalo. Cítilo, že ho okrem mamky nikto nemá rád. Napokon jedného rána na úsvite utieklo káčatko z dvora. Stalo si na breh rybníka, kde sa pásli husi. „Také škaredé káčatko sme ešte nevideli,“ vykrikovali pohrdavo a odháňali ho. Káčatko sa chcelo vrátiť domov, ale nepoznalo cestu. Zatúlalo sa k chalúpku, v ktorej bývala stará sedliačka. Keďže táto dobre nevidela, myslela si, že je to hus. Strčila ho do klietky, aby jej znieslo niekoľko vajec. No škaredé káčatko vajíčka nie a nie zniesť. „Keď neznášaš vajcia, budeš na pečienku,“ dodala starena. Jednej noci, keď gazdiná zabudla zatvoriť dvierka na klietke, káča utieklo. Opäť bolo samo. Letelo, kým vládalo, a potom zosadlo v hustom lese. „Ukryjem sa tu navždy, keď ma nikto nechce,“ povedalo si. Jedno ráno len čo po spánku otvorilo oči, zazrelo

na modrej oblohe letieť veľké nádherné vtáky. Boli biele, mali dlhé štíhle krky a žlté zobáky. Sťahovali sa na juh do teplých krajín. „Keby som aspoň jeden deň mohlo vyzerat' ako ony,“ vzdychlo si káčatko. „Aspoň jedinký deň, hádam by si ma niekto obľúbil.“ Prišla zima a voda v rybníku zamrzla. Úbohé káčatko sa pustilo hľadať v snehu potravu. Vysilené od únavy kleslo na zamrznuté jazero. Náhodou naň naďabil sedliak a vložil si káča do kapsy. „Úbožiatko, celé je premrznuté! Vezmem ho domov žene a deťom, postarajú sa oň,“ poľutoval ho. Káčatko konečne našlo lásku. V sedliakovom domci prežilo dlhú zimu v hojnosti a teple. Na jar si sedliak povedal: „Káčatko podrástlo, pustím ho na slobodu, nech si užije voľnosti.“ Káčatko odletelo k rybníku. Sadlo si na vodu a vtom v nej uvidelo svoj obraz. „To som naozaj ja?“ čudovalo sa. V tej chvíli zosadli na rybník labute, ktoré sa vracali z teplých krajín. Káčatku hneď svitlo, že patrí k nim, a rýchlo sa k vtákom pridalo. „Aj my sme labute ako ty,“ privraveli sa mu priateľsky. „Kde si zimovala?“ vypytovali sa. „To by bolo dlhé rozprávanie,“ odvetila šťastne mladá labuť a majestátne plávala so svojimi družkami po rybníku. „Pozrite sa, aká je tá mladá labuť krásna,“ volali deti z brehu. „Je najkrajšia zo všetkých.“ A šťastná labuť – káčatko – na ne veselo zamávala.

Vplyv emocionality na zdravie jedinca

Kamarátstvo je pekné a príjemné, ba niekedy aj veľmi osožné. Máte sa s kým porozprávať, zahrať sa, zašportovať si a dobrý kamarát vám neraz pomôže v núdzi. Preto sa aj hovorí: v núdzi poznáš priateľa. ak sa však kamaráti chlapec s dievčaťom, hneď je okolo toho veľa smiechu, šušotania a každý si hneď myslí, že sa „frajeria“. Ako je to s tým „frajerením“, nám možno napovedia naše literárne ukážky.

Rád chodím do školy

Tomáš Čelovský

Do školy chodím necelé dva mesiace a už ma to poriadne nudí. Čítať som vedel už predtým, písať som sa naučil. Čo teda robiť, kým sa to naučia aj ostatní? Trochu sa tvárim, že píšem, a trochu viac čítam pod lavicou. V pondelok som tak čítal Asterixa, v utorok Malého princa, v stredu Kráľovské rozprávky. Vo štvrtok som vyhľadal Milana, štvrtáka, ktorý práve fajčil za záchodom. „Milan, pomôž mi! Prezrad', ako si to dotiahol po štvrtú?“

Milan vyfúkol, potiahol, vyfúkol a povedal:

„Musíš sa zaľúbiť. tak sa to už dá vydržať.“

„A ako sa to robí?“ opýtal som sa.

„Takto,“ povedal Milan a vyrozprával mi, ako sa treba zaľúbiť.

Dnes je piatok a ja sám seba nepoznám. Stala sa zo mňa biela vrana. Už nepatrím medzi tých, ktorí do školy chodia ako k zubárovi. Som totiž zaľúbený! Najprv som sa zaľúbil do spolužiačky Heleny, potom do našej pani učiteľky a nakoniec do školskej kuchárky. Zamilovaný som ešte do jedného dievčaťa, ale kto je, radšej nepoviem, lebo ona už frajera má.

Do spolužiačky Heleny som sa zaľúbil, keď mi našepkala celú odpoveď, učiteľku mám rád odvtedy, ako ma zvolila za predsedu triedy, a kuchárka je mojou láskou preto, že Helene a mne dáva najväčší rezeň. A to druhé dievča mám rád len tak pre nič, za nič.

Do pondelka sú ešte dlhé dva dni a mne moje lásky už tak veľmi chýbajú, že učiť sa jednoducho nedokážem. Ako si pomôcť, keď som na všetky strany zaľúbený?

2 Rečňovanky a básničky

Prekážka

Krista Bendová

Naša Evka – šumná dievka
modrá mašľa vo vrkoči
a tie líca – ako ruža rozvitá.
Kto neverí, nech sa Tóna opýta.

Tóno totiž – nech je to len medzi nami –
zaľúbil sa. Ale prosím – súd'te sami:

Kde len Evku zočí,
na nohu jej skočí,
za vrkoč ju kváka,
buchnát na buchnát.
„Ty taká a taká!!!“
Je to láska? Snáď.

Strašné city Tóna trýznia,
vyhutuje to i to.
„Ako jej len lásku vyznať?“
Prišiel na to.
Napísal to.
Lístok takýto:
Myla Evička !!!
Jasom do teba zalubeni. Jasa z tebov oženim.
Napyš my,k či sa aj ty kceš somnov oženýt.
Pozdravuje ta tvoj spolužiak
Anton Kaleráb

Evka malá prečítala,
vzala pero, napísala:
Milí Tóno!
Kým sa nenaučíš pravopis,
na svadbu ani len nepomysli.
Pozdravuje Ťa
Eva Ružová.

Chodí Tonko ani obarený.
Tajne vzdychá: „Och, tie ženy, ženy!“

Prezradím vám ale,
že sa učí stále,
aby zdolal gramatickú prekážku.

Čo nespraví pre lásku?

Oslava

Nechcem žiadnu oslavu,
neviem robiť zábavu.
Najradšej som iba sám,
ticho, pokoj, ten rád mám.

Dobrá správu máme dnes,
oslavu zas čaká les.
Malí, veľkí, kto len chcete,
k vlčkoví prísť všetci smiete.

Nejdem, žena, ty to vieš,
choď si sama, deď tak chceš.
Nemám vlka vôbec rád,
nie je to môj kamarát.

Veselo nám bude tiež,
sám len doma zostaneš.
Stretneme sa všetci tam,
Amálku tu nenechám.

Malí, ba i veľkí spolu,
k sviatočnému sadli stolu.
Všetci v dobre nálade,
sadali si o hlade.

Sadnite si u nás všetci,
veľa dobrých máme vecí.
Jedla, pitia je tu dosť,
všetkým hosťom pre radosť.

Veľa šťastia, vlčík Tíčík,
dám ti pierko za klobúčik.
Nech ti nosí zdravia dosť,
a priateľov pre radosť.

Múdry macko

Priateľstvo

Stalo sa to aj Vám?

Macko sedel na posteli a utieral si slzy. Mamička si prisadla k nemu a opýtala sa: Macko, stalo sa niečo? Prečo sa nehráš vonku? Chcel som sa. Bol som dohodnutý s Erikom, ale ten išiel hrať futbal s Rasťom. Rasťo má novú loptu, ale nechcel, aby som sa s nimi hral aj ja, vysvetľoval cez slzy macko. A čo na to povedal Erik? Vravel si, že ste priatelia, či nie? Opýtala sa mamička. Nič, išiel sa hrať s Rasťom. Tá lopta je naozaj dobrá, povedal macko a z očí sa mu vykotúľali slzy. Ach, to od neho nebolo pekné, vzdychla mamička a utrela mackovi líčka.

Čo sa macko naučil?
Priateľ

Priateľ, ten ma vždy má rád,
aj keď mám zlý deň,
aj keď iba pre seba,
to najlepšie chcem.

Priateľ, ten vždy pochopí
môj smútok i krik,
pomôže mi, radu dá,
spraví, to, čo nik.

Priateľ veľkú radosť má,
keď som šťastný ja,
z úspechov sa tešíme
vždy hneď obaja.

S priateľom je veselo,
s priateľom chcem žiť,
veď samému na svete
smutno musí byť.

Pytačky

Načo robiť poriadky?
Lepšie ísť na klebietky.
Poriadok nech iný spraví,
u nás to tak každý vraví.

Načo prať a žehliť tiež?
Pochopíš, keď vyrastieš.
Stratím veľa času s tým,
aj tak sa zas zašpiním.

U nás doma nevaríme,
miesto toho radšej spíme.
Aj tak by sa to hneď zjedlo,
zbytočné je variť jedlo.

Niekde v Austrálii

Štefan Moravčík

Nedá mi to ani chvíľu pokoja,
že tam niekde v Austrálii
žije niekto ako ja,
že sa takto isto smeje, oblieka,
že si práve máča rožok do mlieka...

Desať zásad

- (1) „Sme deti sveta. Nie je dôležité, kto sú naši rodičia, kde bývame alebo v čo veríme. Správajte sa k nám ako k seberovným. Zaslúžime si to najlepšie, čo svet poskytuje.“
- (2) „Chráňte nás, aby sme mohli vyrastať slobodne a dôstojne.“
- (3) „Dajte nám meno a krajinu, ktorú môžeme volať svojou.“
- (4) „Poskytnite nám teplo a útočisko, dajte nám najesť a poskytnite nám miesto na hranie. Ak sme chorí, opatrujte nás a utešte nás.“
- (5) „Ak sme postihnutí telesne alebo duševne, starajte sa o nás ešte viac a výjdite v ústrety našim zvláštnym potrebám.“
- (6) „Nechajte nás vyrastať v rodine. Ak sa o nás nemôže starať naša vlastná rodina, vezmite si nás a majte nás radi ako vlastné.“
- (7) „Učte nás ako prežiť šťastný a produktívny život. Nechajte nás, aby sme sa hrou učili žiť sami.“
- (8) „V ťažkých časoch pomôžte nám ako prvým. Budúcnosť sveta závisí od nás.“
- (9) „Chráňte nás pred krutosťou a pred tými, ktorí by nás chceli zneužívať.“
- (10) „Vychovávajte nás s porozumením, slobodne a s láskou. Keď vyrastieme, aj my budeme hlásať slobodu, porozumenie na celom svete.“

Práva dieťaťa (ochrana pred drogami)

Práva dieťaťa z pohľadu ochrany zdravia pred drogami:

- (1) Sme deti sveta. Bez ohľadu na to, čo vedia o drogách naši rodičia, či oni užívajú drogy, niekomu uveriť chceme, učte nás to, ako keby sme boli seberovní. Zaslúžime si vedieť to najlepšie, čo poskytuje svet.
- (2) Chráňte nás, aby sme sa nestali závislí, potom stratíme i poslednú kvapku ľudskosti.
- (3) Nedajte nám hovoriť: narkomani, nechceme mať domovské právo iba v brlohu.
- (4) Viete rozdávať teplo a istoty. Dajte nám vzdelanie a miesto proti nude. Ak ochorieme, nevyhodte nás hneď z domu alebo zo školy, ale podržte nás.
- (5) Závislosť je aj telesné aj duševné postihnutie, potrebujeme vás ešte viac ako inokedy. Prejavte vôľu naučiť sa rozumieť našim zvláštnym potrebám.
- (6) Chceme byť vychovávaní v rodinách. Ale dospelí ani naša vlastná rodina nič nevie o drogách. Naučte sa to a vezmite si nás na starosť, veď sme vaše deti.

(7) Učte nás ako prežiť šťastný a bezdrogový život. Nenechajte nás, aby sme hru zamenili za fetovanie.

(8) Drogové časy nás všetkých ohrozujú. My sme budúcnosť sveta, ktorá však závisí aj od vás.

(9) Chráňte nás pred drogami a pred dílermi, tvrdo nás zneužívajú.

(10) Vychovávajte nás už poučení o drogách, pre slobodu a lásku. Keď vyrastieme nebudeme kradnúť, zbíjať, ale porozumieme svetu a sebe navzájom.

Akí sme

V škole mám veľa kamarátov. Každý je úplne iný. Viete prečo? Pretože každý z nich má úplne inú povahu.

Tvrdohlavec

Ako oslík zatne sa,
z miesta vôbec nehne sa,
protestuje „nie a nie“
tvrdohlavý baran je.

Žalobaba

Žaluje, na druhých donáša,
to je vec, čo každý neznáša,
chodí a šepká: „to boli oni“,
chlapcov vtedy svrbí palica v dlani.

Mudrlant

Mudruje, o svete uvažuje,
čo nového, stále sa vypytuje,
dovtedy pátra „ako a prečo“,
kým nemá v hlave hotové lečo.

Zlostník

Hromy, blesky, čierne nebo,
prudké živly sršia z neho,
líca blčia, päste zviera,
zobúdzajú sa divé zviera.

Šťastlivec

V zime v snehu vystrája,
smútok vôbec nemáva,
keď zafúka jarný vánok,
raduje sa z radovánok.

Uplakanec

Slzy ako hrachy roní,
slané perly naháňa,
vzlyká, plače, kdekto tuší,

že má veľký smútok v duši.

Rojko

Zatvoríš oči a hneď sníš,
vítam, škriatkom si tak blíž,
smer cesty je Ríša snenia,
dosť bolo už iba bdenia.

Namyslenec

„Som najlepší, najmúdrejší,
najkrajší aj najrýchlejší.“
Deti sa mu vyhnú za roh,
kamaráti skryjú za stoh.

Zamračenec

Čelo búrkou sa mu mračí,
tmavé ako domov dračí,
v živote je krásy dosť,
zamračencovi robí iba zlosť.

Lenivec

Nahnevá sa: „Kto ma budí“,
nič nerobí, len sa nudí,
kto by sa aj s tebou hral,
keď si taký pecivál.

3 Hry a aktivity

Dieťa dňa

Edukačná úloha

Positívne oceňovať kamarátove schopnosti, vlastnosti, výkony.

Edukačný materiál

Farebné lístky, škatuľa.

Edukačná činnosť

Mená všetkých detí sú na lístkoch v škatuli. Deti na začiatku dňa vylosujú meno jedného dieťaťa, ktoré sa stane dieťaťom dňa. Učiteľka požiada ostatné deti, aby porozprávali, čo sa im na vylosovanom dieťati páči, čo na ňom oceňujú. Dieťa dňa sa stáva pomocníkom učiteľky.

Edukačné pravidlo

Dieťa dňa vylosovať.

Orientovať deti na osobnostné znaky, menej na vzhľad.

Vylosované dieťa sa stáva pomocníkom učiteľky.

Edukačná kompetencia

Rozoznávanie vlastností a výkonov kamarátov v triede.

To sme my

Edukačná úloha

Poučiť deti o jedinečnosti a osobitosti každého z nás.

Edukačný materiál

Obrázky kvetov.

Edukačná činnosť

Obrázky kvetov sú na viditeľnom mieste. Deťom sa vysvetlí rozmanitosť druhov kvetín (farebnosť, vôňa, veľkosť...). Nikdy sa nemôžu nájsť dva rovnaké kvety, ktoré by boli úplne do detailu totožné. To isté je aj s ľuďmi. O tom sa presvedčia v hre. Postavia sa a navzájom si dvojice (trojice...) porovnávajú (oči, nos, obočie, oblečenie, výška, farba vlasov...) a poukazujú na odlišnosti medzi sebou.

Edukačné pravidlo

- Vysvetliť osobitosti každého druhu kvetín.

- Porovnávaním určiť rozdielnosť medzi deťmi.

Obmena: Deti si sadnú na podlahu. Medzi nimi kolujú živé kvety, o ktorých deti rozprávajú (vôňa, farba, tvary listov, kvetov...).

Na vysvetlenie rozdielov a jedinečnosti využiť fotografie alebo obrázky z časopisov so zobrazením ľudí rôznych rás a pletí, ľudí s rôznym zdravotným postihnutím.

Edukačná kompetencia

Rozoznávanie a prijímanie odlišnosti druhých ľudí.

Pavučinové väzby

Hra je vhodná na zoznámenie ľudí. Potrebujeme kĺbko vlny. Prvý hráč drží kĺbko vlny. Povie svoje meno, hodí kĺbko ďalšiemu hráčovi v kruhu a povie prečo mu hodil, čo ho na ňom zaujalo. Druhý hráč pokračuje, povie svoje meno a kĺbko hádže ďalej...Hráči sa navzájom spoznajú a citovo sa zblížia. Každý hráč si svoj koniec kĺbka drží v ruke, tým vznikne zaujímavá pavučia väzba – tu môžeme poukázať na to, ako sa naša celá komunita spojila do jedného obrázka. Ak sa čo i len jeden z nás pustí obrázok sa zničí. Tak je to aj v prírode. Všetko so všetkým súvisí a spolu tvorí jeden celok – našu planétu – Zem.

Priestor pre život

Pripravíme si zviazané špagáty rôznej dĺžky. Tie rozložíme v priestore. Deti sa budú pohybovať pomedzi špagáty, a keď sa hudba vypne, majú si nájsť svoj priestor pre život. Postupne špagáty odoberáme a deti sa musia pridať do iného domčeka. Záleží od detí, ktoré sa už nachádzajú v danom domčeku, či ich príjmu alebo nie.

V núdzi poznáš priateľa

Cieľ: uvedomiť si priestor pre svoje telo

Pomôcky: podložky na ležanie, kedy, hudba, predmety na ohraničenie priestoru.

Postup:

Motivácia: vtáky majú hniezda, zvieratá majú brlohy. Sú to miesta kde sa cítia bezpečne. Ľudia majú byty, domy. Aj oni potrebujú priestor pre seba. Svoj domček, kde sa môžu vrtieť, maznať, oddychovať, svoje miesto, ktoré patrí iba im, kde si môžu robiť čo chcú a čo potrebujú.

Realizácia: deti sa voľne pohybujú v priestore. Každý sa snaží nájsť si svoje miesto, domček kde sa bude cítiť dobre. Čas neurčujeme. Keď si každý nájde svoje miesto rozloží si tam podložku, sadne si alebo ľahne. Skúša rôzne polohy a vníma priestor svojho tela / aký je veľký a ako sa dotýka priestoru iného dieťaťa/. Po čase sa všetci prikryjú dekou. Môžu robiť, čo chcú – vrieť sa, spievať, kričať, smiať sa, či plakať. Všetko je dovolené. necháme im dostatok času. Potom si môžu vyskúšať domčeky kamarátov a zistiť aké to tam je, ako sa cítia. Potom sa vrátia do svojho domčeka, alebo sa dohodnú s kamarátom o výmene.

Hra môže prebiehať pri hudbe. Priestor je možné ohraničiť lanom, povrazom a pod.

Hra má vysokú diagnostickú hodnotu – poukazuje na vlastnosti osobnosti a sociometrickú hodnotu – kto ku komu pôjde, či u neho zostane a ako sa správa.

4 Výučbová prezentácia – Škaredé káčatko



Škaredé káčatko



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Na starom gazdovskom dvore žila kačacia rodina. Mamka kačka zohrievala vajíčka, z ktorých sa jedného dňa vyďobalo na svet šesť žltučkých káčatiek – páperových guľôčok. Iba jedno vajíčko bolo väčšie ako ostatné. Vyliahlo sa z neho čudné sivé káčatko. Mamka kačka krútila hlavou nad tým čudným čudom. „Odkiaľ som len nabrala také škaredé káčatko!“ vzdychla mamka kačka zakaždým, keď naň pozrela. Sivé káčatko nielenže nebolo pekné, ale odháňalo bratov a sestry od jedla, pretože bolo ustavičnej hladné. Úbohé škaredé káčatko bolo čoraz nešťastnejšie.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Ostatné sa s ním nechceli hrať, lebo bolo nešikovné. Všetci z gazdovského dvora sa mu vysmievali. Káčatko bolo veľmi opustené. „Úbohé škaredé káčatko,“ túlila ho k sebe mamka kačka, „prečo si iné ako ostatné káčatká?“ A vtedy bolo káčatku najhoršie, potajomky plakalo. Cítilo, že ho okrem mamky nikto nemá rád. Napokon jedného rána na úsvite utieklo káčatko z dvora. Stalo si na breh rybníka, kde sa pásli husi. „Také škaredé káčatko sme ešte nevideli,“ vykrikovali pohrdavo a odháňali ho. Káčatko sa chcelo vrátiť domov, ale nepoznalo cestu.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Zatúlalo sa k chalúpke, v ktorej bývala stará sedliačka. Keďže táto dobre nevidela, myslela si, že je to hus. Strčila ho do kletky, aby jej znieslo niekoľko vajec. No škaredé káčatko vajička nie a nie zniesť. „Keď neznášaš vajcia, budeš na pečienku,“ dodala starena. Jednej noci, keď gazdiná zabudla zatvoriť dverka na kletke, káča utieklo. Opäť bolo samo. Letelo, kým vládalo, a potom zosadlo v hustom lese. „Ukryjem sa tu navždy, keď ma nikto nechce,“ povedalo si. Jedno ráno len čo po spánku otvorilo oči, zazrelo na modrej oblohe letieť veľké nádherné vtáky. Boli biele, mali dlhé štíhle krky a žlté zobáky. Sťahovali sa na juh do teplých krajín.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



„Keby som aspoň jeden deň mohlo vyzerat ako ony,“ vzdychlo si káčatko. „Aspoň jedinký deň, hádam by si ma niekto obľúbil.“ Prišla zima a voda v rybníku zamrzla. Úbohé káčatko sa pustilo hľadať v snehu potravu. Vysilené od únavy kleslo na zamrznuté jazero. Náhodou naň naďabil sedliak a vložil si káča do kapsy. „Úbožiatko, celé je premrznuté! Vezmem ho domov žene a deťom, postarajú sa oň,“ poľutoval ho. Káčatko konečne našlo lásku. V sedliakovom domci prežilo dlhú zimu v hojnosti a teple. Na jar si sedliak povedal: „Káčatko podrástlo, pustím ho na slobodu, nech si užije voľnosti.“ Káčatko odletelo k rybníku.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Sadlo si na vodu a vtom v nej uvidelo svoj obraz. „To som naozaj ja?“ čudovalo sa. V tej chvíli zosadli na rybník labute, ktoré sa vracali z teplých krajín. Káčatku hneď svitlo, že patrí k nim, a rýchlo sa k vtákom pridalo. „Aj my sme labute ako ty,“ privraveli sa mu priateľsky. „Kde si zimovala?“ vypytovali sa. „To by bolo dlhé rozprávanie,“ odvetila šťastne mladá labuť a majestátne plávala so svojimi družkami po rybníku.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Pozrite sa, aká je tá mladá labuť krásna,“ volali deti z brehu. „Je najkrajšia zo všetkých.“ A šťastná labuť – káčatko – na ne veselo zamávala.



ŠKAREDÉ KÁČATKO



Porozprávajte sa o tom, ako sa káčatko cítilo v jednotlivých situáciách.
Ako by ste tieto situácie prežívali vy?



Koniec prezentácie

Dovidenia!

Zdroje:

Podľa rozprávky Škaredé káčetko, Hans Christian Andersen (krátené)

Etiická výchova pre 3. ročník základných škôl, pracovné listy, Ivanová, E. s kol. SPN 2009

4.1 Výučbová prezentácia – Akí sme všelijakí



Aki sme všelijakí



AKÍ SME VŠELIJAKÍ



Porozprávaj, čím sa líšia deti na obrázku?

farba pleti

krajina pôvodu

ale aj ...

spôsob obliekania

výzor

AKÍ SME VŠELIJAKÍ

Na obrázku sú dve dievčatká, ktoré sa na prvý pohľad ničím neodlišujú.
Je pravda, že sú úplne rovnaké?



Dne sa porozprávame o tom, akí môžu byť ľudia odlišní.



AKÍ SME VŠELIJAKÍ

Ako sa ľudia vzájomne odlišujú?

Čo už sme si povedali?

- farbou pleti
- spôsobom obliekania
- krajinou pôvodu
- výzorom

A čo sme si ešte nepovedali?

- povahou

Povaha je slovo, ktoré označuje vlastnosti človeka. Tie môžu byť dobré, ale aj zlé.

Porozmýšľaj, ktoré vlastnosti máš ty. Vedel by si niektoré pomenovať?



AKÍ SME VŠELIJAKÍ

Porozprávaj, alebo zahraj, ako sa správa človek, ktorý má niektorú z týchto vlastností.



Koniec prezentácie

Dovidenia!

Zdroje:
<http://proudatheists.files.wordpress.com/2009/07/9children.jpg>
<http://www.watr.org.au/uploads/0a/bP/0abPA019wDQ3L1E389qgXQ/twin.jpg>

ZÁVER

Uvedomenie si vlastnej dôstojnosti je prvým krokom k akceptácii druhého človeka a vylučuje neznášanlivosť ľudí z dôvodu rozdielnosti farby pleti, inej kultúry, mentality, národnosti. Odmieta šikanovanie a rasizmus a naopak, vyzdvihuje vyjadrovanie pozitívnych citov a empatie. Naznačuje, že ľudia empatickí, ktorí vedia pochopiť druhého človeka sú aj tolerantní. Tolerantný človek je slušný, vie robiť kompromisy a nevyhľadáva konflikty. Buduje tak medzilidské vzťahy, ktoré sú predpokladom zdravého vývinu človeka a pozitívne vplyvajú na zdravie človeka. Každé dieťa pritom má jasnú predstavu o presadzovaní svojich práv a požiadaviek, ale pozná aj z toho plynúce povinnosti. Asertívnym správaním vie odmietnuť drogu, lebo pozná jej nepriaznivý vplyv na zdravie.

Snažili sme sa zdôrazniť, že už samotným vyučovacím procesom je potrebné viesť k osobnostnému a sociálnemu rozvoju každého žiaka, že je nevyhnutný harmonický rozvoj dieťaťa v rodine, vzťahy v rodine, prostredníctvom získavania nových informácií z oblasti zdravého životného štýlu, napomáhať žiakom v procese adaptácie v spoločnosti, poukázať na zmysel výchovy k zdraviu a získavanie nových informácií pre každého z nich. Vytvárať kladný vzťah žiakov k výchove k zdraviu, sebareflexii, práci, empatii, vytvárať rebríček hodnôt s pozitívnymi dôsledkami na vlastný hodnotový systém ovplyvňujúci psychické i duševné zdravie. V tejto súvislosti je potrebné, aby sa každý žiak naučil uplatňovať svoje práva, ale aj rešpektovať názory, potreby a práva ostatných. Aby vedel prevziať zodpovednosť za svoje konanie a správanie vo vzťahu k zdraviu, za osobný život i sebavzdelávanie. Dôraz klásť na oblasť sexuality a sociálno-patologických javov.

Aj prostredníctvom tohto učebného zdroja sme chceli žiakom ponúknuť vypracované učebné osnovy a metodický materiál v podobe množstva zozbieraných hier a edukačných aktivít, maľovaniek, rozprávok a príbehov, básničiek a rečovaniiek. Tiež nami vyrobené výučbové prezentácie a vedomostné testy. Výchova k zdraviu tak predstavuje jednotný edukačný model integrujúci najdôležitejšie zložky a to školu, rodinu a odborné inštitúcie v smere systematického utvárania zdravého životného štýlu. Môže sa tak oprieť o metodologické portfólio učebného zdroja.

Takýto systém práce dáva predpoklad, že so žiakmi budeme formovať životný štýl postupne a budeme tak vplyvať na všetky zložky zdravia. Výsledkom by mal byť žiak, ktorý

bude mať pevne vybudovaný hodnotový systém vo vzťahu k zdraviu, životnému štýlu, k ostatným ľuďom, ale hlavne k sebe samému.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ZDROJOV

1. Bakošová, Z. 2003. Kvalita života detí v rómskych rodinách. In Empirické poznatky z edukácie rómskych detí. Vplyv rodiny a rola matky vo výchove a vzdelávaní rómskych detí. Spišská Nová Ves: UKF v Nitre, 2003. 54-66 s.
2. Balabánová, H. 2000. Rómske deti v systéme českého základného školství a jejich následní profesionální příprava a uplatnění. In Záškodná, H. a kol. Spoločenské minority a sociální práce. České Budějovice: Zdravotně sociální fakulta JU, 2000. ISBN: 80-7040-408-6
3. Daňo, J. 2004. Cesty k vzdelanosti Rómov. Prešov: Grafotlač, 2004. ISBN: 80 8068-281-X
4. Darák, M. 1999. Špecifiká voľnočasových záujmových aktivít rómskych detí. In Voľný čas a záujmové aktivity rómskych detí. Prešov: Grafotlač, 1999.
5. Ďuričeková, M. 2000. Edukácia rómskych žiakov. Prešov: Metodické centrum, 2000. ISBN: 80-8045-211-3
6. Edelman, C. 2005. Health promotion throughout the life Span. 6. vyd. St. Louis, Mosby 2005. 238 s.
7. Gibbs, J.:Kmene, proces pre sociálny rozvoj a kooperatívne učenie. Bratislava: Arimes,1994. ISBN 80-96-7082-5-2
8. Holčík, J. 2004. Zdraví 21. Výklad základních pojmů. Praha: MZ, 2004.
9. Jandourek, J. 2004. Sociologický slovník. Praha: Portál, 2004. s. 285. ISBN: 80-7178-535-0
10. Kollárika, T.: Škála na meranie sociálnej atmosféry v triede – ŠSAT. Príručka. Bratislava: Psycho – insight, 1999.
11. Kundrátová, B. 1995. *Postavenie* rómskych detí v školských a mimoškolských kolektívoch. In Vychovávateľ, ISSN: 0 139-6919, jún 1995. 24 – 25 s.
12. Liba, J. 2004. Škola v integrácii výchovy k zdravému životnému štýlu. In Medzinárodná konferencia Školy podporujúce zdravie (Zborník príspevkov z konferencie). Prešov: Metodicko-pedagogické centrum v Prešove. 2004. 9 – 17 s. ISBN: 80-8045-360-8.
13. Liba, J. 2007. Zdravie v kontexte edukácie. Prešov: PU v Prešove PF, 2007. ISBN: 978-80-8068-539-3
14. Liba, J. 2010. Výchova k zdraviu. Prešov: PF PU, 260 s. ISBN: 978-80-888-0070-6
15. Loran, T. – Bjelová, M. 1997. Otázky výchovy a vzdelávania žiakov zo sociálne a zdravotne rizikových rómskych lokalít: Štúdia. Bratislava: ŠPÚ, 1997. 48 s.
16. Lucina, M. – Broniš, M. 1997. Nová koncepcia zdravia. Podpora zdravia, s. 1., 2., 3.

17. Petrasová, A. 2004. Postoje učiteľov k rómskej minorite. In Zvyšovanie úrovne socializácie rómskej komunity prostredníctvom vzdelávania. PF UMB, Banská Bystrica. ISBN: 80-8055-905-8
18. Portík, M. 2003. Determinanty edukácie rómskych žiakov (asistent učiteľa). Prešov: PF PU, 2003. ISBN: 80-8068-155-4
19. Porubský, Š. 2004. Východiská koncepcie prípravy učiteľa a asistenta učiteľa v kontexte kompenzačnej edukácie. In Zvyšovanie úrovne socializácie rómskej komunity prostredníctvom vzdelávania. Zborník príspevkov z pracovného seminára. Tatranská Lomnica 9. - 14. 4. 2003. Banská Bystrica: PF UMB, 2004.
20. Prvé kroky. Metodická príručka k výchove k ľudským právam. Bratislava: Nadácia Milana Šimečku, 1998. ISBN 80-967588-3-7
21. Průcha, J. 1995. Multikultúrní výchova. *Teórie-praxe-výzkum*. Praha: ISV nakladatelství, 2001. ISBN: 80-85866-72-2
22. Sekyt, V. 1998. *Zamyšlení* nad zvláštnosťami rómskych detí vstupujúcich do školy. In Šišlová, T. *Výchova k tolerancii a proti rasizmu: sborník*. Praha: Portál, 1998. 156-164 s.
23. Turek, I. 2008. *Didaktika*. Bratislava: Iura Edition, spol. s r.o. 2008. ISBN: 978-80-8078-198-9
24. Zelina, M. 1996. *Výchova detí zo sociálne znevýhodneného prostredia*. In: *Výchova a vzdelávanie detí zo sociálne znevýhodneného prostredia: zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie*. Prešov: PF UPJŠ v Košiciach, 1996. 13-19 s. ISBN: 80-88697-34-4
25. Zelina, M. 1996. *Stratégie a metódy rozvoja osobnosti*. Bratislava: Iris, 1996. ISBN 80-967013-4-7
26. Žigmund, V., Repiský, P., Gorej, L., Sika, P.: *Program výchovy k ľudským právam/školiaci program*. Projekt Phare 2003.