



Vydavateľstvo Rokus

**Pracovný materiál
pre nultý ročník základnej školy**

3. časť

Prešov 2006

Vydavateľstvo Rokus

**Pracovný materiál
pre nultý ročník základnej školy**

Sociálny a emocionálny rozvoj

3. časť

Prešov 2006

PRACOVNÉ MATERIÁLY PRE NULTÝ ROČNÍK ZÁKLADNEJ ŠKOLY

O B S A H

ÚVOD

1. ČASŤ

- 1 ROZVOJ MOTORICKÝCH A GRAFOMOTORICKÝCH ZRUČNOSTÍ**
(Erika Adamová, Miroslava Luptáková, Eva Reiszová, Katalin Varjú)
- 2 JAZYK A KOMUNIKÁCIA**
(Miroslava Čerešníková, Mária Kňazíková, Stanislav Cina)

2. ČASŤ

- 3 MATEMATIKA**
(Katarína Mužíková, Františka Vantušková, Ernest György)
- 4 ROZVOJ KOGNITÍVNYCH ZRUČNOSTÍ (PRVOUKA)**
(Eva Lukáčová, František Godla, Helena Valentová)

3. ČASŤ

- 5 SOCIÁLNY A EMOCIONÁLNY ROZVOJ**
(Jana Handzelová, Bohuslav Ilavský, Mária Olšovská, Mária Prékop)

OBSAH

Úvod	7
1 Pedagogicko – psychologická charakteristika rómskeho dieťaťa zo sociálne a výchovne menej podnetného prostredia	9
2 Socializácia a emocionálny rozvoj žiaka nultého ročníka	11
3 Rozvoj sociálnych zručností	15
3.1 Spôsoby poznávania sociálnej reality dieťaťom	15
3.2 Proces osvojovania sociálnych zručností	16
4 Zásady rozvoja emocionálnych a sociálnych zručností žiakov	19
5 Prostredie podnecujúce rozvoj osobnosti žiaka	24
6 Pracovný materiál	26
6.1 Aktivity rozvíjajúce sebadôveru.....	27
6.2 Aktivity rozvíjajúce interpersonálne vzťahy a kooperáciu.....	32
6.2.1 Aktivity rozvíjajúce priateľstvo, interpersonálnu a sociálnu empatiu....	32
6.2.2 Aktivity rozvíjajúce prosociálne cítenie a komunikáciu citov.....	50
6.2.3 Aktivity podporujúce kooperáciu.....	57
6.2.3.1 Stolové aktivity rozvíjajúce kooperáciu.....	66
6.3 Aktivity rozvíjajúce verbálnu a neverbálnu komunikáciu.....	69
Zoznam bibliografických odkazov	78
Zoznam odporúčanej literatúry	79
Prílohy	81

Ú V O D

Spolužitie jedinca v spoločnosti s inými ľuďmi je pre každého z nás veľmi komplikované. Spolunažívanie si vyžaduje osvojenie si istých sociálnych, emocionálnych a morálnych kompetencií, ktoré umožnia človeku prispôbovať sa svojim a súčasne i kultúrnym potrebám a požiadavkám. Získanie takýchto kompetencií a sociálnych zručností je dôležité pre adekvátnu adaptáciu v sociálnom prostredí. Úloha školy v procese formovania týchto kompetencií je nepopierateľná.

Kikušová (in Kolláriková, Z. Pupala, B. 2001, s.95) hovorí, že „...Škola je miestom legálnej kultúrnej transmisie a mala by sprostredkovať dieťaťu komplexný obraz o všetkých kultúrnych subsystémoch, samozrejme, v istej didaktickej transpozícii. Je taktiež známe, že súčasná škola má výrazne intelektuálny charakter a zameriava sa najmä na transmisiu vedeckého intelektuálneho potenciálu ľudstva prezentovaného v jednotlivých predmetoch.“

Predmet, v ktorom by dieťa získavalo socio-morálne a emocionálne kompetencie či už v nultom, alebo prvom ročníku (na 1.stupni) základnej školy neexistuje. Zaradiť nový predmet nie je až tak potrebné, ako zaradiť „výchovu citov“ do prostredia školy, do života triedy, medzi žiakov, do interpersonálneho vzťahu učiteľ – žiak. Ako je teda možné stimulovať, rozvíjať emocionalitu a sociabilitu dieťaťa zo sociálne a kultúrne menej podnetného prostredia ? Treba zdôrazniť, že univerzálna metóda neexistuje a nemožno ich rozvíjať len prácou s technikami, stratégiami – totiž ani najdokonalejšie metódy nie sú všemocné. Cesta vedie cez osobnosť učiteľa, jeho štýl výchovy, riadenie pedagogického procesu, cez vzťahy v triede podporujúce emocionálne bezpečie a vedenie žiaka k jeho osobnostnému rozvoju a sebarozvoju.

1 PEDAGOGICKO -PSYCHOLOGICKÁ CHARAKTERISTIKA RÓMSKEHO DIEŤAŤA ZO SOCIÁLNE A VÝCHOVNE MENEJ PODNETNÉHO PROSTREDIA

Podľa medzinárodných definícií vývinovej psychológie obdobie predškolského veku trvá od troch do šiestich, prípadne do siedmich rokov dieťaťa (Vygotskij, Piaget, Venger). Najdôležitejšími vývinovými úspechmi predškolského veku sú osvojenie reči a socializácia dieťaťa. „Reč sa utvára v priebehu pozitívnych spoločenských kontaktov dieťaťa s okolím a zároveň prehľbuje tieto kontakty, rozširuje ich a obohacuje. Reč je teda dôležitým prostriedkom sociálnej komunikácie dieťaťa. Socializácia dieťaťa znamená prispôbenie foriem jeho správania požiadavkám sociálneho prostredia.“ (Program výchovy a vzdelávania detí v materských školách, 1999, str.6)

Skúsenosti z našich škôl potvrdzujú, že deti prichádzajúce do škôl z málo podnetného a sociálne znevýhodneného prostredia dosahujú v školskej pripravenosti nižšiu úroveň.

Jedným z problémov, s ktorými sa stretávajú učitelia základných škôl, sú skoré školské zlyhávania a neadekvátne vpravenie sa týchto detí do prostredia a požiadaviek školy. Tieto zlyhávania nepraveme z primárnej insuficiencie žiakov, ale z jednoduchého faktu, že tieto deti nemajú osvojené tie základné sociálne a pracovné návyky, ktoré sú nevyhnutným predpokladom pre úspešné zaškolenie (napr. úroveň komunikačných zručností, jazykové spôsobilosti, skúsenosti s grafickým prejavom, základné spoločenské a hygienické návyky...)

Zvlášť negatívny dopad to má na samotného žiaka, ktorý od prvých dní v škole prežíva neúspech, cíti sa neschopný, narušená je jeho sebaúcta, sebavedomie.

Zaostávanie, ktoré vznikne pri dlhoročnej absencii rozvíjajúcich podnetov, najmä v ranom detstve, sa nedá vykompenzovať úplne, čo sa prejaví i v ťažšom zvládnutí školských, pracovných i ostatných životných podmienok.

Rómske deti sú často od malička stimulované ináč ako „nerómske“ , ich inteligencia sa preto rozvíja iným smerom, menej užitočným pre školskú výučbu v tradičnej škole. V počiatkoch školskej dochádzky bývajú rómske deti poddajné, ochotné, voči učiteľom milé až prítulné, v primeraných školských podmienkach sa rady učia.

V emocionálnej oblasti sú rómske deti zo sociálne a výchovne menej podnetného prostredia skôr labilné, neurotické, bojzlivé alebo naopak agresívne, výbušné. Celkovo sú hravé, temperamentné, hlučné, ťažšie sa prispôbujú školskému poriadku. Taktiež sa

horšie sústredujú na prácu, majú slabú úroveň úmyselnej pozornosti. Vyhovujú im častejšie prestávky, kedy si môžu zacvičiť, zakričať, zaspievať. Pedagógovia dlhodobo pracujúci s rómskymi žiakmi potvrdzujú nevyhnutnosť získania ich dôvery, a to najmä vytvorením prostredia, v ktorom má dieťa pocit bezpečia a cíti osobný záujem a citovú blízkosť učiteľa. Závažné krízy v rodine (dlhodobá nezamestnanosť, alkoholizmus...) spôsobujú citovú depriváciu dieťaťa, poruchy emocionálnej rovnováhy a prejavy strachu. V takýchto prípadoch môže do istej miery priaznivá psychosociálna klíma školy korigovať nepostačujúcu rodinnú výchovu a čiastočne eliminovať citovú depriváciu detí.

Existujú však aj pozitívne stránky edukácie rómskych detí. Predovšetkým je to hravosť, pohyblivosť, spontánnosť, srdečnosť, úprimnosť, veselosť a vďačnosť prejavovaná tým, ktorí sa o nich starajú a pomáhajú im.

V oblasti sociálnej vpravenosti majú rómske deti nevýhodu oproti ostatným. V školskom veku sťažuje pozíciu žiaka zlá povosť rodiny, predsudky, málokedy je rovnocenným partnerom v komunikácii s ostatnými žiakmi, a to nielen pre jazykový handicap. Dieťaťu z málo podnetného prostredia chýba zaužívaná spoločenská rutina (vyrastá v uzavretej komunite), nedostatočne sa orientuje v styku s kolektívom a pod. Na druhej strane má intuitívnu sociálnu inteligenciu, ktorá mu pomáha zabezpečiť si uspokojenie často základných „existenčných“ potrieb a intuitívne sa orientuje v medziľudských vzťahoch. Je potrebné si uvedomiť, že u detí z málo podnetného prostredia ide o zhluk rozličných premenných a faktorov vonkajšieho i vnútorného, osobnostného charakteru a z toho je potrebné vychádzať pri práci s nimi, ale i s ich rodinami.

2 SOCIALIZÁCIA A EMOCIONÁLNY ROZVOJ ŽIAKA NULTÉHO ROČNÍKA

Pojem socializácia (z latinského socialis – spoločenský) chápeme ako postupné začleňovanie jedinca do spoločnosti prostredníctvom napodobňovania a identifikácie najprv v rodine a potom v malých sociálnych skupinách.

Podľa L. Strmeňa a J.Ch. Raiskupa (1998, s.260) znamená socializácia „vrastanie jedinca do sociálnej štruktúry, do spoločnosti iných ľudí, zospoločenš'ovanie človeka (najčastejšie sa používa na označenie socializácie dieťaťa), osvojovanie si spoločenských noriem a konvencií“.

M.Zelina (1994) považuje výchovu za hlavný a určujúci zdroj socializácie, zároveň vníma stratégie socializácie ako prosociálnu výchovu. Ak sa priblížime tomuto ponímaniu, potom je nám najbližšie pre formulovanie nami sledovaných zámerov nasledujúce vymedzenie:

„Hlavným cieľom a poslaním prosociálnej výchovy je utvárať sebareguláciu správania, zvyšovať interpersonálnu kompetenciu a autonómiu dieťaťa“ (Program výchovy a vzdelávania v materských školách, 1999, s.77).

Pri formovaní cieľov sociálnej a emocionálnej výchovy v nultom ročníku základnej školy sme vychádzali z vyššie citovaného zdroja, pretože podľa nášho názoru je kompatibilný s nami sledovanými zámermi.

Vytváranie vhodnej sociálno – emocionálnej klímy zo strany učiteľa tvorí základ pre rozvoj kvalitného vzťahu učiteľa a žiaka, posilňovanie samostatnosti, tvorivosti a osobnej integrity žiaka, utváranie základov jeho osobnej zodpovednosti sú ciele, ktoré sledujeme aktivitami uvedenými v 2. časti týchto materiálov. Sú určené pre učiteľov nultého ročníka ako jeden z možných prostriedkov pre rozvoj sociálnych a emocionálnych kompetencií žiakov.

Rozvoj emocionality a sociability sa integruje do celého výchovno – vzdelávacieho procesu nultého ročníka.

Utváranie nevyhnutných návykov, zručností, schopností a postojov je možné sledovaním čiastkových cieľov, ktoré sme modifikovali, použijúc Program výchovy a vzdelávania v materských školách (1999) :

- utvárať prosociálne cítenie a správanie,
- osvojovať si mravné návyky a utvárať základy kultivovaného správania,

- rozvíjať identitu dieťaťa, jeho autonómiu a osobnú zodpovednosť,
- utvárať a postupne rozvíjať schopnosť aktívneho počúvania,
- rozvíjať primeranú sociálnu komunikáciu s učiteľmi, spolužiakmi, dospelými (neverbálnu a verbálnu),
- utvárať schopnosť chápať, rešpektovať a akceptovať iných, rozvíjať interpersonálne porozumenie,
- utvárať schopnosť citovej reflexie,
- posilňovať schopnosť sebaovládania,
- osvojiť si nenásilné riešenie konfliktov,
- učiť žiakov spolupracovať, posilňovať kooperatívne správanie,
- utvárať schopnosť pomáhať iným,
- posilňovať individualitu osobnosti,
- zvyšovať sociálnu a emocionálnu inteligenciu.

Uvedené schopnosti sa u detí zo sociálne znevýhodneného a málo podnetného prostredia začínajú len objavovať, alebo sú na elementárnej úrovni. Ich nadobúdanie v cieľoch sociálnej a emocionálnej výchovy možno chápať relatívne. Je veľmi dôležité, aby učiteľ svojím správaním stimuloval ich vznik a postupne ich rozvíjal a posilňoval (trpezlivosť, vecnosť, pokoj, vyrovnanosť učiteľa...).

Nevyhnutnou podmienkou emocionálneho a sociálneho rozvoja detí mladšieho školského veku (v nultom ročníku) je dostatok primeraných podnetov a príležitostí spojených so zážitkom úspechu, ktorý znižuje pocit ohrozenia, posilňuje sebadôveru a emocionálnu stabilitu dieťaťa.

„Cieľom školy je maximálne rozvíjanie celistvej osobnosti dieťaťa ako slobodnej bytosti so zameraním na rozvoj identity, autonómie, osobných kompetencií a zodpovednosti tak, aby jedinec prostredníctvom vlastného sebauplatnenia aktívne participoval na rozvoji lokálnej, národnej a nadnárodnej komunity“ (Kikušová, S. in Kolláriková, Z.- Pupala, B. , 2001, s.106).

Nechali sme sa inšpirovať modelom emocionálneho rozvoja osobnosti, ktorý vypracovali Dargová, Čonková (2002), a preto naším cieľom bude:

-vytvoriť podmienky pre akceptáciu, empatiu a autenticitu, ktoré predstavujú základ pre naštartovanie procesu vnútorného emocionálneho rozvoja žiakov (sebapoznávanie, sebauvedomovanie, sebahodnotenie),

- umožniť žiakom získať skúsenosť z tvorivého zážitkového učenia, skúsenosť seba samého a využívať ju pre svoj vnútorný rast,
- stimulovať emocionalitu žiakov i záujem o ich vnútorný svet, ukázať im cestu k emocionálnemu rastu,
- rozvíjať jednotlivé špecifiká emocionálnej komunikácie i jednotlivé spôsobilosti žiaka na úrovni celistvosti jeho osobnosti.

Obsah emocionálnej výchovy je vhodné napĺňať (spracované podľa Programu výchovy a vzdelávania detí v materských školách, 1999):

- uspokojovaním potrieb sociálneho kontaktu s rovesníkmi a dospelými,
- podporovaním citového vzťahu ku škole,
- podporovaním citového vzťahu ku školskej práci,
- upevňovaním citových vzťahov k členom rodiny, komunity,
- vedením žiakov ako verbálne a neverbálne vyjadrovať svoje pocity,
- posilňovaním pocitov istoty a bezpečia v kontakte so spolužiakmi a učiteľmi,
- utváraním podmienok na prežívanie úspechu,
- rozvíjaním pocitov uspokojenia z výsledkov vlastnej práce,
- rozvíjaním pocitov osobnej istoty, sebavedomia a dôvery vo vlastné schopnosti,
- podporovaním objavovania a rozvoja vyšších citov,
- využívaním spontánnosti, hravosti, pohyblivosti rómskych žiakov v motivačnej práci,
- predchádzaním pocitov strachu, vedením žiakov k ich prekonávaniu,
- utváraním podmienok na rozvíjanie aktivity a samostatného prejavu žiakov,
- vedením žiakov k primeranému hodnoteniu a postupnému odhaľovaniu svojich možností,
- podporovaním túžby a vytrvalosti pri dosahovaní cieľov,
- vyvolávaním radostnej nálady pri rozličných príležitostiach (sviatky, oslavy),
- rozvíjaním a ovplyvňovaním kladných citových zážitkov u žiakov vo vzťahu k prírode.

Súčasťou je aj výchova spoločenského správania, ktorú odporúčame realizovať:

- vedením žiakov k osvojeniu základných pravidiel komunikácie, správania (poprosiť, poďakovať, pozdraviť),
- vedením žiakov k osvojovaniu najjednoduchších pravidiel správania sa v skupine,
- vedením žiakov k primeranej opatrnosti a starostlivosti o vlastnú bezpečnosť,
- vzbudzovaním a rozvíjaním pocitu zodpovednosti,
- podporovaním kamarátskych vzťahov,

- vedením žiakov k osvojovaniu pravidiel primeranej komunikácie,
- podporovaním kooperujúceho správania, prejavov vzájomnej pomoci,
- vedením žiakov k udržiavaniu poriadku v osobných veciach, v triede, na verejnom priestranstve,
- vedením žiakov k šetrnému zaobchádzaniu s vecami, pomôckami.

Sociálna a emocionálna zložka výchovy sa môžu realizovať aj samostatne vzhľadom na konkrétny obsah a metódu, napr. prostredníctvom dramatickej hry alebo inej sociálno-emocionálnej aktivity dieťaťa.

Ciele sociálnej a emocionálnej výchovy sa realizujú súbežne s cieľmi a obsahom iných výchovných zložiek. Samostatné spracovanie cieľov a obsahu zlepšuje orientáciu v sociálnej a emocionálnej spôsobilosti dieťaťa.

3 ROZVOJ SOCIÁLNYCH ZRUČNOSTÍ

Predškolský vek a mladší školský vek je významným obdobím na získavanie mravných návykov, spôsobov správania, základov životného štýlu a celého života.

V tomto veku sa dieťa prostredníctvom pochopenia vlastnej identity začleňuje do rodiny najbližšieho okolia, triedneho kolektívu. Úspešnosť procesu socializácie je podmienená možnosťami mnohostrannej interakcie v sociálnom prostredí. Schopnosť dieťaťa začleniť sa do sociálneho prostredia predpokladá osvojenie primeraných sociálnych zručností a zvládnutie interpersonálnych vzťahov.

3.1 Spôsoby poznávania sociálnej reality dieťaťom

Prvotným spôsobom poznávania sociálneho sveta dieťaťom je **napodobňovanie**. Napodobňovanie konkrétnych sociálnych vzorov je neúmyselné a vzniká na základe spracovávania pozorovanej sociálnej reality. Dieťa napodobňuje správanie ľudí, s ktorými prichádza do kontaktu. Napodobňuje subjektívne vybrané prejavy. Učenie napodobňovaním vedie k vytváraniu schém. Dieťa využíva nižšie kognitívne procesy a krátkodobú pamäť. Dieťa napodobňuje najmä tie prejavy, ktoré naňho emocionálne zapôsobia (rovina sociálna a morálna sú výrazne prepojené s emocionálnou).

Dieťa postupne chápe identifikačné vzory v komplexe ich činností a vytvára si obraz určitej roly. Z napodobňovania prechádza do fázy **identifikácie** – stotožňovania sa s rolou. Realizuje to vedome a vnáša tam vlastné skúsenosti, hodnotenia. Takto má možnosť získať rôznorodý repertoár sociálnych stratégií. Najvýraznejšie sa overovanie rol realizuje prostredníctvom hier. Hra poskytuje aj možnosť spätnej väzby (reakcia okolia) a následnej korekcie vlastného konania.

Identifikácia s rolou vyžaduje od dieťaťa schopnosť odčleniť seba od okolitej sociálnej reality. To znamená, že dieťa musí mať vytvorené vedomie seba (sebapoňatie). V procese učenia sa – stotožňovania s rolou, musí dieťa realizovať proces decentrácie – odosobnenia sa, ktorý je základom pochopenia druhej osoby a nevyhnutným predpokladom adekvátneho tolerantného spolužitia.

K pochopeniu sociálnej a morálnej reality vedú rôzne druhy učenia, ktoré závisia od:

- individuálnej intelektovej úrovne dieťaťa,
- aktuálnej sociálnej a morálnej úrovne rozvoja dieťaťa,

-predchádzajúcich skúseností, už vytvorených schém, reprezentácií a
-podnetnosti prostredia (Kikušová, S. in Kolláriková, Z. – Pupala, B., 2001 s.103).
Dôležité je, aby dieťa cez interakciu s prostredím bolo podporované k uvažovaniu, sociálna
udalosť spojená s intelektuálnou výzvou vytvára **sociokognitívnu disonanciu**
(nerovnováhu) a tá je predpokladom účinného učenia sa dieťaťa.
Medzi najefektívnejšie druhy učenia patrí **skúsenostné (zážitkové, situačné)** učenie.
Základom situačného učenia je podľa Gavoru (1993) to, že dieťa získava priame poznatky
vlastným úsilím, ako aktér konkrétnej situácie. Učenie má pre dieťa intrasubjektívny
charakter, je spontánne a výrazne prepojené s emocionálnym prežívaním danej situácie
(Kikušová, S. in Kolláriková, Z.- Pupala, B., 2001, s..103).
Učenie **pokusom a omylom** je charakteristické tým, že dieťa „hľadá“ adekvátne sociálne
a morálne stratégie, skúša a objavuje svoje možnosti na základe reakcií danej komunity.
Verbálne učenie je typické pre staršie deti, pre predškolský a mladší školský vek je
poučanie a mentorovanie neúčinné.

3.2 Proces osvojovania sociálnych zručností

Osvojenie sociálnych zručností je predpokladom školskej úspešnosti žiakov
a prostriedkom skvalitnenia a obohatenia ich života. Nácvik sociálnych zručností sa
prelína všetkými zložkami výchovno – vzdelávacieho procesu. V nultom ročníku sú na
osvojenie najvhodnejšie : priateľstvo, starostlivosť, spolupráca, zodpovednosť, vytrvalosť.
Deti už majú s nimi nejaké skúsenosti, a preto im ľahko porozumejú pri aktivitách, ktoré
treba robiť v hojnej miere, aby si ich zvnútorňovali a posilnili.

Proces osvojovania sociálnych zručností pozostáva (Olivar, R.R., 1992) z troch krokov:

1. *Kognitívna senzibilizácia* („scitlivenie na realitu“) umožňuje dieťaťu pochopiť
zážitkovou formou alebo pomocou dialógu nejakú novú skutočnosť. Typické formy práce
sú pozorovanie, hry s psychologickým podtextom, prezentácia pozitívnych vzorov
správania, rozvíjanie morálneho hodnotenia pomocou príbehov s otvoreným koncom,
dramatické hry a rozprávky o zvieratkách.

2. *Nácvik v triede* umožňuje osvojiť si zodpovedajúce spôsobilosti (komunikáciu, úctu k sebe a pod.) formou hrania roly, scény, napr. pozdrav, ospravedlnenie a pod. Spätná väzba u dieťaťa posilňuje správne vykonanie správania.

3. *Prepojenie so životom* umožňuje dieťaťu prepojiť nové poznatky a sociálne spôsobilosti s každodenným životom. Po každej zážitkovej aktivite sa zaraďuje reflexia (citová a hodnotová), v ktorej sa deti zamerajú na prežívanie a vyjadrujú svoje pocity z predchádzajúcej aktivity, zvyčajne formou dialógu alebo hodnotenia.

Pri nácviku sociálnych zručností dodržiavame nasledovné zásady:

1. Úvod do aktivity – vysvetliť cieľ, dať jasné inštrukcie o priebehu aktivity.
2. Vlastná aktivita – starať sa o to, aby účastníci mohli realizovať plánovanú aktivitu a vysvetliť im, čo nepochopili. Súčasne dbať na dodržiavanie pravidiel a určeného času.
3. Vyhodnotenie - aktívny je vedúci skupiny. Jeho úlohou je povzbudiť účastníkov, porozumieť skúsenostiam, pomáhať účastníkom ujasniť si, aké dôsledky má ich správanie a čo by mohli robiť inakšie. Umožniť im hodnotovú reflexiu – príležitosť, aby si účastník aktivity premyslel svoje skúsenosti a uvedomil si etické hodnoty, ktoré zážitkovo precítil.

Vo výchovno – vzdelávacom procese učiteľ ako riadiaca zložka riadi a usmerňuje činnosť žiaka. Spôsob, ktorým túto činnosť navodzuje a riadi, označujeme ako metóda. Rozumieme tým systematickú postupnosť činností smerujúcu k dosiahnutiu cieľa.

Delenie metód pre sledovanie nami vybraných cieľov nie je jednoznačné, pre ilustráciu (okrem vyššie prezentovaných foriem podľa Olivara) uvádzame metódy najčastejšie aplikované v školskej praxi a metódy rozvoja osobnosti dieťaťa podľa Zelinu.

Sociálne zručnosti vo výchovno-vzdelávacom procese upevňujeme:

- modelovaním žiaduceho správania,
- osobným vzorom učiteľa,
- cielenou rečou,
- pozitívnym povzbudzovaním,
- oceňovaním,
- hrami,
- dramatizáciou,
- prepojením s vyučovacím obsahom,
- ukazovaním súvislostí s reálnym životom,

- spoluprácou s asistentom učiteľa,
- spoluprácou s rodičmi.

Zelina vyčlenil vo svojich Stratégiách a metódach rozvoja osobnosti dieťaťa (1994) tieto metódy socializácie: 1. Tvorba efektívnej výchovnej skupiny

2. Metódy zmien postojov
3. Situačné a inscenačné metódy výchovy
4. Metódy exemplifikácie
5. Metódy výcviku asertívneho správania
6. Sociálno – psychologické výcviky
7. Metódy výchovnej komunikácie
8. Klíma v skupine a metódy jej zmeny

Každá z vyššie uvedených metód a foriem práce nachádza svoje opodstatnenie. Vzhľadom k veku žiakov (ich osobnostným a vývinovým špecifikám) zaradeným do nultého ročníka však nepovažujeme všetky metódy za primerané. Mohli by sme urobiť sumár všetkých dostupných metód, techník, no aj tak by boli možno neúplné. Odporúčať môžeme najmä hry, interaktívne cvičenia, inscenačné a situačné metódy. Ich podrobný popis nájde čitateľ v Dargovej a Čonkovej (2002), Zelinovi (1994), Silbermanovi (1997) a u iných autorov. Výber prenechávame na učiteľa, ktorý okrem spomenutých faktorov akými sú schopnosti a možnosti žiakov -zváži aj vhodnosť prostredia, časovú a materiálnu vybavenosť, a v neposlednom rade sledované ciele.

4 ZÁSADY PODPORUJÚCE SOCIÁLNY A EMOCIONÁLNY ROZVOJ ŽIAKOV

Jednou z dôležitých úloh učiteľa / Cook, 1996 / pri podpore sociálneho a emocionálneho rozvoja žiaka, je úloha vzoru očakávaného správania. Rešpektovanie iných detí, spolupráca, schopnosť kompromisov, vyjadrovanie emócií, to všetko je správanie, ktoré pre žiakov učiteľ stelesňuje a napomáha tak vytvárať priateľskú komunitu v triede.

Sociálne a emocionálne zručnosti sa nedajú rozvíjať len v istom vymedzenom čase, ale mali by sa modelovať počas celého dňa v škole.

Sociálnu interakciu, komunikačné a kognitívne zručnosti / Cook, 1996 / rozvíjame u žiakov prostredníctvom nasledovných stratégií:

Podpora rozvoja sociálnych zručností

Na rozvoj sociálnych zručností dieťaťa musí učiteľ vytvoriť prostredie, v ktorom vládne rešpekt a vzájomné akceptovanie sa. Keď dieťa cíti, že ho rešpektujú a akceptujú, rozširuje tieto pocity aj na ostatné deti. Musí mať veľa rôznych možností na precvičenie rozhodovania, nezávislosti a zručností vyjednávať v prostredí, ktoré ustavične učiteľ monitoruje. Vývin sociálnych zručností podporujú nasledovné stratégie:

Napodobňovanie – deti sa veľa naučia, keď pozorujú, ako dospelí a iné deti pristupujú k ostatným a riešia problémy. Napodobňovanie je najefektívnejšie vtedy, keď sa pozitívne správanie demonštruje deťom v kombinácii so slovami : napr.: „ Utieram stôl, aby bol čistý. Aj ty môžeš pomôcť. Tu máš špongiu.“

Stanovenie jednoznačných pravidiel – pravidlá by mali byť konkrétne, jednoduché, pozitívne vyjadrené a mali by zahŕňať aj zdôvodnenia. „ Budeme hovoriť tichšie, aby sme počuli ostatné deti.“ Deti môžu pomáhať pri určovaní pravidiel pre triedu.

Stanovenie logických a vhodných reakcií na správanie – pozitívne reakcie na správanie, napríklad úsmev alebo povzbudivé slová, podporujú opakovanie konkrétneho správania, kým negatívne reakcie ho skôr redukujú. Všetky reakcie by mali byť primerané veku dieťaťa a konkrétnej činnosti.

Vytvorenie vhodného prostredia na hru a rozhodovanie – nové alebo už známe centrá aktivít so širokou škálou pomôcok a materiálov poskytujú deťom výber činností, podporujú nezávislé učenie a rozhodovanie.

Organizovanie aktivít, ktoré si vyžadujú spoluprácu – pomáhajú deťom naučiť sa včleňovať do skupín, vedieť sa navzájom dohodnúť, vyriešiť konflikty a viesť konverzáciu.

Využitie rovesníkov pri napodobňovaní sociálnych zručností – dieťa demonštráciou svojich zručností povzbudzuje ostatných, aby napodobňovali jeho interakcie.

Povzbudenie pozitívneho sociálneho správania pochvalou – dôležitou úlohou učiteľa je pomôcť deťom určiť spoločensky vhodné správanie. Pochvala konkrétneho pozitívneho správania dieťaťa pomôže dieťaťu uvedomiť si prospešnosť skutku, ktorý vykonal.

Chápanie individuálnych rozdielov – deti sa odlišujú temperamentom, štýlom učenia, úrovňou činností a schopnosťami. Učiteľ, ktorý vie akceptovať individuálne rozdiely, podporuje tieto druhy integrovaných postojov u detí.

Podpora vlastnej identity a sebaúcty

Pomôžte deťom, aby opísali seba, svoje rodiny a kultúrne zázemie.

- Použite bábky, ktoré znázorňujú chlapcov a dievčatá pri divadelnej hre.
- Podporte dramatizáciu, v ktorej deťom umožníte hrať seba a ostatných členov rodiny.
- Zostavte individuálne alebo spoločné kroniky : Všetko o mne / obľúbené činnosti doma, obľúbené jedlo, farba, priatelia, atď./ a „ Moja rodina “ / členovia rodiny alebo zábavné aktivity, ktoré rodina podniká cez víkend, po večeri a pod./

Pomôžte deťom prejavit' pozitívny postoj k sebe a k iným.

- Nakreslite svoj portrét.
- Pospájajte časti ľudského tela vystrihnuté z papiera.

- Naučte sa pesničky alebo básničky, ktoré sa zameriavajú na časti ľudského tela a podporujú rôzne predstavy o dieťaťu : „Čo mám na sebe rád?“
- Na utvorenie uvoľnenej atmosféry použite hudobné skladby: „ Páči sa ti táto pesnička?“

Podporte sebadôveru dieťaťa.

- Na konci dňa sa môže každý podeliť s ostatnými v skupine o pozitívny zážitok dňa. Dieťaťu, ktoré nie je schopné to urobiť samé, pomôžeme napríklad otázkou.

Podporte nezávislosť.

- Povzbud'te priateľské vzťahy medzi deťmi.
- Presvedčte sa, či prostredie triedy, vaše očakávania a denné rutinné činnosti sú pre deti zrozumiteľné tým, že sú sústavné, že denný obrázkový slovník je viditeľný a prístupný, že poličky s pomôckami a materiálmi sú označené.
- Pover'te deti, aby udržiavali triedu v poriadku.

Povzbud'te deti rešpektovať vlastné práva a práva iných.

- Spojte verbálne vysvetlenie s konkrétnym príkladom úctivého správania.
- Ráno sa zahrajte spoločenské hry, na ktorých sa zúčastnia všetky deti.

Podpora prosociálneho správania

Pomôžte deťom prejavit' empatiu.

- Určite pomocníka na konkrétnu úlohu alebo viacerých pomocníkov na rôzne úlohy v triede. Jednou z úloh môže byť pomoc priateľovi, ktorý ma potrebuje.

Povzbud'te deti v snahe chápať a rešpektovať rozdiely.

- Hrajte sa hry, ktoré podporujú spoluprácu detí.
- Používajte obrázky rôznych ľudí na plagátoch, v knihách, pri rozličných činnostiach. Diskutujte s deťmi o tom, čo robia pri rôznych príležitostiach, napríklad pri oslave narodenín. Pýtajte sa i na bežné činnosti, napríklad prípravu na spánok.
- Pripravte aktivity, pri ktorých zistíte, čo majú deti rady a čo nie.

- Komentujte, čo práve robíte : „ Donesiem si k tomuto stolu ešte jednu stoličku, aby sa moja kamarátka Evka mohla s nami hrať.“

Pomôžte deťom naučiť sa deliť o veci.

- Umožnite deťom výber aktivít, pomôcok, materiálov.

Pomôžte deťom preberať za seba zodpovednosť.

- Ak dieťa koná zodpovedne, nezabudnite ho verbálne pochváliť.
- Zahrajte si roly, ktoré znázorňujú rôzne situácie v triede. „ Čo sa môže stať, ak si neurobíme poriadok na lavici ? Čo sa môže stať, ak neurobíte to, čo sa od vás žiada?

Podporte deti využívať kompromisy a diskusie pri riešení problémov.

- Keď riešite nejaký problém, komentujte nahlas svoje myšlienky a skutky.
- Počas diskusie o probléme pomôžte dieťaťu otázkami : „Čo myslíš, prečo to urobil“ Ako by sa to dalo lepšie riešiť?“
- Pomôžte dieťaťu nájsť riešenie konkrétneho problému skôr, ako sa situácia zopakuje. „Čo by si urobil, keby sa to nabudúce zopakovalo?“
- Upriamte pozornosť detí na pravidlá triedy a ich dôsledky.
- Dramatizujte situácie, ktoré chcete riešiť.

Podpora rozvoja sebadôvery

Zdravý pocit sebadôvery je veľmi dôležitý pre schopnosť nadväzovať priateľstvo s ostatnými deťmi. Je dokázané, že deti, ktoré samy seba vidia v pozitívnom svetle, budú s väčšou pravdepodobnosťou pozitívne vnímať i ostatných spolužiakov. Slabá sebadôvera je často uvádzaná ako zdroj medzil'udských konfliktov. Je mimoriadne dôležité, aby sa učitelia cielene snažili rozvíjať sebadôveru u detí, ktoré sú členmi diskriminovaných skupín.

V procese upevňovania sebadôvery je dôležité, aby deti súbežne poznávali nielen seba, ale i ostatných spolužiakov. Pokiaľ deti naučíme, aby sa dokázali na seba dívať ako na individuality s jedinečnými pozitívnymi vlastnosťami a nezarad'ovali sa navzájom podľa nálepiek, je možné prelomiť úzkoprsé a obmedzené stereotypy skôr, než sa pevne uchytia. Upevnenie sebadôvery znamená osvojenie:

- schopnosti poznať cenu ostatných, pomôcť a povzbudiť ich,
- schopnosti spolupracovať v skupine,
- schopnosti kladne reagovať v konfliktných situáciách bez použitia fyzickej alebo slovnej agresivity,
- schopnosti prijať konštruktívnu kritiku.

Podpora rozvoja komunikatívnych zručností

Ak naučíme deti počúvať, prijímať informácie a pýtať sa, pomôžeme im lepšie chápať okolitý svet. Toto obdobie je ideálne, pomáha deťom pomenovať svoje pocity, preskúmať spôsoby, akými sa dajú vyjadriť, rozlíšiť emócie príjemné, uspokojujúce, nepohodlné, podeliť sa so zážitkami, ktoré evokujú konkrétne pocity. Veľmi dobre nám k tomu môže pomôcť rozvoj neverbálnych komunikatívnych zručností – vyjadrovanie sa prostredníctvom pohybov a gestikulácie.

Podpora rozvoja kooperatívnych zručností

Atmosféra spolupráce v triede pôsobí na vytváranie pozitívnych vzťahov medzi deťmi. Kooperatívne činnosti formujú kvalitnejšie vzťahy a motivujú deti k väčšej účasti na vyučovaní. Strach z neúspechu je v kooperatívnych skupinách vylúčený. Spoluhráči pracujú ako celok, každý plní dôležitú úlohu, čo pomáha upevňovať sebahodnotenie jednotlivcov a zmysel pre spolupatričnosť ku kolektívu.

Osvojenie sociálnych zručností založených na týchto metódach podporuje pozitívne hodnotenie seba a druhých, podporuje pozitívnu atmosféru v skupine / triede /, pozitívne medzilidské vzťahy, znižuje apatiu, podnecuje otvorenú, efektívnu a presnú komunikáciu, podporuje vzájomnú pomoc spolužiakov a tvorivé myslenie.

Rozvoj sebapoznania, komunikatívnych zručností a schopností spolupráce je pre harmonický rast osobnosti detí veľmi dôležitý. Ak venujeme týmto oblastiam zvýšenú pozornosť, výrazne prispejeme k prevencii osobných a interpersonálnych konfliktov a zároveň i k bezkonfliktným postupom pri ich riešení.

5 PROSTREDIE PODNECUJÚCE ROZVOJ OSOBNOSTI ŽIAKA

Ak má prostredie triedy a školy podnecovať osobnostný, emocionálny a sociálny rozvoj dieťaťa, má byť podnetovo bohaté, vhodne upravené a priestorovo usporiadané tak, aby pre učiteľa aj pre všetkých žiakov bola splnená požiadavka viditeľnosti, blízkosti, dostupnosti a bezpečnosti. Materiálne vybavenie prostredia nie je však rozhodujúce, omnoho väčší význam má klíma a atmosféra triedy.

Keďže z pedagogického hľadiska sa pod klímou triedy rozumie dlhodobjšie sociálne – emocionálne naladenie, zovšeobecnené postoje a vzťahy, emocionálne odpovede žiakov danej triedy na udalosti v triede, vrátane pedagogického pôsobenia učiteľa (Kosová, 2000, s.107) ide tak o široké pôsobenie viacerých činiteľov: učiteľ (jeho autorita, štýl výchovy), vzťahy (emocionálne bezpečie), riadenie pedagogického procesu (disciplína), vedenie žiaka k jeho osobnostnému rozvoju a sebarozvoju.

Podľa Douškovej –Wágnerovej (1996, s.33-34) sa klíma prejavuje najmä:

1. v dimenzii vzájomných vzťahov (spokojnosť, sympatia, vzájomná podpora, radosť zo spoločnej práce, participácia a pod.),
2. v dimenzii rozvoja jedinca (možnosť dosahovania osobných cieľov, možnosť vlastného tempa, voľby, nezávislosť a pod.),
3. v systémovej dimenzii, ktorá vyjadruje stálosť alebo možnosť zmeny klímy (rozmanitosť, inovácia, jasnosť pravidiel, vplyv žiaka na vyučovanie a iné).

Vytvorenie priaznivej klímy v zmysle naplnenia tvorivo humanistických dimenzií vytvára emocionálne bezpečie. Umožňuje to len tvorivý, spolupracujúci, láskavý a súčasne náročný učiteľ.

Trieda, ako skupina rovesníkov, sa učí novej abecede života a má pre emocionálny rozvoj dieťaťa zo sociálne a výchovne menej podnetného prostredia mimoriadny význam. Trieda je bezpečným emocionálnym prostredím podľa Kasíkovej (1997, s.36-37)) vtedy, ak:

- je miestom uspokojovania rôznych psychických a sociálnych potrieb (spolužiaci môžu poslúžiť ako zdroj citovej istoty a bezpečia, zdieľajú problémy a prejavujú solidaritu),
- interakcia s vrstovníkmi učí priamo postojom, hodnotám, schopnostiam i vedomostiam, ktoré nemožno získať od dospelých (deti sa učia napodobňovaním správania a identifikáciou so žiakmi),

- interakcia s vrstovníkmi poskytuje modely sociálneho správania a zároveň jeho podporu (dieťa sa učí to, čo je pomoc, dávanie, zdieľanie, starostlivosť, dieťa sa učí odložiť svoje bezprostredné impulzy a potreby a „počkať si“),
- rovesnícke vzťahy učia empatii (t.j. vidieť situáciu a problémy nielen zo svojho uhla pohľadu, ale z pohľadu iných),
- podporuje vývoj hodnôt a sociálnu senzitivitu nevyhnutnú pre autonómiu osobnosti ako schopnosti porozumieť tomu, čo očakávajú druhí v určitých situáciách a na základe toho porozumenia sa slobodne rozhodnúť naplniť ich očakávania,
- vrstovnícke vzťahy poskytujú inú formu priateľstva, odlišnú od priateľstva s dospelými, deťmi,
- sa spolupráca spája s vyšším výkonom, než keď jedinec pracuje sám (spolužiaci môžu pozitívne prispievať i k rozvoju poznávacích procesov).

Podobne ako Kasíková, aj mnohí ďalší prívrženci tvorivo – humanistického prístupu (Zelina, Kosová...) vidia veľké možnosti a potenciál emocionálneho a sociálneho rozvoja detí práve v rozvoji rovesníckych vzťahov. Trieda je miestom zdieľania určitých životných skúseností a spoločného riešenia problémov, miestom prijatia skupinových noriem, ideálov, hodnôt. Ako sociálna skupina trieda posilňuje sociálnu identitu jedinca, uspokojuje jeho sociálne potreby ako: byť akceptovaný, získať uznanie, seberealizovať sa. Spoločenstvo triedy vytvárané v detstve poskytuje základ pre neskoršie zrelšie sociálne vzťahy a zaručuje úspešnosť sociálneho styku.

6 PRACOVNÝ MATERIÁL

6.1 AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE SEBAPOZNANIE A SEBADÔVERU

TO JE MÔJ KAMARÁT

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať priateľstvo, sebaknímanie a sebahodnotenie.

Postup : Deti sedia v kruhu na koberci a vybrané dieťa začína. Predstaví seba a svojho suseda po pravici: „Volám sa Sabína, toto je môj kamarát Peter.“ Peter potom pokračuje v predstavovaní – predstaví seba a suseda po pravici. Keď sa deti zoznámia so všetkými menami, môžu sa predstavovať i ďalšími spôsobmi, napr.: menia smer predstavenia, predstavujú sa preskakovaním a pod.

Poznámky: Hra je vhodná na začiatku roku, kedy sa deti učia mená svojich spolužiakov. Aktivita posilňuje priateľstvo a pocit, že každé meno má svoju cenu, zároveň sa rozvíja ich pamäť a schopnosť počúvať.

HRA S OTÁZKAMI

/ Pausewangová, 1995 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať sebaopoznanie.

Postup:

1. Deti sedia v kruhu a odpovedajú postupne na jednu otázku. Každé dieťa povie svoje meno a odpovie na otázku, napr.: „ Aké jedlo máš najradšej,“ „ Čo sa ti v škole najviac páči?“
2. Keď deti pochopia princíp hry, môžu sa pokúsiť zopakovať odpoveď predchádzajúceho hráča a potom odpovedať na svoju otázku.

Poznámky: Hra je výborná na precvičenie pamäti a rozvinutie schopnosti pozorne počúvať. Kladne ohodnotíme ich jedinečnosť a originalitu.

GRIMASY

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a vyjadrovanie citov.

Postup:

1. Deti sedia v kruhu, vybrané dieťa urobí grimasu, ktorá vyjadruje nejaký pocit a odovzdá ju susedovi. Ten imituje jeho výraz tváre a odovzdá ho ďalšiemu dieťaťu. Keď grimasa obehne celý kruh, deti môžu hádať, aký pocit mala vyjadrovať.
2. Obmenou hry môže byť – dieťa napodobní grimasu, ktorú mu odovzdal sused, potom zmení výraz tváre a novú grimasu podá ďalej, takže každé dieťa posielajú po kruhu inú grimasu.

Poznámky: Hra pomáha deťom určovať a vyjadrovať rad pocitov, ktoré prežívajú a rozvíjať pozorovacie schopnosti. Deti sa takto zoznámia s neverbálnou komunikáciou.

PRECHÁDZKA

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu, vyjadrovanie, schopnosť vedieť rozlišovať svoje pocity.

Postup:

1. Vyberieme nejaký emočný stav, napr.: šťastný, smutný, nahnevaný, vyľakaný, prekvapený, hrdý, bláznivý a pod.
2. Deti sa prechádzajú po miestnosti spôsobom, ktorý tieto emócie vyjadruje. Obmenou hry môže byť vyjadrenie tohto stavu len niektorou časťou tela: „Pohnite hlavou, ako keď sa naľakáte.“ Inou možnosťou je hrať jednoduchú hádankovú hru tak, že jedno dieťa predvádza pohyby a ostatní hádajú, akú emóciu vyjadrujú.

Poznámky: Hra rozvíja neverbálnu komunikáciu. Pomáha deťom zbaviť sa strachu pri fyzickom vyjadrovaní. Naučia sa, že existujú slová na pomenovanie týchto

emócií. Počas diskusie sa môžeme zamerať na to, kedy sú šťastné, smutné, nahnevané, hrdé, naľakané a pod.

ČO TI JE?

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať sebaopoznanie a sebahodnotenie.

Postup: Vyberieme nejaký pocit – šťastný, smutný, nahnevaný, vystrašený- a deti spoločne vydajú zvuk, ktorý tento pocit charakterizuje. Túto hru môžeme uviesť ako „ hru na hádanky,“ keď jedno dieťa vydá zvuk a ostatní sa pokúšajú hádať, čo tento zvuk vyjadruje. Hra je účinnejšia, ak majú deti počas počúvania zatvorené oči.

Poznámky: Hra pomáha deťom vyjadrovať a uvedomovať si celú škálu pocitov a súčasne rozvíja schopnosť aktívne počúvať.

UJO, NEVIDELI STE MOJHO KAMARÁTA?

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať pozitívne oceňovanie vlastností a schopností svojho kamaráta.

Postup:

1. Zo skupiny vyberieme jedno dieťa, ktoré bude hrať uja a druhé bude hrať dieťa, ktorému sa stratil kamarát. Druhé dieťa sa v duchu rozhodne, kto zo skupiny bude stratený kamarát, ale nikomu to nepovie.
2. Potom ujovi popisuje strateného kamaráta, ale menuje len jeho pozitívne vlastnosti: čo sa mu na ňom páči, čo dobre robí, ako druhým pomáha a či je priateľský.
3. Podľa tohto popisu ujo háda, kto je stratený kamarát. V prípade nutnosti môže položiť i niekoľko otázok. Ak neuhádne, môže požiadať o pomoc ostatné deti.

MOJE SRDIEČKO

/ Smith, 1994 /

- Vek:** 5-8 rokov
- Pomôcky:** nakreslené srdiečka, pastelky
- Cieľ:** Učiť postupne sa zdôverovať so svojimi radosťami, smútkom a obavami spolužiakom a učiteľovi.
- Postup:**
1. Rozvinieme rozhovor o tom, čo hovorí naše srdiečko: čo máme radi, čo sa nám páči, nepáči, prečo sme smutní, kedy sme šťastní, pre koho bije naše srdce, koho ľúbime.
 2. Do vopred pripraveného srdiečka nakreslia deti seba, lebo každý má rád seba, ale aj toho, pre koho ich srdce bije.

KLBKO

/ Fountain, 1994 /

- Vek:** 6-10 rokov
- Pomôcky:** klbko vlny
- Cieľ:** Schopnosť prijať uznanie a pochvalu od iných.
- Postup:**
1. Deti sa postavia do tesného kruhu. Učiteľka hodí klbko dieťaťu a zároveň na jeho adresu povie niečo pekné, za čo ho chváli, obdivuje a pod.
 2. Deti si v kruhu takýmto spôsobom hádžu klbko a prejavujú si uznanie, až sa vytvorí z vlny veľká farebná pavučina.
 3. Obmena „**voľné miesto**“ – deti sedia v kruhu na stoličkách. Učiteľ má po svojej pravej ruke voľné miesto. Hovorí : „ Po mojej pravej ruke je voľné miesto a príde si sem sadnúť Paľko, pretože.....“ Učiteľ vysloví na adresu dieťaťa pochvalu, uznanie. Dieťa, ktorému sa uvoľnila stolička po pravej ruke pokračuje ďalej v aktivite.

PROSÍM, PANI UČITEĽKA, SMIEM?

/ Šimová, Dargová, 2001 /

Vek: od predškolského veku

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať sebakontrolu, učiť sa požiadať .

Postup: 1. Učiteľka si určí hranicu, na ktorej bude stáť (pred stoličkou, plotom, na nejakej čiare). Deti budú stáť na čiare vo vzdialenosti 10-15 m oproti učiteľke. Učiteľka bude vyvolávať rôzne zvieratká, ktorých pohyby majú deti napodobňovať. Keď vyvolá niektoré dieťa, skôr ako predstaví pohybom niektoré zviera, musí sa opýtať: „Prosím, pani učiteľka, smiem?“
Např. „Katka, urob dva vrabčie skoky“!
„Prosím, pani učiteľka, smiem?“
Ak sa niektoré z detí zabudne opýtať na povolenie, musí sa vrátiť na štartovaciu čiaru.

Poznámka: Namiesto krokov zvieratiek to môžu byť úkony športovcov a pod.

RYBNÍČEK

/ Mėgrierová, 1999 /

Vek: od predškolského veku

Pomôcky: krieda

Cieľ: Cvičiť poslušnosť, pozornosť, rýchlosť a sústredenie, sebapoznávanie, spolupatričnosť.

Postup: Všetky deti sú na hracej ploche a voľne sa pohybujú (môžu sa např. pohybovať podľa nejakej riekanky, pesničky, tancovať za sprievodu hudby a pod.). Dospelý vyznačí na podlahe (školskom dvore) veľký kruh, ktorý bude predstavovať rybníček. Jedna skupina detí budú kačičky. Budú reagovať na jedno tlesknutie učiteľky. Druhá skupina detí budú húscky, pre nich bude povelom dvojité tlesknutie. Ak učiteľka zvolá „Do vody!“ a dvakrát tleskne, všetky húscky skočia do rybníčka. Môže tiež tlesknúť a zvoláť „Z vody von!“ Kačičky aj húscky v rybníčku „plávajú“, pri skákaní

a vychádzaní z rybníčka môžu bez obmedzenia kričať ako zvieratká, ktoré improvizujú.

Poznámka: Je vhodné, ak ešte pred začiatkom hry sa deti pokúšajú individuálne stvárniť kačičku a húsku, ktoré potom použijú v hre.

ZASTAVENÝ FILM

/ Mégrierová, 1999 /

Vek: od predškolského veku

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Uvedomiť si možnosť vyjadriť určitú skúsenosť telom, rozvíjať vnímavosť, spontánnosť.

Postup: Skupina detí chodí po hernej ploche. Na pokyn (napr. tlesknutie, zapískanie...) sa zastavia a znehybnia ako sochy. Ďalší pokyn učiteľky (ak deti hrajú hru opakovane, tak to môže byť aj dieťa) je nejaké sloveso – napr. zbierame, trháme, lúčime sa, píšeme, cvičíme... Sochy sa začínajú hýbať a vykonávajú činnosť podľa pokynu, ako keby hrali vo filme. Po určitom čase zaznie opäť pokyn, po ktorom skupina pokračuje v neutrálnej činnosti. Zmena činností sa opakuje niekoľkokrát za sebou.

6.2 AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE INTERPERSONÁLNE VZŤAHY A KOOPERÁCIU

6.2.1 AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE PRIATELSTVO, INTERPERSONÁLNU A SOCIÁLNU EMPATIU

HRA S MENAMI

/ Smith, 1994/

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky: kvietky, rôzne symboly

Cieľ : Osvojiť si mená svojich spolužiakov, nadviazať zrakový kontakt, prejavíť pozitívne city.

Postup: 1. Odriekávaním mien hru otvára učiteľ a vyzýva skupinu, aby sa k nemu pridala. Napríklad učiteľka vyvoláva Hanku so Zuzkou :

*Hanka, Hanka, díva sa na každého-
ukazuje na Zuzku a už ide do tuhého.*

2. Učiteľka naznačí Hanke, aby ukázala na Zuzku a povie jej, aby našla Tomáša.

*Zuzka, Zuzka díva sa na každého-
ukazuje na Tomáša a už ide do tuhého.*

3. Teraz vyvoláva Tomáš. Hra pokračuje tak dlho, kým sa nevystriedajú všetky deti. Posledné dieťa môže vyvolať pani učiteľku, ktorá hru ukončí.

Poznámky: Rytmickými riekankami doprevádzanými tleskaním sa deti môžu veľmi ľahko naučiť mená svojich spolužiakov.

Aby sme ešte viac upútali pozornosť detí, môžeme urobiť pre každé dieťa kvetinku z krepového papiera. Namiesto ukazovania na práve menované dieťa, môže k nemu vyvolané dieťa pristúpiť a podať mu kvetinu.

Mená detí môžeme vložiť do škatule, ktorú si deti podávajú dookola. Dieťa si z nej vytiahne lístok s menom, ktoré sa bude v riekanke menovať.

HUDOBNÉ MENÁ

/ Smith, 1994/

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky: stoličky, hudba

Cieľ: Správať sa prívetivo k iným pri spoločnej činnosti.

Postup: 1. Postavte stoličky do kruhu. Po stíšení hudby sa každé dieťa posadí na jednu zo stoličiek. Dieťa, ktoré zostalo, sa postaví za iné, už sediace dieťa a musí ho osloviť menom.

2. Po každom kole odstránime jednu stoličku. V určitej fáze hry budú za každým sediacim dieťaťom stáť najmenej dve deti. Tie budú jeden po druhom vyslovovať meno pred nimi sediaceho dieťaťa.

3. Hra sa končí tak, že prakticky celá skupina bude vyslovovať meno jedného sediaceho kamaráta.

Poznámky: Ide o variantu „ hudobných kresiel,“ pri ktorej sa však nikto z hry nevyklučuje.

Môžeme obrátiť zmysel pohybu stoličiek, môžeme začať s jednou stoličkou a po každom kole pridávame ďalšie.

TICHÁ VODA

/ Smith, 1994/

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: šatka

Cieľ: Vyjadrovať priateľské city a radosť zo spoločnej činnosti (telesným kontaktom).

Postup: 1. Utvoríme kruh z 5 – 9 detí. Vysvetlíme im pravidlá hry. Nájdeme medzi deťmi dobrovoľníka, ktorému zaviažeme oči a postavíme ho do kruhu. Ostatné deti sa držia za ruky, chodia dookola a hovoria:

Dokola, dokola, dokola chodíme,

kde sa kto zastaví, to / meno / nevie.

2. Po chvíľke dieťa so zaviazanými očami zvolá : „ Tichá voda!“ Vtedy sa krúžok zastaví, dieťa – dobrovoľník urobí niekoľko krokov vpred, až narazí na niekoho v kruhu. Na základe ohmatania hlavy a ošatenia sa snaží uhádnuť, kto to je a povie jeho meno.

3. Takto náhodne vybrané dieťa ide doprostred kruhu a hrá sa druhé kolo. Pokračuje sa dotedy, kým sa deti nevystriedajú.

4. Zdôraznite, že zmyslom hmatovej identifikácie iného dieťaťa musí byť jemnosť. Malé deti môžu byť nevedomky hrubé, dávajte pozor a v prípade potreby vedzte dieťa vy.

5. V prípade, že dieťa so zaviazanými očami má problémy rozpoznať dieťa v kruhu, kamarát – kamarátka mu môže pomôcť prehovorením niekoľkých slov.

Poznámky: Táto hra je vhodná pre menšie skupinky.

Aby bola hra náročnejšia, požiadajte deti, aby mierne predpažili ruky smerom k dieťaťu so zaviazanými očami. Uvidíte, či je dieťa schopné rozoznať svojich spolužiakov podľa dotyku rúk.

Môžeme i pozmeniť úlohy. Požiadame deti v kruhu, aby zavreli oči. Vyberieme niekoho do stredu a oči si nechá otvorené. Deti sa chytia a chodia pomaly v kruhu. Na zavolanie „Tichá voda“ sa kruh otvorí, dieťa uprostred sa dotkne niekoho v kruhu a ten musí uhádnuť meno dobrovoľníka zo stredu.

ŤUK, ŤUK

/ Smith, 1994/

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: stoličky, šatka

Cieľ : Rozvíjať kontakty, združovanie, učiť sa zdravieť ostatných, hľadať si vzory na identifikáciu.

Postup :

1. Postavíme stoličky chrbtom k sebe. Prvá stolička je „doma,“ druhá „na návšteve.“
2. Požiadame deti, aby sa posadili za obidve stoličky. Jedno dieťa si sadne na stoličku „domáceho pána“ a neďáva sa na ostatné deti.
3. Keď sa domáci pán usadí, ukážte na iné dieťa, ktoré sa v tichosti posadí na stoličku pre návštevníka. Tento „návštevník“ zaklope a povie : „ Ťuk, ťuk.“ Domáci pán odpovie :“ Kto je to?“ Návšteva odpovie:

Počúvaj ma dobre,

nevidíš ma.

Počúvaj môj hlas a hádaj,

kto som ja.

4. Domáci pán vysloví meno návštevníka. Potom si návštevník sadne na stoličku domáceho pána a hra pokračuje.

Poznámky: Hra bude náročnejšia vo verzii s dvoma návštevníkmi, ktorí budú súčasne hovoriť riekanku. Bude domáci pán poznať hlasy návštevníkov , ak ich už bude viac – päť, šesť?

MALÝ DŽBÁN

/ Smith, 1994/

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať vzájomné kontakty a združovanie.

- Postup:**
1. Postavte deti do dvoch rovnako dlhých radov, ktoré budú stáť čelne oproti sebe vo vzdialenosti asi 4,5 m.
 2. Nieкто z prvého radu povie meno dieťaťa z druhého radu. Keď meno zaznie, začnete s deťmi odriekavať:
Malý džbán, malý džbán, / meno / prejde k nám.
 3. Vyvolané dieťa opustí svoju skupinu a zaradí sa do skupiny novej.
 4. S vyvolávaním začne druhý rad.

Poznámky: Aby bola hra pútavejšia, môžeme text pozmeniť :

Malý džbán, malý džbán,/ meno/ skokmi prejde k nám.

Malý džbán, malý džbán,/ meno / tancom prejde k nám.

PANTOMÍMA S MENAMI

/ Smith, 1994 /

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Prejavovať priateľské city a radosť zo spoločnej činnosti.

- Postup:**
1. Deťom dáme pokyn, aby sa postavili do veľkého kruhu a chytili sa za ruky. Začínajúce dieťa sa postaví doprostred kruhu a povie:

Ahoj, ahoj, idem k vám,

volám sa Tomáš,

dívajte sa, čo viem ...

Teraz urobí jednoduchý pohyb telom. Napríklad zamáva krídlami ako vták.

Ostatní v kruhu takto reagujú :

Ahoj, ahoj, Tomáš,

my to tiež vieme!

Celá skupina opakuje pohyby svojho spolužiaka.

2. Hru začína dieťa, ktoré sa samo prihlási. Pohyby môžu byť rôzne, môže sa tliekať, otáčať na mieste.

Poznámky: Aby bola hra ťažšia, môžu deti kombinovať pohyby dvoma alebo viacerými časťami tela, môžu vyskúšať i kroky tanečné.

MOJA RODINA

/ Smith, 1994 /

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky : fotografie, kresby

Cieľ: Prehlbovať pozitívne city k členom rodiny, spolupatričnosť a priateľstvo.

Postup:

1. Osobne alebo písomným odkazom po dieťati požiadajte rodičov o fotografiu každého člena rodiny, buď individuálnu alebo skupinovú. Deti, ktoré neprinesú fotografie, môžu jednotlivých členov rodiny nakresliť.
2. Vystavte obrázky a fotografie na nástenku. Pohovorte si s deťmi o veľkosti rodiny, počte bratov a sestier, vekových rozdielov a pod. S kým žije v spoločnej domácnosti starká? A kto je, deti, jedináčik? Zdôraznite deťom existenciu rozmanitých rodín.
3. Preberte s deťmi, čím si môžu byť jednotliví členovia rodiny navzájom prospešní a ako prispieť k súdržnosti rodiny.

NA KOHO MYSLÍM...

/ Smith, 1994 /

Vek : 6- 10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Prejaviť pozitívne priateľské city k ostatným.

Postup:

1. Oznamte deťom, že máte na mysli niekoho zo skupiny, koho musia uhádnuť. Dieťa zo skupiny popisujte podľa oblečenia, aby ste im hádanie uľahčili.

2. Najprv popisujte seba. Keď dieťa zistí, o koho ide, zdvihne ruku. Po niekoľkých kolách si vyberte dieťa, aby prevzalo vašu úlohu – teda dáva hádať ostatným deťom na koho myslí a popisuje ho svojimi slovami.

ŠKOLSKÁ ZÁHRADKA

/ Smith, 1994 /

Vek : 5-10 rokov

Pomôcky: farebný papier, pastelky, nožnice, lep, baliaci papier

Cieľ: Rozvíjať spolupatričnosť a kreativitu.

Postup: 1. Vystrihnite z rôznofarebných kúskov papiera množstvo kvetov, stoniek, listov.

2. Rozprestrite baliaci papier doprostred stola , nakreslite pôdorys záhradky po celej dĺžke papiera.

3. Zostavte z kúskov papiera svoju kvetinku a prilepte ju na kraj záhradky. Nad kvetinku napíšte svoje meno. Potom sa budú zapájať deti a prispedia do záhradky svojím kvietkom. Nad každú napíšte meno dieťaťa.

4. Po zasadení všetkých kvietkov, namaľujú deti i ďalšie veci, ktoré súvisia so záhradkou: slniečko, vtáčiky, obláčiky, chrobáčky, motýle.

1. Záhradku pripevníme na nástenku.

2. V priebehu nasledujúcich dní organizujeme hry v blízkosti záhradky.

Zdôrazníme, že každý kvietok v záhrade má svoje jedinečné vlastnosti, tak i každé dieťa v triede je svojím spôsobom zvláštne. Poukážte na zvláštnosti každého kvietka.

Poznámky: Ak sú už deti schopné pracovať s nožnicami, môžu si stonky, listy a kvety vystrihnúť sami. Kvietky si môžu vymaľovať a rôzne prizdobiť.

PESTUJEME KVIETKY

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-9 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať citlivé vnímanie a starostlivosť o druhého.

Postup: 1. Ukážeme deťom rastlinku, vysvetlíme im, čo rastlinka potrebuje k rastu a k svojmu životu. Zdôrazníme, že sa rastlinky jemne dotýkame. Čo by sa stalo, keby rastlinku niekto stlačil, alebo by do nej niečo hodil?

2. Porozprávajte deťom o tom, ako zo semienka vyrastie takáto rastlina / kvietok.

3. Zahrajte sa s deťmi nasledovnú hru s prstami :

V zemi je už malé semienko.

vánok ani slniečko mu nepomôžu málanko.

(Ľavou rukou si zakryje pravú päšť.)

Z času na čas zaprší,

a hľa, klíček vyraší.

(Dajte preč ľavú ruku a pomaly otvárajte pravú päšť.)

Za svetlom sa dvíha,

všetku silu k tomu vydá.

(Pravá ruka znázorňuje rast, prsty sú tesne vedľa seba.)

Semienko už prácu dokončilo,

chce ísť vyššie, aby sa na slniečko podívalo.

(Roztiahnite prsty pravej ruky.)

Poznámky: Porovnajte medzi sebou dve rastliny, ktoré sa líšia nárokmi na slnečné svetlo a polievanie.

SI CHORÝ ?

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Vyjadrovať svoje pocity prostredníctvom citovej reflexie, dokázať sa vcítiť do situácie chorého.

Postup: 1. Spýtajte sa detí, či už boli choré.
2. Hru začnite napríklad týmto príbehom : Raz žilo na Motýľom vrchu jedno malé dievčatko, ktoré sa volalo Anička. Anička ochorela a maminka

jej priniesla vankúšik, perinku a Anička si ľahla do postieľky. A keďže bola chorá, stúpala jej teplota, mala horúce čelo, celú tvár. Maminka s ockom jej prikladali na čelo vlhké obklady, aby jej horúčku zrazili. Po dvoch dňoch sa už Anička cítila lepšie a mohla sa hrať s kamarátkami.

3. Povedzte deťom, že sa budú hrať na chorého. Jeden dobrovoľník bude chorý, ďalší budú jeho rodičia. Rodičia ho uložia, prikryjú a čelo mu budú ovlažovať uterákom (namočeným v teplej vode).

Poznámky: Môžeme improvizovať i prostredie nemocnice, kde bude ležať päť- šesť detí, ošetrojúcim personálom budú lekári a sestričky.

MAČKY A MYŠI

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-9 rokov

Pomôcky: čelenky, hudba

Cieľ: Rozvíjať bezprostredné vyjadrovanie citov.

Postup:

1. Nastrihajte prúžky červeného a žltého papiera a urobte z nich čelenky. Zo žltého papiera nastrihajte kolieska z červeného papiera trojuholníky. Dve kolieska pripojte k žltým prúžkom, čím vzniknú myšie ušká. Urobte ich pre polovicu detí. Podobne pripojte trojuholníčky ku červeným prúžkom, ktoré budú predstavovať mačacie uši. Mačacie uši dostane druhá polovica detí okrem jedného dieťaťa.
2. Vysvetlite deťom podstatu hry. Zvláštnosťou je, že mačky nebudú myši žrať, ale objímať. Spočiatku sa deti rozdelia tak, aby bola polovica myší a polovica mačiek. Mačkám dajte červené čelenky a myšiam žlté. Pustite hudbu, deti sa za pišťania a mňaukania pohybujú po miestnosti. Keď hudba stíchne, každá mačka si nájde myš a nežne ju objíme. Mačky sa môžu objímať i vzájomne, ale každá dvojica musí objasť jednu myš.
3. Potom si vyberte jednu myš, ktorá sa premení na mačku. V hre pokračujte.
4. Postupným pridávaním ďalších a ďalších mačiek zostane nakoniec jedna myš. V momente zastavenia hudby sa všetky mačky zomknú okolo poslednej myši.

Poznámky: Sama sa zahrajte na mačku a objatím potešte to dieťa, ktoré to podľa vášho názoru najviac potrebuje.

MAMIČKA SLIEPOČKA

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-9 rokov

Pomôcky: guľky z papiera

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu, spoluprácu a bezprostredné vyjadrovanie citov.

Postup:

1. Vajíčka zhotovíme z guľiek papiera.
2. Deti sa usadia do kruhu a porozprávame im tento príbeh :
Jednej mamičke sliepočke na Motýľom vrchu niekto rozhádzal po dvore všetky vajíčka. Mamička chce svoje vajíčka späť, ale len kuriatka dokážu vajíčka pozbierať a vrátiť do hniezda. Na dvore sa objaví i líška, ktorá tomu chce zabrániť.
3. Prihlási sa dobrovoľník, ktorý bude sliepočkou a druhý zas líškou. Ostatné deti budú kuriatka. Kuriatka musia priniesť vajíčka do hniezda, ale nesmie ich chytiť líška. Ak líška chytí kuriatko, formulkou *pipihaf* premení kuriatko na líšku. Kuriatko je v bezpečí (líšky sa k nemu nemôžu priblížiť) ,ak objíma mamičku sliepočku. Vajíčka môžu do hniezda priniesť len kuriatka, zo zeme ich môžu zdvihnúť, keď sa vymania z maminho objatia.
4. Hniezdo umiestnite uprostred miestnosti. Vajíčka rozhádzte po miestnosti.
5. Potom povedzte : „ Milé kuriatka, prineste mamičke vajíčka.“ Od tohto momentu sa snaží líška chytiť kuriatka, ktoré nie sú pri mame. Hra končí vtedy, keď sú všetky vajíčka v hniezde alebo všetky kuriatka sú premenené na líšky.

ZVUKOVÉ VLNY

/ Smith, 1994 /

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: lopta

Cieľ: Rozvíjať experimentovanie, originalitu a spolupatričnosť, hľadanie si vzorov správania.

Postup:

1. Zhromaždíte deti do kruhu. Povedzte im, že by vás zaujímalo, či vedia napodobniť hlas kvočky, teda niečo, čomu budeme hovoriť „ zvukové vlny.“ Pri predvážaní sa postavte do stredu kruhu a vydajte jednoduchý zvuk. Deti zvuk opakujú. Obchádzajte kruh tak, aby každé dieťa, jeden po druhom, vylúdilo zo seba zvuk samostatne. Požiadajte dobrovoľníka, aby vydal zo seba nejaký zvuk a ostatní ho budú napodobňovať.
2. V hre sa vystriedajú všetky deti.

Poznámky: Aby sa zvukové vlny lepšie šírili, vydajte pokyn, aby každé dieťa, ktoré napodobňuje zvuk, podalo svojmu susedovi loptu. Dieťa, ktoré dostane loptu, vylúdi zvuk a loptu hodí ďalšiemu.

So staršími deťmi hru skomplikujeme tým, že sa budú po kruhu proti sebe šíriť dve zvukové vlny.

TRIEDNA VLAJKA

/ Smith, 1994/

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: pastelky, farby, výkres, látka

Cieľ: Rozvíjať radosť zo spoločnej práce a pocitov vzájomnej spolupatričnosti a spolupráce.

Postup:

1. Rozprestrieme veľký kus papiera/ látky na stôl a do hornej časti „ vlajky“ napíšete veľkými písmenami meno školy. Doprostred vlajky nakreslite slniečko.
2. Potom prizveme k práci i deti. Vyfarbia slniečko a po jeho obvode obkreslia obrisy svojich rúk. Jeden prst ruky každého dieťaťa by sa mal

prekrývať s prstom ruky ďalšieho dieťaťa tak, aby okolo slniečka vznikol kruh alebo polkruh.

3. Pod ruku každého dieťaťa napíšeme jeho meno.

4. Vlajku vyvesíme v triede alebo pred triedou.

ZÁHADNÁ OSOBA

/ Smith, 1994 /

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Pozitívne oceňovať kamarátove vlastnosti, schopnosti, výkony.

Postup:

1. Oznámete deťom, že máte na mysli niekoho zo skupiny, koho musia uhádnuť. Budete tohoto človeka popisovať, aby ste im hádanie uľahčili.
2. Najprv budete popisovať seba. Začnite so všeobecnými vlastnosťami a postupne prechádzajte do podrobností. Ak si niektoré dieťa bude myslieť, že vie, o koho sa jedná, zdvihne ruku. Napríklad : Táto osoba hrá bábkové divadlo, rada rozpráva rozprávky, je vysoká, má dlhé vlasy, má modré oči a pracuje ako učiteľka.
3. Pokračuje stále bližšie určujúcim popisom niektorého dieťaťa zo skupiny.

Poznámky: V tejto hre majú deti uhádnuť totožnosť záhadnej osoby len na základe slovnej charakteristiky. Pre kamarátske vzťahy je veľmi dôležité, aby jeden vedel niečo o druhom.

ČO MÁŠ NA SEBE ?

/ Smith, 1994 /

Vek : 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Touto hrou sa deti naučia niečo viac, než len vzájomne sa na seba dívať. Aby mohli určiť, čo sa zmenilo, budú sa musieť naučiť sústrediť pozornosť a všimnúť si každú pozornosť na zovňajšku toho druhého.

- Postup:**
1. Deťom zdôraznite, že každý jednotlivec je dôležitý pre celú skupinu. Ak je jednotlivec rešpektovaný ostatnými, cíti sa v kolektíve uvoľnenejšie. Oznamte deťom, že sa zahráte hru „Čo máš na sebe.“
 2. Postavte sa a povedzte deťom, aby si vás dobre poobzerali. Po chvíli niečo na svojom vzhľade zmeníte (zložíte okuliare, hodinky, premeníte topánky a pod.).
 3. Potom vás vystrieda dieťa. Ak nevie, čo na sebe zmeniť, pomôžte mu.

MALÁ OPUSTENÁ HVIEZDIČKA

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-9 rokov

Pomôcky: jedno jablko, prípadne jedno jablko pre každú dvojicu

Cieľ: Rozvíjať interpersonálnu a sociálnu empatiu, prosociálne správanie, vyjadrovanie citov.

- Postup:**
1. Opýtame sa detí na význam slova osamelý. Porozprávame sa s nimi na túto tému. Potom im porozprávame rozprávku o malej osamelej hviezdičke.
 2. Text: Raz v noci nebo potemnelo. Nesvietili žiadne hviezdy okrem jednej. Bola to taká malinká hviezdička a zostala na nebi celkom sama. Hviezdička sa vybrala k jednému múdremu starčekovi, ktorý býval na vrchole vysokánskej hory, poprosiť o pomoc. Hviezdička sa starčekovi zapáčila. Sľúbil, že jej pomôže. Vytiahol veľké vreco, otvoril ho a vybral za hrst' ligotavých hviezdičiek. Jedným mávnutím ruky zaplnil oblohu týmito hviezdičkami. „Pozri sa, povedal múdry starec- teraz máš veľa hviezd, s ktorými sa môžeš priatelieť. Ale pretože si bola taká osamelá, urobím ešte niečo pre teba. Ukážem ti niečo veľmi zvláštne.“ Luskol prstami a bolo po všetkom.
 3. Detí sa opýtame, či vedia, do čoho začaroval múdry starec hviezdičku. Upozorníme ich, aby dávali pozor, či v jablčku nie je niečo, čo hviezdičku pripomína. Jablko rozkrojíme vodorovne. Ukážeme deťom vnútornú hviezdu. Ak máme jablko dosť, rozkrojíme ich a rozdáme deťom.

PENELOPIN DARČEK

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-9 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať spolupatričnosť, pozitívne správanie.

Postup:

1. V tejto hre sprevádzame rozprávku zvukovými efektmi.
2. Deti sa posadia do kruhu. V úvode sa porozprávame o tom, čo znamená striedať sa. Na ilustráciu požiadame deti, aby každé z nich povedalo svoje meno, ale je nevyhnutné, aby ich povedali postupne. Vyskúšame si zvukovú vlnu. Začneme trením rúk. Keď prebieha tento zvuk v kruhu, požiadame ich, aby ho zopakovali. Potom zmeníme zvuk na tleskanie. Nemeňme etapy hry dovtedy, kým deti nepochopia myšlienku zachytávania zvuku a jeho opakovania v kruhu. Keď pochopia pravidlá hry, položíme si ruky do lona. Po skončení zvukovej vlny začneme rozprávať rozprávku. Je na nás, ako ju upravíme.
3. Kozička Penelopa mala radosť, že ju zajko Ušiačik pozval na oslavu narodenín. Veľmi dlho a usilovne pracovala a ušila si nové krásne šaty. V deň Ušiačikových narodenín vzala balíček s darčekom (mrkvičku) a vybrala sa na návštevu. Kozička išla, išla, zrazu začal fúkať vietor (začneme si trieť dlane o seba). Penelopa sa pozrela na nebo. Začína pršať, pomyslela si: „Prosím ťa, dáždik, prestaň“ (pršanie pokračuje v kruhu, kým sa dáždik k nám nevráti, môžeme si vymyslieť napr. lúskanie prstami).“ Nechcem, aby mi zmokli šaty“ (pokračujeme jemnejším lúskaním prstov). Ale dážď neprestal, bol silnejší. Penelopa cítila, že jej šaty sú úplne premočené a darček pre Ušiačika sa začal rozmáčať. Zrazu sa objavila myška Hrabalka s dáždnikom a podržala ho nad Penelopou. (Keď sa zvuk vráti k nám, začneme opäť silno lúskat' prstami.)
„Asi už bude po všetkom – povedala myška, keď spolu kráčali lesnou cestičkou k Ušiačikovmu domčeku. (Keď sa zvuk postupne vráti k nám, položíme si ruky do lona .) Aj vietor sa postupne utíšil. Dorazili k Ušiačikovmu domčeku. Zagratalovali mu a Ušiačikovi veľmi chutila mrkvička a vôbec mu neprekážalo, že balíček bol celý premočený. Všetci sa potom dobre zabávali.

VTÁČIKY NA STROMOCH

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: magnetofón

Cieľ: Rozvíjať spolupatričnosť, pozitívneho hodnotenie správania druhých.

Postup:

1. Najprv sa s deťmi porozprávame o nebezpečenstve a o ochraňovaní. Môžeme tak plynulo prejsť na tému prístrešia ako jednej z foriem ochrany. Kde nachádzajú vtáci a iné zvieratá ochranu pred búrkou? Deti oboznámime s hrou, ktorej zmyslom je práve táto ochrana.
2. Niektoré deti budú predstavovať stromy a ostatné deti – vtáčiky.
3. Deťom treba povedať, že obe úlohy si časom vymenia. Deti – stromy rozostavíme rovnomerne po hracej ploche. Upozorníme ich, že sa nesmú pohnúť z miesta, keď príde búrka, rozťahnu ruky, aby deťom-vtáčikom poskytli ochranu. Ostatné deti-vtáčiky voľne poletujú po lese. Kým hrá hudba, je pekné počasie a vtáčiky poletujú po lese. Keď hudba prestane, znamená to búrku a vtáčiky sa usilujú schovať pod stromy. Po každom kole hry zmeníme jeden strom na vtáčika, takže stromov postupne ubúda a vtáčiky sa musia pod ich konármi stlačiť. Tak pokračujeme, až v lese zostane len jeden strom. Nakoniec budú všetky deti vtáčikmi a pani učiteľka stromom.

MÔJ VEŠIAK

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-10 rokov

Pomôcky: Pre každého žiaka potrebujeme 4 papierové kartičky rovnakého tvaru, pastelky, nožnice, 4 kúsky nite a špajdlu.

Cieľ: Rozvíjať ľudskú dôstojnosť, sebaúctu a dôveru v pozitívne schopnosti a možnosti dieťaťa.

Postup:

1. Deťom rozdáme po 4 kartičky a 4 nite, špajdlu a pastelky.
2. Porozprávame sa s nimi o význame slova „autoportrét.“ Vyzveme ich, aby na jednu z kartičiek nakreslili svoj autoportrét a na ostatné nech

nakreslia svoje obľúbené veci. Upozorníme ich, že na každej kartičke má byť iba jedna vec, takže si musia dobre rozmyslieť, čo nakreslia.

3. Po nakreslení všetkých kartičiek priviažeme každú kartičku na nitku a pripevníme ich na špajdlu. Vznikol tak osobitý vešiak žiaka, ktorý môžeme dať na nástenku.

BUBLINKY

/ Svetlíková a kol., 1998 /

Vek: od 5 rokov

Pomôcky: hudobná nahrávka

Cieľ: Navodiť pocit spolupatričnosti, blízkosti.

Postup: Dve alebo tri deti vytvoria spolu jednu mydlovú bublinu tak, že sa držia za ruky, okolo pliec, alebo iným spôsobom urobia malý kruh. Bublinky sa pomaly pohybujú v rytme pokojnej hudby a dbajú o to, aby sa nezrazili.

SNEHOVÁ VÍCHRICA

/ Svetlíková a kol., 1998 /

Vek: od 5 rokov (pre párný počet hráčov)

Pomôcky: šatky na zavieranie očí, nahrávka zvukov víchrice (nie je podmienkou)

Cieľ: Rozvíjať pocit dôvery, empatie, ohľaduplnosti, rozvíjať pohybovú koordináciu pomocou verbálnej komunikácie.

Postup: Dve deti sa stratili v snehovej víchrici a pokúšajú sa dostať domov. Jedno z detí však „nevidí“ (má šatkou previazané oči). Úlohou druhého je doviest’ „nevidiaceho“ kamaráta bezpečne cez rôzne prekážky do cieľa. V pároch idú deti cez snežný tunel, zamrznutú rieku, most (natiahnuté lano, lavička, brvno, žinenka...) a snažia sa pritom, aby sa nikto vo víchrici nestratil a nezostal sám. Keď sa dostanú do bezpečia, vymenia si roly.

ŽIVÝ SOCIOGRAM

/ Šimová, Dargová, 2001/

Vek: od predškolského veku

- Pomôcky:** žiadne
- Cieľ:** Naučiť prejavovať priateľské city iným deťom.
- Postup:** Aktivita je zameraná na zisťovanie sociálnych vzťahov.
Učiteľ vyzve žiakov : Chod' k tomu, koho považuješ za svojho kamaráta.
Chyť za ruku toho, na koho sa môžeš spoľahnúť.
Chod' k tomu, o kom si myslíš, že ťa má rád.
Pohľad toho, kto ti požičia to, čo potrebuješ

DERAVÉ OBRÁZKY

/ Šimová, Dargová, 2001/

- Vek:** od predškolského veku
- Pomôcky:** kartón, obrázky z časopisov
- Cieľ:** Rozvíjať poznávanie, schopnosť sústrediť sa, stimulovať k prosociálnemu správaniu a k vzájomnej pomoci, rozvíjať vzájomnú komunikáciu.
- Postup:** Učiteľka pre každé dieťa nalepí na kartón jednoduchý obrázok, ktorý vystrihla z časopisu. Ešte predtým pomocou mincí nakreslíme na obrázok 5 -8 koliesok a opatrne ich vystrihneme tak, aby ich bolo možné priložiť naspäť. Každému dieťaťu dáme obrázok s vystrihnutými otvormi. Vystrihnuté kolieska zo všetkých obrázkov zamiešame a dáme doprostred stola. Na znamenie sa deti pokúšajú čo najrýchlejšie nájsť kolieska, ktoré patria k ich obrázku.
- Poznámky:** V ďalšej hre si môžu deti obrázky vymeniť. Kolieska opäť premiešame a dáme na stôl.

ZRKADLOVÁ SIEŇ

/ Mégrierová, 1999 /

- Vek:** od predškolského veku
- Pomôcky:** žiadne

- Cieľ:** Rozvíjať koncentráciu pozornosti, rozvíjať cit pre pozorovanie, schopnosť vnímať druhého, učiť prijímať rolu vodcu a schopnosť podriaďiť sa, rozvíjať zmysel pre kolektív.
- Postup:** Deti stoja v rade vedľa seba uprostred hernej plochy vo vzdialenosti asi pol metra. Jeden z nich stojí oproti radu a navrhuje sériu pohybov, ktoré skupina opakuje, ako keby to bolo v zrkadlovej sieni. Deti musia sledovať cvičiaceho (prvýkrát je to učiteľka) a zároveň ostatné deti, aby všetky pohyby opakovali „úplne“ jednotne. Cvičenia sú pomalé, jemné. Môžu byť sprevádzané vhodnou hudbou.
- Poznámka:** Tejto hre môže predchádzať nácvik, pri ktorom deti postavíme pred zrkadlo, aby si uvedomili o aké cvičenie ide. Potom deti cvičia vo dvojiciach, roly si striedajú.

BÁBKOVÉ DIVADLO

/ Svetlíková a kol., 1998 /

- Vek:** od 5 rokov
- Pomôcky:** sada bábok, maňušiek, ľudských bytostí, zvierat, rozprávkových postáv, baliaci papier, fixy, paraván alebo plachta cez natiahnutý špagát
- Cieľ:** Podporiť empatiu a identifikáciu s postavami, uvoľniť emocionálne napätie, rozvíjať rečové a vyjadrovacie schopnosti, rozvíjať tvorivosť.
- Postup:** Na začiatku motivujeme deti rozprávkami, neskôr príbehmi a zážitkami z reálneho života, či už vlastného alebo niekoho iného. Po prečítaní alebo skupinovom porozprávaní rozprávky, ponúkneme deťom veľké hárky baliaceho papiera, aby si naň nakreslili prostredie a kulisy, v ktorých sa bude dej odohrávať. Potom si deti vyberú bábkky, s ktorými budú hrať divadielko. Učiteľka vstupuje do deja len vtedy, ak sa stráca kontinuita a pomáha usmerňovať a koordinovať jednotlivé výstupy.
- Poznámky:** Po hre odporúčame rozobrať správanie postáv, čo sa deťom páčilo a čo nie a čo by si rady zahráli nabudúce.

6.2.2 AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE PROSOCIÁLNE CÍTENIE A KOMUNIKÁCIU CITOV

Schopnosť interpretovať jazyk, gestikuláciu, mimiku, výraz tváre, hrá dôležitú rolu z hľadiska porozumenia citových prežitkov ostatných ľudí. Umenie správne „prečítať“ určitú osobu predstavuje dôležitý aspekt citlivého jednanja.

OBRÁZKOVÁ AKTIVITA

/ Pausewangová, 1995 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: obrázky s tvármi (s výrazmi rôznych emócií)

Cieľ: Rozlišovať svoje pocity, uvedomiť si, ako sa cítim.

Postup:

1. Ukazujeme deťom jednu kartu po druhej a pýtame sa, či vedia, ako sa tá ktorá osoba práve cíti.
2. Povedzte deťom, že teraz budete predstierať rovnaký pocit, aký má niektorá z osôb na obrázku. Zatvárate sa tak, aby z vašej tváre vyžarovala zvolená emócia. Opakujte to niekoľkokrát, vždy s inými obrázkami.
3. Pokračujte ďalším kolom a tentokrát kladte dôraz na jazyk mimiky a gestikulácie. Ak predstierate hnev, môžete napr. pohroziť, zadupať nohami. Znovu zdôraznite, že pocit len predstierate.
4. Poskytnite príležitosť predvádzať vnútorné pocity i deťom. Každé dieťa si vyberie nejakú emóciu, predvedie ju a deti budú hádať, aký pocit má ich spolužiak.

KARTIČKY S TVÁRIČKAMI

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: vystrihnuté časti tváří

Cieľ: Viest žiakov k sebazoznaniu, vedieť ovládať svoje pocity.

Postup:

1. Vystrihnite oči, obočie, nosy, ústa, najrozličnejších tváří, aby sa rôznym kombinovaním dali zostavovať tváre odrážajúce všetky možné pocity.

2. Nechajte deti, aby určili, čo jednotlivé vystrihnuté časti predstavujú, či sa jedná o obočie, ústa, oči, nosy. Deti z papierových prvkov zostavia tváre.
3. Deti zložia tvár a povedia, akú náladu tvár vyjadruje.
4. Deti práce vystavia a určia, ktoré tváre vypadajú šťastne, smutne, nebojácne, nahnevane.

MASKY S VÝRAZOM NA TVÁRI

/ Smith, 1994 /

- Vek:** 6-10 rokov
- Pomôcky:** papierové vrecúška, pastelky, nožnice
- Cieľ:** Viesť žiakov k sebazpoznaniu a sebauvedomovaniu, k hodnoteniu vlastných pocitov.
- Postup:**
1. Deťom navrhne, aby sa pokúsili zhotoviť masky so šťastnými, nahnevanými, smutnými, vystrašenými výrazmi na tvárach. Pomôžte im urobiť otvory pre oči v správnej úrovni, aby si mohli masky nasadiť na hlavu a poďívať sa na seba.
 2. Dajte deťom papierové vrecúška a ostatné pomôcky a povzbudte ich, aby nakreslili svoje tváre „s určitými výrazmi.“
 3. Keď budú deti hotové, vyzvite ich, aby hádali, aké pocity vyžarujú z masiek iných detí.

NIEKEDY SME ŠŤASTNÍ

/ Smith, 1994 /

- Vek:** 5-10 rokov
- Pomôcky:** žiadne
- Cieľ:** Vedieť vyjadriť svoje city.
- Postup:**
1. Spýtajte sa detí, čo znamená „byť šťastný.“ Povedzte deťom nejakú skutočnú príhodu zo svojho detstva, kedy ste prežívali šťastie. Je dôležité, aby táto historka pripomínala svojim obsahom niečo, čo už mohli zažiť i

deti zo skupiny. Čo ste fyzicky prežívali? Usmievali ste sa, triasli ste sa, búšilo vám srdiečko?

2. Deti rozprávajú o svojich šťastných chvíľkach.

3. Položte deťom otázky: Aké veci robia deťom radosť? Ako môžeme urobiť radosť ostatným?

NIEKEDY SME SMUTNÍ

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Vedieť vyjadriť svoje city, naučiť sa sebaovládať.

Postup:

1. Spýtajte sa detí, čo znamená „byť smutný.“ Vyroprávajte deťom príhodu zo svojho detstva, kedy ste prežívali niečo smutné. Opätovne musí váš príbeh pripomínať niečo, čo už mohli deti zažiť. Čo ste fyzicky prežívali? Triasli ste sa, bolo vám špatne, pustili ste sa do plaču?
2. Deti rozprávajú vlastné zážitky.
3. Deťom položíme otázky: „Čo robí deti smutnými? Čo môžeme urobiť, keď je nám smutno?“
4. Pohovoríme si s deťmi o možnostiach pochopenia domnejšej straty a následného zvládnutia danej situácie. Jednou z možností je vyhľadať pomoc dospelého, rozhovor o smútku, respektíve nájdenie vhodnej náhrady za stratu. Dbajte na to, aby vaše návrhy boli úmerné a primerané stratám, o ktorých deti hovoria.

NIEKEDY MÁME STRACH

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať city, sebaopoznanie a sebaovládanie.

Postup:

1. Spýtajte sa detí, čo znamená „mať strach.“ Uvedte niekoľko alternatívnych výrazov pre strach. Povedzte deťom nejakú skutočnú príhodu

zo svojho detstva, kedy ste sa niečoho báli. Je dôležité, aby príbeh svojim obsahom pripomínal niečo, čo už deti mohli zažiť. Čo ste fyzicky prežívali? Triasli ste sa, bolo vám zle? Potili sa vám ruky? Rozbúšilo sa vám srdce? Aké nebezpečenstvo vám hrozilo? Ako ste sa zachovali?

2. Deti sa striedajú v popisovaní situácií, kedy samy prežívali strach.
3. Naučte deti nasledovnú básničku:

Keď dostanem strach, (zatvárate sa ustrašene)

svet sa plný nástrah zdá, (zdesene sa poobzerajte)

chcem sa niekam schovať, ach (zakryte si tvár dlaňami)

pomôže mi tvoja rada snád'. (ukážte na ostatných)

4. Položte skupine otázky: Čoho sa deti boja? Čo môžete urobiť, keď sa niečoho bojíme?
5. Porozprávajte sa s deťmi o možnostiach pochopenia a prekonania nebezpečenstva. Alternatívnou možnosťou môže byť požiadanie o pomoc dospelého, rozhovor o strachu, poznávanie podstaty alebo vyhýbania sa zdrojom nebezpečia. Dbajte na to, aby vaše návrhy boli primerané strachu, o ktorom hovoria deti.

NIEKEDY SA HNEVÁME

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať pozitívne správanie a asertivitu.

- Postup:**
1. Spýtajte sa detí, čo znamená „hnevať sa.“ Uvedte niekoľko alternatívnych výrazov pre hnev. Porozprávajte deťom nejakú skutočnú príhodu zo svojho detstva, keď ste sa na niečo hnevali. Opätovne musí táto historka svojim obsahom pripomínať niečo, čo mohli už deti sami zažiť. Čo ste vtedy fyzicky prežívali? Škrípali ste zubami, zatínali ste päste? Potili sa vám ruky? Pocítili ste v tvári horúčosť? Rozbúšilo sa vám srdce? Celí ste sa triasli? Čo vás ohrozovalo? Ako ste sa zachovali?
 2. Deti rozprávajú vlastné príbehy.
 3. Naučte deti nasledovnú básničku:

Keď sa nahnevám (zatvárate sa nahnevane)

cítim v tvári horúčosť, (ovievajte si tvár)

vidíš, ako sa mením . (ukážte na seba)

Biť sa? To je hlúposť! (Udrite si päšťou do dlane a rukou i hlavou ukážte „nie.“)

4. Pohovorte si s deťmi o možnostiach pochopenia, zvládnutia a prekonania rôznych prekážok a sklamaní. Alternatívou môže byť požiadanie o pomoc dospelého, vyriešiť problém alebo sa mu vyhnúť. Dbajte na to, aby vaše návrhy boli primerané hnevu, o ktorom deti hovorili.

KRESLÍME CITY

/ Pausewangová, 1995 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: výtvarné potreby, baliaci papier

Cieľ: Rozvíjať sebapoznanie.

Postup:

1. Pripravte hárok baliaceho papiera a výtvarné potreby. Za pomoci detí určite nejakú emotívnu tému, napr.: „Nakreslíme si veselý obrázok, teraz si nakreslíme niečo smutné.“
2. Poučte deti, že musia spolupracovať. Snažte sa vyhnúť príliš konkrétnemu stanoveniu témy, napr. cirkusu - ako niečoho veselého. Nech radšej každé dieťa prispeje vlastným nápadom, ktorý by nejako zapadal do vznikajúcej „mozaiky.“
3. Hotovú kresbu zavesíme na stenu. Porozprávame sa s deťmi o tom, ako rovnaký pocit stvárnil rôznymi spôsobmi.

EMOTÍVNY TANEC

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-10 rokov

Pomôcky: hudobné ukážky, hudobné nástroje

Cieľ: Rozvíjať emocionálne vnímanie, vyjadrovanie.

Postup:

1. Prehrajte deťom viacero hudobných ukážok. Po odoznení každého úryvku sa spýtajte detí, ako na nich hudba zapôsobila.

2. Potom dáme deťom rôzne šatky a vyzveme ich, aby sa postavili. Počas ďalšieho prehrávania hudby budeme s deťmi tancovať. Usmerňujeme ich, aby tancovali podľa pocitov, ktoré v nich príslušné melódie vyvolávajú.

Poznámky: Deťom môžeme dať i hudobné nástroje a požiadame ich, aby pocity vyjadrili cez vlastnú hudbu na nástrojoch.

Deti môžu spoločne tancovať v kruhu.

Deti môžeme požiadať, aby namaľovali to, čo cítia v hudbe.

STUDNIČKA PRIANÍ

/ Smith, 1994 /

Vek: 5-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať pozitívne vyjadrenie citov.

Postup:

1. Spýtajte sa detí, či vedia, čo je to pranie. Pohovorte si s nimi o niektorých vlastných prianiach. Povedzte, čo si prajete pre svojich členov rodiny. Napadne i deti, čo by si priali samy a pre svoju rodinu?
2. Povedzte pranie pre niektoré dieťa z triedy, napríklad : „ Prajem ti Veronika, aby si bola stále veselá.“
3. Vyzveme deti, aby vyslovili nejaké priania.

Poznámky: Prania sa môžu adresovať i celej skupine.

POĎME NA PRECHÁDZKU

/ Mégrierová, 1999 /

Vek: od 5 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať vnímanie vlastných pocitov, uvedomovanie si seba, vyjadriť svoje pocity.

Postup: Deti sú na hracej ploche, uvoľnene sa pohybujú normálnou chôdzou. Učiteľ ich zavedie na prechádzku, ktorú ony budú prežívať. Prechádzka môže vyzerat' napr. takto: „Idete po tráve, je krásne počasie, potom však začína

byť veľmi teplo, dusno. Začínajú padať prvé kvapky dažďa. Teraz už prší veľmi husto a vy sa ponáhľate. Na zemi sú kaluže, sú čím ďalej tým väčšie. Už ste unavení. Po chvíli prestáva pršať. Idete cez blato. Vyšlo slniečko, je opäť krásne a vy idete po sviežej mokrej tráve.

Poznámka: Po každom výroku nechajte deťom čas, aby si mohli situáciu predstaviť a zahrať. V prípade potreby im môžete pomôcť s fyzickým vyjadrením. Vyššie uvedený návod môžete doplniť podľa vlastnej fantázie.

STROM ŠŤASTIA

/ Šimová, Dargová, 2001 /

Vek: od predškolského veku

Pomôcky: maketa stromu, konáriky, farebné listy papiera

Cieľ: Pozitívne oceňovať kamarátove schopnosti, vlastnosti a výkony.

Postup: Úlohou detí je vyjadriť uznanie, sympatiu, priateľstvo. V spolupráci s učiteľkou si deti urobia strom s konárikmi. Každé dieťa si vyberie svoj konárik, na ktorý si deti budú vzájomne pripínať farebné listy. Každý list symbolizuje určité schopnosti, vlastnosti – napr.

-červený list – znamená priateľstvo,

-zelený list – znamená lásku, láskavosť,

-žltý list – znamená pomoc, spoľahlivosť,

-modrý list – znamená rozumnosť, šikovnosť.

Poznámka: Aktivita môže byť dlhodobejšia.

6.2.3 AKTIVITY PODPORUJÚCE KOOPERÁCIU

KOLÍSKA

/ Smith, 1994 /

- Vek:** 6- 10 rokov
- Pomôcky:** prikrývka, hudba
- Cieľ:** Vyjadriť podporu starostlivosti, spolupráce a pozitívnych citov.
- Postup:**
1. Rozprestrieme prikrývku a požiadame deti, aby okolo nej utvorili kruh.
 2. Niekoľko minút sa s nimi rozprávame o jemnom správaní a spolupráci.
 3. Požiadame o jedného dobrovoľníka, ktorý si ľahne doprostred prikrývky.
 4. Ostatné deti chytia rohy prikrývky a spolužiaka mierne zdvihnú nad zem.
 5. Dobrovoľníkovi povieme, aby zavrel oči a prikrývkou jemne pohupujeme dopredu a dozadu.
 6. Asi po minútke veľmi opatrne zložíme dieťa na zem a celý postup opakujeme s ďalším dieťaťom.

STROJ NA KOLÁČE

/ Smith, 1994 /

- Vek:** 6-10 rokov
- Pomôcky:** koberček alebo deka
- Cieľ:** Rozvíjať spoluprácu, interpersonálnu a sociálnu empatiu.
- Postup:**
1. Deti sa zahrajú na imaginárny „ stroj na pečenie koláčov.“ Jeden dobrovoľník bude koláč, šéfkuchári môžu byť dvaja.
 2. Ostatné deti požiadame, aby sa posadili oproti sebe do dvoch radov, asi meter od seba. Do priestoru medzi deťmi umiestnime koberček. Dieťa, ktoré predstavuje koláč sa rozhodne, akým koláčom bude a ľahne si na koberček.
 3. Keď sa pripravia šéfkuchári a koláč a všetkým súčastiam koláča je jasné, akými prísadami budú prispievať, môžeme začať. Niektoré deti pridávajú múku, iné cukor, slivky, tvaroh. Posledné štyri deti budú predstavovať rúru

na pečenie. Chytia sa za ruky a takto spojení budú vydávať zvuky pripomínajúce pečenie.

Poznámky: Pokiaľ ide o veľkú skupinu detí, môžete pripravovať naraz dva koláče.
S deťmi môžete takto zhotoviť i iné druhy jedla (šaláty a pod.).

ZLEPENÍ DOHROMADY

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: hudba

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a vzájomnú spoluprácu.

Postup:

1. Rozdeľte deti do dvojíc.
2. Požiadajte ich, aby predstierali, že majú lepkavé telo. Čo by sa stalo, keby sa určitými časťami tela k sebe prilepili? Aké by to bolo?
3. Pust'te hudbu. „ Deti, prilepte sa k sebe rukami, špičkami chodidiel, nasledujú kolená, lakty, nosy, čelá a pod. Po niekoľkých poveloch si deti vymenia svojich partnerov. Zdôraznite, že sa musia jemne dotýkať.

Poznámky: Deti požiadame, aby zostali v spojení i počas pohybu.
Dvojice sa môžu spájať a vytvoriť štvorice.

NOČNÝ VLAK

/ Pausewangová, 1995 /

Vek: 5-10 rokov

Pomôcky: klobúky / čiapky, šatka

Cieľ: Rozvíjať spoluprácu a neverbálnu komunikáciu.

Postup:

1. Na úvod prečítajte deťom vhodnú rozprávku.
2. Povedzte im, že sa zahrajú na vlak, ktorý má deťom priviezt' hračky. Ide však v noci a osvetlená je len lokomotíva.
3. Požiadajte deti o dobrovoľníka, ktorý bude robiť lokomotívu a ďalšie tri deti budú hrať vagóny. Ostatné deti budú stromy. Medzi stromami musia

byť väčšie vzdialenosti, aby sa mohol vlak medzi nimi bezpečne pohybovať. Stromy poučte, že sa nesmú hýbať. Môžu sa ozvať, ak vlak do nich narazí. Tri stromy si nasadia na hlavy klobúky. Lokomotíva musí pred odchodom z lesa vyjsť popri stromoch s klobúkmi.

4. Vagóny sa zapoja za lokomotívu. Zaviažeme vagónom oči a lokomotívu poučíme, aby sa pohybovala pomaly.

5. Postavte sa na druhú stranu lesa a oznámte vlaku, že vy ste mesto, kde vlak smeruje.

6. Dajte povel na štart. Deti sa v úlohe lokomotívy vystriedajú.

Poznámky: Hra spája tri rôzne, ale vzájomne sa dopĺňajúce zručnosti. Lokomotíva bude musieť počas jazdy chrániť svoje vagóny, stromy budú dávať varovné signály. Lokomotíva bude musieť za jazdy spolupracovať s vagónmi, aby sa vlak nerozpojil. Vlak vezie pre deti hračky.

KLBKÁ

/ Pausewangová, 1995 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: hudba

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu, radosť z fyzického kontaktu.

Postup:

1. Deti sa pohybujú voľne po miestnosti, pustíme veselú, živú hudbu.
2. Keď hudba prestane, objímu niektorého spoluhráča. Akonáhle hudba začne hrať, začnú sa pohybovať spoločne. V každej nasledujúcej pauze sa dvojica pripojí k ďalšej skupine, až sa na konci hry celá trieda drží v jednom veľkom klbku.
3. Obmenou hry môže byť vyvolávanie čísel. Po zastavení hudby povie učiteľ číslo, ktoré určuje počet členov v skupine. Hráči sa snažia takéto skupinky čo najskôr vytvoriť.

Poznámky: Deti sa naučia pohybovať v skupine a súčasne im hra pomôže prekonať prípadnú nechuť ku vzájomnému fyzickému kontaktu. Ak hru spojíme s číslami, precvičíme jednoduché počtové úkony.

HORÚCI ZEMIAK

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: lopta

Cieľ: Rozvíjať skupinové cítenie, spoluprácu.

Postup:

1. Táto hra je variáciou tradičnej hry s loptou, ale tu nie je žiadny hráč vylúčený z hry. Deti sedia v kruhu a hádžu si loptu „ horúci zemiak“ dovedy, kým niekto nevykrične „ horúci zemiak.“
2. Ten, komu zostala lopta v ruke, sa zdvihne a pripojí sa k vyvolávačovi. Hráči si loptu opätovne podávajú.
3. Vyvolávači potichu počítajú do určitého čísla, v ktorom sa k nim pripája niekto z hráčov. Vyvolávači sa musia sami rozhodnúť a vybrať číslo, do ktorého sa musí počítat' pred zavolaním „ horúci zemiak.“

Poznámky: Hra podporuje skupinové cítenie, pretože umožňuje každému účasť na hre. Precvičuje i jednoduché počtové výkony.

ŽIADNE RUKY!

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: hudba, rôzne drobné predmety

Cieľ: Rozvíjať spolupatričnosť a spoluprácu.

Postup: Deti sa pohybujú za hudby v pároch po miestnosti a snažia sa medzi sebou udržať nejaký zvolený predmet. Predmet môžu držať rôznymi časťami tela – medzi laktami, hlavami, nohami, čelami a pod.

Poznámky: Hra je veľmi jednoduchá, vedie deti ku spolupráci a k diskusii, akým spôsobom vyriešiť problém čo najlepšie, čím sú vedené k tvorivosti. Hra je vhodná pri preberaní tematického celku „ ľudské telo,“ vedie k lepšiemu zapamätaniu jednotlivých častí tela.

PSÍČEK, PSÍČEK, KDE MÁŠ SVOJU KOSTIČKU?

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: predmet- kosť

Cieľ: Rozvíjať skupinovú spoluprácu, spolupatričnosť, pozitívne vnímanie.

Postup:

1. Deti sedia v kruhu na podlahe. Jedno dieťa je psík a vyjde von z miestnosti. Iné dieťa má za úlohu schovať u seba kosť.
2. Deti potom spoločne volajú: „ Psíček, psíček, kde máš svoju kostičku?“ „ Niekto ju vzal z tvojho domčeka!“
3. Dieťa, ktoré hrá psíka, sa vráti do miestnosti, chodí okolo kruhu a snaží sa uhádnuť, u koho je schovaná kosť.
4. Ostatné deti sa mu snažia pomôcť nasledujúcim spôsobom : pokiaľ sa hráč priblíži ku schovanej kosti, tleskajú rýchlejšie, pokiaľ sa od nej vzdaluje, tleskajú pomalšie. Úplne prestanú tleskať, ak sa hráč pohybuje na opačnej strane kruhu.

Poznámky: Hra vedie deti ku vzájomnej pomoci a spolupráci, prispieva k formovaniu pozitívneho skupinového cítenia.

STROSKOTANIE

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: šatka

Cieľ: Rozvíjať skupinovú spoluprácu, pocity spolupatričnosti.

Postup:

1. Jedno dieťa predstavuje „ loď “ a ostatné deti sú „ skaly.“ Skaly sedia na podlahe a medzi sebou nechávajú dostatok voľného priestoru pre hráča, ktorý sa medzi nimi pohybuje.
2. Skaly sa počas hry nesmú pohybovať po priestore. Hráč, ktorý predstavuje loď, má zaviazané oči a musí prejsť miestnosť z jedného konca (mora) na druhý (pobrežie) bez nárazu na skalú.

3. Pokiaľ sa dostane do blízkosti skaly, skala musí vydať zvuk „ššš“ (zvuk vln narážajúcich na skalu), aby varovali loď. Keď sa hráč dostane bezpečne na pobrežie, môže sa hra po výmene rolí opakovať.

Poznámky: Hra vedie deti k tomu, aby si vzájomne pomáhali a všímali si viac jeden druhého.

OSLÍKOVI CHÝBA CHVOSTÍK

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5- 8 rokov

Pomôcky: obrázok oslíka, šatka, chvostík

Cieľ: Rozvíjať spoluprácu, skupinové cítenie a radosť zo spoločného úspechu.

Postup:

1. Veľký obrázok oslíka pripevníme na stenu. Jednému dieťaťu zaviažeme oči a dáme mu do ruky chvostík vystrihnutý z papiera.
2. Úlohou hráča je dať chvostík na správne miesto na obrázku.
3. Ostatné deti pozorujú a pomáhajú mu tým, že tleskajú s intenzitou úmernou tomu, akonáhle sa hráč priblíži k správnejmu miestu. / môžeme zvoliť i komunikáciu – samá voda, prihorieva, horí, alebo pokyn hore, dolu, doprava, doľava a pod./
4. Keď pripojí chvostík, pozrie sa na výsledok svojej práce.
5. Deti môžu prikladať i iné časti tela, obrázok však musí byť zostavovaný v logickom slede.

Poznámky: V tejto hre nie sú víťazi a porazení. Deti sa učia zábavnou formou pomáhať si. Po dokončení obrázku cítia radosť zo spolupráce a spoločného úspechu. U hráča, ktorý má zviazané oči, sa rozvíja schopnosť orientovať sa podľa pokynov. Hrou sa učí vnímať a popisovať priestorové vzťahy. Hru je možné použiť pri preberaní stavby tela jednotlivých zvierat.

SPOLOČNÉ KRESLENIE

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5- 10 rokov

Pomôcky: výtvarné potreby, výkresy, papier

Cieľ: Rozvíjať spoluprácu, neverbálnu komunikáciu.

Postup:

1. Rozdelíme 16, 24 alebo 32 štvorcov papiera medzi deti.
2. Deti pracujú v štvorčlenných skupinách. Každá skupina by mala dostať 4 štvorce papiera, prípadne i viac, ak nemáme dostatočný počet detí.
3. Navrhujeme spoločnú tému (rodina, leto, les, škola a pod.). V prvej fáze každý nakreslí vlastné poňatie zadanej témy bez toho, aby sa o tom radil s ostatnými.
4. V druhej fáze si členovia skupiny prezrú všetky štyri obrázky a dohodnú sa na tom ako:
 - čo najlepšie usporiadať 4 jednotlivé štvorce do jedného spoločného,
 - dokresliť zmeny, doplnky, aby vznikol celistvý obraz. Táto fáza by nemala trvať dlhšie ako 15 minút.
5. V tretej fáze sa jednotlivé skupinky spoja a ich úlohou je :
 - dohodnúť sa, ako zostaviť výtvary jednotlivých skupiniek do jedného spoločného obrazu,
 - dohodnúť sa, ako najlepšie obraz dopracovať, aby pôsobil jednoliate a ucelene. Potrebný čas 15 minút.
6. Hru možno obmieňať- hráči sa môžu napríklad v jednej fáze dorozumievať neverbálne, v inej verbálne. Takáto skúsenosť otvára pole pre diskusiu o týchto dvoch základných typoch dorozumievania.
7. Inou obmenou hry je, keď každý člen skupiny dostane stvárniť ľubovoľnú tému. Úlohou skupiny je vytvoriť z jednotlivých obrázkov súdržné a celistvé dielo.

Poznámky: Deti podnecujeme vhodne volenými otázkami k diskusii o niektorých kľúčových situáciách, ktoré sa vyskytli v priebehu hry.

Napr. *proces rozhodovania* : ako prebiehalo rozhodovanie o tom, kde umiestniť jednotlivé diely a z nich vytvoriť ucelený obraz. Súhlasili všetci členovia skupiny, ako zladili jednotlivé rozdielne názory a hľadiská.

Napr. **spolupráca a neverbálna komunikácia** : ako jedinci spolupracovali, či sa im zdala neverbálna komunikácia ľahšia alebo ťažšia než bežné dorozumievanie a prečo.

Napr. **vnímanie** : či mali členovia skupiny rozdielne predstavy o tom, ako vytvoriť súdržný a celistvý obraz, je možné tieto rozdiely popísať a vysvetliť, aké odlišné názory sa objavili a pod.

LOPTA NA TRAMPOLÍNE

/ Blahutková, 2002 /

Vek: od mladšieho školského veku

Pomôcky: deky, lopty

Cieľ: Rozvíjať priestorovú orientáciu, komunikáciu a spoluprácu.

Postup: Štvorica hráčov uchopí deku za cípy a položia na ňu loptu. Rýchlym napnutím deky lopta vyskočí ako na trampolíne a hráči sa ju snažia opäť chytiť do deky. Hru je potrebné nacvičovať.

Obmena hry:

-dve štvorice oproti sebe si prehadzujú loptu z trampolíny na trampolínu,

-lopta sa môže prehadzovať trampolínami cez sieť.

KÚZELNÁ LOPTA

/ Blahutková, 2002 /

Vek: od mladšieho školského veku

Pomôcky: lopta, deka (žinenka a pod.)

Cieľ: Rozvíjať priestorovú orientáciu, kooperáciu, zmysel a ochotu pomáhať.

Postup: Deti hrajú naháňačku. Jeden hráč má kúzelnú loptu, ktorá má zlú moc. Ten , koho hráč s loptou zasiahne, ochorie. Zostáva sedieť na mieste. Má však nádej uzdraviť sa, pretože uprostred hracieho priestoru je (nemocnica) deka, v ktorej sa každý uzdraví. Chorého do nemocnice odnesie dvojica hráčov (sanitka), ktorá je pred kúzelnou mocou lopty chránená. Akonáhle je chorý v nemocnici, uzdraví sa a pokračuje v hre.

STONOŽKA IDE CEZ HORY

/ Svetlíková a kol., 1998 /

- Vek:** od 5 rokov
- Pomôcky:** lavičky, veľké molitanové kocky, žinenky, gymnastický koberec a pod.
- Cieľ:** Rozvíjať koordináciu pohybov, spoluprácu pri spoločnom pohybe, rozvíjať pocit spolupatričnosti.
- Postup:** Učiteľ požiada deti, aby mu pomohli z pripraveného materiálu postaviť hory a pokryli ich trávou (veľkými žinenkami). Môžu pri tom použiť aj rôzny iný materiál, ktorý je naporúdzi. Stonožku vytvorí deti tak, že sa zoradia za sebou, kľaknú si, položia dlane na zem a uchopia členky predchádzajúceho kamaráta. 3- 4 deti takto sformujú stonožku, ktorá sa pohybuje priestorom, chodí horami, vylieza na kopce a schádza z nich. Po chvíli sa môžu stonožky (vzhľadom k počtu detí v triede) spájať a vytvoriť gigantickú stonožku. Na záver sa gigantická stonožka skrúti a zaspí.

PREPICHNUTÁ PNEUMATIKA

/ Blahutková, 2002 /

- Vek:** od predškolského veku
- Pomôcky:** žiadne
- Cieľ:** Rozvíjať spoluprácu, ochotu a schopnosť pomáhať.
- Postup:** Žiaci sa naháňajú. Určený hráč behá so zdvihnutým prstom, ktorý predstavuje „ihlu“. Ostatní žiaci sú pneumatiky. Úlohou „ihly“ je naháňať „pneumatiky“. Akonáhle sa niekto dotkne, musí pneumatika klesať k zemi s hlasným sykotom. Ktorýkoľvek hráč môže prepichnutú pneumatiku znova nafúknuť hlasným fúkaním (napr. 3x-5x) a naznačovaním šliapania nafukovacej pumpy. Musí však dávať pozor na „ihlu“, ktorá ho môže prepichnúť.

6.2.3.1 STOLOVÉ AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE KOOPERÁCIU

ČAROVNÝ STROM

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5- 8 rokov

Pomôcky: hrací plán so stromom (podobný ako v prílohe C) , obrázky ovocia

Cieľ: Rozvíjať tímovú prácu a spoluprácu.

Postup:

1. Hra je motivovaná rozprávkou národa Bantu, ktorá je známa v celej Afrike. Hovorí o sne korytnačky, ktorá sníva o strome so všetkými druhmi ovocia. Veľa zvierat sa pokúšalo nájsť tento strom, ale len korytnačka uspela.
2. Hra je určená pre 4-6 hráčov. Deti hádžu kockou a podľa čísla, ktoré padne, posúvajú figúrkou predstavujúcu korytnačku po cestičke smerom ku stromu. Po každom hode si vyberú nejaký druh ovocia a položia ho na zodpovedajúci obrys na strome. Ak sa podarí korytnačke prísť k stromu skôr a na strome ešte zostali voľné obrisy ovocia, jednoducho obrázky rozdelíme medzi deti a vyzveme ich, aby ich umiestnili.

PASTIERIK

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: hrací plán (podobný ako v prílohe B), obrázky zvierat / najlepšie 4 rôznych druhov /, kocka

Cieľ: Rozvíjať radosť zo spoločnej práce a z dosiahnutia cieľa.

Postup:

1. Pripravíme hraciu plochu, deti umiestnia do ohrady zvieratká. Potom sa opýtame, čo sa stane, keď pastierik zaspí. Deti zvyknú odpovedať, že zvieratká utečú z ohrady.
2. Zvieratká preto dáme z ohrady von a vyzveme deti, aby pomohli pastierikovi zohnať ich späť do ohrady.

3. Hra je určená pre 4 hráčov. Títo hádžu kockou a podľa čísla, ktoré padne, vráti príslušný počet zvierat späť do ohrady. Zvieratká môžu brať z ktorejkoľvek časti hracej plochy a vrátiť ich do ktorejkoľvek časti ohrady.

4. Pokiaľ máme 4 rôzne typy figúrok / druhov zvierat/, môžeme stanoviť, že každý druh sa bude dávať do iného oddielu hrady.

MOST CEZ RIEKU

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: hrací plán (podobný ako v prílohe A), kocka, kamene / napr. z lega /

Cieľ: Rozvinúť vzájomnú kooperáciu, úsilie dosiahnuť spoločný cieľ, predvídať dôsledky vlastného jednania, vnímať priestorové vzťahy .

Postup:

1. Hru uvedieme príbehom o dvoch znepriatelených rodinách, ktoré žijú na brehoch jednej rieky. Priateľstvo, ktoré sa rozvinie medzi ich deťmi, ich donúti vyriešiť vzájomné spory. Rodiny sa rozhodnú, že cez rieku si postavia most a ukončia vzájomnú dlhoročnú izoláciu.
2. Hra je určená pre 4-6 hráčov. Deti hádžu kockou, zastupujú obidve rodiny. Hodené číslo určí, koľko kameňov má hráč k rozostavenému mostu pridať. Každá skupina začína stavať od dverí domu na svojej strane rieky. Hra končí, keď sa obidve polovice mostu spoja.

STAVBA DOMU

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: hrací plán s obrysmi domu (podobný ako v prílohe D), 6 obálok / jedna pre každého hráča/ obsahujúcich tehly : veľký, malý obdĺžnik, dlhý tenký obdĺžnik, štvorec, trojuholník a oranžové štvorce na strechu/

Cieľ: Rozvíjať schopnosť kooperatívnej práce, priestorových vzťahov a základných geometrických tvarov.

- Postup:**
1. Hráčom vysvetlíme, že ich úlohou je pri stavbe domu spolupracovať. Hru uvidíme otázkami: Už si videl, ako sa stavia dom? Koľko robotníkov pracovalo na stavbe? Môže dom postaviť jeden robotník alebo musí viac ľudí pracovať, aby mohli stavbu dokončiť?
 2. Hráčom povieme, že v obáľkach sú žlté tehly a oranžové časti strechy. Zdôrazníme, že strechu môžu stavať až po postavení stien domu – môžu nám vysvetliť prečo.
 3. Hra je určená pre maximálne 6 hráčov. Každý hráč dostane obálku s tehľami. Deti striedavo ukladajú tehly na obrys ich domu. Je potrebné ich upozorniť, aby sa tehly neprekrývali. Jednotlivé diely sú tak navrhnuté, že pri správnom vsadení vyplnia obrys domu ako diely skladačky.
 4. Potom deti pristúpia ku stavbe strechy.

PÍSMENKOVÉ PEXESO

/ E. Poláková, E. Samko, V. Uherčíková, 1997 /

Vek: 6-9 rokov

Pomôcky: pexeso (pozri prílohu B in Pracovný materiál pre nultý ročník 1.časť Jazyk a komunikácia, str.161-167. Prešov: Rokus 2005)

Cieľ: Rozvinúť kooperáciu, slovnú zásobu, precvičiť pamäť, pozornosť.

- Postup:**
1. Deti rozstrihajú papiere na malé kartičky.
 2. Kartičky pomiešajú a uložia na stôl tak, aby navrchu boli obrázky.
 3. Jeden hráč si vyberie jednu kartičku a rýchle k nej nájde druhú s rovnakým obrázkom. Na hľadanie má iba toľko času, pokiaľ jeho kamarát naráta pomaly do 3 / 5.
 4. Ak sa to prvému nepodarilo, hľadá obrázok jeho kamarát.
 5. Keď sa dieťaťu podarilo nájsť dve rovnaké karty, položí ich pred seba obrázkom hore a háda, ako sa povie po slovensky / rómsky to, čo je na obrázku.
 6. Hru môžu hrať dvaja i viacerí hráči a hra sa dá i ľubovoľne obmieňať.

6.3 AKTIVITY ROZVÍJAJÚCE VERBÁLNU A NEVERBÁLNU KOMUNIKÁCIU

Pomáhajú deťom vyjadriť ich myšlienky a pocity, vedú ich k aktívnemu počúvaníu, k premýšľaniu nad tým, čo počuli a aby boli schopné pozorovať a vyskúšať si i rôzne spôsoby neverbálnej komunikácie medzi ľuďmi.

TICHÉ OSTROVY

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: hudba, obruč z plastu / papiera

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a asertívnu spoluprácu.

Postup:

1. Dve deti stoja v kruhu (obruč z plastu, papiera) a držia ho vo výške pásu a pohybujú sa po miestnosti za sprievodu hudby.
2. Akonáhle hudba prestane hrať, musia sa pripojiť k inému páru, spojiť svoj kruh (obruč) dohromady a všetky štyri deti vojdú do kruhu. Tak pokračujú v pohybe a vo vzájomnom združovaní, až kým nie je v strede obruče / kruhu čo najväčší možný počet detí.
3. Obmenou hry bude, keď každé dieťa dostane obruč. Keď začne hudba hrať, môže obruč pustiť a pohybovať sa po priestore. Keď hudba stíchne, každý sa musí postaviť do stredu z niektorého kruhu / obruče. Pred každou hudobnou pauzou odstráni učiteľ jeden kruh.
4. Deti vytvárajú dvojice, trojice, až kým nedosiahnu maximálny počet hráčov v kruhu.

Poznámky: Hra navodzuje u detí kooperatívne správanie a pomôže im cítiť sa príjemne vo fyzickom kontakte s inými deťmi.

TELEFÓN

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-8 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a spoluprácu.

Postup: 1. Deti sedia v kruhu. Prvé dieťa pošepká odkaz, napr.: „Som tvoj kamarát,“ dieťaťu po pravici. Odkaz prebehne celým kruhom. Posledný hráč povie odkaz nahlas. Cieľom je, aby sa odkaz vrátil bez zmien alebo prekrútenia.

2. Skupina môže skúsiť poslať jednoduchý odkaz v rómskom jazyku.

Poznámky: Hra rozvíja schopnosť počúvať. Následná diskusia môže pomôcť deťom objasniť zásady správnej komunikácie: starostlivú výslovnosť, pozornosť, vnímavé počúvanie. Zdôrazníme i faktory, ktoré naopak komunikácii prekážajú (hluk, nepozornosť).

ČO MAĽUJEM?

/ Smith, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu, radosť z fyzického kontaktu.

Postup: 1. Deti sedia v kruhu, otočia sa doprava, takže každé dieťa je otočené čelom ku spoluhráčovmu chrbtu.

2. Prvý hráč namaľuje prstom na chrbát spoluhráča pred ním jednoduchý tvar / neskôr písmeno, číslo/.

3. Toto dotykové posolstvo je odovzdané a posledný hráč ho namaľuje na tabuľu.

Poznámky: Hra zvyšuje predstavivosť a neverbálnu komunikáciu.

UŠI POZOR!

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať vnímanie a neverbálnu komunikáciu.

Postup:

1. Učiteľ rozpráva alebo číta dobre známu rozprávku a deti tlesknú (zdvihnú ruku a pod), keď počujú slovo, ktoré bolo vopred dohodnuté.
2. Deti môžu skúsiť tleskať, keď počujú zvuk „ mmm“ „,sss“ alebo iný dopredu dohodnutý zvuk, ktorý sa učia rozlišovať.

Poznámky: Ide o jednoduchý spôsob ako zamerať pozornosť detí na to, čo počúvajú.

ÚTEK ZO ZOO

/ Fountain, 1994 /

Vek: 5-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať skupinovú spolupatričnosť a neverbálnu komunikáciu.

Postup:

1. Deti sedia v kruhu, každé dostane meno jedného zvieratka zo ZOO / deťom môžeme dať i kartičky s obrázkami zvierat/.
2. Učiteľ vyvolá meno dieťaťa.
3. Deti, ktoré majú dané zviera, vstanú a hľadajú si nové miesto v kruhu. Je možné vyvolať naraz i viac zvierat.
4. Keď učiteľ zvolá „ útek zo ZOO,“ všetci vyskočia a hľadajú si nové miesto.
5. Hru môžeme hrať i s farbami. Deti dostanú kartičky rôznych farieb, hra prebieha rovnakým spôsobom, všetci vyskočia a menia miesto, keď sa ozve „ dúha.“
6. Podobne môžeme hru hrať s obrázkami potravín, všetci menia miesto pri zvolaní „ nákupný košík.“

Poznámky: Hra je zábavná, pomáha utvárať zmysel pre jednotu skupiny, podporuje vývoj schopnosti aktívne počúvať a môže byť spojená i s rozširovaním slovnéj zásoby z rôznych tematických okruhov.

MENÁ V POHYBE

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a sebadôveru.

Postup: 1. Deti stoja v kruhu. Jedno po druhom idú do kruhu a povedia svoje meno, pričom urobia pohyby, ktoré zodpovedajú zvuku ich mena, napr.: zatočí sa, rozhodí rukami, potrasie rukami, vyskočí, tleskne pri každej slabike svojho mena a pod.
2. Keď jedno dieťa skončí, zvyšok triedy opakuje spoločne jeho meno i pohyb. Potom sa vráti na svoje miesto, do kruhu vstúpi ďalšie dieťa.

Poznámky: Hra posilňuje sebadôveru, pretože každé dieťa sa na chvíľu stane stredobodom pozornosti celej skupiny. Táto hra objasňuje pojem mimoslovnej (neverbálnej) komunikácie a ukazuje im, že gestá a pohyby o nich veľa prezradia.

DETEKTÍVKA

/ Fountain, 1994 /

Vek: 6-10 rokov

Pomôcky: nálepky / obrázky zmyslov

Cieľ: Rozvíjať neverbálnu komunikáciu a spoluprácu.

Postup: 1. Deti tvoria štvorčlenné skupiny. V skupine má každé dieťa inú nálepku označujúcu jeden zmysel – zrak, sluch, hmat, čuch. Všetky deti s výnimkou dieťaťa s označením zrak (oko) si zaviažu oči. „Zrak“ vyberie predmet, ktorý sa bude skúmať. Každé dieťa skúma len tým zmyslom, ktoré mu bolo pridelené. Ucho – načúva, ruka – ohmatáva, nos - očucháva.
2. Každé dieťa preskúma vybraný predmet a zrak ich vyzve, aby ho každý opísal, čo videli, počuli, cítili. Nakoniec sa pokúšajú uhádnuť druh predmetu.

Poznámky: Hra rozvíja schopnosť komunikovať vo vnútri skupiny a sústrediť sa na to, čo nám zmysly hovoria. Deti by mali dostať príležitosť, aby hovorili o tom, aké mali pocity, keď použili len jeden zmysel.

HRA NA ČERTÍKA

/ Blahutková, 2002 /

Vek : mladší školský vek

Pomôcky: krieda, hudobná nahrávka

Cieľ: Rozvíjať pozornosť, fyzickú a verbálnu komunikáciu.

Postup: Učiteľ urobí na podlahu kriedou kruh (môže použiť aj zvýšenú podložku). Vyberie medzi hráčmi čertíka, ktorý sa postaví do kruhu (na zvýšenú podložku). Pustí hudbu, na ktorú sa žiaci pohybujú v priestore a hrajú hru „Počítajme jeden, dva, ...“ , „Na písmenká“, Na zvieratká“. Akonáhle dá vedúci pokyn k vytvoreniu skupín (alebo zastaví hudbu), vybehne z pekla čertík a naháňa tých, ktorí nestačili vytvoriť skupinku zvoleného čísla, nezaujali správnu polohu zvieratka. Prvý chytený sa stáva čertíkom. Do pekla môže ísť aj viac čertíkov súčasne.

Poznámka: Ak by sa deti čertíka báli, môžeme namiesto neho zvoliť zvieratko. Hru môžeme realizovať aj na školskom dvore, v prírode.

VOJDEME SA DO DOMČEKA

/ Blahutková, 2002 /

Vek : od predškolského veku

Pomôcky: niekoľko kusov starých novín, hudobná nahrávka

Cieľ: Rozvíjať spoluprácu, schopnosť prijatia.

Postup: Učiteľ rozmiestni ľubovoľne po miestnosti noviny, ktoré predstavujú domčeky. Každý hráč si nájde svoj domček. Za sprievodu hudby sa všetci ľubovoľne začnú pohybovať po miestnosti. Keď učiteľ hudbu zastaví, každý uteká do najbližšieho domčeka. V ďalšej hre učiteľ počas hudobného sprievodu pozbiera časť novín. Po zastavení hudby sa musia všetci vrátiť do zvyšných domčekov. Hra pokračuje tak dlho, pokiaľ majú hráči dosť priestoru v domčekoch.

V závere učiteľ kladne vyhodnotí spoluprácu žiakov pri hľadaní spôsobov ubytovania sa v domčekoch.

KTO TU ROZKAZUJE?

/ Portmanová, 1996 /

Vek: 5-6 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Naučiť dieťa prispôsobiť sa a zvládať prejavy agresivity.

Postup: Jedno dieťa ide za dvere. Ostatné deti sedia alebo stoja v kruhu a učiteľ určí, „kto rozkazuje“. Určené dieťa začne nejakým pohybom, ktorý postupne mení na iné pohyby. Ostatné deti ho nenápadne sledujú a čo najrýchlejšie po ňom opakujú.

Potom zavoláme dieťa, ktoré bolo za dverami. Postavíme ho do stredu kruhu a jeho úlohou je zistiť, ktoré dieťa riadi pohyby celej skupiny.

Poznámky: Bolo pre deti ľahké sústrediť sa na iné dieťa? Bolo ťažké nenápadne riadiť skupinu?

PRELOMENIE MÚRA

/ Portmanová, 1996 /

Vek: 5-6 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Zvládať vlastnú agresivitu.

Postup: Tri až štyri deti zo skupiny vytvoria múr. Jedno dieťa sa potom snaží tento múr preliezť alebo prelomiť. Pritom sú zakázané všetky nebezpečné spôsoby, alebo tie, ktorými by si mohli deti ublížiť. Keď dieťa prekoná múr, alebo vyprší dohovorený čas, dostane takúto možnosť ďalšie dieťa.

Poznámky: Ako často sa dobytie múru podarí? Čo zvlášť pomáha deťom pri prekonávaní múru? Ako sa dieťa cíti, keď má múr prekonať a keď je súčasťou múru? Sú v skupine aj deti, ktoré nemajú záujem múr prekonávať?

ÚTOK NA HRAD

/ Portmanová, 1996 /

Vek: 5-6 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Naučiť dieťa prispôbiť sa a zvládať prejavy agresivity.

Postup: Deti vytvoria hrad, t.j. pevne uzavretý kruh, do ktorého sa jedno dieťa snaží dostať zvonku. Na útok na hrad sa môže skupina rozdeliť na dve menšie (napr. chlapci a dievčatá), z ktorých jedna bude tvoriť hrad a druhá sa ho bude snažiť dobyť. Úlohy si potom môžu vymeniť.

Poznámky: Ako sa cítili chlapci a dievčatá v rôznych úlohách? Správali sa v nich rozdielne? Ak áno, ako si to môžeme vysvetliť? Boli skutočne vždy tí telesne silnejší vo výhode? Čo môžu ľudia dokázať spoločne tam, kde sa jednotlivcom nedarí?

ČIA JE TO RUKA ?

/ Portmanová, 1996 /

Vek: Od 5 rokov

Pomôcky: žiadne

Cieľ: Naučiť sa prejavom neverbálnej komunikácie – dotykom.

Postup: Účastníkov rozdelíme do dvoch skupín. Prvá skupina sa postaví do radu so zatvorenými očami. Druhá skupina vyberie troch hráčov, ktorí budú podávať ruku všetkým členom prvej skupiny. Tí majú za úlohu určiť, menovať tých, ktorí ich zdravili podaním ruky. Skupiny môžu medzi sebou súťažiť.

Poznámky: Čo si všímame (vedome – nevedome) pri neverbálnej komunikácii? Nakoľko sa odrážajú povahové, fyzické danosti v partnerových pohyboch, dotykoch? Ako dobre hodnotíme, poznáme partnera, kamaráta?

ČÍ JE TO HLAS ?

/ Portmanová, 1996 /

Vek: od 6 rokov

Pomôcky: šatky na zakrytie očí alebo plachta (deka)

- Cieľ:** Naučiť sa individuálne prezentovať, komunikovať, poznávať po hlase.
- Postup:** Vedúci hra rozdelí prítomných do dvoch skupín. Prvá skupina bude „nevidiaca“ – hráči budú mať zaviazané oči, môžu byť otočení chrbtom, alebo budú oddelení od druhej skupiny plachtou, paravanom, nábytkom a pod. Druhá skupina vyberie troch hráčov, ktorí sa budú nahlas prezentovať – vymenuj 10 čísel, zarecituj báseň, riekanku, atď. Po každom prednese členovia prvej skupiny tipujú, kto bol interpret. Ak sa účastníci dobre poznajú, môžu si hru sťažiť tým, že menia hlasy.
- Poznámka:** V prípade, že je možné zabezpečiť detský telefón, hra je ešte zaujímavejšia.

TABLETKA

/ Pausewangová, 1995 /

- Vek:** Od 6 rokov
- Pomôcky:** Vybraný predmet alebo jeho obrázok, magnetofón / diktafón
- Cieľ:** Nacvičovať verbálnu komunikáciu, prezentácia postojov a hodnôt.
- Postup:** Na úvod činnosti dá vedúci hry kolovať v skupine predmet, napríklad tabletku lieku. V inštrukcii vysvetlí hráčom, že tabletku budeme sprevádzať na jej ceste a spolu porozprávame jej príbeh. Každý sa zapojí a dodá, ako tabletku vznikla, čo prežila, ako putovala, na čo ju použijú, čo dokázala. Môžu hovoriť z pozície tabletky („Ja som tabletká...“), alebo z pohľadu ľudí, ktorí ju majú „v ruke mám tabletku, ktorá...“). Ak niektorý z hráčov nevie, či nechce pokračovať, podá tabletku ďalej. V prípade, že niekto chce zasiahnuť do hovoreného príbehu, môže prerušiť rozprávača vetou: „Viem, ako príbeh pokračuje.“
- Poznámky:** Predmet si môže určiť skupina, alebo ho vedúci hry vyberie s tým istým zámerom (bankovka, droga, kniha, zem, prsteň...).

ČO BY SA STALO, KEBY ...

/ Pausewangová, 1995 /

Vek:	Od 6 rokov
Pomôcky:	žiadne
Cieľ:	Rozvíjať tvorivosť v komunikácii.
Postup:	Účastníkom predložíme vymyslenú situáciu, na ktorú môžu reagovať svojimi doplňujúcimi nápadi. Vyjadrujú sa najmä, aké výhody, resp. nevýhody by daná situácia priniesla pre bežný život, aj pre konkrétnu osobu. Hru môžeme začať príkladom: „Čo by sa stalo, keby nepršalo?“
Poznámka:	Situácie môžu navrhnúť aj hráči.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

1. Blahutková, M. 2002. Psychomotorika pre každého. Prešov: Rokus, 2002.
2. Cook, C. E. 1987. Adapting early childhood curricula for children in inclusive settings. Columbus, OH: Merrill, 1987.
3. Dargová, J. – Čonková, Ľ. 2002. Emocionálna inteligencia a tvorivá výučba. Prešov: Privatpress, 2002. ISBN 80-968608-3-6
4. Fountain, S. 1994. Místo na slunci. Praha: Tereza, 1994.
5. Gavora, P. 1993. Situačné učenie. Pedagogická revue, 45, 1993, 3/4, s.155-162
6. Hlavsa, J. a kol. 1986. Psychologické metódy výchovy k tvorivosti. Praha: SPN, 1986.
7. Kasíková, H. 1997. Kooperatívni učení, kooperatívni škola. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-167-3
8. Kolláriková, Z.- Pupala, B. 2001. Predškolská a elementárna pedagogika. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-585-7
9. Kosová, B. 2000. Rozvoj osobnosti žiaka (so zameraním na 1. stupeň základnej školy). Prešov: Rokus, 2000. ISBN 80-968452-2-5
10. Masariková, A. 1994. Didaktická hra vo výchovno – vzdelávacom procese. Quo vadis výchova...?. Bratislava, 1994.
11. Měgrierová, D. 1999. 100 námětů pro dramatickou výchovu. Praha: Portál, 1999.
12. Pausewangová, S. 1995. Sto her k rozvoji tvorivosti v předškolním a mladším školním věku. Praha: Portál, 1995.
13. Poláková, E., Samko, E., Uherčíková, V. 1997. Písmenkové pexeso k rómskemu šlabikáru. Bratislava: ASCO Art&Science, 1997. ISBN 80-88820-05-7
14. Portmanová, R. 1996. Jak zacházet s agresivitou. 150 her pro zvládnutí zlosti a agresivity. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-094-4
15. Program výchovy a vzdelávania detí v materských školách. Bratislava. Ministerstvo školstva Slovenskej republiky. 1999.
16. Strmeň, L. – Raiskup, J. Ch. 1998. Výkladový slovník odborných výrazov používaných v psychológii. Bratislava: Iris, 1998. ISBN 80-88-778-69-7
17. Smith, Ch. A. 1994. Třída plná pohody. Praha: Portál, 1994.
18. Svetlíková, I.-Fulopová, E. – Alberty, L. 1998: Kniha hier pre tvorivo – humanistickú výchovu. Trnava: Educatio, 1998.
19. Šimová, G. – Dargová, J.: Tvorivé dieťa predškolského veku. Prešov: Rokus 2001

20. Zelina, M .1994. Stratégie a metody rozvoja osobnosti dieťaťa. Bratislava: Iris, 1994. ISBN 80-967013-4-7

20.Zelina, M. – Zelinová, M. 1990. Rozvoj tvorivosti detí a mládeže. Bratislava: SPN 1990.

ZOZNAM ODPORÚČANEJ LITERATÚRY

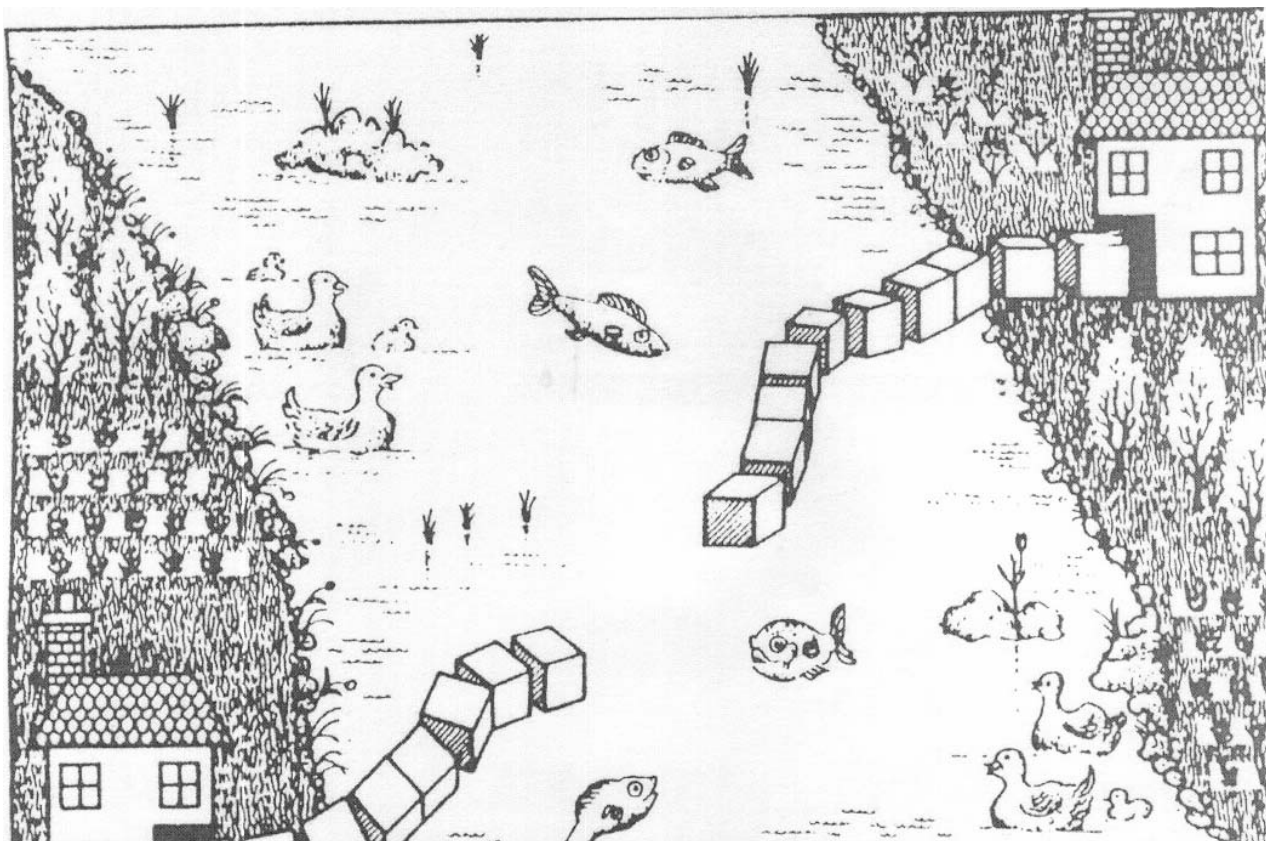
1. Baudisová, A. – Jenger-Dufayetová, Y. 1997. Hry a cvičení pro dramatickou výchovu v mateřské a základní škole. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-178-9
2. Cejpeková, J. 1996. Hra vo vyučovaní na 1. stupni základnej školy. Banská Bystrica, Univerzita Mateja Bela PF. 1996
3. Gardinová, N. 1996. Krátke hry pro dlouhé chvíle. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-104-5
4. Goleman, D.1997. Emoční inteligence. Praha: Columbus s.r.o., 1997
5. Hermová, S.1997. Psychomotorické hry. Praha: Portál 1997. ISBN 80-7178-139-8
6. Kosová, B.1996. Humanizačné premeny výchovy a vzdelávania na 1. stupni ZŠ. MC BB 1996. ISBN 80-8041-111-5
7. Kosová, B. 2000. Rozvoj osobnosti žiaka (so zameraním na 1. stupeň ZŠ).Prešov: Rokus. 2000.
8. Kosová, B.1998. Vybrané kapitoly z teórie personálnej a sociálnej výchovy pre učiteľov 1. stupňa ZŠ. UMB 1998. ISBN 80-8055-200-2
9. Kyriacou, Ch. 1996. Klíčové dovednosti učitele. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-022-7
10. kol. 1997. Kurs integrace dětí se speciálními potřebami. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-206-8
11. Maczejková, M. a kol. 2002. Přípravný – nultý ročník v základnej škole pre šesťročné deti nepripravené pre úspešný vstup do školy. Prešov: Metodicko-pedagogické centrum v Prešove, 2002. ISBN 80-8045-218-0
12. Patersonová, K.1996. Připravit, pozor, učíme se! Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-102-9
13. Rougier, R. 1996. Rozvíjíme logické myšlení. Praha: Portál, 1996.
14. Silberman, M.1997. 101 metod pro aktivní výcvik a vyučování. Praha: Portál 1997. ISBN 80-7178-124-X
15. Šimová, G.- Dargová, J. 2001. Tvorivé dieťa predškolského veku. Prešov: Rokus, 2001

16. Trochtová, I. 2002. Rozvojový jazykový program pre rómske deti. Prešov: Rokus s.r.o., 2002. ISBN 80-89055-21-4

1 PRÍLOHY

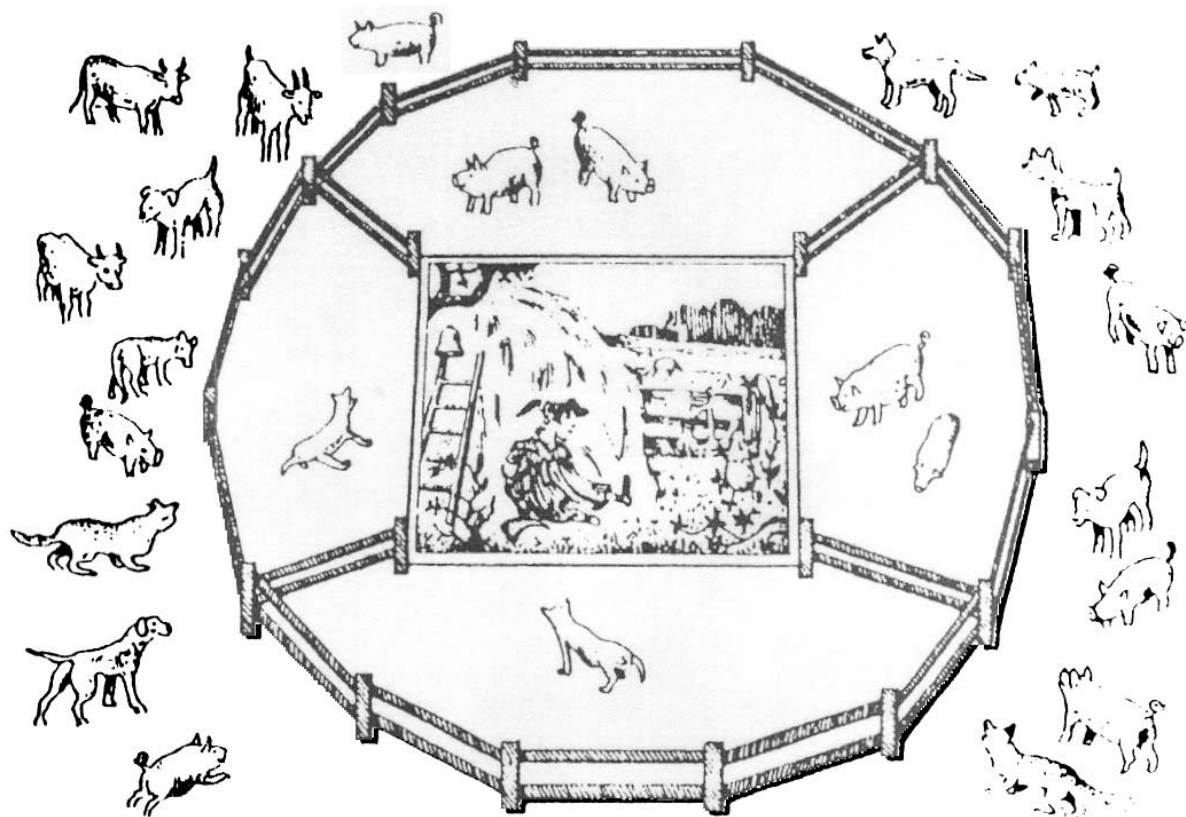
Príloha A

1.1 Návrh hracieho plánu

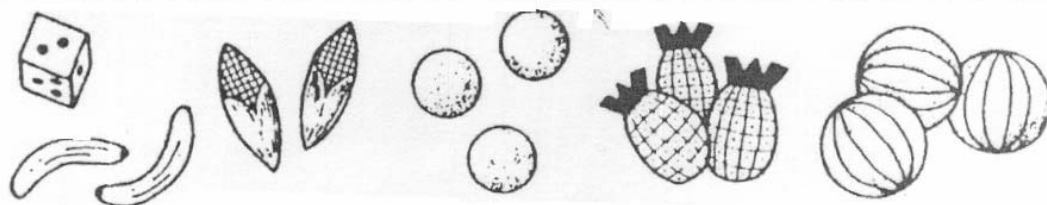
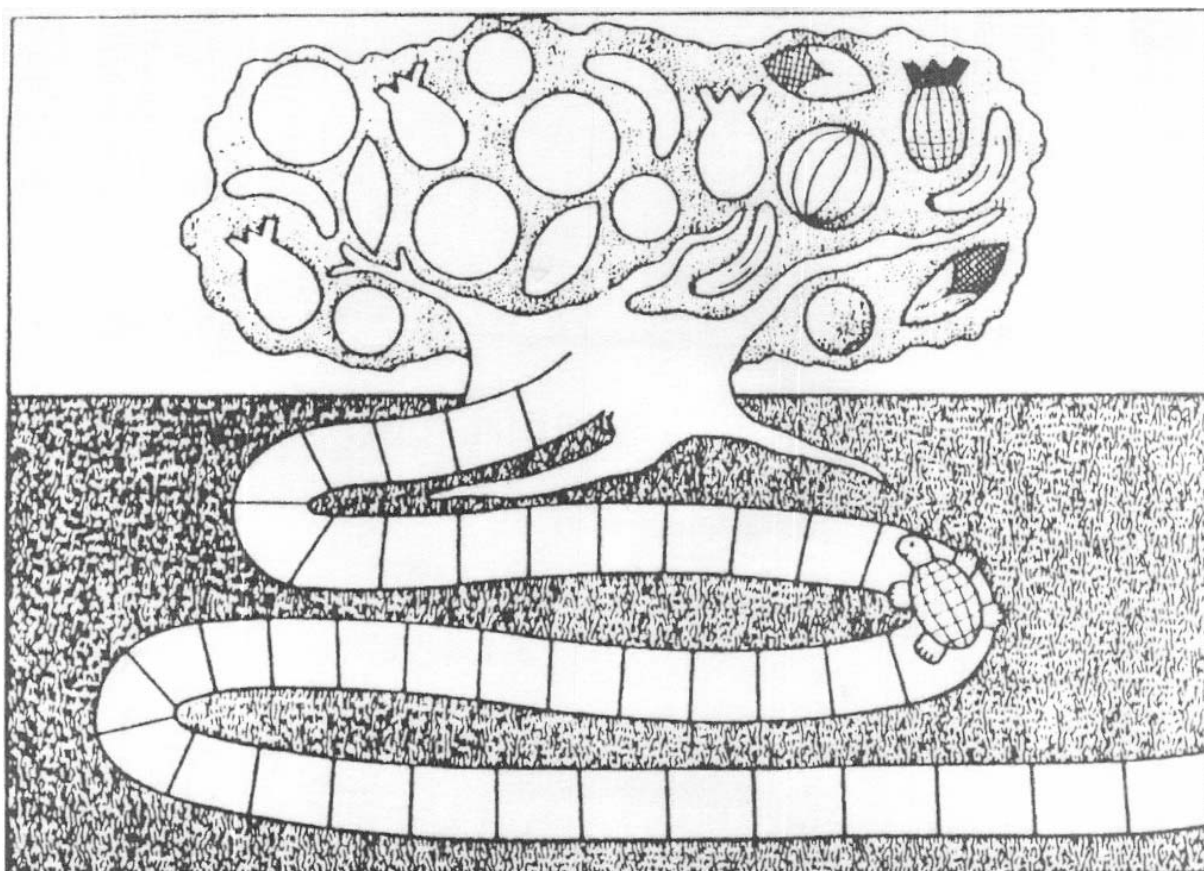


Príloha B

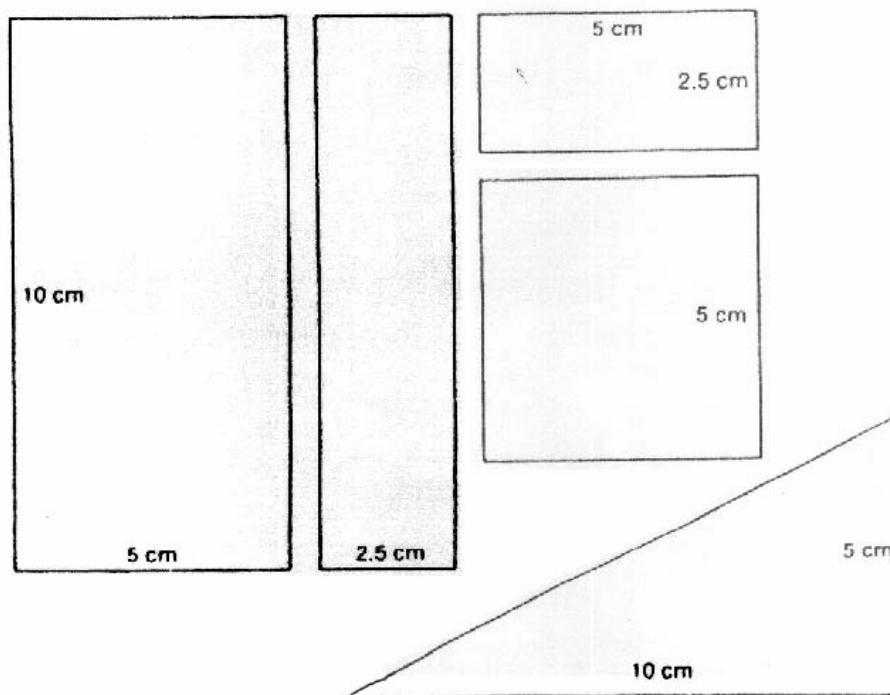
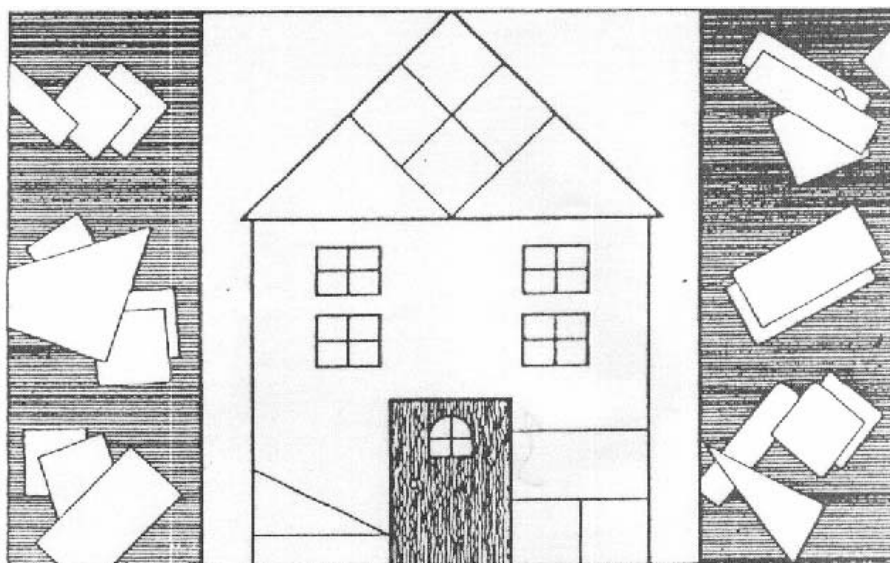
1.2 Návrh hracieho plánu



Príloha C
1.3 Návrh hracieho plánu



Príloha D
1.4 Návrh hracieho plánu



POZNÁMKY:

Názov : **Pracovný materiál pre nultý ročník základnej školy
3. časť**
Vydavateľ : Metodicko – pedagogické centrum v Prešove
Za vydanie zodpovedá : PaedDr. Ivan Pavlov, PhD., riaditeľ MPC
Tlač, obal a väzba : Rokus, s.r.o., Sabinovská 55, Prešov
Náklad : 600 ks
Rok vydania : 2006

Materiál neprešiel jazykovou úpravou.

1. vydanie

Prevzaté z: http://www.minedu.sk/EI/PHARE/Aktivita_2_vystupne_materialy.zip
ako „Pracovný materiál pre nultý ročník základnej školy“ a doplnené
Mgr. M. Oľšavskou

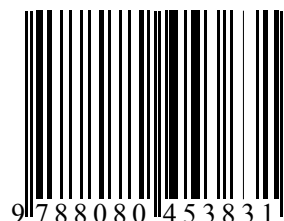
Vydalo: PHARE SKOOO2.1

Better Conditions for Roma Self – Realisation in the Education System

Materiál bol vypracovaný v rámci projektu Phare „Zlepšenie podmienok na sebarealizáciu Rómov vo vzdelávacom systéme, SK0002.01.01.0005“ realizovanom v gescii Ministerstva školstva SR a Úradu vlády SR.

Projekt bol realizovaný konzorciom vedeným spoločnosťou European Consultants Organisation v spolupráci s Centre International d'Études Pédagogiques (CIEP), Union Nationale des Institutions Sociales d'Action pour les Tsiganes (UNISAT), Nadáciou škola dokorán a Fórum Inštitútom pre výskum menšín.

ISBN 80-8045-383-7



N e p r e d a j n é !

Určené pre vzdelávacie potreby pedagogických zamestnancov škôl a školských zariadení v SR.



ISBN 80-89055-63-X



9 788089 055630