



SPOLU  
TO  
DÁME

PRÁCE SE TŘÍDOU  
PO PŮLROČNÍM ODLOUČENÍ

Vážení kolegové, milí třídní vyučující,

brzy nás čeká návrat k prezenčnímu vyučování, tedy žáci našich tříd i my se potkáme tak, jak jsme byli zvyklí, aniž by nás, kdy napadlo, že to může být ráz naráz úplně jinak. Navíc, nejednalo se o ledajaký půlrok, především na jaro roku 2020 budeme nejspíš ještě dlouho vzpomínat. Co vše naši žáci zažili? Jak se vyrovnávali s tak náhlou změnou denního režimu, způsobů výuky, ale třeba také výraznou změnou množství tráveného času s rodinou?

Věříme, že mnoho těchto informací jste od svých žáků zjišťovali nebo dostávali již v samotné době distanční výuky. Je však otázkou, kolik toho žáci vědí o prožívání karantény ostatními jejich spolužáky, co dalšího se odehrálo v jejich hlavách za dva měsíce prázdnin a především, jaký vliv bude mít celý předešlý půlrok na dynamiku třídních vztahů.

Jsme přesvědčeni o tom, že práce se vztahy ve třídě a poskytnutí prostoru žákům ke sdílení toho, co v nedávné minulosti prožili, bude nyní zcela zásadní. My i mnoho dalších organizací, poskytujících prevenci, jsme připraveni Vás v tomto období maximálně podporovat. Zároveň je zjevné, že nedokážeme externě zajistit tolik programů, kolik jich teď ve školách může být potřeba. I proto jsme se rozhodli sdílet s Vámi několik našich nápadů na konkrétní techniky, které Vám mohou pomoci navázat tam, kde jste skončili, či otevřít náročné téma prožívání karantény a ohrožení koronavirem.

Věříme, že jste nejlepšími odborníky na klima v kolektivech, kde působíte jako třídní vyučující. Jistě máte plán, jak práci se svojí třídou v září začnete a také věříme, že Vaši žáci se již na setkání s celou svojí třídou i s Vámi těší. Tyto naše tipy berte prosím jako snahu o Vaši podporu ve zcela nové situaci pro nás pro všechny.

Přejeme Vám i Vaším žákům příjemný návrat do staronových kolejí vyučování na živo.

SRDEČNĚ ZDRAVÍ,

TÝM CENTRA PRIMÁRNÍ PREVENCE

MAGDALÉNA O.P.S.

## Pár obecných tipů pro práci s kolektivem

Pro případ, že s kolektivem podobným způsobem nepracujete, jsme si dovolili nejprve shrnout pár základních zásad, kterými se v práci s třídním kolektivem řídíme.

### 4 základní pravidla, která přinášíme na program

Pokud jsou pravidla pro žáky nová, je třeba myslet na to, že se je žáci teprve učí a pravděpodobně je někteří budou porušovat. Zejména u pravidla „důvěřujeme si“ upozorňujeme žáky na to, že může dojít i k nezáměrnému porušení pravidla ze strany spolužáka či spolužáků. Také může nastat situace, kdy pravidlo záměrně poruší pedagog, který se dozví o vážné situaci např. ohrožení žáka, protiprávním jednání atd. V tu chvíli musí situaci dále řešit v duchu oznamovací povinnosti a ochrany žáka/ žáků samotných.

#### Pravidlo 1: Mluví jenom jeden

*„Dát si vzájemně prostor je důležité proto, abychom se slyšeli a abychom mohli vnímat, co ten, kdo mluví, vůbec říká. Asi jste zažili tu nepříjemnou situaci, kdy chcete něco říct a někdo mluví přes vás. Působí to, jako by ho nezajímalo, co říkáte.“*

#### Pravidlo 2: Všichni jsme si rovni

*„I proto sedíme společně v kruhu, kde nikdo není výš nebo níž, blíž nebo dál. Rovni jsme si především v názorech a postojích. Cokoliv nás napadá, můžeme říct (když nemluví někdo jiný), všechny myšlenky nebo pocity mají stejnou hodnotu. Pokud máme jiný názor, sdělujeme ho s respektem k tomu předešlému. Nikomu se za jeho myšlenky, názory nebo otázky nebudeme smát.“*

#### Pravidlo 3: Důvěřujeme si

*„Během bloku se může stát, že se někdo svěří ostatním s nějakou osobní, důvěrnou informací. S takovými informacemi budeme i důvěrně zacházet. Respektujeme soukromí každého a nepoužíváme to, s čím se nám svěřil, jako zbraň proti němu. Neposmíváme se mu, nevynášíme tuto informaci dál – mimo třídu se záměrem dotyčnému ublížit nebo mu nějak uškodit.“*

#### Pravidlo 4: Právo říct STOP

*„Každý má právo se z osobních důvodů nezúčastnit techniky (např. neodpovědět na otázku), pokud je mu situace jakkoliv nepříjemná. Závažnost jeho důvodů posuzuje člověk sám. Pravidlo prosím nezneužívejme, důvodem k jeho využití by nemělo být „dneska se mi nějak nechce“. Učíme se tak vnímat svoje osobní hranice a držet si je.“*

## Několik dalších zásad vedení programu

### Dobrovolnost účasti vs. prostor pro každého

- Dejte alespoň jednou v programu prostor k vyjádření každému žákovi (jasné pořadí, ve kterém se každý může vyjádřit)
- Pokud se někdo zapojovat nechce, nenuťte ho, hledejte společně cestu, jak se může programu účastnit a zároveň se cítit bezpečně

### Oceňování vs. jasné hranice

- Oceňujte žáky za jejich aktivitu, tvořivý přístup, kladení otázek
- Držte hranice dodržování nastavených pravidel a také tématu, kterému se dnes věnujete

### Vlastní zkušenost vs. právo na soukromí

- Je v pořádku a ve většině případů žádoucí sdílet s žáky vlastní autentickou zkušenost (podrobenou kritické odpovědi na otázku „Co tato moje zkušenost žákům přinese?“)
- Máte právo neodpovědět na osobní otázky či říct pouze omezenou část informací o Vás (doporučujeme nelhat o sobě ve snaze vyhovět všetečným žákům)

### Zážitková pedagogika vs. čistá hra pro radost

- **REFLEXE** je stěžejní součástí uvedených technik. Bez ní může žákům uniknout cíl techniky. Doporučujeme reflexe vést formou kladení otázek, které směřují k prožitku žáků. Součástí reflexe by mělo být propojení s realitou našeho běžného života.
- Pro uvolnění můžeme zařadit hru, která nebude mít vyšší cíl a nebude třeba ji reflektovat (je však třeba počítat s tím, že i v průběhu takové hry se může stát mezi žáky něco, co si reflexi vyžádá)

# ÚVODNÍ KOLEČKO

## Cíle:

- žáci si připomenou, s kým všim se zde po dlouhé době setkávají
- žáci mají základní představu o tom, s jakou náladou, případně jakými nedávnými zážitky jejich spolužáci přicházejí
- žáci mají prostor pro sdílení vlastních zážitků a svojí nálady

## Pomůcky: symbol slova (např. měkký míček)

bezkontaktní alternativa: necháme žáky vymyslet, jaký předmět se jim dobře/příjemně drží v ruce a mohl by sloužit jako symbol slova. Poté každý žák ostatním může říct, co vymyslel a pomyslně tento předmět někomu předá

## Předpokládaný čas: 20 min

**Průběh techniky:** Sedíme společně v kruhu, z jehož středu vše odstraníme (všichni na sebe dobře vidí). Nejprve připomeneme základní třídní pravidla (případně základní pravidla pro fungování ve skupině – viz text dříve). Poté položíme jednu nebo dvě otázky na úvod a každý dostává prostor na ně odpovědět před třídou. Otázky se týkají aktuální nálady, případně je možné poprosit o sdílení zajímavého zážitku z prázdnin atp.

## Návrhy otázek do kruhu:

- *S jakou náladou dnes přicházím?*
- *Jak jsem prožil/a prázdniny? Který zážitek bych chtěl/a sdílet se třídou?*
- *Co zásadního se stalo za dobu, kdy jsem se třídou nebyl/a v kontaktu?*
- *Na co jsem se do školy a svojí třídy těšil/a? Na co naopak ne?*
- *S kým se tu po té dlouhé době setkáváme? Změnilo se na vás něco (názory, postoje, myšlenky), nebo jste stále stejní?*
- *Co mi v poslední době dělalo radost, co mě naopak štvalo/mrzelo?*
- *Co jsem v poslední době dělal/a jinak/jiného/zajímavého, co nejspíš ostatní nedělali?*
- *S jakou otázkou nyní do třídy přicházím?*

**Reflexe:** Reflexi úvodního kruhu doporučujeme udělat spíše stručnou. Ověřujeme, zda se žáci vzájemně vnímají a jsou připraveni na další společnou činnost. Ptáme se žáků na shrnutí toho, co jsme se teď dozvěděli a jak to na ně působí. Pokud jsme se neptali v samotném kruhu, můžeme se žáků zeptat, s jakou otázkou dnes do třídy přicházejí, zda mají z něčeho obavy. Na případné otázky se pokoušíme společně odpovědět, u obav můžeme mluvit o tom, co můžeme udělat pro jejich zmírnění.

# TRÓJSKÝ KŮŇ

## Cíle:

- podpořit pocit, že jsem znovu součástí kolektivu
- umožnit třídě příjemný společný zážitek na úvod

**Pomůcky:** židle pro každého hráče

**Předpokládaný čas:** 20 min

**Průběh techniky:** Židle rozmístíme po třídě nepravidelně, zároveň tak, aby se kolem každé židle dalo pohodlně projít. Každý žák (kromě trójského koně) si sedne na svoji židli. Jeden žák (příp. vyučující) představuje trójského koně, ostatní představují síť počítačů (nebo jeden počítač), která se nechce nechat tímto virem napadnout. Kůň se postaví na vzdálený kraj třídy, vzhledem k volné židli. Po zaznění signálu k začátku hry (stačí slovně) se trójský kůň snaží obsadit volnou židli. Ostatní žáci se mu snaží v obsazení volné židle zabránit tím, že ji sami obsadí. Trójský kůň se může pohybovat pouze tak, že semkne kolena k sobě a šoupe nohama. Ostatní se mohou pohybovat běžně, ale není dovoleno snažit se trójskému koni bránit v cestě či ho jakkoliv omezovat. Také není dovoleno přemísťovat židle, ty musí zůstat na svých místech. Komunikace mezi žáky není zakázána, je naopak žádoucí. Ve chvíli, kdy trójský kůň počítač napadne (obsadí volnou židli), stává se novým trójským koněm ten, kdo na obsazené židli seděl jako poslední, nebo ten, který si tuto roli chce dobrovolně vyzkoušet. V roli trójského koně se prostřídá několik žáků, pokud je na to prostor, mohou si ji vyzkoušet klidně všichni, včetně vyučujícího.

**Reflexe:** V reflexi vedeme žáky k vnímání skupinové dynamiky.

## Otázky do reflexe:

- *Jaká pro vás aktivita byla a čím myslíte, že to je? (proč bavila, nebo naopak připadala nudná) Co by se mělo stát, aby se váš pocit z této aktivity změnil? (např. kdyby se ostatní nezapojili, zapojili více, ...)*
- *Jak jste byli spokojeni s tím, jak dlouho se vám dařilo odolávat trójskému koni? Vnímáte v tomto nějaký posun od začátku k závěru aktivity?*
- *Jaká byla strategie skupiny k odolávání koni? Věděli o ní všichni? Jak jste o ní spolu komunikovali?*
- *Jaké pocity přinášela samotná role trójského koně? (chtěli jste jím být, jak vám v té roli poté bylo)*
- *Co může průběh této aktivity říct o našem kolektivu, jaký je tady a teď?*

# ČAJOVNA

## Cíle:

- navodit příjemnou atmosféru pro rozhovor o době karantény
- vytvořit prostor pro vzájemné sdílení příjemných i nepříjemných zážitků z doby, kdy se nevidali

**Pomůcky:** Speciální uspořádání třídy (ve stylu kavárny, tedy spojíme vždy dvě lavice, kolem nichž dáme židle pro jednu ze čtyř skupin), flipchartové papíry, A4 papíry na poznámky, lepicí páska, nůžky, flipchartové fixy, klasické fixy nebo pastelky, obyč. tužky +navíc - něco sladkého, co navodí atmosféru "kavárny"

## Předpokládaný čas: 60 minut

**Průběh techniky:** Stoly rozmístíme ve třídě tak, aby mohli žáci sedět kolem nich jako v kavárně. Na stoly umístíme místo ubrusů flipchartové papíry (nejlépe je v rozích přilepíme, aby se s nimi žákům lépe pracovalo) a několik fixů (větších i menších, příp. pastelek, obyč. tužek). Pro potřeby žáků můžeme přidat i obyčejné papíry A4 na jejich poznámky. Na každém velkém papíru je napsáno jedno téma nebo otázka, kterou se mají žáci společně zabývat. Stolů vytvoříme podle potřeby tolik, aby žáků v jedné skupině nebylo více než 6, nejspíš bude 5 skupin.

Po rozdělení třídy se jednotlivé skupiny usadí ke stolům. U každého stolu mají poté 10 minut na diskusi na vybrané téma a 2 minuty na vytvoření trefných závěrů jejich diskuse (1 - 3 myšlenky). Tyto myšlenky zanesou na stůl, poté pokračují k jinému stolu a otevírají další téma. Pokud u stolu již někdo seděl, můžeme využít myšlenky, které tam již předchozí skupiny napsaly. Lektoři/vyučující mohou mezi stoly procházet a nabízet žákům případně další pohled na věc, pokud by diskuse vázla. Reflexe poté probíhá ve velkém kruhu.

## Doporučené otázky/témata na stoly:

- Co bylo na karanténě dobré - co nás bavilo, co dobrého nám přinesla
- Co nás na karanténě nebavilo, co nám chybělo, co nás štvalo
- Čeho jsem se bál/a?
- Co jsem se dozvěděl/a o sobě nebo o svých blízkých, učitelích, spolužácích?
- Co jsme si díky karanténě uvědomili
- Co teď chceme dělat stejně jako před karanténou, co naopak chceme dělat jinak?
- Na co se v nejbližší době těšíme?

**Reflexe:** V reflexi se ptáme na průběh práce ve skupinách, závěry a zajímavé postřehy k jednotlivým otázkám a na pocity žáků.

## Otázky do reflexe:

- Jak nyní karanténu vnímáte? Je to už daleko za vámi, nebo ji máte zatím v dobré paměti?
- Jak se vám mluvilo se spolužáky o tomto tématu?
- Jak vaše diskuse probíhala? Vedl ji někdo, měl někdo rozhodující slovo? Dalo se bavit v klidu, nebo došlo i k bouřlivějším názorovým střetům? Čím by to případně mohlo být?
- Přinesl někdo zajímavý pohled/myšlenku, které vás doposud nenapadly?
- Jak užitečné vám přišlo se nyní o tomto tématu ve třídě pobavit



# REŽISÉŘI

## Cíle:

- napojit se v myšlenkách na situaci v kolektivu před karanténou, zhodnotit, na co dobrého chceme navázat a co nechat zapomenuto
- podpořit pocit, že máme na co navazovat a chuť se do toho pustit

**Pomůcky:** Flipchartové papíry, postity, fixy

**Předpokládaný čas:** 45 min

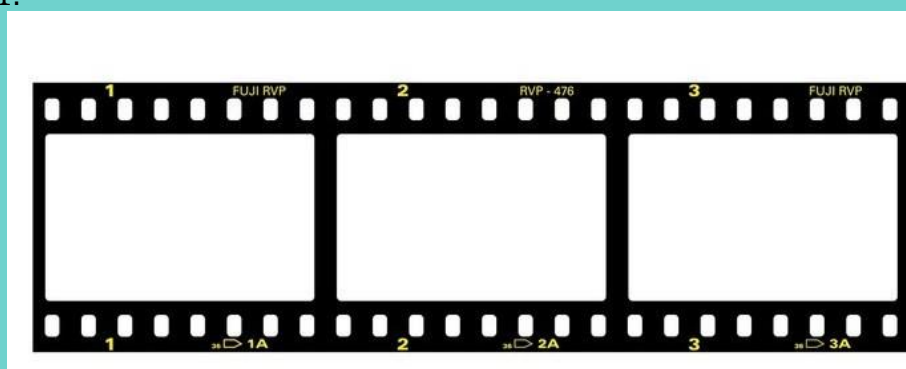
**Průběh techniky:** Ze třech flipchartových papírů (nebo větších papírů velikosti např. A2) vytvoříme "dílký filmu do fotoaparátu" (viz. obrázek 1), které mají představovat různá časová období (minulost – přítomnost – budoucnost). Žáci a třídní vyučující poté dostanou každý celkem tři barevné lístečky (od každé barvy jeden). Na jeden píšou to, na co si vzpomínají ze třídy z minulosti – co jim v paměti silně vystupuje. Na druhý píšou, kde se nacházejí teď, jak jim třída připadá, jak se v ní cítí. Na třetí lísteček poté píšou, jak by si přáli, aby třídní atmosféra vypadala v budoucnu. K třetímu lístečku mohou použít i to, co se jim líbilo z minulosti – chtějí zachovat a naopak.

**Varianta 2:** Techniku můžeme udělat také formou brainstormingu, případně se vždy u každého dílku filmu zastavit a dopsat další myšlenky, které ještě žáci vysloví v reflexi.

**Reflexe:** Reflexi můžeme vést průběžně. Vždy když každý žák přidá svůj lísteček ke konkrétnímu časovému úseku, je dobré shrnout, co vše tam třída napsala. Můžeme se ptát, zda někdo něčemu nerozumí, nesouhlasí s tím, případně co dalšího nás napadlo, když jsme slyšeli naše spolužáky. Dobré téma pro reflexi může být také, jaký vliv měla na naše současné vztahy distanční výuka. Jak se proměnily vztahy mezi námi, jak vztahy mezi žáky a třídním vyučujícím? Nakonec se ptáme žáků na to, jak na ně působí tento celkový obraz, když teď zazněly názory a myšlenky všech. Co z této techniky tedy může vyplývat? A jakým způsobem dosáhneme třetího dílku?

**Doporučení:** následovat by poté měla technika, kde žáci zažijí společný úspěch, čímž podpoříme to, co v této technice pouze vyslovili

Obrázek 1:



Minulost

Přítomnost

Budoucnost



# NEZÁVISLÉ ZPRAVODAJSTVÍ

## Cíle:

- otevřít s žáky téma odpojení se od médií, telefonů, internetu
- nácvik dovednosti odolávat společenskému tlaku medií
- předání relevantních informací o Covid-19

**Pomůcky:** Seznam témat rozhovorů, stopky

**Předpokládaný čas:** 30 minut

**Průběh techniky:** Žáci si utvoří dvojice. Jeden z dvojice následně vylosuje 1 papírek, který představuje téma rozhovoru. Žáci si ve dvojici rozdělí role (Moderátor – Host). Následně probíhají ve dvojicích rozhovory. Po 2 min. se mění role. Nabídneme možnost, zda by někdo měl zájem rozhovor zinscenovat před třídou.

**Varianta 2:** Třída se rozdělí do skupin po 5. Od začátku žáci vědí, že rozhovor budou představovat formou scénky před třídou. Každý člen skupiny se musí alespoň jednou v rámci rozhovoru projevit.

## Témata rozhovorů:

- Pandemii způsobil nový druh cibulí.
- Nové vysílání TV pořadu – Jak si správně umýt ruce
- Dobrovolníci šíjí roušky a posílají je do celého světa
- Nová rozvážecí služba do oblasti karantény, s názvem Chceme pomoci
- Seznam.cz dostal pokutu za zveřejňování počtu obětí COVID-19

**Reflexe:** Virtuální svět nabízí nekonečné množství informací, ale které informace jsou pro nás doopravdy přínosné? Společně přemýšlejme nad tím, kolik času věnujeme digitálnímu světu, jaká to může mít případná rizika a jak by bylo možné být více "OFFLINE".

## Otázky do diskuze:

- *Jaké informace jsme slyšeli v době Covid- 19?*
- *Jak na nás působila média?*
- *Jak mě ovlivňoval pc/net/mobil?*
- *Umíte si představit, že byste se rozhodli třeba v dubnu žádné informace o COVIDu již nezjišťovat?*
- *Jaké informace jsou pro vás v takové době zásadní (bez nich se nelze obejít)?*
- *Jak je možné získávat v podobných časech základní informace, přitom se nenechat deprimovat mediální smrští?*
- *Jaké zajímavé (relevantní) zdroje informací jste v době karantény objevili nebo začali používat?*

# SLOVO ZÁVĚREM

Při tvorbě tohoto materiálu nás napadalo, že se zdá téma karantény dnes již docela vzdálené. Všichni nyní směřujeme naše myšlenky na další školní rok a přejeme si, aby proběhl v co možná nejběžnější podobě a abychom se mohli zase trochu usadit v tom, co známe a co jsme se za poslední měsíce naučili. Zároveň cítíme, že náš svět je po zkušenostech posledních měsíců zkrátka v něčem jiný. Ačkoliv doufáme v opak, můžeme se ještě někdy dostat do podobné situace, jaká nás potkala letos na jaře. I proto nám přijde důležité se k uplynulému půl roku s žáky vrátit a dát jim najevo, že s námi mohou mluvit o čemkoliv, týkajícím se karantény, včetně našich pocitů, slabostí nebo zdánlivých nedostatků.

Metodiku tvoříme jako veřejně přístupný materiál. Chcete-li, šiřte ji dle potřeby mezi svoje kolegy.

Kromě technik, které zde uvádíme, **nabízíme** nyní školám také **harmonizační kurzy pro kteroukoliv třídu druhého stupně základní školy nebo střední školy** všech typů. Kurzy jsou jedno nebo **dvoudenní** a mají žákům i vyučujícím pomoci k rychlejší a hladší adaptaci zpět na podmínky prezenční výuky. Pro více informací využijte kontakty níže.

Pokud byste pro nás měli jakoukoliv zpětnou vazbu, chtěli porozumět nejasnostem v textu či potřebovali podporu, rádi si vše přečteme na e-mailu **prevence@magdalena-ops.cz**, nebo poslechneme na čísle **731 625 960** (Hana Lukešová, vedoucí Centra primární prevence).

Těšíme se na viděnou v novém školním roce.

*„Máma vždycky říkala, že člověk musí odložit minulost a pak zase může jít dál.“*

*(Forrest Gump)*

Tento materiál byl vytvořen jako autorské dílo lektorů Centra primární prevence obecně prospěšné společnosti Magdaléna, za využití již existujících interních metodik CPP. Obrázky byly získány z webu [Cánva](#) a závěrečný citát z webu [azcitaty.cz](#)

[www.magdalena-ops.eu/cz/primární-prevence](http://www.magdalena-ops.eu/cz/primarni-prevence)



[Centrum primární prevence, Magdaléna](#)



[Centrum primární prevence, Magdaléna o.p.s.](#)



[prevence magdalena](#)

Praha, srpen 2020