

Náměty pro třídnické hodiny

Dítě

Žije-li dítě káráno – naučí se odsuzovat.

Žije-li dítě v nepřátelství – naučí se útočit.

Žije-li dítě v posměchu – naučí se vyhýbavosti.

Ale Žije-li dítě v povzbuzení – naučí se smělosti.

Žije-li dítě v toleranci – naučí se trpělivosti.

Žije-li dítě s pochvalou – naučí se oceňovat.

Žije-li dítě v poctivosti – naučí se spravedlnosti.

Žije-li dítě v bezpečí – naučí se věřit.

Žije-li dítě přijímáno a obklopeno přátelstvím – naučí se hledat ve světě lásku.

Faktory ovlivňující sociální vztahy

Sociální vztahy neexistují izolovaně, nejsou konečné ani neměnné. V prostoru a čase jsou neustále ovlivňovány, utvářeny a přetvářeny.

Školní třída je organizační jednotka žactva, přeneseně též učebna náležející jisté třídě (Wikipedia, 2007). Ve třídě na I. stupni ZŠ je v současné době 15 – 30 žáků, což je poměrně velké rozpětí. Bývá zvykem, že každá třída (skupina žáků) má svou vlastní učebnu, ve které probíhá výuka téměř všech předmětů (výjimku tvoří samozřejmě hodiny tělesné a hudební výchovy, popř. jiných předmětů v závislosti na podmínkách dané školy, aktuálních potřebách a záměrech vyučujícího). Učebna tvoří jakýsi „domov“ třídy, proto by se zde žáci měli cítit příjemně a bezpečně. Jejich vlastní iniciativa při utváření prostředí, ve kterém tráví většinu času pobytu ve škole, je vítaná. Výzdoba učebny pak mnohé vypovídá o každém jednotlivci i o třídě jako celku. (aktivity: Ramínko na šaty, Vypěstuj si rostlinu) Z hlediska sociologického považujeme třídu za sociální skupinu.

Sociální skupina

Sociální skupina je sociologický pojem označující sociální útvar, o němž platí, že je tvořen dvěma nebo více osobami, hrajícími vzájemně se doplňující a podmiňující role; skládá se z částí, které mají strukturální či funkční význam, což je odděluje od samotných jedinců. **Členy skupiny spojuje vzájemná komunikace, normy, vzájemná očekávání a společně vykonávaná činnost** (www.Wikipedia, 2007).

Sociální skupiny lze klasifikovat podle:

- velikosti (malá, střední, velká)
- obsahu (jednofunkční, vícefunkční, nadfunkční)

- trvání (dočasná, stálá)
- základu utvoření (přirozená, dobrovolná, vynucená)
- formy přístupu (otevřená, uzavřená)
- míry zvnějščení (formální, neformální, organizovaná, neorganizovaná) (Wikipedia, 2007)

Na základě těchto klasifikací je školní třída relativně malá, vícefunkční, dočasná, nedobrovolná, uzavřená, organizovaná skupina, ve které platí určité zákonitosti. Každá funkční skupina je též strukturovaná. To znamená, že každý její člen má své „místo“, roli, pozici, status, jistým způsobem vnímá ostatní a sám je nějak vnímán (diferenciace třídy).

Od této skutečnosti se odvíjí, jak se v dané skupině (třídě) cítí. Úkolem učitele je naučit žáky spolupracovat a být v součinnosti tak, aby skupina byla funkční a žádný z jejích členů nebyl diskriminován. Školní třída je samozřejmě také dynamická a vyvíjející se, neustále v ní probíhají interaktivní procesy, vznikají a prohlubují se určité vztahy a vazby, jiné zanikají. Čím starší jsou žáci, tím hlubší a trvalejší vztahy navazují. Učitel musí podněcovat vstřícnost a otevřenost, podporovat poznání druhých. Tím do jisté míry zabraňuje nedorozuměním a konfliktům mezi žáky. (Příklady aktivit: Ať se podepíše, Pantomima, Hra na krále, Zrcadlo).

Sociální učení

Pojmem sociální učení označujeme psychologický mechanismus socializace. Lze říci, že jde o osvojování si komplexních způsobů chování a jednání přiměřených určité sociální situaci. Produktem sociálního učení jsou tedy sociální role, postoje, hodnoty, ideály apod. Sociální učení je neustálý a dlouhodobý proces, který zapříčiňuje změny v našem chování, jednání a počínání, formuje naše postoje a hodnoty, má vliv na to, jak „plníme“ své sociální role a jak se v nich cítíme.

Pro žáky je nejpřístupnější a nejpřirozenější formou sociálního učení hra.

Sociální hry a aktivity pomáhají žákům:

- Lépe poznat své spolužáky, prostředí školy a třídy (Příklady aktivit: Ramínko na šaty, Kalendář narozenin, Čí je to?, Pantomima)

- Pocítit a dát pocítit soudržnost a sounáležitost se skupinou (Příklady aktivit: Nejdelší věta, Napiš mi vzkaz, Pozor na krokodýly)
 - Lépe spolupracovat (Příklady aktivit: Utvoř obrazec, Utvoř obrazec II, Seřad'te se, Pozor na krokodýly, Trakaře, Najdi barvu)
 - Ujednotit a formovat hodnoty a postoje (Příklady aktivit: Pravidla třídy, Jaký jsem, Ať se podepíše)
 - Naučit se tolerovat a akceptovat sebe i druhé (Příklady aktivit: Maluj, co říkám, Vypěstuj si rostlinu)
 - Najít své místo ve skupině (Příklady aktivit: Pomozte housence, Najdi barvu, Kruh přátelství)
 - Prosadit se, avšak ne na úkor ostatních (Příklady aktivit: Hra na krále, Vypěstuj si rostlinu)
 - Nabýt zdravé sebevědomí a sebehodnocení (Příklady aktivit: ...ící, Ať se podepíše, Moje jméno, Napiš mi vzkaz)
 - Učit se empatii a přívětivosti (Příklady aktivit: Hra na slepce, Dnes se cítím, Jaký jsem, Napiš mi vzkaz)
 - Pochopit a dodržovat komunikační pravidla (Příklady aktivit: Pravidla třídy, Tajné vzkazy, Zrcadlo, Mravenci, Na kukačku)
 - Zvládnout konfliktní a zátěžové situace (Příklady aktivit: Dnes se cítím, Provedu tě labyrintem)
 - Řešit problémy (Příklady aktivit: Utvoř obrazec, Utvoř obrazec II, Seřad'te se, Na kukačku)
- Učители jsou pak zdrojem neustálého poznávání žáků, některé mají funkci diagnostickou.

Sociální učení

Sociální učení lze rozdělit na formy (druhy), které jsou spíše různé projevy jednoho komplexního děje, než naprosto autonomní rozdílné způsoby učení. Za základní formy sociálního učení jsou považovány sociální **posilování**, **imitace** a **identifikace** (Wikipedia, 2007).

Sociální posilování můžeme označit jako jednu z nejjednodušších a přitom nejúčinnějších forem sociálního učení. Jedná se o princip posilování žádoucích forem chování a jednání. Vychází z faktu, že každý jedinec (v našem případě žák) touží po pochvale a odměně, touží být přijímán a akceptován (a to jak ze strany učitele, tak od ostatních spolužáků), má snahu uspokojit své vnitřní potřeby. Na základě těchto motivů jedná. Pokud se mu dostane pozitivního ohlasu a přijetí, fixuje si daný způsob chování. Čím větší respekt, úctu a autoritu má ten, kdo chválí, tím je pochvala lépe a intenzivněji přijímána.

Metoda **sociálního posilování** má však i svá negativa. Například v kolektivu školní třídy se méně oblíbený žák bude chtít „zalíbit“ ostatním spolužákům a získat si tak ve skupině lepší pozici. Může se stát, že **určitý způsob jeho chování bude ostatními spolužáky oceněn kladně, přestože je obecně nežádoucí (např. takzvané šaškování)**. Stejně tak učitelovo napomínání „třídního šaška“ se často míjí účinkem, žák totiž v tomto případě opomíjí fakt napomenutí (negativní odezvy ze strany učitele), ale je pro něj rozhodující, že se stal středem pozornosti a učitelova zájmu. Obecně však platí, že **pozitivní odměny** mají na upevnění a stabilizaci požadovaného chování lepší vliv, než zákazy a tresty (negativní zpevnování). Je to proto, že pouhý zákaz nebo trest sice říká, co jedinec – žák nemá, nemůže nebo nesmí, ale již neříká, co dělat má, jaký je požadovaný model chování. Např. zákaz „běhat o přestávkách ve třídě“ nenabízí žákům žádnou alternativu činnosti, která je očekávána a požadována. Pokud však žáky poučíme, že přestávka je čas k odpočinku, hraní společenských her na koberci atd. mají pak jasnou představu o náplni tohoto času.

Ohodnocení žákovy práce, konstruktivní a věcné ocenění je mnohem smysluplnější než nicneříkající kritika typu „to je špatně, takhle ne...“. Osvědčená aktivita na přesvědčení „věčných kritiků“ se nazývá „**Provedu tě labyrintem**“.

Další formou sociálního učení je **imitace** (nápodoba). Je prokázáno, že nejen přímá odměna požadovaného chování je účinná. Výchovnou a posilující funkci u jedince plní model pochvaly a odměny jeho vzoru. Pochválí-li učitel žáka, který je ostatními přirozeně respektován, má ve třídě určitou „moc“ a prestiž, přebírají jeho vzory chování i ostatní spolužáci. Na základě toho můžeme říci, že nápodoba je vždy výběrová. Je však nutné, aby cíle a potřeby imitovaných i imitujících byly shodné nebo velmi podobné, proto se v žádném případě učitel ve svém podněcování nesmí soustředit pouze na některé žáky. Ve své podstatě si totiž každý žák přeje a také potřebuje být vnímán a oceňován právě učitelem, neboť jeho

pozice ve skupině je jedinečná a nezaměnitelná. Oblíbenou aktivitou, při které se žáci rádi napodobují, je psychomotorická hra **Zrcadlo**.

Poslední formou sociálního učení je **identifikace** neboli ztotožnění. Ačkoli navenek se tato forma může jevit stejně jako imitace, obě se od sebe *liši motivem*. Zatímco při imitaci žák účelově napodobuje svého „úspěšnějšího“ spolužáka, který je mu vzorem, dochází při identifikaci k plnému ztotožnění s vybraným objektem. To znamená, že žák nepřebírá jen určité chování a postoje svého spolužáka (svých spolužáků), ale plně se identifikuje s celou jeho osobností. Identifikace se děje na základě silného, téměř vždy pozitivního, emocionálního vztahu, žák chce „splynout“ se svým vzorem, přejímá jeho chování, postoje i hodnotový systém. Nebezpečná může být identifikace v případě, že si žák vybere „nesprávný“ identifikační objekt. Důležité je také, aby si každý, nejen žák, uvědomoval svou vlastní, skutečnou identitu, a nepodléhal plně identifikaci s jinými osobami.

Pravidla pro zařazování aktivit

Stejně jako pro všechny ostatní složky pedagogické práce, platí i pro aktivity posilující sociální vztahy jistá pravidla. Jejich dodržování je vede k úspěšnému „provedení“ aktivity a naplnění jejího smyslu.

Jsou to tato pravidla:

Dobrovolnost; každý žák vstupuje do aktivity a zapojuje se do ní pouze na základě svého vlastního rozhodnutí.

Nesmí být do aktivity nucen, musí být k účasti pouze motivován.

Pokud žák odmítne účastnit se hry nebo aktivity, má pro to jistě své důvody.

Vstoupí-li do ní pod nátlakem, může negativně ovlivňovat její průběh a tím i prožitek ostatních spolužáků.

Nikdy také nenutíme žáky, aby sdělovali na konci své pocity a myšlenky, pouze je k hodnocení vybízíme.

Nekritičnost úzce souvisí s dobrovolností. Nikdy nekritizujeme žáky a nevysmíváme se jim za jejich myšlenky, názory, postoje, hodnoty a za to, jak se při aktivitách chovají a co dělají.

Hodnocení a zpětná vazba jsou neoddelitelnými součástmi každé sociální hry nebo aktivity. Při hodnocení musí platit zásada pochvaly a ocenění úspěchu tak, aby žáci věděli, že jejich snaha nebyla marná. Nikdy nehodnotíme aktivitu negativně, ale hledáme příčiny, které způsobily odklon od očekávaného výsledku. Na každou aktivitu musí být během vyučování vymezený dostatek času, kdy je lépe počítat s delší časovou dotací, protože zejména u mladších žáků se aktivity většinou protáhnou. Nesmí docházet k tomu, aby učitel popoháněl žáky s prací nebo vynechal závěrečnou zpětnou vazbu kvůli špatnému naplánování aktivity. Pozitivní motivace je při zařazování aktivit do výuky jediným prostředkem, jak přimět žáky ke spolupráci. Na druhé straně je třeba si uvědomit, že výsledek se může lišit od učitelova očekávání, protože na průběh aktivity působí momentální vlivy, které nelze předem naplánovat (např. únava žáků, špatné soustředění...).

Příklad nastavení skupinových pravidel:

- pravidlo „STOP“, právo nezapojit se do aktivity
- mluví vždy jen jeden a to ten, který je vyzván
- používat křestní jméno • respektovat názor druhého
- právo vyjádřit svůj názor a být vyslechnut
- zachování mlčenlivosti
- konflikty řešit v rámci skupiny
- respektovat osobní vzdálenost

Interakce a komunikace

Aktivity pro posilování sociálních vztahů a soudržnosti jsou založeny na principu komunikace a interakce. Pro úspěšný výsledek je nutné stanovit a následně dodržet pravidla komunikace a interakce (pokud se aktivita nezakládá právě na jejich porušení).

Soutěživost a rivalita versus spolupráce

Většina aktivit je založena spoluprací a součinnosti všech zúčastněných žáků. Někdy tvoří všichni žáci jeden celek, pracují na vyřešení úkolu společně, jindy pracují rozděleně na menší skupiny (3 – 5 žáků). Tyto menší skupiny mohou:

- pracovat na stejném úkolu (podporuje spolupráci)
- pracovat na jedné z částí zadaného úkolu (podporuje spolupráci)

Soutěžit mezi sebou (podporuje rivalitu)!

Cílem a smyslem aktivit a her je aktivně učit žáky spoluprací a součinnosti ve skupině. Učitel však může podporovat i rivalitu mezi žáky, je-li podstatou vybrané aktivity.

Rozdělení aktivit

Aktivity pro posilování pozitivních sociálních vztahů můžeme rozdělit podle:

- a) časové náročnosti na → krátké (trvají zpravidla 5 – 10 minut) → středně dlouhé (zabírají polovinu nebo i celou hodinu) → dlouhé (trvají celý den i déle)
- b) náročnosti na materiál na → aktivity bez připravených materiálů → aktivity s materiály běžné denní potřeby → aktivity náročné na přípravu materiálů
- c) témat → kamarádství → citlivé jednání → součinnost → přívětivost

ICEBREAKERY

Jsou aktivity na prolamování ledů. Název pochází z anglického ICE = led a BREAK = zlomit, prolomit. Jejich úkolem je zbavit žáky zbytečných obav nebo ostychu, vzájemně je přiblížit, seznámit a stmelit. Navozují příjemnou atmosféru, rozvíjejí komunikaci (verbální i neverbální), podporují spolupráci a pracovní nadšení.

Správně vybrané a zařazené aktivity zlepšují soudržnost skupiny, napomáhají při kolektivním řešení problému, přinášejí odreagování a psychické uvolnění a pozitivně motivují k další činnosti. Neodmyslitelnými součástmi jsou prožitek, poučení a zábava.

Délka a složitost aktivit se liší zejména podle věku žáků a potřeb učitele. Obecně ale platí – čím jednodušší, tím lepší. Icebreakery bývají vlastně pouze startem do další práce, proto není vhodné, aby se žáci „vyčerpali“ hned na začátku. Přesto mohou být na I. stupni ZŠ použity icebreakery také jako hlavní aktivity a zařazovány podle spontánních příležitostí. Stejně jako ve všech školních aktivitách je nutno počítat s tím, že ne všichni žáci jsou extroverti a budou se snažit prezentovat se před ostatními. Proto je i zde hlavní zásadou nenutit a nekritizovat, nýbrž chválit, motivovat a povzbuzovat. Introvertním žákům vyhovují spíše aktivity skupinové, kde se nemusí projevovat samostatně, ale zařazují se k ostatním. Toto platí i pro vyhodnocování icebreakerů. Stane-li se, že žák má ve svém pracovním listu odpověď, která je odlišná od všech ostatních a přesto se při hodnocení přidá k určité skupině, učitel na toto neupozorňuje.

Příklady Icebreakery her

Co to vůbec je?

- krátká hra - jednoduchá pravidla
- žádné nebo minimální pomůcky
- realizovatelná okamžitě

K čemu to vůbec je?

- odbourání zábran (icebreaker)
- seznámení - povzbuzení pro udržení pozornosti (energizer)
- spolupráce a řešení problémů

ICEBREAKERY

Beru od...

Hráči sedí v kruhu a podávají si předmět (třeba skleničku). První začne a předá hráči po levé ruce skleničku s tím, že se charakterizuje jedním slovem, které musí začínat na stejné písmeno jako jeho jméno (dávám ti skleničku jako hodný Honza, laskavá Lenka, krásný Kája...). Ten kdo předmět přebírá musí zopakovat všechna slovní spojení od koho si ho bere. Deka Hráči se rozdělí na dvě skupiny, které zaujmou pozice proti sobě a jsou oddělena svisle drženou dekou nebo celtou (zde jsou potřeba dva organizátoři). Každé družstvo vybere jednoho zástupce, který si dřepne nebo sedne těsně za deku. V jednom okamžiku organizátoři deku spustí a v tu

chvíli se oba hráči snaží co nejdříve říci jméno svého soupeře. Komu se to podaří, dříve vítězí a jeho soupeř se stává zajatcem úspěšnějšího družstva. Hraje se do konečného rozhodnutí.

Výměna míst

Potřebujeme o něco větší počet židlí než je hráčů. Ze židlí utvoříme kruh a každý si stoupne na jednu židli. Od té chvíle nesmí nikdo mluvit ani vydávat žádné hlasité zvuky. Je rovněž zakázáno sestoupit ze židlí na zem. Úkolem je výměna míst tak, aby byli hráči seřazeni podle abecedy. Obměnou je výměna míst podle data narození, města odkud hráči jsou atd. Toaletní krize Na základě motivace o nedostatku toaletního papíru si každý utrhne libovolný počet útržků (opravdu není nikdo ničím omezen). Poté si všichni sednou do kruhu a začnou postupně mluvit o sobě. Každý musí za každý ústřížek říct o sobě jednu větu.

Komunikační a socializační hry – publikace

Stručně uvedu několik publikací zabývajících se hrami, které nacházejí své uplatnění ve školním prostředí a slouží jako prostředek k rozvoji emocí, komunikace a k celkové socializaci celé třídy, následně tedy směřují kolektiv k lepšímu klimatu třídy.

První a nejstarší publikací, je kniha Soni Hermochové – *Metody aplikované sociální psychologie I. s podtitulem interakční programy, interakční hry a tematická interakce* (1989). Jedná se sice již o starší publikaci, nicméně hry, které jsou zde použity, jsou stále aktuální, u některých stačí pozměnit znění. Např. ve hře vyklizení se objevuje slovní spojení příslušník VB, čemuž by už dnešní žáci nerozuměli nebo by jim to přinejmenším přišlo vtipné (Hermochová, 1989, s. 131.) Tato autorka se sociálně psychologickými hrami zabývá celý svůj život a k jejímu jménu patří mnoho publikací, ze kterých bude možné čerpat během tvorby interakčního programu, který bude připravován na míru dané třídě. Z novějších publikací je možné uvést *Skupinová dynamika ve školní třídě* (2005), *Hry pro život 1, 2* (1994) nebo *Hry do kapsy, I – VI* (2003 - 2004).

Další autorkou zabývající se hrami vhodných pro tvorbu našeho interakčního programu je i Milota Zelinová a její kniha *Hry pro rozvoj emocí a komunikace* (2007). Její hry pro rozvoj socializace a skupinovou identitu podporující sounáležitost a soudržnost skupiny mohou být také využity v rámci připravovaného interakčního programu.

Hry pro výchovu k odpovědnosti a sebedůvěře (1998) od autorů Jacka Canfielda a Franka Sicconeho také mohou být využity pro zkonstruování daného programu, především ty, z posledních dvou kapitol Sociální odpovědnost: třída jako společenství a Společenství jako třída.

Stručný nástin interakčních programů

Je velmi důležité nezaměňovat **interakci** s **interaktivitou**. Interaktivní programy jsou nějakým způsobem spojeny s využitím technologie, např. počítače, smartboard a jiné multimediální systémy. Účelem těchto programů je pochopit sám sebe a dokázat posléze pracovat ve skupině ostatních lidí nebo ve společnosti jako takové. Hry a techniky jsou založeny především na sblížení lidí, zamýšlení se nad sebou samým i nad druhými a o vzájemném pochopení lidských bytostí.

Zajímavým interakčním programem je interakční program pro děti a mládež ve věku 14 až 18 let zvaný *Vím, co chci?* (2004) autorů Jiřího Němce a Ivany Bodlákové. Tento program je vhodný k využití ve škole, v rodině nebo v zájmových organizacích. **Funguje jako protidrogová prevence a prevence sociálně patologických jevů.** Jedná se o výpravu za sebepoznáním, která je zde rozdělena do 11 dnů. Pomáhá člověku se zorientovat sám v sobě a posléze tedy lépe pochopit i okolní společnost. Obsahem tohoto sebepoznávacího programu jsou různé sledy otázek, škál nebo i písemných úvahových cvičení.

Velmi zajímavá je také publikace Marka Kolaříka zvaná *Interakční psychologický výcvik* (2006), která je vytvořena pro studenty psychologie, ale je výborně zpracovanou sbírkou interakčních her, ze které se bude velmi dobře čerpat. Hry jsou rozděleny do několika sekcí, podle jejich využití: seznámení, ledolamky, hříčky na rozproudnění či uklidnění, komunikace, spolupráce, důvěra, sebepoznání a celodenní techniky. Hry jsou v průměru dlouhé 5 – 15 minut, tudíž jich můžeme vystřídat několik a žáci nebudou trpět stereotypním plněním jedné činnosti.

Příklady her pro třídnické hodiny a intervenční programy

Socializačně-interakční hry

1. Vizitky

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *bílé nalepovací papírky a fixy*
- provedení: *Každý na svou vizitku napíše své jméno tak, jak by si přál, aby ho všichni po dobu kurzu oslovovali. Může se jednat o přezdívky, zdvořilky nebo o vysněná jména. Vyhýbáme se sprostým a hrubě vyznívajícím jménům.*

2. Vespolečný pozdrav

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné*
- provedení: *Všichni volně chodí po třídě a vzájemně si podávají ruce. Podmínkou je, že nesmí pustit stisknutou ruku, dokud oba z dvojice neudrží již za druhou ruku někoho jiného. Hrají všichni zároveň.*

3. Jméno a pohyb

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné*
- provedení: *Celá třída si stoupne do kruhu a jeden žák vykřikne své jméno na vizitce a udělá nějaký pohyb. Ostatní po něm vše zopakují. Pak ukáže na dalšího z kruhu a celý proces se znovu opakuje, dokud se nevystřídají všichni.*

4. Výměna míst

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *10 minut*

- pomůcky: židle (o jednu méně než je aktuální počet žáků)
- provedení: Žáci si sednou na židle do kruhu, jeden zůstane stát uprostřed a řekne: „Místa si vymění ti, kteří mají rádi...např. špenát“. Tito žáci musí vstát a bezpodmínečně si najít jinou uvolněnou židli. Žák stojící uprostřed se snaží, co nejdříve se posadit. Ten, kterému se nepodařilo přemístit se, si stoupne do středu a hra pokračuje. Podmínkou je, že daní žáci se musí přemístit, nesmí si stoupnout a posléze se posadit na stejné místo.

5. Slepá řada

- počet osob: celá třída (20 – 30)
- délka trvání: 10 minut
- pomůcky: šátky na oči
- provedení: Všichni si uváží šátky na oči tak, aby nic neviděli. Cílem této hry je seřadit se dle zadaných instrukcí – např. podle výšky, délky malíčku na ruce apod. V některých případech můžeme hru ozvláštnit o zákaz mluvení. Posléze si šátky sundají a zjistí, jak byli úspěšní.

6. Noemova archa

- počet osob: celá třída (20 – 30)
- délka trvání: 10 minut
- pomůcky: šátky, lístky s názvy zvířat
- provedení: Vedoucí si připraví lístečky se jmény zvířat (např.: kočka – kocour, slon – slonice). Poté si každý žák vezme jeden lísteček a opět si zaváže oči. Cílem je najít druhého do páru, aby se mohli nalodit na archu pouhým vydáváním zvuků charakteristických pro dané zvíře. Když se najdou, otevřou oči a pozorují ostatní. Hru můžeme ozvláštnit tím, že se žáci budou pohybovat po čtyřech – vyhneme se tak úrazům a pádům z výšky při případné kolizi.

7. Zády k sobě

- počet osob: celá třída (20 – 30)
- délka trvání: 5 minut
- pomůcky: žádné

- provedení: *Žáci zůstanou ve dvojicích dle párů zvířat z předchozí hry. Dvojice si dřepne zády k sobě a zaklíní se rukama. Cílem hry je vstát. Těm co se to podaří, se mohou vyměnit s jinou úspěšnou dvojicí a pokus opakovat.*

8. Melouny

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné*
- provedení: *Žáci se volně pohybují po třídě a napodobují situaci danou vedoucím. Např.: padají trakaře, polštářová bitva, paintballová bitva, stavění sněhuláka, sledování tenisového zápasu, prší, usínáte doma v posteli, ...*

9. Jednosměrná komunikace

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *15 minut*
- pomůcky: *papír s předlohou, varianty A/B*
- provedení: *Žáci si sednou do dvojic zády k sobě libovolně po učebně. Každý dostane jednu předlohu. Nejprve jeden popisuje jednoduchý obrázek a druhý se ho snaží nakreslit. Po dvou a půl minutách si vymění role. Nakonec své výtvořiny porovnají. Důležité je, neklást žádné otázky, vždy mluví pouze ten, který má popisovat. Cílem je uvědomit si, že komunikace je záležitostí dvou osob.*

10. Obluda

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné*
- provedení: *Žáci se rozdělí do skupinek po třech. Jejich úkolem je udělat obludu (monstrum) dle zadání vedoucího (např. pět noh a čtyři ruce), která bude schopna udělat pět kroků.*

11. Autíčka

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *10 minut*
- pomůcky: *šátky*
- provedení: *Žáci utvoří dvojice podle podobnosti barvy triček například. Přední žák se stává autíčkem a druhý řidičem. Autíčko si zaváže oči šátkem a nechá se vést vidícím řidičem. Po chvíli se vymění. Potom se vytvoří trojice, čtveřice a střídají se ve funkcích. Jedná se o vzájemné projevení důvěry.*

12. Masáž

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné (případně CD s relaxační hudbou)*
- provedení: *Žáci si stoupnou do kruhu v jednom směru ke druhému zády. Dle pokynu vedoucích masírují lehce ramena, krk a záda spolužákovi před sebou. Můžeme i měnit pozice (stát, sedět, zvolna chodit apod.). Vhodné je pustit k tomuto úkonu uklidňující hudbu*

13. Aplaus

- počet osob: *celá třída (20 – 30)*
- délka trvání: *5 minut*
- pomůcky: *žádné*
- provedení: *Žáci si stoupnou do kruhu a jeden vykročí ven. Žáci spustí aplaus, pochvala za absolvování programu. Když se žák cítí naplněn, vytáhne dalšího z kruhu a přidá se k aplaudujícím.*

Následovat by měla krátká reflexe, při které se žáci vyjádří anonymně a písemně k několika bodům týkajících se celého programu (je možné využít vytvořený dotazník přímo na třídu), na které budou odpovídat zakroužkováním odpovědi ANO (pokud s tvrzením souhlasí) nebo NE (pokud s tvrzením nesouhlasí). Žáci mají odpovídat písemně a anonymně, aby měli možnost vyjádřit se co nejvolněji.

Příklady otázek do dotazníku:

- Co ti na tomto přišlo sympatické či naopak nevhodné?
- Myslíš si, že hry vyhovovaly celé třídě nebo spíš jen některým žákům?
- Která hra byla tvá nejoblíbenější a proč?
- Poznal/a jsi některého svého spolužáka/spolužačku lépe nebo z úplně jiné strany?
- Čím bys tento program vylepšil/a nebo co bys rád/a změnil/a? (délka, výběr her, velikost skupiny,....)

