



JAK OSTATNÍ ROZESMÁT

Cíl: Naladit děti, aby si více všímaly lidí ve svém okolí a uvědomily si, že jim ony samy mohou pomoci. Vytvořit seznam nápadů, jak si můžeme vzájemně pomáhat a dělat si navzájem svět hezčí.

Doporučený věk: 1. stupeň ZŠ

Pomůcky:

- ✓ jednoduché obrázky obličejů, např. emotikony, které vyjadřují emoce (veselý, smutný)
- ◻ triangel nebo zvonek
- ◻ velký arch papíru



Barometr nálady

Palcem ukazujeme, jakou máme náladu. Palec nejvýše nad zemí – skvělá nálada, palec nejbližší k zemi – špatná nálada. Ptáme se dětí, zda někdo chce říct, proč má palec vysoko, uprostřed, nízko. Začne učitel nebo sociální pracovník sám a poví jednu krátkou větu o své náladě.

Pošli výraz tváře

Jak se tváří člověk, který je smutný? Může to někdo předvést? Pošleme si takový výraz po kruhu.

Dítě udělá smutný obličej a otočí se na souseda, ten se ho pokusí napodobit a pošle sousedovi z druhé strany. To stejné uděláme s našťvaným obličejem a s veselým obličejem.

Jak jste se při tom cítili? Posílání kterého obličeje vám bylo příjemnější a proč?

Náš obličej dokáže ukázat spoustu emocí. Úžasné je, že to, jak se cítíme, se dá změnit.

Zkusíme si poslat jakýkoliv výraz, ale vy na něj nově můžete reagovat tak, že ho změňte.



Rozdělíme děti na dvojice nebo malé skupinky. Obrázky veselých a smutných tváří, které jsme si předem připravili, rozstříháme na několik dílků, podle věku a schopností dětí. Jedné skupince nebo

dvojici dáme rozstříhanou smutnou tvář, druhé veselou. Skupinky mají za úkol složit obrázek.

Sousoší radosti a smutku

Skupinky nebo dvojice mají za úkol vytvořit sousoší radosti nebo smutku. Postupně si sousoší prohlédneme.

Z čeho jste poznali, že sousoší vyjadřuje radost? Smutek?

Bavíme se o výrazech tváře, pozici těla.



Proměna

Vrátíme se zpět do vašich sousoší a zahrajeme si na proměnu.

Cinknu na triangel, budu počítat do tří a sousoší smutku se změní na sousoší radosti. A obráceně.

Jak se vám to povedlo, co jste změnili? Dá se něco z toho použít, když budete sami smutní? (Narovnat se, usmát se, někoho se dotknout).



Rozeberte s dětmi jednotlivé situace, kdy je někdo smutný a jak mu můžeme pomoci (můžeme použít příklady z učebnice *My jsme svět 2*, str. 53, 54 nebo jiné). Vzpomenete si na nějakou situaci, kdy byl někdo smutný a vy jste mu pomohli? Co pomůže vám, když jste smutní?

Ulička podpory

Děti se postaví do dvou řad, aby vytvořily uličku. Dobrovolník, učitel, sociální pracovník nebo jiný kolega drží v rukou smutného smajlíka. Prochází pomalu uličkou a děti, mu říkají věty nebo slova podpory, případně mohou použít pouze gesto. Například: To bude dobré... Můžu pro tebe něco udělat... Drž se... Jsem tady...



Vytvoříme společně s dětmi seznam

nápadů, co všechno můžeme udělat, když je někdo smutný. Zapisujeme stručně nebo symbolem na velký papír.



Stroj smíchu

Představte si, že by existoval stroj na výrobu smíchu. Pojďme ho společně vytvořit. Každý z vás bude jedna součástka, která má svůj zvuk a pohyb a je nějak v kontaktu s ostatními součástkami.

Vymežíme prostor, kde budeme stroj tvořit. Na pokyn učitele nebo sociálního pracovníka (třeba tlesnutí) děti chodí

postupně po jednom do prostoru. Každé dítě si vymyslí svůj zvuk a pohyb. Nemusí si nic předem připravit, může je to napadnout až na místě. Pohyb a zvuk stále rytmicky opakuje. Je dobré, aby na sebe součástky nějak navazovaly (děti spolupracují). Až se zapojí poslední dítě, stroj zastavíme a ptáme se dětí: Co tvá součástka ve stroji dělá? (Děti vychází z pohybu svého těla. Například: Posouvám smích dál... Házím smích na lidi... Necháme dětem prostor pro improvizaci a fantazii. Poté stroj necháme znovu rozjet. Můžeme nechat stroj zrychlovat a zpomalovat).



Stalo se vám během této lekce, že vás někdo potěšil, rozesmál?

Úplně na závěr můžeme dát dětem dobrovolný úkol – do příště jakkoli potěšit jednoho člověka.