



NEVZDÁVEJ TO!

Cíl: Uvědomit si své pocity v situacích, kdy se mi něco nedaří, a sdílet je s ostatními. Uvědomit si, co mi pomůže vytrvat. Diskutovat o různých možnostech.

Doporučený věk: od 3.třídy

Pomůcky:

- ✓ 10 × prázdný papír A4 (mohou být různých barev)
- papír na psaní dopisu (pokud použijeme e-mail, tak PC)
- fixy
- papír s tipy "jak se nevzdat"



Přečtete dětem dva příběhy:

Patrik dostal k narozeninám nové kolečkové brusle. Hned druhý den je vzal do školy, aby je ukázal kamarádům. Když se Patrik snaží bruslit, pokaždé spadne. Ostatní kluci se mu smějí. Patrik se velice rozzlobí. Odnese brusle domů a odloží je. Říká, že nerad bruslí a nebude se to učit.

Elena nenapsala domácí úkol – je to sčítání a odčítání do 100 a Elena ho ještě neumí. Poprosí kamarádku, aby jí dala úkol opsat. Paní učitelka pak Elenu před celou třídou chválí, že napsala úkol a má ho celý správně.



Dětem položíme po každém příběhu otázky a poděkujeme za všechny odpovědi:

- Naučí se takhle Patrik bruslit?
Co by mohl Patrik udělat?
- Naučí se takhle Elena počítat?
Co by mohla Elena udělat?



Rozdělte děti na dvě skupiny. Jedna skupina zahraje příběh Patrika, druhá příběh Eleny.

Nejprve se skupinky poradí a nacvičí krátké představení. Vymyslí, jak to bude s Patrikem a Elenou dál. Předvedou všem.



Postavíme se s dětmi do kruhu.

Co děláme, když se nám něco nedaří nebo když se nám druzí posmívají?

Budu číst různé reakce. Pokud je to zrovna ta vaše, vyjádřete tichý souhlas, poklepejte na své rameno.

Když se mi něco nedaří:

- mám vztek
- je mi to úplně jedno
- bojím se
- cítím neštěstí
- nevím, co mám dělat
- vzdám to

Chyběl vám nějaký druh reakce? Jaký? Co nám může pomoci se nevzdat?

Jak se nevzdat

Ukážeme dětem papír s tipy, jak se nevzdat. Bavíme se o tom, jak by to mohlo konkrétně vypadat v jejich případě. Např. vyčistit si hlavu – procházka se psem, pustit si film...

Chtěli byste do seznamu něco přidat?

- připomeň si svůj cíl
- připomeň si své úspěchy
- překážky jsou nezbytné, neztrácej naději
- zaměř se na to, co ti jde
- vyčisti si hlavu
- nejsi sám

Nezapomeňte, že někdy se musíte hodně snažit, abyste se něco nového naučili. To, že se budete snažit znovu a znovu, vám může pomoci dosáhnout cíle.



Vytvoříme dětem na zemi škálu.

Na jeden konec umístíme nápis „souhlasím“, na druhý konec „nesouhlasím“. Děti se po přečtení jednotlivých bodů umístí na škálu podle toho, jak s daným tvrzením souhlasí. Kdo bude chtít, může své umístění na škále zdůvodnit.

Když nebudete dělat nebo zkoušet nové věci, může vám to uškodit, protože ztratíte příležitost naučit se něco nového.



Znáte někdo příběh někoho, kdo se nevzdal?

Děti mohou vyprávět o někom ze svého okolí nebo postavě z filmu...

Připojíme příběh Kayly:

Kayla Montgomery odmala sportovala. Ve 14 letech jí zjistili vážné onemocnění mozku – jmenuje se roztroušená skleróza. To onemocnění jí často úplně zabránilo v pohybu. „Byla jsem tak našťavaná! Zlobila jsem se: proč se tohle muselo stát zrovna mně!“ Kayla to ale nevzdala. Začala svou nemoc s pomocí svého trenéra a pevné vůle překonávat. V 18 letech se stala jednou z nejlepších běžkyň na dlouhé tratě.



Dopis budoucímu já

Rozdejte dětem papíry a psací potřeby. Pokud se rozhodnete pro e-mail, nezapomeňte nastavit datum odeslání (tato forma je vhodná pouze pro děti, které už mají svůj e-mailový účet).

Udělej radost svému budoucímu JÁ a napiš si e-mail, který se automaticky odešle za jeden rok. Možná to bude něco, co tě nakopne a co budeš zrovna potřebovat. Dopis můžeš napsat také ručně a někde si ho schovat nebo poprosit učitele/sociálního pracovníka, aby ti jej za rok poslal.

Popiš, jak jsi na tom právě teď: co je pro tebe důležité, za potřebuješ vděčnost, čeho se obáváš, jaké jsou tvé zájmy a výzvy, co zrovna prožíváš. Popiš své cíle: co chceš začít dělat, v čem chceš pokračovat, o čem sníš. Napiš svému budoucímu já nějakou radu. Můžeš také zkusit svému budoucímu já položit několik otázek.

Nápis

Každý si vybere jeden prázdný (barevný) papír A4. Lektor přidělí každému dítěti jedno písmeno (nebo vykřičník) z nápisu **NEVZDÁM SE!**

Pokud je dětí méně než 10, některé se ujmou více písmen.

Každý vytvoří barevné velké písmeno a společně složíme nápis. Vylepíme ho na viditelné místo!

Tato lekce vznikla v rámci projektu **Naproti: Učitelé a sociální pracovníci na jedné lodi** podpořeného Bader Philanthropies a Nadací České Spořitelny. Jedná se o úpravu lekce 11 z učebnice **My jsme svět 3 Hodnotového vzdělávání Cyril Mooney**. Lekce byla upravena pro účely nízkoprahových klubů. Metodiky k projektu *Naproti a NDU* je možné stáhnout na www.hvcm.cz.