

Modul 4. Pozitivní vztahy

Úvod k modulu

Vztahy se týkají různých interakcí, které jednotlivci mají s ostatními. **Pozitivní vztahy** jsou definovány jako schopnost dítěte vytvářet a udržovat silné vztahy se sebou samým a ostatními (vrstevníky, přáteli, členy rodiny, pečovateli*kami, učitel*kami, dospělými atd.) (Norrish, Robinson & Williams, 2011). Pokud jde o model PERMA, pozitivní vztahy tvoří třetí základní pilíř blahobytu (Seligman, 2011). Pozitivní vztahy jsou podporovány rozvojem silných stránek, jako je laskavost, empatie, odpuštění a sociální inteligence; představy, které tvoří ctnost lidstva (Peterson & Seligman 2004).

Vědecká data z výzkumu uvádějí důležitost budování pozitivních vztahů pro blaho dětí (např. Rose-Krasnor a kol., 1996; Wartner a kol., 1994). Prostřednictvím vztahů se děti učí myslet, rozumět, komunikovat, chovat se, vyjadřovat emoce a rozvíjet sociální dovednosti. Podporou pozitivních interakcí v mateřských školách se děti učí, jak se navzájem pozitivně propojovat (spolužáci, učitelé, členové rodiny), jak spolupracovat s ostatními jednotlivci a jak rozvíjet své komunikační dovednosti (National Research Council, National Academies, 2001).

Cílem modulu „Pozitivní vztahy“ je nabídnout předškolním pedagogům několik aktivit, které mohou zařadit do svého kurikula, aby jim pomohly podporovat pozitivní vztahy ve škole. Tento modul zahrnuje celkem deset aktivit, které jsou organizovány v plánech lekce. Každá lekce zahrnuje jednu, dvě nebo tři aktivity. Aktivity lze realizovat holistickým přístupem, jednotlivě nebo v jakékoli jiné vzájemné kombinaci.

Obsah kapitoly Modul 4 „Pozitivní vztahy“ je strukturován takto:

Lekce 1: POROZUMĚNÍ POZITIVNÍM VZTAHŮM

Aktivita 1: Kamarádi v řece

Aktivita 2: Medvěd a bobr

Lekce 2: PROPOJENÍ SE S OSTATNÍMI

Aktivita 3: Listy v lese

Aktivita 4: Hraj si sám*a – Hraj si s kamarádem*kou – Hraj si s celou třídou

Aktivita 5: V moři

Lekce 3: PODPOROVÁNÍ ZDRAVÝCH MEZILIDSKÝCH VZTAHŮ

Aktivita 6: Nakresli kamaráda*ku

Aktivita 7: STOP! Vyfoť!

Lekce 4: PRAKTIKOVÁNÍ LASKAVOSTI

Aktivita 8: Sladká slova

Aktivita 9: Usměj se, prosím!

Lekce 5: POROZUMĚNÍ ODPUŠTĚNÍ

Aktivita 10: Omlouvám se – odpouštím ti

Po absolvování tohoto modulu děti budou:

- Chápat důležitost propojení a podpory pozitivních vztahů s ostatními.
- Rozumět, proč je důležité budovat zdravé mezilidské vztahy.
- Vědět, proč a jak pozitivně komunikovat s ostatními.
- Mít zkušenost s pozitivní interakcí v kontextu školy.
- Mít zkušenost, jak a proč rozvíjet odpuštění, laskavost a soucit k druhým.

Lekce 1: Porozumění pozitivním vztahům

Úvod k lekci

Tato lekce zahrnuje dvě aktivity, jejichž cílem je přimět předškolní děti, aby si uvědomily důležitost pozitivních vztahů v jejich životě. V první aktivitě budou děti požádány, aby přemýšlely a reflektovaly dobré i špatné stránky situace. Je to navrženo tak, aby se jim ukázala důležitost spolupráce a pozitivních interakcí s ostatními. Ve druhé aktivitě si děti přímo vyzkouší, jak pracovat v týmu, spolupracovat a pozitivně interagovat s ostatními, aby dosáhly společného cíle.

Cíle

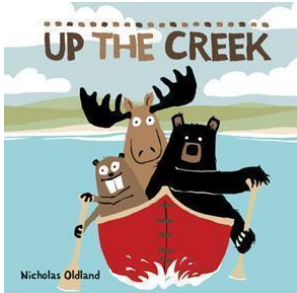
Na konci této lekce budou děti:

- Umět identifikovat v náročné situaci pozitivní a negativní možnosti
- Zvažovat a komentovat důležitost pozitivních vztahů
- Mít zážitek z pozitivní interakce se svými spolužáky
- Rozumět spolupráci pro společný cíl
- Chápat a oceňovat důležitost pozitivních interakcí

Zahřívací aktivita

Lekce oslovuje přátelství, spolupráci i zvířata a životní prostředí. Aktivity by tedy mohly sloužit jako úvod do diskusí na tato témata, v souvisejícím projektu nebo i po nečekaných konfliktech či hádkách mezi spolužáky, kterých si učitel*ka ve škole může všimnout.



Aktivita 1: Kamarádi v řece	
<i>Uspořádání</i>	Ve třídě, v kruhu
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none">• Kniha „Vzhůru po potoce“ od Nicholase Oldlanda• Dostupné také v: https://www.youtube.com/watch?v=8LEMGFncv5I&t=14s 
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none">• Vyprávění příběhů• Skupinová diskuse• Sebereflexe
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	<p>Učitel*ka představí knihu dětem, ukáže obálku, přečte název a dá jim čas na přemýšlení o tom, o čem kniha může mluvit. Děti vyjadřují své myšlenky. Potom učitel*ka vysvětluje: „Budeme číst tuto knihu o třech přátelích, kteří, přestože byli nejlepší přátelé, dříve spolu nesouhlasili, a tak zažívali dobrodružství v lese. Obrací stránky a čte. Jakmile dokončíme každou část, zvednete ruku, abyste mi řekly o dobrodružstvích přátel.“ Učitel*ka dětem připomíná pravidla: Děti musí zvednout ruku, aby mohly mluvit, naslouchat si, být laskavé a čekat, až na ně přijde řada, než odpoví.</p>
Aktivita (Trvání: 10 min)	<p>Učitel*ka čte knihu a ukazuje dětem obrázky. Po přečtení části položí dětem otázky. Možné otázky související s příběhem:</p> <ul style="list-style-type: none">– Kdo jsou přátelé v příběhu?– Jaký byl jejich první/druhý/třetí problém/dobrodružství? Co se jim stalo?– Jaké řešení našli, aby vyřešili svůj první/druhý/třetí problém?– Proč se hádali?– Co se rozhodli udělat, aby se bezpečně vrátili domů?– Jak spolupracovali?– Co si řekli před obědem?



	<ul style="list-style-type: none">– Myslíte si, že jim pozitivní vztah mezi sebou pomohl vyřešit jejich problémy?– Proč je důležité mít pozitivní vztahy?
Závěr (Trvání: 5 min)	Prostřednictvím skupinové diskuse budou děti reflektovat a přinášet příklady toho, co je mít pozitivní vztahy: kamarádit se, odpouštět si, mluvit spolu, vtipkovat, hrát si, pomáhat si, naslouchat.



Aktivita 2: Medvěd a bobr	
<i>Uspořádání</i>	Uvnitř v místnosti s dostatkem prostoru pro pohyb nebo venku
<i>Seznam věcí</i>	Rytmická hudba (volitelné)
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none">● Týmová aktivita● Fyzická aktivita
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	10'
Úvod k aktivitě (Trvání: 3 min)	<p>Učitel*ka dětem připomene, jak tři kamarádi pozitivně spolupracovali v příběhu, aby dosáhli společného cíle, a sice bezpečného návratu domů. Poté učitel*ka vyzve děti, aby si zahrály hru, ve které musí týmově spolupracovat na dosažení společného cíle, a to pomoci bobrovi utéct před medvědem.</p> <p>Děti si vytvářejí „hnízdo“ tak, že se postaví do kruhu, drží se navzájem a jsou blízko sebe. Uvnitř kruhu je dítě „bobr“ a mimo kruh je další dítě „medvěd“.</p>
Aktivita (Trvání: 7 min)	<p>Se signálem učitele*ky (nebo začátkem hudby) prochází „bobr“ uvnitř, vně a kolem „hnízda“. „Medvěd“ chodí uvnitř, venku a kolem „hnízda“ a snaží se bobra chytit. Děti v kruhu („hnízdo“) pomáhají bobrovi při pohybu tím, že zvedají ruce k držení a otevírají větší prostory v kruhu, zatímco medvědovi brání a znesnadňují zachycení bobra tím, že spouštějí ruce a navzájem se přibližují.</p> <p>Bobr poklepe medvědovi na rameno a musí se dostat zpět do hnízda, než ho medvěd chytí.</p>
Závěr	Učitel*ka by měl*a děti povzbuzovat, aby věnovaly pozornost pohybům bobra a medvěda, spolupracovaly, komunikovaly a spolupracovaly na záchraně bobra.
Domácí cvičení	Děti doma s rodiči diskutují o tom, v čem je jejich rodinný vztah pozitivní a jak mohou pozitivně spolupracovat na dosažení nějakého společného cíle. Děti mohou pomáhat rodičům se zaléváním rostlin, uklízet si hračky nebo prostírat stůl k obědu.
Metodika hodnocení	Jako hodnocení dítěte při aktivitě by mohla být implementována hra „najdi zvíře“. V této aktivitě děti sedí v kroužku. Dítě si od týmu udržuje odstup, tým si vybírá zvíře. Když se dítě přiblíží ke skupině, zeptá se na informace o vybraném zvířeti (např. žije ve vodě? Létá? Jak je velké?) a



snaží se uhodnout, které zvíře je. Odpovědi by měly být pouze „ano“ – „ne“. Učitel*ka povzbuzuje tým, aby byl upřímný.

Při realizaci aktivit učitel*ka sleduje a zapisuje si poznámky týkající se toho:

- jak dobře děti chápaly pojem pozitivní vztah a myšlenku vzájemné spolupráce
- jak dobře se dětem podařilo zapojit se do týmu a vzájemně spolupracovat

Lekce 2: Propojení se s ostatními

Úvod k lekci

Tato lekce obsahuje tři hravé pohybové aktivity, jejichž cílem je propojit děti s jejich spolužáky a podpořit pozitivní interakce ve třídě. Děti si tak postupně vyzkouší, jak hrát samostatně, ve dvojicích a nakonec i v týmu.

Cíle

Na konci této lekce budou děti:

- Rozumět tomu, co znamená hrát si s ohledem na ostatní
- Propojit se a vnímat se navzájem
- Chápat, co znamená spolupráce
- Rozumět pozitivní interakci ve třídě
- Posilovat své komunikační dovednosti

Aktivita 3: Listy v lese	
<i>Uspořádání</i>	Uvnitř v místnosti s dostatkem prostoru pro pohyb nebo venku
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Kusy papírů nebo novin ● Taneční hudba
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hra ● Hudba ● Tanec a pohybová aktivita ● Individuální činnost
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	10'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	Po místnosti, na podlaze, je rozházeno tolik papírů, kolik je dětí. Učitel*ka vybízí děti, aby přemýšlely o příběhu, který četly v předchozí lekci (Lekce 1) (např. kdo byli hrdinové, kde žili atd.), a představily si, že jsou také v lese. Konkrétně si musí představit, že jdou hluboko v lese, kde je kolem spousta spadaneho listí. Učitel*ka modeluje pohyb chůzí nebo tancem kolem listů. Učitel*ka vysvětluje, že dokud hraje hudba, nesmí se šlápnout na spadaneý list. Kdykoli hudba ustane, musí najít prázdný list a postavit se na něj.
Aktivita (Trvání: 5 min)	Učitel*ka spustí hudbu. Děti chodí nebo tančí kolem listů. Učitel*ka náhle zastaví hudbu a děti běží najít prázdný list a šlápnout na něj (jako na své „hnízdo“). Poté se znovu spustí hudba a děti se dále pohybují mezi listy. Pokaždé, když se hudba zastaví, učitel*ka dá pryč jeden list z podlahy. Když je listů v místnosti méně, tým musí zavolat jméno dítěte, které nenašlo svůj list – své prázdné hnízdo.
Závěr	Dítě, které nenašlo prázdné hnízdo, pokračuje v tanci s učitelem*kou. Aktivita končí, když poslední dítě zůstane bez hnízda.



Aktivita 4: Hraj si sám*a – Hraj si s kamarádem*kou – Hraj si s celou třídou

<i>Uspořádání</i>	Uvnitř v místnosti s dostatkem prostoru pro pohyb nebo venku
<i>Seznam věcí</i>	Rytmická hudba
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none">● Hra● Hudba, tanec a pohyb● Individuální aktivita● Činnost ve dvojicích/týmu
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 10 min)	Učitel*ka pustí hudbu. Děti tančí v místnosti. Učitel*ka náhle zastaví hudbu. Děti mrznou a stojí nehybně. V první úrovni této aktivity učitel*ka pokaždé, když se hudba zastaví, vyzve děti k jednotlivým pohybům, např. „dotknout se prstem stěny“, „podívat se na strop“, „zvednout nohu“, „schovat se všude ve třídě“.
Aktivita (Trvání: 10 min)	Ve druhé části této aktivity učitel*ka vyzve děti, aby si našly kamaráda*ku, vytvořily si pár a dělaly společně pohyby pomocí rukou, nohou nebo celého těla, např. „najdi pár a staň se člunem“, „najdi pár a vytvoř srdce“, „najdi pár a staň se houpačkou“. Postupně může učitel*ka zavolat tři děti (např. „najdi třetí dítě a vytvaruj trojúhelník“), čtyři děti („čtyři děti udělají jezero“) atd.
Závěr	Nakonec učitel*ka povzbudí celý tým dětí, aby svým tělem vytvarovaly obří tvary (např. obří pomeranč/jablko). Ve skupinové diskuzi děti reflektují své představy a pocity ze spolupráce při hře.



Aktivita 5: Jako moře	
<i>Uspořádání</i>	Uvnitř v místnosti s dostatkem prostoru pro pohyb nebo venku
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Velký modrý kus látky (3x3 metry) ● Zvonkový míč nebo balónek s rolničkou ● Hudba (např. Čtvero ročních období od Vivaldiho)
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hra ● Hudba ● Taneční a pohybová aktivita ● Individuální aktivita
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	10'
Úvod k aktivitě (Trvání: 2 min)	Po předchozí aktivitě jsou všichni pohromadě a učitel*ka přináší týmu velký modrý kus látky, „moře“. Každé dítě musí chytit látku a stát kolem moře. Uprostřed látkového moře je zvonová koule, „lod““. Děti pohybuji látkou nahoru a dolů. Jejich pohyby jsou „vlny“.
Aktivita (Trvání: 5 min)	Děti musí spolupracovat a synchronizovat své pohyby-vlny, aby loď plula po moři. „Vlny“ mohou být malé a postupně se zvětšovat. Musí být opatrní a nenechat kouli vypadnout z látky „na břeh“.
Závěr (Trvání: 3 min)	Na konci tým pomalu přivedl loď ke břehu a pustí látku dolů. Všichni si sednou do kruhu, chytí se za ruce a po kruhu rozdávají úsměv. Začnou s jedním dítětem a předávají úsměv další osobě a tak to dál v kruhu pokračuje. Úsměv se musí vrátit tomu, kdo začal. Pokud to čas dovolí, mohou se znovu podělit o úsměv v opačném směru kolem kruhu.
Domácí cvičení	Děti se mohou usmívat na rodinné příslušníky doma nebo na přátele nebo učitele*ky ve škole, nebo dokonce na lidi, které příliš dobře neznají. Rodiče a děti mohou doma diskutovat o chvíli, kdy by se mohli cítit šťastní, a sdílejí úsměv. Mohou přemýšlet a diskutovat o tom, zda je dobré někomu věnovat úsměv.
Metodika hodnocení	Při aktivitě učitel sleduje, zda dítě <ul style="list-style-type: none"> – mohlo najít pár – mohlo komunikovat s ostatními – cítilo se pohodlně v komunikaci s ostatními



RESILIENT
PRESCHOOLS



Učitel*ka může fotit děti buď jednotlivě, ve dvojicích nebo ve skupinách a pořizovat jim kopie, aby si je mohly uchovávat ve svém portfolio a mohly si zážitky připomenout.

Lekce 3: Podporování zdravých mezilidských vztahů

Úvod k lekci

Tato lekce zahrnuje dvě aktivity zaměřené na podporu zdravých mezilidských vztahů ve třídě. Prostřednictvím těchto aktivit se dítě naučí přijímat rozmanitost, sdílet a spolupracovat s ostatními za účelem budování a udržování zdravých mezilidských vztahů.

Cíle

Na konci této lekce budou děti:

- Aktivně se zapojovat do skupinových aktivit
- Chápat vytváření mezilidských vztahů
- Identifikovat vlastnosti svých spolužáků
- Hrát si ve dvojicích
- Rozumět udržování zdravých mezilidských vztahů

Zahřívací aktivita

Učitel*ka seznámí děti s touto lekcí hrou s názvem „Sochař a socha“. V této aktivitě sedí všichni v kruhu. Učitel*ka zavolá dvě děti, jedno z nich bude sochař a druhé socha. Tým/třída se rozhoduje o tématu sochy (např. zaměstnání). Socha je nehybná a sochař by měl vytvořit tvar sochy (hlava, ruce, nohy, výrazy ve tváři a vytvořit například dopravního policistu, tanečníka, rybáře, dřevorubce, fotbalistu nebo hrdinu). Členové týmu si představují a diskutují o tom, co je to socha.



Aktivita 6: Nakresli kamaráda*ku	
<i>Uspořádání</i>	Ve třídě, u pracovního stolu
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none">● Kusy papírů s barevnými rámečky v párech (např. dva červené, dva žluté atd.)● Fixy, pastelky● Lepidlo● Pomalá hudba
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none">● Činnost v páru● Kreslení● Skupinová diskuse
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	Učitel*ka rozdělí každému dítěti kus papíru s barevným rámečkem. Rámy v párech mají stejnou barvu. Dokud hraje hudba, každé dítě hledá svého partnera podle barvy svého rámečku. Když každé dítě najde svého partnera, tančí spolu. Když hudba utichne, posadí se k pracovním stolům.
Aktivita (Trvání: 15 min)	Učitel*ka vybízí děti, aby pozorovaly jeho/její dvojici. Každá dvojice je prezentována ve třídě. Má například ústa s červenými/růžovými rty, malý nos, modré oči, černé vlasy atd. Poté každé dítě nakreslí svého partnera do barevného rámečku.
Závěr (Trvání: 5 min)	Kresby jsou shromážděny a složeny do plakátu/koláže. Učitel*ka a děti diskutují o názvu svého uměleckého díla a místě, kde bude vystaveno.

Aktivita 7: STOP! Vyfoť!	
<i>Uspořádání</i>	Ve třídě, v kruhu
<i>Seznam věcí</i>	Volitelný fotoaparát
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Divadelní hra ● Aktivita ve dvojicích/týmech
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	Všichni sedí v kruhu. Učitel*ka vyzve děti, aby se svými tvářemi vyjádřily, např. veselý obličej, rozzlobený obličej, smutný obličej atd.
Aktivita (Trvání: 15 min)	Učitel*ka zavolá dítě a požádá ho*ji, aby představil*a svým tělem pohyb (např. předstírá, že pije imaginární sklenici vody). Poté zůstane nehybný*á. Do kruhu přijde další dítě a musí dokončit pohyb (např. předstírat, že je číšník*servírka s laskavým úsměvem nabízejícím pomyslnou sklenici vody předchozímu dítěti). Když obě děti dokončí pomyslný obrázek, zůstanou nehybné. Pak zbytek týmu zakřičí „STOP! Vyfoť se“ a předstírají, že fotí děti – „sochy“. Páry se mění. Postupně může učitel vyzvat třetí nebo čtvrté dítě, aby pokračovalo ve snímku, nebo dokonce celou třídu, aby pořídila hromadný snímek.
Závěr	Učitel*ka může pořizovat skutečné fotografie dětí, diskutovat a sdílet jejich emoce a pocity. Učitel*ka jim také může pořizovat kopie, aby si je mohly ponechat ve svém portfoliu, aby si připomněly své zážitky.
Domácí cvičení	Jako domácí úkol si děti mohou číst se svými rodiči knihu „Big Friends“ od Lindy Sarah a Benji Daviese (k dispozici také v https://www.youtube.com/watch?v=NVCoi57qkOw&t=64s) a diskutovat o důležitosti zdravých vztahů. Také se více zapojit a najít si nové přátele.
Metodika hodnocení	Učitel*ka při realizaci aktivit sleduje a zaznamenává, do jaké míry dokáže každé dítě efektivně komunikovat a spolupracovat v týmu. Navíc může pozorovat, zda si děti po realizaci aktivit udrží svůj vztah.



Lekce 4: Praktikování laskavosti

Úvod k lekci

Pozitivní vztahy jsou podporovány rozvojem síly laskavosti. Tato lekce obsahuje dvě aktivity, jejichž cílem je přimět děti, aby si uvědomily, co je laskavost. Děti se zapojí do činností, které jim pomohou rozpoznat laskavá slova, která někdo používá, některé potenciální skutky laskavosti a nakonec procvičit laskavost s ostatními.

Cíle

Na konci této lekce budou děti:

- Vědomy si toho, co je laskavost
- Schopny rozpoznat laskavá slova, která někdo používá, a použít je
- Používat úsměv jako pozitivního verbálního chování ve vztazích s ostatními
- Procvičovat dobré a laskavé skutky a prožívat radost ze samotných činů

Zahřívací aktivita

V kruhu učitel*ka vybízí děti k aktivitě sdílení úsměvů (modul 4, lekce 2, Aktivita 5). Poté učitel*ka požádá děti, aby sdílely, zda si pamatují, jak se usmívaly na přátele nebo na někoho z rodiny a zda se na ně někdo usmíval a jak se cítily. Úsměv povzbuzuje „štěstí pro všechny lidi“.

Aktivita 8: Sladká slova	
<i>Uspořádání</i>	Ve třídě, v kruhu
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Kusy papírů ● Fixy, pastelky ● Lepidlo ● Karton
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Skupinová diskuse ● Brainstorming ● Artifacts ● Skupinová aktivita
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	30'
Úvod k aktivitě (Trvání: 10 min)	V kruhu ve třídě učitel*ka a děti diskutují o tom, jak je důležité být k ostatním laskavý a zdvořilý. Učitel*ka povzbuzuje děti, aby přemýšlely, jak můžeme o něco slušně požádat, jaká slova můžeme použít, jaký by byl vhodný laskavý postoj. „Vždy existují hezké a laskavé způsoby, jak s někým mluvit, i když nás rozčiluje.“
Aktivita (Trvání: 10 min)	Prostřednictvím brainstormingu děti odkazují na laskavá slova, která někdo může použít. Všechna milá slova jsou napsána na papírových bonbónech a jsou umístěna na dóze „dóza se sladkými a laskavými slovy“. Plakát je navržen s papírovou nádobou včetně papírových bonbónů. Možná milá slova pro bonbóny: „Omlouvám se“, „Děkuji“, „Prosím“, „Chtěli byste se přátelit?“, „Miluji tě“, „Odpouštím ti“, „Mohu...?“, „Chtěl bych...“, „Můžeš mi přinést..., prosím?“, „Tady jsi“ atd.
Závěr (Trvání: 10 min)	Každé dítě si vezme z dózy papírovou sladkost s milým slovem. Učitel*ka jej přečte a může jej napsat na tabuli. Každé dítě si procvičuje tvorbu sladkých vět. Například místo „Chci svůj míč hned teď!“ mohou říct „Můžete mi prosím podat míč?“ Nebo: „Hej ty! Kolik je hodin?“ – „Prosím, můžete mi říct čas?“ „Vodu!“ – „Můžete mi dát trochu vody, prosím?“

Aktivita 9: Usměj se, prosím!



<i>Uspořádání</i>	Ve třídě, v kruhu
<i>Seznam věcí</i>	<ul style="list-style-type: none">● Hračky, pohádkové knihy, fixy atd.
<i>Pedagogické strategie</i>	<ul style="list-style-type: none">● Hraní rolí● Skupinová diskuse
<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	V návaznosti na předchozí aktivitu učitel*ka vybízí děti, aby hrály hru, aby si procvičily laskavost k sobě navzájem.
Aktivita (Trvání: 15 min)	Každé dítě by mělo splnit „přátelskou žádost“ splněním řady úkolů: žádat o věci zdvořile a s úsměvem, upřít pohled jeden na druhého, zaujmout vhodný postoj a poděkovat. Všechny děti budou mít předmět (hračku, knihu...) kromě jednoho*é. Toto dítě bude muset požádat některého ze svých spolužáků o přátelskou prosbu. Spolužák*ačka dá předmět dítěti, pouze pokud byla žádost provedena laskavě a s úsměvem. Pokud se tak nestane, děti bez předmětů musí začít znovu a tentokrát se zeptat jiného spolužáka. Jakmile dítě získá požadovaný předmět, osoba, která se svého předmětu vzdala, musí položit stejnou otázku jinému spolužákovi a přitom vyhovět přátelské prosbě, aby požadovaný předmět získal*a. Pokaždé, když je splněn požadavek, který je v souladu s pravidly, všichni spolužáci dětem zatleskají.
Závěr	Hra končí, když všechny děti úkol splní.
Domácí cvičení	Rodiče si mohou doma vyrobit „dózu pro rodinnou laskavost“. Nádobu laskavosti může obsahovat skutky laskavosti, které může udělat každý. Členové rodiny mohou diskutovat o tom, co mohou udělat pro ostatní, a povzbudit děti, aby začaly přemýšlet o způsobech, jak mohou ostatním projevit laskavost. Možné jednoduché skutky laskavosti by mohly být následující: <ul style="list-style-type: none">● Pošlete sousedovi děkovný dopis● Obejmi někoho● Přineste květiny svému učiteli● Sbírejte knihy do knihovny● Darujte jídlo útulku pro bezdomovce● Usmívej se na někoho● Podržte někomu dveře● Darujte hračku



	<ul style="list-style-type: none">● Krmte ptáky● Upečte dezert pro souseda● Řekněte někomu, jak moc ho milujete● Poděkujte pokladní v supermarketu
Metodika hodnocení	Učitel*ka musí po realizaci aktivit zajistit, aby si děti denně zvykaly o věci slušně žádat, být milé, poděkovat a upozornit je na to, když to zapomenou udělat. Jak o to žádáš? („Prosím“), Co říkáš teď? („Dík“).

Lekce 5: Porozumění odpuštění

Úvod k lekci

Odpuštění pomáhá napravovat vztahy, a tak podporuje spolupráci. Součástí této lekce je aktivita, jejímž cílem je přimět děti, aby si uvědomily, co je odpuštění a jeho význam pro podporu pozitivních vztahů.

Cíle

Na konci této lekce budou děti:

- Vědomy si důležitosti prosby o odpuštění a odpuštění

Zahřívací aktivita

Jako zahřívací aktivita učitel*ka přečte příběh o odpuštění; jak a proč se omlouvat. Možné knihy se souvisejícím obsahem mohou být například následující:

I'm Sorry! od Barry Timm

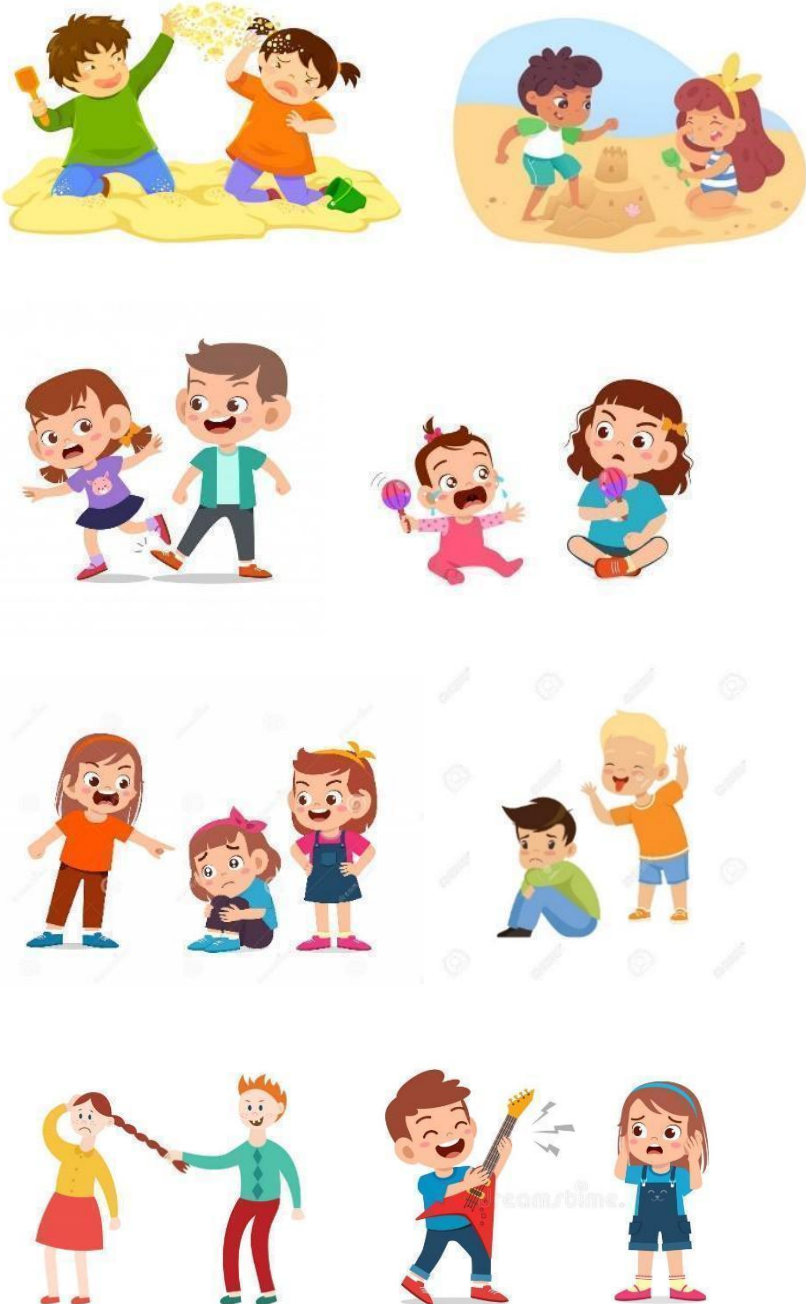
Sorry! od Landa Norbert

(<https://www.youtube.com/watch?v=cRiprMov4gk>)



Aktivita 10: Omlouvám se – odpouštím ti



<p><i>Uspořádání</i></p>	<p>Ve třídě, v kruhu</p>
<p><i>Seznam věcí</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Karty zobrazující různé situace  <p>Obrázky načteny z: https://www.istockphoto.com</p>
<p><i>Pedagogické strategie</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Skupinová diskuse• Případová studie – scénáře



<i>Rozšíření RESILIENT PRESCHOOLS Kurikula</i>	Modul 4. Pozitivní vztahy
<i>Trvání</i>	20'
Úvod k aktivitě (Trvání: 5 min)	Přečtením příběhu o odpuštění si děti uvědomí, že někdy děti i dospělí něco udělají špatně nebo trpí chybami ostatních. Když se to stane, je lepší se omluvit a požádat o odpuštění nebo přijmout a odpustit těm, kteří nám ublížili. „Požádat o odpuštění a odpuštění pomáhá vytvářet a udržovat pozitivní vztahy s ostatními.“
Aktivita (Trvání: 15 min)	<p>Dětem jsou zobrazeny karty, které obsahují různé situace:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Dívka hází písek na ostatní spolužáky. ● Chlapec zakopl o jiného, kdo upadl na zem. ● Dívka ničí to, co ostatní děti vybudovaly. ● Chlapec se cítí špatně, protože mu někdo vzal karty. ● Dívka se cítí zraněná, protože na ni její kamarád křičel. <p>Jakmile žáci viděli a identifikovali scény na kartách, musí komentovat, analyzovat a hodnotit v malých skupinách svou konkrétní kartu a verbalizovat, co je třeba v každé situaci udělat: „odpustit“ nebo „prosít o odpuštění“, a vyjádřit, jaký by byl nevhodnější způsob jednání. Poté, když se dohodnou, vyzve učitel děti, aby přemýšlely o podobných situacích, které ve svém životě zažily.</p>
Domácí cvičení	Každá rodina si přečte příběh o odpuštění a znázorní to, co se naučila, různými způsoby, například návrhem plakátu, kreslením, psaním osobního dopisu atd. Každé dítě přinese knihu do třídy a předá spolužákům, co udělal se svou rodinou doma. Shromáždí všechny materiály vyrobené dětmi a jejich rodiči a sestaví se kniha o odpuštění.
Metodika hodnocení	Učitel*ka by měl*a využít situací, které se vyskytují v každodenním školním životě, aby tyto problematické situace ve třídě řešil*a. Cílem je, aby si děti uvědomily, že nejdůležitější je převzít odpovědnost za své činy nebo prospěch svůj i druhých.

Zdroje

Arguis R., Bolsas A., Hernandez S., Salvador M. (2010). *The “Happy Classrooms” Programme: Positive Psychology Applied to Education*. Retrieved from:

<http://educaposit.blogspot.com.es/p/free-programme-download.html>



Big Friends by Linda Sarah & Benji Davies. Retrieved from:

<https://www.youtube.com/watch?v=NVCoi57qkOw&t=64s>

Center for Healthy Minds & Healthy Minds Innovations, Inc., (2017). A mindfulness kindness based curriculum for preschoolers. Retrieved from:

<http://www.mindfulmomentsinedu.com/uploads/1/8/8/1/18811022/kindnesscurriculum.pdf>

Gana, G., Zisopoulou, E., Theodoridis, N. et al., (2004), The school - workshop of art and creation. Thessaloniki: AUTH, Manolis Triandaphyllidis Foundation

Landa, N. (2009). *Sorry!* Little Tiger Press

National Research Council, National Academies. (2001). *Early childhood development and learning: New knowledge for policy*. Washington, DC: National Academy Press.

Norrish, J., Robinson, J. & Williams, P. (2011). *Positive Relationships*. Corio: Geelong Grammar School.

Oldland, N. (2013). *Up the creek*. Kids Can Press

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, Washington, DC: Oxford University Press, American Psychological Association. Retrieved from:

http://www.idysinger.stjohnsem.edu/@books1/Peterson_Character_Strengths/character-strengths-and-virtues.pdf

Rose-Krasnor, L., Rubin, K. H., Booth, C. L. & Coplan, R. (1996). The relation of maternal directiveness and child attachment security to social competence in preschoolers. *International Journal of Behavioral Development*, 19, 309–325.

Sanders, S. (1992). *Designing Preschool Movement Programs*. Human Kinetics, IL: Champaign

Sarah, L. & Davies, B. (2016). *Big Friends*. Henry Holt and Co.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY, US: Free Press.

Timms, B. (2020). *I'm Sorry!* Tiger Tales

Zachopoulou E., Tsagaridou N., Pickup I., Liukkonen J. & Grammatikopoulos, V. (2007) (Eds). *Early Steps: Promoting healthy lifestyle and social interaction through physical education activities during preschool years*. Thessaloniki: Kristodoulidi Publications.

Wartner, U. G., Grossmann, K., Fremmer-Bombik, E. & Suess, G. (1994). Attachment patterns at age six in South Germany: Predictability from infancy and implications for preschool behavior. *Child Development*, 65, 1014–1027.