

1. DEŇ**1. Voľné miesto**

Cieľ: Podporovať spolupatričnosť skupiny detí, schopnosť prijať uznanie a pochvalu od iných.

Postup: Deti sedia v kruhu na vankúšikoch. Učiteľka má po svojej pravej ruke voľné miesto. Hovorí: „Po mojej pravej ruke je voľné miesto a chcem, aby si ku mne prišiel sadnúť XY, lebo...“. Učiteľka vyjadrí slovne, prečo si vybrala práve to dieťa a vysloví na jeho adresu pochvalu. Dieťa, ktorému sa uvoľnilo miesto po jeho pravej ruke pokračuje v aktivite ďalej a vyberá si iné dieťa, ku ktorému má blízky citový vzťah.

2. Stráženie veže

Cieľ: posilňovať schopnosť sebaovládania.

Postup: Na začiatku hry si zvolíme. Jedno dieťa – veliteľa. Ostatné deti vytvoria trojice, z ktorých dve deti sa držia rukami oproti sebe a vytvárajú tak akýsi domček – vežu. Jedno dieťa je uprostred veže. Na povel veliteľa „Výmena stráží“ dieťa uprostred veže vybehne a beží do ďalšej veže a veliteľ sa tiež snaží dostať do niektorej veže. Kto si nenájde voľnú vežu, stáva sa veliteľom, ktorý vydáva povely.

3. Strom priateľstva

Cieľ: Prejavovať v činnosti primeranú dôveru vo vlastné schopnosti

Pomôcky: baliaci papier, pastelky, kartičky s tvármi detí

Tejto aktivite predchádza činnosť detí v centre Ateliér počas ranných hier, v ktorom si deti nakreslili a vystrihli z papiera svoju tvár – svoj portrét.

Postup: Deti sedia na koberci v kruhu a každý si položí pred seba svoj portrét. Učiteľka navodí v kruhu rozhovor na tému „priateľské vzťahy medzi deťmi“. Po rozhovore si na baliaci papier deti spoločne nakreslia veľký strom s množstvom konárikov. Ten symbolizuje strom priateľstva detí celej triedy. Úlohou detí je vybrať si na strome miesto pre svoj portrét podľa toho, na ktorom konáriku ho chcú mať a vedľa ktorého kamaráta chcú mať svoj portrét pripnutý.

Na záver deti rozprávajú o svojom vzťahu ku kamarátovi, alebo kamarátom.

2. DEŇ

1. Ako sa poznám

Ciel': Poznávanie seba samého, úcta k sebe a vyjadrovanie pozitívneho obrazu o sebe samom

Pomôcky: kartičky s nakresleným obrysom tela, ceruzky.

Postup: Deti sedia v kruhu na vankúšikoch. V strede kruhu sú ceruzky pre všetky deti a papiere. Každé dieťa si vezme ceruzku a papier, na ktorom je nakreslený obrys tela. Do obrysu tela dieťa nakreslí to, čo považuje pre seba za charakteristické, vyfarbí tú časť tela, ktorú má na sebe rád, ktorú si snaží najviac chrániť, ktorá je pre neho dôležitá. Na záver sa deti podpíšu pod kresbu (pokiaľ sa vedú podpísať) a slovne vyjadria, ako sa cítili pri kreslení dôležitých častí svojho tela. Deti si môžu svoju kresbu priložiť ku svojmu portrétu pripnutému na „strome priateľstva“.

2. Hra na povel

Ciel': Nadväzovanie kontaktu s inými deťmi časťami tela

Pomôcky: CD prehrávač

Postup: Deti sa voľne pohybujú po miestnosti a tancujú na hudbu. Na povel učiteľky „kolená na koléná“, sa deti zastavia a vytvoria dvojice. Dotýkajú sa kolenami a spolu tancujú. Môžu sa dotýkať aj inými časťami tela napr: ramenami, ušami, dlanami, nosmi.

3. Najdôležitejšia osoba na svete

Ciel': Posilňovať individualitu osobnosti a schopnosť byť sám sebou.

Pomôcky: škatuľka s vrchnákom, zrkadlo.

Postup: Spolu s deťmi sedíme v kruhu na koberci a deti rozprávajú o tom, koho vo svojom živote považujú za najdôležitejšieho. Potom si podávame škatuľku, v ktorej býva jedna z najdôležitejších osôb na svete, ktorú všetky deti ľúbia. V škatuľke je ukryté zrkadlo tak v ňom každé dieťa uvidí svoj obraz. Dbáme na to, aby sa tajomstvo zrkadla nevyzradilo, kým sa všetky deti nevystriedajú.

3. DEŇ

1. Hra s kockou emócií

Ciel': Rozoznať a pomenovať emócie.

Pomôcky: kocka s obrázkami emócií

Postup: Kocku emócií si vyrobíme tak, že si nakreslíme 6 obrázkov tváří so základnými emóciami: radosť, zlosť, strach, šťastie, smútok, úžas. Potom ich nalepíme na veľkú drevenú kocku. Dieťa hádza kockou emócií. Po každom hode dieťa pomenuje emóciu, ktorú kocka ukázala a samo ju aj znázorní. Emóciu sa snaží vyjadriť mimikou a pohybom celého tela. Ostatné deti sa snažia uhádnuť, ktorú zo 6 emócií dieťa predviedlo.

2. Čarovný košík

Ciel': Rozvíjať zmyslové vnímanie, utvárať schopnosť citovej reflexie, správnu koordináciu pohybov.

Pomôcky: CD prehrávač s relaxačnou hudbou, košík, farebné stuhy

Postup: Deti sedia na koberci v kruhu. Učiteľka oboznámi deti s čarovným košíkom, ktorý ukrýva rôzne farebné stuhy vyjadrujúce určitú emóciu (žltá – radosť, modrá – smútok, čierna – strach, hnedá – hnev). Emócie má učiteľka aj nakreslené na obrázkoch a vyfarbené v takých farbách, ako sú stuhy. Každé dieťa si vyberie z čarovného košíka stuhu, pozrie sa na obrázok a pokúsi sa pohybom vyjadriť emóciu na stuhe. Po vyjadrení emócie rozpráva, prečo si vybralo práve tú farbu, ktorú si vybralo a ako sa cítilo pri vyjadrovaní emócie.

Môžeme dieťa požiadať, aby emóciu vyjadrenú pohybom vyjadrili aj zvukom – spevom na vybranú slabiku .

3. Čo by si robil, keby...?

Ciel': Diferencovať medzi citmi a konaním

Pomôcky: vankúšiky na sedenie, lopta

Postup: Deti sedia v kruhu na vankúšoch. Učiteľka hádza kocku niektorému dieťaťu a pýta sa ho: Čo by si robil, keby...napr. keby si bol dieťaťom, s ktorým sa nikto nechce hrať?, keby ti niekto zjedol cukríky zo skrinky v šatni?, keby ti niekto pokazil vežu z kociek?, keby si videl, ako ti chlapec bije kamaráta?, keby ťa cudzí človek volal do svojho auta s tým, že ťa povoží? Dieťa sa pokúsi vcítiť sa do situácie a podľa toho odpovedá na otázku.

4. DEŇ

1. Obrázkový súbor emócií

Ciel: Rozvíjanie sociálnej komunikácie a vyjadrenie citov

Pomôcky: Z časopisov vystrihnuté obrázky, obrázky emócií

Postup: Deti sedia v kruhu na vankúšikoch. Učiteľka do stredu kruhu rozloží obrázkom dolu množstvo vystrihnutých obrázkov ľudí, ktoré ich predstavujú v rôznych životných situáciách, pri prežívaní rôznych citových prežitkov. Deti postupne obracajú obrázky a poukazujú na jednotlivé výrazy, črta tváre, alebo iné rysy, ktoré svedčia o určitej emócií človeka. Deti rozprávajú o jednotlivých obrázkoch a spoločne vytvoria skupiny obrázkov s rovnakými emóciami. Na záver si každé dieťa vyberie jeden súbor emócií a v krátkosti opíše svoj emocionálny zážitok s pocitom, ktorý si vybral.

2. Uhádni, ako sa cítim

Ciel: Rozvíjať komunikačné a vyjadrovacie schopnosti v neverbálnej interpretácii a rozvoj verbálnych a neverbálnych prejavov medzi deťmi

Pomôcky: kartičky s emóciami, papierová lepiaca páska

Postup: Deti sedia v kruhu na koberci. Učiteľka prilepí páskou každému dieťaťu na chrbát určitú emóciu a vyzve deti, aby si navzájom nepozerali na chrbát. Keď má každé dieťa na chrbte obrázok, učiteľka vysvetlí deťom pravidlá hry. Deti sa postavia a prechádzajú sa po miestnosti tak, aby neprehovorili ani slovo, ale všímali si obrázky na chrbtoch kamarátov. Úlohou detí je, aby mimikou, gestom a pohybom vyjadrili emóciu na chrbte kamaráta vždy vtedy, keď sa im stretnú pohľady. Každé dieťa sa snaží podľa výrazov tváre iných detí uhádnuť, akú emóciu má prilepenú na chrbte. Na záver deti rozprávajú podľa akých indícií uhádli tú správnu emóciu.

3. Som tvoje zrkadlo

Ciel: Rozpoznávať pocity a na základe výrazu tváre neverbálne dešifrovať a vyjadrovať emócie druhých

Postup: Deti utvoria dvojice a posadia sa na koberec oproti sebe. Jedno dieťa z dvojice mimikou tváre napodobňuje určitú emóciu (vyberá si zo šiestich základných emócií) a zrkadlo (druhé dieťa) tvár verne odráža t.j. mimiku opakuje a háda, aká emócia bola vyjadrená. Potom sa deti vystriedajú. Na záver deti v kruhu pred ostatnými deťmi verbálne vyjadrujú svoje zážitky z tvorivých nápadov neverbálnych prejavov.

5. DEŇ

1. Dieťa v studni

Cieľ: Rozvíjať verbálnu komunikáciu a sebarozhodovanie na základe citových prejavov iných

Postup: Deti sedia v kruhu, jedno stojí uprostred. Náhle padne a volá: „Spadol som do studne“ Ostatné deti sa pýtajú: „Kto ťa má zachrániť?“. Dieťa v studni odpovedá: „Ten, kto vie najhlasnejšie kričať, najlepšie skákať, tancovať, je najveselší...“. Potom sa snažia všetky deti v kruhu splniť čo najpresvedčivejšie úlohu, ktorú dostali. Dieťa v studni rozhodne podľa výkonov detí, kto ho zachráni. Záchranca podá ruku a vytiahne ho zo studne. Deti si vymenia miesto.

2. Ako si nájsť partnera

Cieľ: Rozvíjanie kontaktu, interpersonálnej komunikácie a sociálnej empatie

Pomôcky: asi 1 m dlhé kúsky priadze rovnakej farby pre jednu dvojicu detí

Postup: Učiteľka uchopí do ruky priadze uložené paralelne vedľa seba tak, aby konca vyčnievali z ruky na oboch stranách asi 10 cm. Deti si vyberajú konce priadze podľa toho, ako sami chcú a uchopia ich pevne rukou. Po uvoľnení zväzku vyzveme deti, aby priadze rozmotali, ale bez toho, aby svoj koniec priadze pustili a aby priadze nezamotali. Na záver učiteľka skontroluje, či sa všetkým deťom podarilo nájsť si partnera na konci druhej priadze. Takto vytvorené dvojice detí sú pripravené na nasledujúcu aktivitu vo dvojiciach.

3. Kreslím

Cieľ: Vyjadrovať radosť v kontakte s druhými, podpora pozitívneho prežívania zo vzájomného stretnutia

Pomôcky: papiere, ceruzky

Postup: Deti vytvoria dvojice. Každá dvojica dostane od učiteľky papier a ceruzku. Deti sa posadia na koberec jedno za druhé. Jedno dieťa kreslí druhému dieťaťu prstom na chrbát nejaký tvar, alebo jednoduchý obrázok a druhé dieťa ho hneď nakreslí na papier. Potom si vzájomne overia správnosť nakresleného obrázka a následne sa medzi sebou vymenia.

Na záver si deti posadajú na koberec spolu s učiteľkou do kruhu (v zástupe) a odovzdávajú si kreslením na chrbát jednoduchý tvar. Posledné dieťa ho nakreslí na tabuľu, alebo ho povie nahlas.

6. DEŇ

1. Poskladaný obrázok

Ciel: Rozvíjať komunikačné schopnosti medzi deťmi v neverbálnej interpretácii, rozvoj tvorivosti.

Pomôcky: farebné drevené paličky, biely výkres (podložka)

Postup: Deti sa rozdelia do dvojíc a posadia sa oproti sebe na koberec. Každá dvojica detí dostane od učiteľky veľký biely výkres, ktorý bude slúžiť ako podložka. Úlohou dvojíc detí je: mlčky vytvoriť spoločný obrázok tak, že budú striedavo prikladať farebné paličky (vždy jednu paličku). Na záver každá dvojica popíše svoj obrázok a deti porozprávajú, ako sa im spolu tvorilo. Obmenou hry môže byť, že dvojice pomocou papiera a pasteliek bez slov nakreslia spoločný obrázok.

2. Hra na ozvenu v kruhu

Ciel: Rozvoj empatie, neverbálne vyjadrovanie prežívania a vzájomné počúvanie sa

Postup: Deti sa postavia do kruhu tesne vedľa seba a počúvajú ticho. Učiteľka začne prvkami hry na telo imitovať určitý zvuk, napr. lúskanie prstami, tieskanie, dupanie... Postupne sa k nej pridávajú všetky deti po pravej strane v kruhu, až všetci napodobňujú určitý zvuk. Nový zvuk začne učiteľka pridávať až vtedy, keď všetky deti zopakujú predchádzajúci zvuk. Učiteľka postupne k jednému prvku pridáva ďalší a tým sa stáva hra náročnejšia na pozornosť a vnímanie rytmu . Pred každým novým prvkom učiteľka upozorní deti na zmenu tempa a rytmu.

3. Kto nám chýba

Ciel: Nadväzovať a udržať kontakt s inými osobami s ohľadom na seba a druhých

Pomôcky: Jedna veľká plachta

Postup: Na úvod učiteľka vedie s deťmi v kruhu rozhovor o dôležitosti každého dieťaťa v kruhu a o tom, že deti tvoria jeden kolektív a každé neprítomné dieťa ostatným deťom určite chýba. Potom vysvetlí deťom pravidlá hry. Deti si vyberú jedno dieťa, ktoré pôjde za dvere. Zatiaľ ostatné deti vyberú ďalšie dieťa, ktoré sa schová pod plachtu v strede kruhu. Ostatné deti sa v kruhu pomiešajú, aby nesedeli stále na tom istom mieste. Keď príde do triedy vybrané dieťa, pokúša sa uhádnuť, ktoré dieťa je ukryté pod plachtou. Ak sa mu to nepodarí, vyzveme ukryté dieťa, aby niečo povedalo. Snažíme sa, aby sa pod plachtou vystriedali všetky deti.

7. DEŇ

1. Pokušiteľ

Cieľ: Rozvoj neverbálnej komunikácie prostredníctvom mimiky, pohľadov a gest.

Postup: Deti utvoria kruh a sadnú si na koberec. Učiteľka vyberie „pokušiteľa“, ktorý sa bude snažiť rozosmiať, alebo prinútiť iné dieťa k pohybu rôznymi gestami a mimikou tváre. Do stredu kruhu sa posadí na stoličku ďalšie dieťa, ktoré sa bude pozeráť pokušiteľovi do očí, ale nesmie reagovať, smiať sa, ani sa hýbať. Ak tieto pravidlá pokúšané dieťa poruší a pokušiteľovi sa podarí rozosmiať ho, hra pokračuje s inými vybranými deťmi.

2. Obrázkový kolotoč

Cieľ: Rozvoj kreativity, empatie a vzájomnej spolupráce

Pomôcky: Jeden dlhý hárok papiera poskladaného do harmoniky, pastelky.

Postup: Deti sedia v kruhu. Rozdajú si pastelky (každému stačí jedna pastelka). Pri hre ide o to, že deti vytvoria jeden spoločný obrázok tak, že každé dieťa nakreslí na časť poskladaného papiera to, čo ho práve v tej chvíli napadne. Upozorníme však deti na to, že budú mať len krátky čas na nakreslenie obrázka. Celý postup zastavíme vo chvíli, keď obrázky budú obsahovať kresby všetkých detí. Na záver sa pokúsime spoločne „prečítať“ príbeh poskladaný z obrázkov detí a porozprávame sa o tom, ako všetci spolupracovali a ako sa pri tom cítili.

3. Chrbtom k sebe

Cieľ: Podporovať a rozvíjať spoluprácu detí. Prejavovať primeranú spokojnosť s vlastným výkonom v určitej činnosti.

Postup: Deti utvoria dvojice a posadia sa chrbtom k sebe. Natiahnu paže a vzájomne sa do seba zakliesnia laktami. V takejto polohe sa pokúšajú spolu vstať bez toho, aby sa pustili. Ak sa im to podarí, sadnú si čelom k sebe, mierne pokrčia nohy a vzájomne sa dotýkajú špičkami chodidiel. Chytia sa za ruky a ťahom rúk sa pokúšajú vstať. Povzbudzujeme ich v činnosti. Po chvíli môžeme deti vyzvať, aby sa dvojice medzi sebou vymenili. Na záver deti porozprávajú o vzájomnej spolupráci, komu sa s kým lepšie spoupracovalo.

8. DEŇ

1. Náš spoločný obrázok

Cieľ: Rozvíjať vzájomnú spoluprácu medzi deťmi a skvalitňovať proces kooperácie kreslením jednou ceruzkou.

Pomôcky: výkres A3, fixka, bavlnky.

Postup: Deti vytvoria štvorice a posadia sa oproti sebe za stôl. Každému družstvu dáme papier veľkosti A3. Do stredu stola položíme fixku, na ktorú sú priviazané štyri bavlnky. Každé dieťa drží jednu bavlnku. Štyri deti teda držia bavlnkami vo vzduchu jednu fixku. Ťahaním bavlnky zabezpečujú pohyb fixky po papieri. Úlohou detí je vzájomnou spoluprácou a poťahovaním za bavlnky nakresliť spoločný obrázok. Po skončení všetky skupiny prezentujú svoj obrázok pred ostatnými a rozprávajú o vzájomnej spolupráci medzi deťmi.

2. Tiché ostrovy

Cieľ: Rozvíjať spolupatričnosť a prejavovať spoluprácu pri spoločnej činnosti.

Pomôcky: Plastové kruhy, CD – prehrávač.

Postup: Na koberec rozložíme niekoľko kruhov. Keď zaznie hudba deti sa voľne prechádzajú, alebo tancujú okolo kruhov. Po zastavení hudby sa deti postavia do kruhov podľa vlastného výberu. Keď opäť zaznie hudba, deti opustia kruhy a znovu tancujú voľne okolo kruhov. Učiteľka po každej pauze odoberie jeden kruh a deti sa snažia prijať ostatné deti, ktorým kruh chýbal. Aktivita sa končí vtedy, keď zostane jeden ostrov a v ňom všetky deti.

3. Tajomné hlasy

Cieľ: Posilňovať schopnosť decentrácie – odpútať sa od seba a prejavovať schopnosť trpezlivo počúvať.

Pomôcky: diktafón (magnetofón).

Postup: Tejto aktivite predchádza nahrávanie hlasu detí, ktoré je možné uskutočniť napríklad počas hier detí. Učiteľka pozve do tichej miestnosti jedno dieťa, ktoré má do diktafónu povedať: „Vieš ako sa volám?“ Takto sa nenápadne vystriedajú všetky deti v triede.

Samotná aktivita sa potom realizuje v kruhu na koberci. Učiteľka púšťa deťom nahrávku detského hlasu a úlohou detí je uhádnuť, komu patrí hlas.

9. DEŇ

1. Nosná pošta

Ciel': Schopnosť sústredenia sa na činnosť, prejavovať spoluprácu a obratnosť.

Pomôcky: Krabička od zápaliiek.

Postup: Deti sedia v kruhu na koberci striedavo chlapec a dievča. Prvý hráč si nasadí na nos vonkajšiu časť krabičky od zápaliiek a pohybom hlavy ju podá bez dotyku ruky na nos ďalšieho hráča. Krabička tak putuje od jedného k druhému, z nosa na nos. Ak krabička niekomu spadne z nosa, pokúsi sa ju ten, kto ju pustil zdvihnúť bez pomoci rúk a nastrčiť si ju späť na nos (napr. tak, že mu ju druhý hráč pridrží nohou). Obmenou môže byť súťaž dvoch skupín detí s rovnakým počtom a vyhráva tá skupina, kde sa krabička vrátila skôr späť k prvému hráčovi. Na záver deti rozprávajú, ako sa pri tom cítili, či im bolo príjemné, alebo nepríjemné dotýkať sa fyzicky tak blízko svojich tvári a tiel.

2. Psie búdky

Ciel': Prejavovať spolupatričnosť, ohľaduplnosť a vzájomné prijatie sa.

Postup: Deti utvoria dva kruhy tak, aby vo vonkajšom kruhu bolo o jedno dieťa viac ako vo vnútornom. Deti vo vnútornom kruhu tvoria psie búdky tak, že sa postavia do stoja rozkročného. Jedno dieťa z vonkajšieho kruhu sa postaví do stredu kruhov (to je psík, ktorý nemá svoju búdku). Deti z vonkajšieho kruhu vlezú do búd a na povel učiteľky „von z budy“ sa deti postavia a pohybujú sa okolo vnútorného kruhu. Môžu pritom robiť rôzne pohyby (chôdza, beh, skákanie...) . Na signál učiteľky „do budy“ sa deti snažia vrátiť do budy (nemusia len do svojej) a psík zo stredu kruhu sa snaží obsadiť si niektorú z búdok. To dieťa, ktoré si nenájde voľnú búdku, stáva sa psíkom v strede kruhu a hra sa opakuje.

3. Na koho myslím

Ciel': Podnietiť vzájomnú všímavosť, prehĺbiť priateľské vzťahy medzi deťmi

Postup: Sedíme v kruhu. Aktivitu začnem slovami: Myslím na niekoho. Je to...“ nasleduje opis dieťaťa, ktorého deti dobre poznajú, napr. vek, postava, farba vlasov, očí, jeho záujmy, vlastnosti. Dieťa, ktoré ako prvé identifikovalo kamaráta, vystrieda učiteľku a dáva hádanku.

10. DEŇ

1. Byť ako niekto iný

Ciel: Prejavovať ohľaduplnosť a tolerantnosť k osobám iného pohlavia. Ujasniť si predstavy o chlapcoch a dievčatách.

Postup: Deti sedia v kruhu na podložkách. Aktivitu motivujem otázkami: „Správajú sa chlapci a dievčatá rovnako? Čo smú robiť chlapci a čo môžu robiť dievčatá?...“. Potom nasleduje diskusia detí o tom, akí by mali byť chlapci a aké dievčatá, čo majú spoločné a čo nie, majú dievčatá robiť chlapčenské práce a chlapci dievčenské, atď. Učiteľka kladie otázky zamerané hlavne na vyjadrenie vlastných názorov detí a vcítenie sa do predstavy toho, aký je rozdiel medzi chlapcami a dievčatami.

2. Vzájomné spoznávanie

Ciel: Vzájomné spoznávanie detí, vedieť sa správne orientovať v priestore a pohotovo reagovať na výzvu.

Postup: Učiteľka si pripraví otázky smerujúce k tomu, čo by sa mohli deti zaujímavého o sebe dozvedieť. Deti sa usadia na koberci v strede kruhu a učiteľka rozdelí ostatný priestor v triede na dve časti : pravá strana (napr: červená) a ľavá strana (napr: modrá). Potom učiteľka vyzýva deti k tomu, aby sa postavili do určeného priestoru podľa toho, ako sa sami dobre poznajú.

Napr: vpravo ide

kto rád spieva

kto sa vie bicyklovať

vľavo ide

kto nerád spieva

kto sa nevie bicyklovať

Hra musí mať spád, aby nebol čas na reči detí. Na záver sa po hre rozprávame s deťmi o tom, čo kto zistil nového, čo ho prekvapilo alebo zaujalo na inom dieťati.

3. Čo sa zmenilo

Ciel: Vytvoriť si obraz o sebe a vzťah k okolitému svetu. Vyjadriť a prežívať radosť z úspechu.

Postup: Deti sedia na koberci v kruhu. Do stredu kruhu položíme niekoľko hračiek. Učiteľka vyzve deti, aby si všimli, ako sú uložené. Jedno dieťa vyjde za dvere. Ostatné deti spolu s učiteľkou zmenia polohu niektorých hračiek, ich rozloženie, alebo niektoré z nich vymenia. Dieťa, ktoré sa vráti má určiť, aká zmena nastala. Keď uhádne, vyberá iné dieťa, ktoré bude hádať.

11. DEŇ

1. Kým by som chcel byť ako zvier

Cieľ: Motivovať k uvažovaniu a hľadaniu a pripisovaniu ľudských vlastností a pozitívnych vzorov zvieratám.

Pomôcky: papiere, pastelky

Postup: Deti utvoria kruh. Ako motiváciu učiteľka použije rozhovor s deťmi o charakterových vlastnostiach ľudí. Vyzve deti k tomu, aby vymenovali aspoň tri zvieratá, ktorým by pripísali nejakú ľudskú vlastnosť a vysvetlia aj prečo. Potom si deti rozdadajú papiere, zo stredu kruhu si vyberú pastelky. Úlohou detí bude predstaviť si seba ako zvieratko a nakresliť na papier zvieratko, ktoré mu pripomína seba samého, u ktorého objavil podobné vlastnosti ako u seba. Na záver každé dieťa predstaví ostatným deťom svoj obrázok a porozpráva o tom, ktoré vlastnosti má spoločné so zvieratkom.

2. Na vandrovníka

Cieľ: Rozvíjať pohotovosť a rýchle reakcie, vytváranie dobrých vzťahov medzi deťmi

Pomôcky: farebné vlny dlhé 1 m

Postup: Každé dieťa si vyberie z množstva farebných vlín svoju farbu a vytvorí si okolo seba na koberci kruh. Deti prebiehajú z kruhu do kruhu, ale učiteľka dáva pozor, aby deti do nikoho nevrážali a stále skákali do prázdneho kruhu. Potom učiteľka určí jedného vandrovníka a ten stojí v strede triedy. Ostatné deti sa rozostavia do svojich kruhov, len vandrovník je bez domova. Preto sa bude snažiť dostať do niektorého domova. Obchádza a pozorne sleduje. Na povel učiteľky „všetci na vandrovku“ – musia sa všetky deti vymeniť vo svojich domovoch. Vandrovník sa snaží dostať niekomu do kruhu. Kto príde o svoj domček, stáva sa vandrovníkom.

3. Chceme ti povedať

Cieľ: Neverbálne a vyjadriť city a správne dešifrovať neverbálne prejavy verbálnym spôsobom.

Pomôcky: stolička pre každé dieťa

Deti sedia na stoličkách v kruhu a nerozprávajú sa. Jedno z detí pristúpi k niekomu zo skupiny a bez slov mu niečo naznačí – jemne ho pohladká po vlasoch, pohrozí mu, objíme ho a pod. Druhé dieťa háda, čo mu bolo naznačené a spolu sa porozprávajú o emóciách, ktoré ku sebe cítia.

12. DEŇ

1. Zopakuj a pridaj ďalšie

Ciel: Rozvíjať zmyslové vnímanie, pamäť, predstavivosť, schopnosť akceptovať druhých.

Postup: Deti sedia v kruhu na podložkách. Učiteľka motivuje deti rozhovorom o tom, že všetci sa niekedy radi vyberieme na výlet a na taký celodenný výlet napr. do prírody by sme nemali ísť bez určitých vecí. Učiteľka začne hovoriť vetu: „Keď som išla na výlet, zobrala som si jablko...“ Prvé dieťa vetu zopakuje a pridá ďalšie slovo (vec, predmet a pod.). Tak postupne každé dieťa zopakuje predchádzajúcu vetu a pridá ďalšie slovo. Dĺžku vety určuje učiteľka podľa toho, koľko slov sú deti schopné si naraz zapamätať.

2. Šup koráliky na nitku

Ciel: Rozvíjať vzájomnú neverbálnu komunikáciu, spoluprácu medzi deťmi, obratnosť a zručnosť.

Pomôcky: dve kľbká vlny, dva kľúče

Postup: Deti sa rozdelia na dve skupiny. Každá skupina si určí kapitána, ktorý stojí na začiatku radu a ten dostane do ruky kľbko vlny s priviazaným kľúčom na konci. Na znamenie učiteľky sa každá skupina snaží rýchlo navliecť všetkých svojich členov skupiny na vlnu ako „koráliky na náhrdelník“. Vlna musí byť u každého prevlečená oblečením (rukávom, nohavicami a pod.). Skupina, ktorá to zvládne ako prvá, vyhráva. Po skončení súťaže deti vyjadrujú svoje pocity zo vzájomnej spolupráce medzi deťmi.

3. Farebné znamienka

Ciel: Primerane reagovať na kontakt a opätovať ho.

Pomôcky: samolepiace krúžky, alebo rôzne iné tvary

Postup: Deti sedia na koberci a učiteľka im prilepí na čelo farebný krúžok, alebo to môžu byť geometrické tvary, ovocie, atď. Deti budú rozdelené do piatich skupín a každá skupina bude mať inú farbu. Na pokyn učiteľky deti vstanú, začnú sa v priestore prechádzať a bez slova sa snažia vytvoriť skupiny podľa farieb. Podmienkou je, aby deti medzi sebou nekomunikovali. Môžu sa dorozumievať neverbálnou komunikáciou.

13. DEŇ

1. Sťažnosti

Ciel': Rozvoj sebaovládania, uvedomenia si svojich pocitov a želaní, cvičenie sa v zložitých situáciách nestrácať zo zreteľa svoje ciele.

Postup: Deti sedia na svojich vankúšikoch v kruhu. Učiteľka deti motivuje rozhovorom o to, čo robia deti keď sa hnevajú na druhého človeka – ako prejavujú zlosť, alebo či sa siahnu do seba ako ježko alebo reagujú inak. Potom ich učiteľka požiada, aby zavreli oči a skúsili si predstaviť že sa rozprávajú s niektorým dieťaťom z triedy, na koho sa nahnevali a skúsili mi vo svojej predstave povedať, ako ich veľmi nahneval. Keď si to dostatočne predstavia, učiteľka vyzve niektoré dieťa, aby to povedalo tomu dieťaťu priamo do očí, ale pokojne. Na záver učiteľka vedie s deťmi diskusiu o tom, aký je rozdiel medzi ostrou požiadavkou a kľudným želaním toho, ako by sa mal ten druhý správať.

2. Myška Cilka a vták Filip

Ciel': Rozvoj vzájomnej spolupráce a spolupatričnosti, neverbálnej komunikácie.

Pomôcky: dve lopty (jedna malá a jedna veľká)

Postup: Deti si sadnú do úzkeho kruhu na zemi, najlepšie je zaujať turecký sed. Dohodnú sa, že loptu premenia na myš, ktorú si budú podávať z ruky do ruky. Začne učiteľka. Podáva „myš“ dieťaťu, ktoré sedí po jej pravici, až sa všetci vystriedajú. Potom bude myška utekať trochu rýchlejšie. Keď deti pochopia, ako sa preberá lopta od suseda a podáva ďalej, učiteľka vyberá rôzne varianty podávania lopty. Napr: podávanie vzpažených rukách, v zapažení, predpažení, atď. Ďalej učiteľka skomplikuje variant predchádzajúcej hry tak, že do hry vstúpi druhá lopta „vták Filip“ a obidve lopty sa začnú v kruhu naháňať. Nakoniec si vták zalieta v kruhu opačným smerom, preto sa musia deti veľmi sústrediť na každú loptu zvlášť.

3. Kto ti stojí za chrbtom

Ciel': Rozvíjať vnímanie a empatiu u detí.

Pomôcky: vankúše.

Postup: Sedíme v kruhu na vankúšoch. Učiteľka vyzve deti k tomu, aby nikto nič nehovoril. Ukáže na jedno dieťa a to si položí hlavu na kolená a zatvorí oči. Ukáže na druhé dieťa a to sa postaví za prvé dieťa a opýta sa: „Kto ti stojí za chrbtom?“ Dieťa môže aj zmeniť hlas, aby zmatlo dieťa, ktoré háda. Takto sa vystriedajú všetky deti.

14. DEŇ

1. Na zvieratká

Ciel': Rozvoj sluchového vnímania, pozornosti, rozhodnosti, rýchla reakcia na podnety.

Postup: Deti sedia na koberci v kruhu na podložkách. Učiteľka vyrozpráva deťom rozprávkový príbeh, v ktorom vystupujú rôzne zvieratká. Úlohou detí je pozorne počúvať príbeh a keď sa v príbehu objaví známe zvieratko, deti majú napodobniť zvuk zvieratá, ktoré vydáva. „Bolo raz jedno malé mačiatko. Odbehlo od starej mačky von z domu a na dvore stretlo psíka. Skamarátili sa a začali sa spolu hrať. Naraz psík vrazil do kohúta. Ten sa trochu hneval, ale dobrá sliepočka kohúta chlácholila: nehnevaj sa, sú ešte malí ako naše kuriatka. Z prechádzky sa vracala veľká krava. Mačiatko sa jej zľaklo, pretože ešte nikdy také veľké zviera nevidelo. Psík mu však vysvetlilo, že krava je dobrá a práve od nej dostáva mačiatko chutné mliečko. Nie, nie – zvolalo kozľa, moja mamička koza tiež dáva chutné mliečko. To je super. Všetky mláďatká sa skamarátili a dnes sa na dvore preháňajú mačiatko, psík, kuriatka a malé kozľa“.

2. Tanček emócií

Ciel': Pohybom tela vyjadriť svoje emócie.

Pomôcky: 2 rôzne hudobné ukážky, pre každé dieťa šatka

Postup: Učiteľka deťom prehrá všetky hudobné ukážky. Po odznení každého úryvku sa deti pýta, ako na nich hudba pôsobila. Po prehraní všetkých úryvkov sa deti postavia, dostanú do ruky šatky & tancujú podľa pocitov, ktoré v nich príslušné melódie vyvolávajú. Potom nasleduje rozhovor o pocitoch detí počas tanca.

Ako doplnok je možné deťom rozdať hudobné nástroje a požiadať ich, aby zahrli niečo smutné, veselé, niečo, čo vyvoláva zlobu a strach.

3. Kto sa ťa dotkol?

Ciel': Neverbálne komunikovanie, rozvoj vnímania a vcítania sa.

Postup: Deti sa posadia do kruhu, hlavu si oprú o kolená a zatvorí oči. Päť detí sa pohybuje v strede kruhu. Každý z nich sa rukou dotkne jedného sediaceho dieťaťa, napr: pohladí ho po vlasoch, dotkne sa jeho ramena, jemne ho poklepe po hlave atď. Potom sa všetci piati vrátia do stredu kruhu. Učiteľka vyzve deti, aby zdvihli hlávky a otvorili oči. Deti, ktoré cítili dotyk sa pokúsia hádať, ktorý z piatich detí sa ich dotkol. Kto uhádne, môže ísť v ďalšom kole do stredu.

15. DEŇ

1. Teraz som dirigentom ja

Ciel': Získať skúsenosť z direktívneho vedenia hry, schopnosť prispôbiť sa role vedúceho aj poslúchajúceho v rámci štruktúrovaných pravidiel v hre.

Pomôcky: detské hudobné nástroje

Postup: Deti sa posadia do kruhu. Učiteľka motivuje deti tým, že všetky deti začaruje na kapelníov a každému dieťaťu dá možnosť vybrať si jeden hudobný nástroj. Potom vyberie jedno dieťa, ktoré v strede kruhu hovorí: „Teraz som dirigentom ja a chcem, aby na hudobnom nástroji hral...“. Ukáže na niektoré dieťa paličkou a to dieťa začne hrať na nástroji. Po chvíli dirigent ukáže na iné dieťa a to začne hrať na svojom hudobnom nástroji. Môžu hrať aj všetky deti naraz. Deti by sa mali v úlohe dirigenta postupne striedať. Úlohou detí je počúvať dirigenta a riadiť sa jeho pokynmi. Na záver deti vyjadrujú pocity z hry.

2. Hudobné kreslo

Ciel': Správať sa prívetivo k iným v spoločnej činnosti a vedieť sa podeliť o spoločný priestor.

Pomôcky: stoličky, CD prehrávač

Postup: Stoličky postavíme do priestoru v tvare kruhu. Všetky deti sa voľne pohybujú okolo stoličiek, poskakujú, tancujú. Učiteľka deťom púšťa z CD prehrávača veselú hudbu. Keď hudba prestane hrať, každý si nájde voľnú stoličku a sadne si. Potom hudba opäť zaznie a deti tancujú. Učiteľka odoberie jednu stoličku a úlohou detí je po zastavení hudby opäť si sadnúť na stoličku. Komu sa neujde stolička, požiada kamaráta, aby si mohol prisadnúť, alebo sadnúť mu na kolená. Hra končí, keď zostane jedna stolička a všetky deti sedia na jednej stoličke (ktoré sa tam zmestia).

3. Vedieť sa podeliť

Ciel': Rozvíjať schopnosť empatie a decentrácie – viesť deti k schopnosti podeliť sa o svoju hračku, o svoje vlastníctvo.

Pomôcky: knižka V. Sutejev: „O jablčku“, veľké jablko, nožík

Postup: Deti sedia na koberci. Učiteľka motivuje deti prečítaním príbehu o jablčku. Potom vedie rozhovor, ako by sa deti cítili, keby im niekto nechcel niečo požičať, alebo sa rozdeliť. Po rozhovore si spoločne rozdelia jablčko na toľko častí, koľko je detí v triede.