

Lekce
26

Jak na hněv



CÍL:

Žáci umí zvládat projevy hněvu při hraných scénkách.

Žáci umí rozpoznat konfliktní situace.

Žáci zvládají komunikovat v konfliktních situacích na úrovni přiměřené jejich věku.



POMŮCKY:

Pracovní list **ZVLÁDÁNÍ HNĚVU**, psací pomůcky.



PRÁCE S TÉMATEM:

1. Senzibilizace/motivace

V úvodu hodiny žáky pošleme ze třídy, domluvíme si signál, kdy se budou moci vrátit (zapískání na píšťalku, po určitém časovém úseku, až splní nějaký úkol...).

Mezitím jim přemístíme, vyměníme a schováme některé jejich věci.

Po návratu žáků se chováme, jako by se nic nestalo a pokračujeme v hodině. Brzy si někdo všimne, že něco není v pořádku s jeho věcmi a vznikne debata, co se stalo.

Cíl: Žáci zažijí „hněv“ či roztrpčení a komunikují s ostatními o tom, co jim vadilo a jak se cítili, když zjistili změny.

Hodnotová reflexe:

Žáci odpovídají na otázky:

- *Co se to stalo? Co pociťujete? Jak je vám?*
- *Libí se vám, co se stalo? Libilo by se vám, kdyby se vám to stalo skutečně?*

Varianty:

Ve třídě může s učitelem zůstat skupinka dětí, která mu pomůže.

Pozor, výměnu věcí nepřeženeme.

Můžeme si vymyslet situaci, kdy žáci budou psát neohlášeně písemnou práci.

2. Návčik ve třídě

Žáky rozdělíme do skupin po 3 – 4 tak, aby byli schopni spolupracovat při přípravě scének.

Každé skupině zadáme téma scénky.

Návrhy témat: krádež věcí, „nezasloužená“ špatná známka ve škole, zákaz televize, ukončení hry a nutnost uklízet, jedeme na výlet – zavřený zámek, jedeme do obchodního centra – tvůj nejoblíbenější obchod má zavřeno, rozbil se ti telefon, váš tým prohrál zápas se slabým soupeřem...

Skupinám necháme cca 10 minut na přípravu.

Jednotlivé skupiny prezentují své scénky.

Ostatní žáci pozorují a po scénce reagují na to, jak se spolužákům podařilo vyhrát nad hněvem.



Náhled pracovního listu

Lekce
26

ZVLÁDÁNÍ HNĚVU



Prohlédněte si obrázky. Na volné řádky pod obrázek napište, co je na obrázku špatné, a doporučte, jak by šla situace řešit lépe.







Zde můžete nakreslit svou vlastní situaci:

Doporučení/pozor

Je třeba věnovat pozornost složení skupin, aby žáci byli schopni domluvit se na tom, co budou hrát.

Hodnotová reflexe:

Žáci odpovídají na otázky na závěr aktivity po scénkách:

- Je těžké ovládnout se, když vás někdo nebo něco rozzlobí?
- Co je podle tebe nejlepší udělat, když jste rozzlobeni?



3. Transfer do života

Pozoruj a poslouvej lidi kolem.

Všiměj si projevů hněvu ve svém okolí. Zapisuj si, jak lidé svůj hněv zvládali.



Hodnotová reflexe:

Žáci odpovídají na otázky:

- Setkali jste se s projevy hněvu kolem sebe?
- Bylo jich hodně?
- Jak situace zvládali ti, kteří byli nahněvaní?
- Jak situaci zvládalo jejich okolí?
- Viděli jste někoho, kdo si svůj hněv vyléval na druhých?
- Co ti, proti kterým se jejich hněv obrátil?
- Co byste poradili rozhněvaným? Jak situaci lépe řešit?



4. Závěrečné zevšeobecnění lekce

Hněv není dobrý rádce!

V hněvu můžete udělat nebo říci něco, co by vás i vaše okolí mohlo mrzet.

Je dobré chvíli počkat a rozhodnutí dělat s „chladnou hlavou“.

Náhled učebnice

Etická výchova  Učebnice pro 4. ročník ZŠ  Téma 3: Komunikace citů

Jak na hněv

Lekce
26

Dnešní hodinu začneme překvapením.

Nechte věci na místě a jděte na chodbu (ven z místnosti). Vraťte se až na smluvený signál.
Co se to stalo? Co pociťujete? Jak je vám?
Líbí se vám, co se stalo?



JAK NA HNĚV

- Podle pokynů vyučujícího se rozdělte do skupinek.
- Každá skupina bude mít za úkol zahrát scénku.
- Cílem je ukázat, jak podle vás nejlépe zvládnout situaci, kdy jste rozzlobeni.
- Scénky předvedte ostatním skupinám ve třídě.



Pamatujte:

Hněv není dobrý rádce!
V hněvu můžete udělat nebo říci něco, co by vás i vaše okolí mohlo mrzet.
Je dobré chvíli počkat a rozhodnutí dělat s „chladnou hlavou“.

Odpovězte na otázky.

Je těžké ovládnout se, když vás někdo nebo něco rozzlobí?
Co je podle tebe nejlepší udělat, když jste rozzlobeni?

Pozoruj a poslouvej lidi kolem sebe.
Všiměj si projevů hněvu ve svém okolí. Zapisuj si, jak lidé svůj hněv zvládali.



„Dobří lidé svůj hněv dlouho neživí.“
(Publius Syrus – římský dramatik a básník)