

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské výchovy

Studijní obor: Sociální pedagogika



**Návrh preventivního programu pro žáky 1. stupně ZŠ s prvky tvořivé dramatiky**

**Bakalářský projekt**

Autor: Aneta Berger

Vedoucí práce: Mgr. Marcela Fojtíková Roubalová PhD

Olomouc 2020

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářský projekt vypracovala samostatně a pracovala s uvedenou literaturou.

V.....dne.....

.....

## **Poděkování**

Mé poděkování patří Mgr. Marcele Fojtíkové Roubalové PhD. za odborné vedení, trpělivost a ochotu, kterou mi v průběhu zpracování bakalářského projektu věnovala. Díky patří také blízkým přátelům a mé rodině za podporu a pomoc po celou dobu studia.

## Obsah

Úvod.....	5
1. Školní družina .....	6
1.1 Cíle výchovy ve školní družině .....	6
1.2 Funkce školní družiny .....	7
1.3 Literárně dramatická činnost ve školní družině.....	8
2. Prevence .....	9
2.1 Dělení prevence .....	9
2.2 Zásady efektivní prevence .....	10
2.3 Školní metodik prevence .....	10
3. Dramatická výchova.....	12
3.1 Cíle dramatické výchovy .....	12
3.2 Metody dramatické výchovy .....	13
3.3 Strukturované drama.....	15
4. Závislostní chování .....	17
4.1 Návykové látky v Moravskoslezském kraji.....	18
5. Primárně preventivní program.....	21
5.1 Charakteristika základní školy Gorkého.....	21
5.1.1 Školní družina základní školy Gorkého .....	22
5.1.2 Identifikační údaje základní školy Gorkého.....	23
5.1.3 Swot analýza školní družiny .....	24
5.2 Cílová skupina .....	26
5.3 Cíl .....	26
5.4 Časová struktura .....	26
5.5 Financování programu .....	27
5.6 Obsah programu .....	27
5.6.1 1. den .....	27
5.6.2 2. den .....	33
5.6.3 3. den .....	38
Závěr.....	43
Použitá literatura .....	44
Elektronické zdroje .....	46
Seznam příloh.....	47
Seznam zkratk .....	48
Seznam tabulek .....	49

## Úvod

Drogy a závislostní chování jsou v Moravskoslezském kraji problémem. Aby se snížil počet osob závislých na návykových látkách, je důležitá prevence. Náš projekt se jmenuje *Návrh preventivního programu pro žáky 1. stupně s prvky tvořivé dramatiky*. Prvky dramatické výchovy jsou do projektu zařazeny, neboť se lidé naučí nejvíc prožitkem.

Hlavním cílem celého projektu bude vytvoření návrhu preventivního programu závislostního chování, při kterém budou využity aktivity dramatické výchovy. Projekt je zaměřen na cílovou skupinu 1. stupně, kvůli včasné a brzké prevenci. V dnešní době už se takto mladé děti mohou setkat s drogami kdekoliv. Program by měl posílit po jejich sebevědomí a pomocí různých aktivit děti prožijí jak zábavu, tak i ponaučení.

Bakalářský projekt je určen pro děti školní družiny základní školy Gorkého v Havířově, ale může být využit i pro jiné instituce. Preventivní program bude rozdělen do tří úseků. Každý úsek bude trvat dvě a půl hodiny. Celkem tedy půjde o sedmi a půl hodinový program. Úseky proběhnou vždy druhé pondělí v měsíci od listopadu do ledna. Dění programu se uskuteční v prostorách školní družiny. Během programu se děti seznámí s tématem a pomocí dramatiky a dalších aktivit projdou programem na prevenci závislostního chování.

Projekt se skládá z pěti kapitol. V první kapitole se zabýváme pojmem školní družina. Popisujeme její výchovné cíle, funkci a literárně dramatickou činnost ve školní družině. Druhá kapitola se týká problematiky prevence. V kapitole definujeme dělení prevence, zásady efektivní prevence a školního metodika prevence. Ve třetí kapitole se zaměřujeme na dramatickou výchovu, její cíle a metody. Čtvrtá kapitola charakterizuje problematiku závislostního chování a přesněji popisuje návykové látky v Moravskoslezském kraji. Pátá kapitola už je zaměřena na samostatný program. Budeme se v ní zabývat charakteristikou základní školy Gorkého, kde projekt proběhne. Určíme cíl, cílovou skupinu a časovou strukturu programu. Konkrétně v ní popíšeme celý obsah programu.

# 1. Školní družina

Podle MŠMT je školní družina „školské zařízení, které poskytuje zájmové vzdělávání žákům z jedné nebo několika základních škol podle vlastního vzdělávacího programu, který jim umožňuje výrazně se profilovat podle zájmů a potřeb žáků. Školní družina slouží výchově, vzdělávání, rekreační, sportovní a zájmové činnosti žáků v době mimo vyučování. Je přednostně určena nejmladším žákům od 1. do 5. třídy, případně i dětem v přípravné třídě jedné nebo více základních škol a dětem v přípravném stupni jedné nebo více základních škol speciálních.“ (MŠMT Školní družiny, 2020) Je možné do školní družiny přijmout i žáky druhého stupně základní školy, šestiletého a osmiletého gymnázia a žáky konzervatoře. Školní družina může dětem nabídnout širokou škálu zájmových činností v prostředí, které děti znají a cítí se v něm bezpečně. Školní družina je finančně dostupná. (MŠMT Školní družiny, 2020)

V Několika případech mají školní družiny provoz také o prázdninách nebo v dnech volna. Aby byla splněna funkčnost školní družiny musí být splněny tři podmínky:

- Personální
- Materiální
- Řídící a kontrolní

V legislativě se řídí podle Zákona č. 76/1978 Sb., České národní rady o školských zařízeních a vyhlášky č. 87/1992 Sb., ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky o školních družinách a školních klubech.

V družinách jsou děti rozděleny do několika oddělení. Počet žáků v oddělení se může během dne měnit z důvodu oběda, odchodu do kroužků nebo odchodem domů. (Hájek, 2003)

## 1.1 Cíle výchovy ve školní družině

Cílem školní družiny je výchova člověka pomocí rozumových, mravních, tělesných, estetických a pracovních složek výchovy. Rodiče své děti přihlašují do školní družiny z důvodu delší pracovní doby. Po skončení vyučování ještě nemají čas své děti vyzvednout ze školy a věnovat se jim. Proto je do školní družiny přihlašují za účelem pohlídání, aby nedošlo ke zranění a děti nebyly doma samy. To určitě školní družina splňuje, ale nemělo by se na ni pohlížet jenom jako na hlídání dětí. Rodiče své děti přihlašují do školní družiny také kvůli prevenci sociálně patologických jevů. Chtějí, aby se děti naučily vědomosti, dovednosti a postoje, které jim pomohou odolávat různým problémům a nástrahám současné společnosti.

Rodiče si proto v dnešní době často vybírají pro své děti takové školy, které nabízí širokou nabídku a kvalitu výuky mimo vyučování.

Pro určení dílčích cílů a strukturování činnosti ve školní družině je dobré vycházet z typů učení podle Organizace OSN pro výchovu, vědu a kulturu – UNESCO. Prvním typem učení je učit se znát. Žák tak získává vědomosti, objevuje nové věci, snaží se tvořit a řeší problémy. Druhým typem učení je učit se jak na to. Tím žák získává různé zkušenosti, které může v budoucnu použít. Dalším typem učení je učit se žít společně. Tak se žák naučí pracovat v kolektivu a rozvine svou komunikaci. Posledním typem učení je učit se být. Tím žák rozvine svou osobnost.

Důležitou podmínkou pro plnění všech cílů je zajištění prostředí, díky kterému budou děti mimo vyučování rozvíjet svou osobnost. Důležitá je sourodost všech aspektů školy jako je klima, režim dne, osobnost vychovatelek a aktivity. Při splnění všech těchto podmínek školní družina plní funkce sociální, relaxační, regenerační, kompenzační a výchovnou. (Hájek, 2003)

## 1.2 Funkce školní družiny

Doba, kdy dítě navštěvuje školní družinu je směsicí doby mimopracovní, kdy dochází k regeneraci sil například pomocí spánku, oběda nebo hygieny a doby volného času. Hlavním požadavkem rodičů je naplnění volného času. Své funkce naplňuje školní družina pomocí několika činností:

- **Odpočinkové činnosti:** Odstraňují únavu. Jsou zařazeny do režimu nejčastěji po obědě, nebo do doby před vyučováním, ale mohou být poskytnuty kdykoli během pobytu dítěte ve školní družině. Tyto funkce může splňovat buď ležení na lůžku, ale také hraní nenáročných stolních her nebo poslech a předčítání.
- **Rekreační činnosti:** Ty slouží hlavně k regeneraci sil pomocí pohybových, sportovních a manuálních prvků. Měly by být prováděny hlavně venku ve skupinách.
- **Zájmové činnosti:** Ty rozvíjejí osobnost dítěte. Jsou vhodné pro rozvíjení seberealizace a pohybových dovedností. Může se jednat o skupinové, individuální nebo spontánní činnosti. Hlavní je vlastní aktivita dětí. Měly by vycházet z vlastního zájmu a vést k radosti a spokojenosti. Pokud nedochází k vhodnému naplnění volného času, může docházet k vyplňování volného času horšími alternativami.
- **Příprava na vyučování:** Jde o plnění školních povinností, ale tato činnost není povinně určená v legislativě. Může docházet k plnění domácích úkolů. K tomuto musí dát

souhlas rodiče dítěte a dochází k nim až po odpočinkových činnostech. Děti si mohou zábavnou formou opakovat učivo například pomocí didaktických her. Mohou získávat zkušenosti a nové vzdělávací poznatky díky procházkám nebo předčítání. (Hájek, 2003)

### **1.3 Literárně dramatická činnost ve školní družině**

Ve školní družině probíhá snaha o rovnováhu mezi procesem a výsledkem. Může se jednat o celoroční činnost, která nakonec vyústí veřejným vystoupením. Důležitá je osobnost vychovatelky. Záleží, jestli dokáže díky svým vlastnostem metody dramatické výchovy ve školní družině uplatnit. Hlavními jsou schopnosti tolerance, citlivosti, pohotovosti autoritativnosti a tvořivosti. Prvky dramatické výchovy se tak mohou prolínat a objevovat po celou dobu pobytu dítěte ve školní družině. Pro pomoc s učením se dají využít různé dramatické aktivity. Dá se využít soutěživých her v oblasti matematiky. V oblasti vlastivědy mohou děti zahrát dané probírané téma.

Důležité je cvičení na rozehrání, uvolnění a soustředění. Děti se tak zbaví napětí, které si odnáší z vyučování. Důležitý je rozvoj komunikativních, verbálních i neverbálních komunikací. Vychovatelka může vymyslet několik aktivit, které s dětmi během odpoledne vyzkouší. Komunikací se nemyslí jenom mluvení, ale také naslouchání. Pokud dojde k narušení komunikace v mluvení a naslouchání, dochází k pseudo-komunikaci. Tomu se ve školní družině pomocí dramatické výchovy snaží vychovatelka předcházet. Další činnosti kladou důraz na sdělování, což je vyprávění nebo vedení dialogů. Může se jednat o recitování básniček nebo hraní slovních her. Vychovatelky by měly dát dětem co největší prostor k vyprávění vlastních zážitků.

Pro realizaci organizované činnosti dramatické výchovy ve školní družině potřebujeme skupinu dětí a nejvhodnější prostor pro běhání, lehání a sedání na zem. Důležitá je plynulost práce a navození přátelské a kreativní atmosféry. Dobrým a účinným prostředkem dramatické výchovy je monotematicnost.

Díky těmto aktivitám dramatické výchovy dochází k rozvoji spontánnosti dítěte. Rozvíjí se jeho fantazie, tvořivost a citlivost. Literárně dramatické činnosti jsou pro děti velice přitažlivé a považují je často za zábavné. Na konci každé dramatické činnosti je důležitá sebereflexe všech dětí školní družiny. (Dotřelová, 2003)



## 2. Prevence

V našem bakalářském projektu budeme tvořit primárně preventivní program pro děti ze školní družiny. Cílovou skupinu budou tvořit děti prvního stupně. Proto se v projektu budu zabývat prevencí.

Podle Krause znamená sociální prevence ochranu a předcházení ohrožení před sociálně patologickými jevy. Tyto sociálně patologické jevy se projevují v úplně každé společnosti a může se na ně reagovat třemi přístupy:

- 1) Striktní zákaz, tvrdé popírání a radikální zamezení a opatření proti jevům
- 2) Preventivní opatření
- 3) Náprava, léčení a zmírňování důsledků

V rámci činnosti sociálního pedagoga se naplňují dvě funkce: terapie a prevence. Při prevenci sociální pedagog pomáhá jedinci při vývoji a pomáhá neutralizovat vlivy, které by ho mohly ohrožovat. V oblasti terapie pak sociální pedagog převychovává a napravuje nedostatky, které byly zapříčiněny buď špatnou výchovou nebo vlivem prostředí. (Kraus, 2008)

### 2.1 Dělení prevence

Pro náš projekt je nejdůležitější primární prevence, jelikož se bude pracovat s cílovou skupinou, u které ještě nedošlo k sociálně patologickým jevům a závislostnímu chování.

Při primární prevenci se snažíme zamezit a předejít deviantnímu chování tam, kde jev ještě vůbec nenastal. Jde o zamezování výskytu rizikového chování. Při primární prevenci se sociální pedagog snaží o výchovu ke zdravému životnímu stylu a smysluplnému využívání volného času tak, aby osoby vůbec neměli potřebu a prostor s deviantním chováním začínat.

Mezi další druhy prevence Kraus řadí sekundární a terciární prevenci. Ty ale s projektem přímo nesouvisí. Při sekundární prevenci se působí na osoby, u kterých už sociálně patologické jevy nastaly. Jde o zamezování vzniku a rozvoje těchto jevů. Při terciární prevenci se snažíme zabránit recidivě vzniku sociálně patologických jevů.

Podle rozsahu se projektu budeme zabývat prevencí skupinovou. Program bude pro celou skupinu školní družiny. Podle rozsahu se ještě prevence dělí na plošnou a individuální prevenci. Prevence plošná působí na celou společnost, zatímco prevence individuální působí na konkrétního jedince.

V projektu bude využita z větší části specifická prevence. Bude se jednat o preventivní program s konkrétní tematikou. Program bude působit na konkrétní problémy rizikového, závislostního chování a prevenci drog. Specifická prevence se týká jednotlivých rizikových chování (například šikana, drogy, závislostní chování). Jsou prováděny aktivity a činnosti, které

konkrétně souvisí s daným problémem. (Kraus, 2008) Věnuje se předcházení vzniku konkrétního rizika a má splňovat vlastnosti komplexního přístupu k rizikovému chování. Musí mít přesně vymezený vztah k určené oblasti rizikového chování. Musí být prováděna v přesně určeném čase a daném místě, které bude umožňovat realizaci prevence. Dále musí být zaměřena na určitou cílovou skupinu. Také je nezbytné provádět evaluace a sledovat kvalitu a efektivitu preventivních intervencí. (Miovský et al, 2015)

Dalším typem je nescifická prevence. Což je celkové formování osobnosti ke zdravému životnímu stylu, aby jedinec byl schopný sám odolávat negativním vlivům. Obsahuje aktivity a činnosti, které vedou k rozvoji zdravé osobnosti a životního stylu, díky různým programům nebo volnočasovým aktivitám. Díky tomu dochází k zamezení rizikového a deviantního chování. (Kraus, 2008)

Další je situační prevence, která se týká snižování příležitostí pro vykonání trestné činnosti. Díky ní se snižuje zejména majetková kriminalita. (Situational Crime Prevention, 2017)

## **2.2 Zásady efektivní prevence**

Jedná se o nezbytné zásady, které musí být dodržovány tak, aby prevence měla správný efekt. První zásadou je princip systémovosti. Veškeré aktivity, činnosti a snahy, které budou prováděny v rámci prevence nebo preventivního programu, musí být provázány jasným systémem. V souladu by měla působit škola, rodina, výchova, církve, obec, media a zákony. Pro tohle je velmi důležitá koordinace. Další zásadou je princip systematickosti. To znamená, že veškeré činnosti a aktivity primárně preventivního programu musí být průběžné a nesmí se jednat o jednorázové akce a snahy. Jednorázové akce mají velmi často neúspěšný výsledek a jsou málo efektivní. Poslední zásadou je princip komplexnosti. Ten se chápe jako provázání primární, sekundární a terciární prevence a také specifické a nescifické prevence, která je určená všem věkovým kategoriím. Prevence může na osobu působit ze všech stánek a na všechny složky. Nechceme docílit pouhého informování a poučení, ale také přesvědčení člověka. (Kraus, 2008)

## **2.3 Školní metodik prevence**

Poradenské služby zaměřené na prevenci ve školách poskytuje metodik školní prevence, který pracuje v oblasti prevence sociálně patologických jevů. Nabízí a zajišťuje poradenskou

činnost v oblasti prevence rizikového chování. Zajišťuje a zařizuje provázanost a informovanost mezi rodiči a učiteli o sociálně patologických jevech. Vede žáky ke zdravému, životnímu stylu a podporuje dobré vztahy ve třídě díky spolupráci s třídními učiteli. Hledá varovné signály nebo příznaky rizikového chování a snaží se ihned takovému chování zamezit. Podílí se na tvorbě minimálního školního preventivního programu. Školní metodik prevence organizuje a vymýšlí různé přednášky, besedy a aktivity o různých typech rizikového chování. Právě proto je při tvorbě projektu důležitý. Úzce s ním budou spolupracovat organizace, které nabízí různé besedy a tvoří podobné preventivní programy jako v našem projektu. (Školní metodik prevence, nedatováno) Někdy tyto služby poskytuje školní psycholog, školní poradce nebo výchovný poradce, kteří ve školách v České republice pracují jen zcela výjimečně. Tuto funkci v našich školách zastávají učitelé a nejvíce povinností se přenáší na třídního učitele. Ve školách by se měla posílit funkce školního metodika prevence a dát mu více pravomocí a měl by být přijatý na plný úvazek. (Kraus, 2008)

### **3. Dramatická výchova**

Dramatická výchova je učení pomocí zkušeností, jednáním a individuálním poznáváním společenských vztahů a událostí, které přesahují to, co jedinec doposud zná. Účastník při tomto procesu učení studuje mezilidské vztahy, okolnosti, situace, chování, počínání a životy lidí. V rámci uplatnění toho, co se dítě naučilo, dochází k veřejným představením, ačkoli to nebývá nutným pravidlem. Dramatická výchova je založena na spojení divadla a pedagogiky. Z divadelních praktik převzala dramatická výchova některé hlavní prostředky jako hru v roli, fiktivnost, techniku řeči, pohybu a další divadelní postupy. Z pedagogiky převzala výchovné a vzdělávací cíle a různé metody. Dramatická výchova čerpá ovšem také z psychologie osobnosti a ze sociální psychologie. (Machková, 2017) Dramatická výchova se vyučuje ve školách jako předmět a jako zájmová aktivita. Postupy dramatické výchovy mohou sloužit jako metoda vyučování jiných předmětů. Tím, že její předností je sociální poznání, se liší od estetické výchovy, kde jsou cíle umělecko-výchovné. (Machková, 1998)

Dramatická výchova je komplex vedeného, aktivního, sociálně-uměleckého vzdělávání dětí nebo dospělých. Využívá základní zásady dramatu a divadla, které jsou vymezené prvotními výchovnými nebo druhotnými uměleckými požadavky. Využívá i možnosti rozvoje pro jedince i pro společnost. (Valenta, 1998)

Dramatická výchova, dramatika nebo tvořivá dramatika, je improvizovaná, ne povinně určená k předvádění a na vnitřní proces určená forma dramatu. Účastníci jsou v ní vedoucím učitelem vedeni k vymýšlení si, zapojení své fantazie, hraní a odrážení lidské zkušenosti. Předmětem jsou činnosti a postupy, které vycházejí z dramatického umění a užívají jeho prostředky. Usiluje, od obohacení člověka až po způsobilost zažívat, podílet se a sdělovat. Může být chápána jako didaktická a výchovná metoda. Dnes je možné dramatickou výchovu studovat na Divadelní akademii múzického umění v Praze a na Janáčkově akademii múzického umění v Brně. (Valenta, 2007)

#### **3.1 Cíle dramatické výchovy**

Při formulování cíle si musíme pokládat otázku, jaké jsou potřeby žáka nebo cílové skupiny. Formulace cíle by měla odpovídat osobnosti a potřebám žáka nebo uskupení.

Cíle v dramatické výchově můžeme formulovat do několika základních rovin: Rovina dramatická se rozděluje do dvou oblastí. První jsou dovednosti v dramatické oblasti, do kterých patří hra v roli, což je postup, při kterém se žák nebo jedinec svou vlastní osobou a svým vlastním tělem stává někým jiným a ztvárňuje jinou osobnost, než je jemu přirozenou. Jedná se

o jeden ze základních klíčů dramatické výchovy, protože vžít se do jiné role nebo do jiného života, umožní dítěti nahlédnout na svět jinýma očima a vžít se do rolí ostatních lidí, kteří mohou mít různé problémy a tím je pochopit. Což využijeme v našem preventivním projektu. Další oblastí jsou vědomosti o dramatických aktivitách a divadle, jako jsou dramaturgie, historie a teorie divadla.

Rovina sociální se rozděluje do dvou oblastí. První oblastí je práce ve skupině a její dynamika a pochopení vztahů. Druhou oblastí je poznávání života, světa a lidí.

Rovina osobní má pod sebou čtyři další body. Klade si za cíl rozvoj psychických funkcí jedince jako jsou pozornost, vnímání, vymýšlení vlastních obrazů, zlepšování komunikace a ovládnutí emocí a vůlí. Rozvíjí schopnosti jedince, mezi které patří inteligence, tvořivost nebo jiné speciální schopnosti. Dokáže rozvíjet motivaci a zájmy k různým dalším oblastem. A posledním cílem je nastavení hodnotového žebříčku a vlastních postojů jedince. (Machková, 2007)

### **3.2 Metody dramatické výchovy**

Metodu chápeme jako základní koncepční princip, na kterém je dramatická výchova založena. Jedná se o jednotlivé postupy dramatické výchovy. Metodou označujeme konkrétní postup, ze kterého vyplývají činnosti žáka nebo učitele dramatické výchovy. Právě metody můžeme v hodinách dramatické výchovy vidět, protože jsou promítány do činnosti všech účastníků. Dá se říct, že metoda je poukázání a upozornění na určité výchovné a vzdělávací systémy v praxi.

Metoda je nějaký konkrétní styl činnosti, díky kterému žáci zpracovávají během vyučování konkrétní vzdělávání a učivo pochopí. Metoda tak tvoří i styl činnosti učitele, který činnost nebo učení vede. Tím pádem činnost učitele i žáka společně tvoří celek, kterým je naplněn výchovný a vzdělávací cíl.

Základní a pro dramatickou výchovu specifický metodický princip je hra v roli. Role je nějaký komplex očekávání, které vůči jedinci pociťuje někdo jiný než on sám. Očekávání může být buď podle pravidel nebo předpisů a jedná se tak o psanou podobu očekávání. Také může jít o nepsanou podobu, což jsou tradiční normy a morálka. A na závěr se jedná o vnitřní model a představu jedince o vykonání určité role. Každý má schopnost na sebe brát role, které nežije. V některých případech ostatní nemusí vědět, že jedinec roli hraje. Naopak v divadle je hraní rolí přiznáno. Jednání různých postav může být ztvárněno prostřednictvím různých způsobů, které člověk ovládá, jako například měnění řeči a vytváření speciálních pohybů. Role, jako

učební úkol požaduje od hráče, aby zobrazil zejména vnější chování a jednání konkrétního jevu, které se často opakuje a je specifické. Toto hráč zobrazí na základě vlastního názoru a představivosti, které má o předváděném jevu. Hraní rolí je výchovně vzdělávací metoda, díky níž dochází k rozvoji osobnosti a vzdělání pomocí navození, přípravy, zahrání a reflexe fiktivní situace, která má výchovně vzdělávací obsah. To se uskutečňuje pomocí hraní hráčů, kteří hrají fiktivní objekty.

Metody v dramatické výchově se dají rozdělit na obecné části

1) Metody založené na principu hraní rolí: Ty mohou být založeny na metodách úplného zobrazení hrou v roli. Také jsou založené na fragmentárním hraním v roli, což je buď zobrazení jen pohybem nebo zobrazení jen řečí a zvukem.

2) Metody, které nejsou založené na principu hraní rolí, ale podporují a organizují hru v roli: Bez nich by se dala uskutečňovat jen velmi těžce a bez jejich podpory by nebyl zcela využit její potenciál. A jsou to třeba obecné metody vyučování jako různé typy dialogů, vysvětlování, práce s literaturou, tvořivé psaní a hlasová nebo dechová cvičení.

3) Metody, které hraní rolí doplňují: Jde o pozorování, poslech, dotýkání nebo chutnání a čichání.

4) Metody, které nejsou založeny na principu hraní rolí a nejsou nezbytné a naprosto důležité pro dramatickou výchovu: Jsou to různé hry jako tvořivé, honičky nebo relaxační hry.

Základní třídění metod dramatické vývoji vypadá následovně:

**A)**

- Metoda (ú)plné hry.

**B)**

- Metody pantomimicko-pohybové.
- Metody verbálně-zvukové.

**C)**

- Metody graficko-písemné.
- Metody materiálově-věcné.

Prvním typem metody dramatické výchovy je Metoda plné hry. Jedná se o metodu, při níž jsou využity všechny sdělovací aktivity jako řeč, pohyby těla a jeho postavení, pozice v prostoru, vztahy k objektům a osobám, doteky, zvuky, hlasová modulace slov. Pomocí toho

všeho dochází k úplné komunikaci. Využívá všechny způsoby chování a jednání. Nejlepším postupem hraní v plné hře je moc se nepřipravovat a prostě hrát.

Dalším typem metody je metoda pantomimicko-pohybová. Tato metoda nevyžaduje od hráčů žádné zvuky a řeč. Lpí jenom na pohybových aktivitách. Ty se vztahují na celý pohyb těla a svalů. K tomu patří obličejová mimika a postupuje to až po pohyb končetin. Důležitý je oproti pohybu také nepohyb a nic nedělání. Tím, že se nepohybuje, může hráč hodně sdělovat. Důležitý je prostor, ve kterém se hráč nachází. Hráč sám může být objektem nebo vše znázornit pohybem. Může zahrát, jak by na objekty reagoval a jak by objekty použil. Zvuk se v pantomimě objeví pomocí použití rekvizit nebo dechu a chůze.

Dalším typem jsou metody verbálně zvukové. Tyto metody jsou založeny hlavně na slově a zvuku, protože vydávání zvuku je hlavním principem a úkolem těchto metod. V téhle metodě se samozřejmě počítá také s pohybem. Tyto metody naučí jedince kvalitně naslouchat a naučí ho dobré techniky řeči nebo zvuku. Verbálně zvukové metody jsou ze všech metod nejtěžší. Mělo by se s nimi začínat až po pohybových a pantomimických hrách.

Dalším typem metod jsou metody graficko-písemné. Tyhle metody jsou založené na tom, že jedinci sami vytváří, kreslí nebo píšou artefakty. Mohou nakreslit svoji postavu, kterou budou hrát, nebo vytvářejí kulisy do hry. Stanou se z nich tak zvaní tvůrci a sami vytvářejí obrazy nebo polotvůrci, kteří obrazy dodělávají a dotvářejí a příjemci, kteří obrazy netvořili.

Posledními metodami jsou metody materiálově-věcné. Základem téhle metody je práce s nějakou hmotou a materiálem, kterým ale nesmí být lidské tělo. Žáci se tak naučí vyjadřovat se pomocí věcí a hmotných prvků. Díky maskám se mohou naučit charakterizovat člověka. Pomocí téhle metody se buduje kontext, atmosféra a prostředí. (Valenta, 1998)

### **3.3 Strukturované drama**

Od tvořivé dramatické hry se strukturované drama liší. Je vybudované na krocích. V tvořivém dramatu se postupuje podle příběhu a jde se podle jednotlivých scén. Ve strukturovaném dramatu je ale hlavní téma. Díky tomu mohou být některé scény vypuštěny a odvyprávěny. Jiné scény mohou být naopak hrány opakovaně tak, aby byly řádně pochopeny a prostudovány. Jedná se o skupinovou činnost. Jde o cíleně motivovanou formu sociálního učení, která je vedena učitelem a přesně časově vyhrazena. Účastníci společně zkoumají dané problémy. Snaží se přijít na různá řešení. Toho mohou dosáhnout díky vlastním zkušenostem, které mají s hraným dějem. Díky hraní rolí účastníci vyjadřují své vztahy a postoje k danému tématu. K tomu jim pomáhají i ostatní role. Téma volí učitel vzhledem k aktuálním problémům

účastníků. Ve strukturovaném dramatu je možné rozvíjet a měnit děj podle potřeb situace ve skupině. Když se strukturované drama hraje po prvé, není určeno pro diváky. Při průběhu strukturovaného dramatu si účastníci mohou vylepšovat tvořivé myšlení, sociální učení a naučí se propojovat emoce a intelekt. (Svozilová, 2000)



## 4. Závislostní chování

Náš projekt se bude zabývat hlavně problematikou závislostního chování. Závislostní chování je jedním z typů rizikového chování. Rizikovým chováním se zabývají také obory medicíny a obory společenskovední. Jedná se o chování, které směřuje k psychopatologickému nebo zdravotnímu poškození buď sebe sama, ostatních osob a jejich majetku, nebo svého prostředí.

Mezi rizikové chování patří:

- Záškoláctví
- Lhaní
- Agresivita
- Šikana, kyberšikana
- Násilné chování
- Kriminalita
- Vandalismus
- **Závislostní chování**
- Rizikové chování na internetu
- Rizikové sexuální chování
- Rizikové chování v dopravě
- Extrémní sporty, užívání steroidů
- Nezdravé stravovací návyky
- Extremismus
- Xenofobie, rasismus, intolerance, antisemitismus

Prevence závislostního chování je v České republice velice důležitá. Ať už se jedná o alkohol, drogy nebo kouření. Podle americké agentury Bloomberg se Česká republika umístila na prvním místě ve spotřebě alkoholu. Ve spotřebě a užívání drog se umístila na druhém, v kouření cigaret na pátém a ve hraní na automatech a hazardu se Česká republika umístila na dvanáctém místě. Agentura získala data z World Health Organization. Zkoumali, kolik lidí ve věku 15-67 let průměrně spotřebuje návykové látky. Výzkum probíhal v 57 státech světa. Vzhledem k výsledkům si myslím, že je velice důležité s primární prevencí začínat už v mladším školním věku, aby ke spotřebě návykových látek vůbec nedocházelo.

V pubertálním věku je nejčastějším rizikovým chováním právě kouření cigaret, pití alkoholu a zkoušení drog. Podléhání tomuto chování je spojeno s trávením volného času. Proto by se děti měly vést k co nejlepšímu a nejsmysluplnějšímu trávení volného času. Dále se toto rizikové chování spojuje s typem vrstevníků a sociální skupinou jedince.

Pro ty, kteří jsou závislí na hazardních hrách a automatech, jsou nejdůležitější peníze a je jim jedno, jak peníze získají. Jedinci, kteří jsou závislí na tvrdých drogách jsou více sobečtí a nemají zájem o druhé. A lidé, kteří kouří marihuanu, nejsou uzavření vůči přemýšlení o budoucnosti. Důležitá je myšlenka, že hraní počítačových her patří k potencionální rizikové formě. Hraní agresivních počítačových a online her směřuje k agresivnímu chování a může jej podporovat u dětí a dospívajících. Nejvíce ohroženou skupinou v tomhle případě jsou chlapci. (Sobotková, 2014)

Závislost na návykových látkách je v Mezinárodní kvalifikaci nemocí definována takto: „Skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol nebo tabák.“ (Nešpor, K. 1999, s. 34)

Diagnóza závislosti se stanoví, pokud se během jednoho roku objeví u jedince nejméně tři z následujících jevů:

- Silná touha nebo pocit puzení užívat látku
- Potíže v kontrole užívání látky
- Somatický odvykací stav (Jestliže je látka užívaná s úmyslem zmenšit jeho příznaky)
- Průkaz tolerance jako vyžadování vyšších dávek látek (aby se dosáhlo účinku, původně vyvolaného nižším množstvím látek)
- Postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů ve prospěch užívané psychoaktivní látky a zvýšené množství trávení času získáváním nebo užíváním látky.
- Pokračování v užívání přes zjevný důkaz škodlivých následků poškození jater nadměrným pitím. (Nešpor, 1999)

#### **4.1 Návykové látky v Moravskoslezském kraji**

Těmito problémy se v Moravskoslezském kraji zabývá protidrogová politika. Soustředí se na několik hlavních témat:

- Předcházení sociálnímu vyloučení
- Sociální začleňování lidí
- Ekonomická udržitelnost
- Dostupnost služeb
- Odbornost poskytované pomoci
- Kvalita poskytované pomoci

Protidrogovou politikou byla 23. 6. 2011 vytvořena pracovní skupina protidrogové prevence v Moravskoslezském kraji. Členy pracovní skupiny tvoří odborníci, kteří jsou schopni poskytnout prvotřídní služby a dodržují celkový a interdisciplinární přístup. Hlavní činností této skupiny je zařízení spolupráce a spolupůsobení všech organizací, které se podílejí na prevenci proti drogám v kraji. Díky této kooperaci je možné zpracování dat, které jsou potřeba k naplánování dalších strategií protidrogové politiky. Dále se pracovní skupina zabývá sledováním poměrů v oblasti užívání drog.

Hlavním přístupem v řešení problematiky drog a návykových látek v Moravskoslezském kraji je primární prevence, a hlavně prevence kriminality v jednotlivých obcích. Odhadem se v Moravskoslezském kraji nachází asi 3 000 problémových uživatelů nelegálních drog a návykových látek. A asi 2 400 osob z toho tvoří uživatelé, kteří drogy pobírají injekčně. Tento odhad je ale pouze z osob, které jsou evidovány. Existuje spousta uživatelů drog, o kterých se neví, že drogy berou a užívání návykových látek tají. Nejčastěji užívanou legální drogou v Moravskoslezském kraji je alkohol. Nejčastěji užívanou drogou z řad nelegálních je metanfetamin, jinak pervitin a marihuana. Ceny zneužívaných návykových látek, pervitinu a marihuana se po dobu moc nemění. Drogy se nejčastěji prodávají na ulici. Gram marihuany se prodává od 50 do 300 Kč. Pervitin se prodává za 1 gram od 800 až do 1 500 Kč.

V Moravskoslezském kraji se nejvíce trestní drogové činnosti a kriminality děje v Ostravě. Což je město asi 20 km od Havířova. V rámci drogové kriminality v Ostravě je nejčastějším trestným činem nedovolené vaření a konzumace drog. Hlavním problémem v kraji je jednoduchá dostupnost k návykovým látkám, pervitinu, marihuaně a k městským dealerům. Nejsou zde přesně vytipované konkrétní problémové lokality.

Zaevidovaný a známý podíl nezletilých na nelegálním užívání drogových, návykových látek tvoří 0.05 %. Mladistvým dětem, které jsou ohroženy závislostí na drogách, je umožněna pomoc v rozsahu sociálně-právní ochrany dětí kurátory pro mládež. Procento nezletilých, kteří mají vícekrát zkušenosti s konzumací drog a návykových látek tvoří asi 13 % a víc než 30 % tvoří dívky.

Jasný je vzestup počtu hráčů hazardních her a automatů. Snížil se věk, kdy se nezletilí a mladiství pouští do zkoušení alkoholu, nebo začínají hrát hazardní hry a automaty. Moravskoslezský kraj se řadí mezi kraje, kde se nachází nejvyšší počet kasin a současně z toho plyne nejvyšší počet osob, které jsou závislé na hazardních hrách. (Strategie protidrogové politiky Moravskoslezského kraje na období 2015-2020)

## **5. Primárně preventivní program**

Tento primárně preventivní program se bude zabývat primární prevencí rizikového chování. Určen je pro děti školní družiny základní školy Gorkého v Havířově. V téhle školní družině jsem absolvovala praxi řízení volnočasových aktivit v druhém ročníku. Program bude rozdělen do tří úseků, které proběhnou vždy jednou v měsíci od listopadu do ledna. V programu bude využita problematika dramatické výchovy.

### **5.1 Charakteristika základní školy Gorkého**

Základní škola na ulici Gorkého v Havířově, patří jako jedna z mála mezi ekologické školy. Zdravý životní styl a ekologie se prolíná všemi předměty na škole.

Základní škola Gorkého vznikla, díky založení nového města Havířov. Otevřena byla 8.9. 1958, přestože budova školy nebyla zcela dokončena. Na budově školy se ještě pracovalo a v několika třídách chyběl nábytek a školní pomůcky. Jelikož obyvatelé Havířova tvořily hlavně rodiny s dětmi, byly školy přeplněné. Proto ve škole bylo 40 až 45 žáků ve třídě a 4 až 5 tříd v ročníku. Zorganizovalo se dvousměnné i třísměnné vyučování, a učilo se i v soboty. Přes tyto potíže a nedostatky škola patřila k nejlepším ve městě.

Díky dobrým výsledkům, byla škola vybrána k experimentálnímu ověřování nové koncepce ve vzdělávání. Stala se fakultní školou Pedagogické fakulty v Ostravě. Studenti se zde, tak mohli připravovat na práci učitelů nebo vychovatelů.

Základní škola Gorkého je zapojena do projektu „Od integrace k inkluzi“. Projekt zřizuje Krajské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a informační centrum, Nový Jičín, příspěvková organizace ve spolupráci s devíti základními školami, na nichž je zřízeno školní poradenské pracoviště. Cílem projektu je zlepšit zavedený systém podpory individuální integrace žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a zřídit vzdělávací prostředí, které umožňuje odlišné vzdělávací potřeby žáků a překonává bariéry při vzdělávání. Škola se účastní projektu „Pilotní základní školy Klubu ekologické výchovy jako centra modernizace vzdělávání pro udržitelný rozvoj“. Cílem projektu je zařadit prvky ekologické výchovy do jednotlivých vzdělávacích oblastí v souvislosti se zavedením RVP do školní praxe. Dalším cílem je zajištění na škole integrované přístupy k dané problematice a využití celoškolských aktivit pro ekologickou výchovu. Dalším cílem je vytvořit potřebné návyky pro celoživotní vzdělávání.

Základní škola je financována rozpočtu zřizovatele statutárního města Havířov a jedná se o příspěvkovou organizaci. Z rozpočtu finance putují ke koupi pomůcek pro žáky a pedagogy, pomůcky k zájmové činnosti a také vybavení školní družiny. (Charakteristika školy, nedatováno)

### **5.1.1 Školní družina základní školy Gorkého**

Motto: Ať je teplo nebo zima, v naší družině je stále prima.

Ve školní družině pracují tři oddělení. O děti se starají tři paní vychovatelky:

Vedoucí vychovatelka Lucie Zahnašová

Vychovatelka Lenka Vojáčková

Vychovatelka Mgr. Eva Brabcová

Cílovou skupinu ve školní družině tvoří děti od 1. až do 5. třídy prvního stupně na základní škole. Tato skupina bude tvořit cílovou skupinu pro tento bakalářský projekt. Školní družina úzce spolupracuje s městskou knihovnou Havířov, kde se pořádají besedy a přednášky. Spolupracují se střediskem volného času Asterix nebo s městskou policií Havířov.

#### Provoz školní družiny

Po 11:30 – 16:30

Út 11:30 – 16:30

St 11:30 – 16:30

Čt 11:30 – 16:30

Pá 11:30 – 16:00

(Školní družina, nedatováno)

### **5.1.2 Identifikační údaje základní školy Gorkého**

**adresa:**

Základní škola Gorkého ul. č. 1/329

736 01 Havířov – Město

**telefon:**

telefon: 597 578 828

mobilní telefon: 602 166 473

školní jídelna: 597 578 594

školní družina: 597 578 827, 602 166 881

ZŠ – tělocvična: 602 166 771

datová schránka: cqvfec7

**e-mail:**

reditelstvi@zsgh.cz

**ředitel:**

Mgr. Igor Zát'ko

zatko.igor@zsgh.cz

**zástupce ředitele:**

Mgr. Pavla Keslerová

pavla.keslerova@zsgh.cz

**hospodářka:**

Bc. Jaroslava Kubienová

kubienova.jaroslava@zsgh.cz

**sekretářka:**

Kateřina Zborovská DiS.

**informace o subjektu:**

IČO: 62 331 221

IZO: 102 156 778

(Kontakty škola, nedatováno)

### 5.1.3 Swot analýza školní družiny

<b>Vize organizace</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zřízení více zájmových činností. Zejména esteticky výchovných a rukodělných kroužků.</li><li>▪ Vybudování nových tříd.</li><li>▪ Přestavění třídy na neprůchozí.</li></ul>	
<b>Silné stránky</b>	<b>Slabé stránky</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pozitivní přístup pedagogů</li><li>▪ Pravidelná spolupráce s SVČ a DDM</li><li>▪ Spolupráce s Městskou knihovnou Havířov</li><li>▪ Pořádání besed a divadelních představení</li><li>▪ Samostatnost dětí</li><li>▪ Pravidelné odchody dětí</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Nedostatečné prostory družiny</li><li>▪ Průchozí třídy</li><li>▪ Zájem o družinu</li></ul>
<b>Příležitosti</b>	<b>Hrozby</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zřízení lepšího vybavení</li><li>▪ Spolupráce se zákonnými zástupci</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Nedostatek dětí</li><li>▪ Neukázněnost</li><li>▪ Rušení průchozí třídou</li></ul>



Mezi vize patří zejména zřízení více zájmových kroužků. Chybí kroužky jako výtvarka nebo modeláři. V plánu je přebudovat třídy na neprůchozí, tak aby každá třída měla své vlastní dveře a nemuselo se do třídy chodit přes jinou třídu.

Mezi silné stránky školní družiny patří pozitivní a profesionální přístup vychovatelek. Svou práci dělají velice dobře a práce v družině je baví. Z toho se odvíjí spokojenost rodičů a radost dětí. Často spolupracují se střediskem volného času Asterix, kde děti chodí na různé akce, jako třeba karnevaly a sportovní dny. Také zde chodí na kroužky jako třeba keramika. V družině se často pořádají zábavné besedy, ale hlavně divadelní představení, které probíhají přímo ve třídě a děti se tak nemusejí nikam přesouvat. Děti ve třídě jsou velice samostatné a ve chvíli, kdy pro ně vychovatelky nemají žádný program, vždy si najdou nějakou zábavu. Aby dosáhli silné stránky vyšší úrovně, mohla by družina dále spolupracovat také se střediskem volného času Dona Boska, které je v Havířově. Samozřejmě koupě nového vybavení do školní družiny může být dobrá cesta k maximalizaci silných stránek.

Do nedávna byla slabou stránkou družiny nepravidelnost odchodu dětí. Neustále ve třídě zvonil telefon, že si jdou rodiče vyzvednout své děti. Tohle rušilo vychovatelky a děti u čtení nebo jiných aktivit. Před pár týdny se zřídily pravidelné odchody. Rodiče nahlásí v kolik si budou děti vyzvedávat. Jestli hned po obědě nebo v 13:00, 14:00, 15:00 nebo 16:30 hodin. Tohle vychovatelkám velice pomohlo. Mezi slabé stránky bohužel patří nedostatečné prostory. Některé třídy jsou opravdu malé a nábytek zabírá polovinu místnosti. Největší problém je průchozí třída. Děti z vedlejší třídy tak často musí projít jinou třídou do své. To často ruší při aktivitách a při čtení. V posledních letech klesl zájem o školní družinu. Rodiče buď vyzvedávají své děti hned po skončení vyučování, nebo své děti místo družiny přihlásí na kroužky ve střediscích volného času.

Jako příležitost družina vidí zřízení lepšího vybavení a koupí nových pomůcek. Mohly by se nakoupit nové hračky a deskové hry zlepšující motoriku. Může být započata spolupráce se zákonnými zástupci dětí. Rodiče se mohou podílet na pořádání různých školních akcí a projektů.

Mezi hrozby samozřejmě patří nedostatek dětí a tím pádem financí. Děti bývají čím dál více neposlušné, nebo se nechtějí aktivit účastnit. Některé jsou raději na mobilech a na tabletech, než aby se věnovali jiným aktivitám. Hrozba je právě rušení průchozí třídou, což všechny vychovatelky považují za největší potíže. Hrozba s tablety a mobily by se mohla minimalizovat tak, že právě tablety se budou v družině na nějaký určený čas využívat. Na tabletech se děti také mohou něco naučit, díky vzdělávacím aplikacím. V družině by si mohli

děti jednou týdně něco na tabletech zahrát, a přitom se něco naučit. Tak uvidí, že se dá tablet využít i k tomu, aby se něco naučily.

## **5.2 Cílová skupina**

Cílovou skupinu tohoto programu budou tvořit děti školní družiny základní školy Gorkého v Havířově. Jedná se o smíšenou skupinu chlapců a dívek. Věkově se děti pohybují od šesti do dvanácti let a jedná se o žáky první až páté třídy. Cílová skupina se mezi sebou už dobře zná, neboť již několik měsíců školní družinu společně navštěvují. Děti pochází z Havířova nebo z jeho okolí.

## **5.3 Cíl**

Hlavním cílem tohoto programu je předcházení užívání návykových látek, a to hlavně za pomoci aktivit dramatické výchovy a tvořivé dramatiky. Dalším cílem tohoto programu je, aby si děti uvědomily a zapamatovaly, co jsou návykové látky a závislostní chování. Naučí se, jak závislosti předcházet. Naučí se, jak se zdravě rozhodovat a efektivně řešit problémy. Posílí své sebevědomí. Poznají, jaký mají vliv návykové látky v reklamách a médiích. Naučí se odmítat a stát si za svým názorem. Půjde hlavně o vytvoření zdravého sebevědomého já tak, aby nikdy nedošlo k užívání návykových látek nebo k jakémukoli závislostnímu chování. Program bude zaměřen jak na rozvoj osobnostního, tak i sociálního pojetí dětí. V prevenci závislostního chování jde ale více o seberozvoj. Sociální rozvoj, který je hlavně vztahovým problémem, se více řeší v prevenci šikany a podobně.

## **5.4 Časová struktura**

Program proběhne během tří úseků vždy jednou v měsíci. Bude probíhat od listopadu do ledna každé druhé pondělí v měsíci. Trvání programu v jednotlivých dnech bude od 12:30 do 15:00 hodin, vždy po obědě žáků poté, co se přesunou do prostorů školní družiny, kde bude program probíhat. Jedná se tedy o tři, dvou a půl hodinové úseky. Dohromady tedy bude program trvat sedm a půl hodiny, a to i s několika pauzami během programu.

## 5.5 Financování programu

Tento primárně preventivní program bude financován z rozpočtu základní školy Gorkého. A to hlavně z části, která je určena pro školní družinu ale také na preventivní programy všeobecně. Jelikož je základní škola Gorkého příspěvkovou organizací, jedná se tedy o financování ze rozpočtu zřizovatele. Zřizovatelem základní školy Gorkého v Havířově je Statutární město Havířov.

## 5.6 Obsah programu

Obsah programu bude tvořit jak teoretická část, tak praktická část. Obsahem tedy budou různé vědomostní znalosti, ale také aktivity a hry spojené s dramatickou výchovou či nikoli. Během programu se děti pobaví a zábavnou formou zjistí, jak se bránit drogám. Každý den bude mít vlastní program, který bude plný aktivit. Aktivity budou zaměřeny na prevenci závislostního chování.

### 5.6.1 1. den

V úplném úvodu preventivního programu se budeme muset s dětmi seznámit. Cílová skupina programu se mezi sebou zná dobře. Několik měsíců už školní družinu společně navštěvují. Důležité tedy bude, aby dobře poznali mě nebo ostatní lektory programu. Proto se dětem představíme a zároveň všem rozdáme lepící papírky a poprosíme je, aby na ně napsaly své jméno nebo přezdívku, kterou je budeme oslovovat. Lektoři si také vytvoří jmenovky. Kdyby pamatování jmen dělalo někomu problém, může se podívat na kartičku, co má dotýčný na hrudníku. Ať už je to lektor nebo dítě. Poté si zahrajeme první aktivitu na rozehrání a rozproudění.

#### **Patníky**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby se děti rozehrály a navnadily na první den programu.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Dětem řekneme, že nás čekají společně dvě a půl hodiny. Hned na začátek si zahrajeme pohybovou hru, aby se rozehrály.

**Pomůcky:** Papíry A4 podle počtu hráčů

**Popis aktivity:** Položíme na zem papíry A4. Bude jich o jeden méně, než je hráčů. Děti budou muset běhat po prostoru mezi papíry. V jednu chvíli někdo z lektorů zakřičí slovo patník. Každý se po zakřičení bude muset postavit na jeden papír. Na koho papír nezbude, vypadává. Papíry se budou postupně ubírat.

**Možná reflexe:** Po dohrání hry se děti zeptáme, jestli se pobavily a jsou připravené na dnešní program. (Růžičková, 2012)

## Hledání pravidel

**Časová náročnost:** 15 minut

**Cíl:** Cílem je, aby se děti seznámily s pravidly tak, aby je mohly po celý průběh programu i v následujících dnech dodržovat.

**Pomůcky:** Kartičky s částmi pravidel

**Průběh:** Řekneme dětem, co je cílem našeho programu a jak toho chceme docílit. Budeme chtít, aby se děti pobavily. Vysvětlíme, že budeme hrát různé hry a budeme provádět různá cvičení, které povedou k našemu cíli. Proto, aby celý program proběhl hladce, musíme ale dodržovat pravidla. Dětem oznámíme, že různě po třídě jsou schované barevné kartičky, kde jsou napsané necelé věty. Jejich úkolem bude najít všech osmnáct kartiček. Poté co je najdou, budou muset dát do hromady všechna pravidla. Budou muset kartičky spojit tak, aby k sobě pasovaly a pravidlo dávalo smysl. Poté si všechna pravidla přečteme a necháme děti, ať nám vysvětlí, co znamenají.

**Možná reflexe:** Zkusíme se děti zeptat, co by se stalo, kdyby se jedno z pravidel nedodržovalo a co bychom měli udělat, kdyby někdo pravidla porušil.

Tabulka 1: Pravidla

Pokud není řečeno jinak,	mluví jenom jeden.
Hlásíme se	o slovo.
Neskáče si	do řeči.
Vypneme si	mobilní telefony.
Nesmějeme se	ostatním názorům
Nejsme na	sebe zlý.
Respektujeme	ostatní děti.
Můžeme odmítnout vykonávat aktivitu,	kdykoli je někomu nepříjemná.

(Švec, 2007)

Dále bude následovat aktivita na prolomení ledu tak, aby se celá skupina uvolnila. Tahle aktivita ale také bude sloužit lektorům k tomu, aby získali nějakou představu o zkušenostech, které děti mají s návykovými látkami nebo závislostí.

**Místa si vymění...**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti zjistí něco o ostatních a něco dalšího prozradí na sebe.

**Časová náročnost:** 10 minut

**Motivace:** Po seznámení s pravidly budeme chtít, aby se děti trochu rozproudily a uvolnily. Volíme tedy hru, při které se trochu rozhýbou. Díky téhle aktivitě načneme téma prevence a zjistíme jaké s ním mají děti zkušenosti.

**Pomůcky:** Židle, bude jich o jednu méně, než je hráčů.

**Popis aktivity:** Děti budou sedět v kruhu na židlích. Židli je o jednu méně, než je hráčů. Do hry se zapojí také lektoři. Lektor začne jako první uprostřed kruhu hru. Řekne: „Místa si vymění ti, kteří...“ a větu doplní. Může se začít zlehka například: „Místa si vymění ti, kteří na sobě mají brýle.“ Všichni, o kterých tohle tvrzení platí, se musí zvednout a přesunout se na nějakou jinou židli. Ten, na koho místo nezbude a stojí uprostřed, teď má za úkol vymyslet nějaké další výroky. Platí pravidlo, že si při přesouvání nikdo nesmí sednout na místo, na kterém zrovna seděl. Postupně mohou lektoři hru více prohlubovat a používat různá přísloví. V některých momentech se lektoři při zadávání tvrzení mohou zaměřit přímo na téma programu. Mohou říct: „Místa si vymění ti, kteří už mají zkušenost s cigaretami.“ a podobně.

**Možná reflexe:** Na konci aktivity se děti můžeme zeptat, které otázky jim byly nepříjemné a naopak. Zeptáme se, jestli si z aktivity něco odnesly a jak je hra bavila. (Švec, 2007)

Můžeme na ní navázat díky předchozí aktivitě tím, že řekneme výrok: „místa si vymění ti, kteří něco ví o závislosti nebo drogách. V tomhle případě by se měli už všichni usadit. Lektoři mohou zeptat těch kteří se přesunuli, co o tématu ví.

**Omalovánka**

**Organizační forma:** Individuální

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti se seznámí s tématem a informacemi o prevenci pomocí omalovánek.

**Časová náročnost:** 30 minut

**Motivace:** Na aktivitu děti namotivujeme pomocí předchozí aktivity a tvrzení, jestli něco ví o závislostech a drogách.

**Pomůcky:** Omalovánka a pastelky

**Popis aktivity:** Zeptáme se dětí, které se přesunuly, co přesně ví a jestli nám chtějí něco o tématu říct. Každé dítě dostane velkou omalovánku. Na omalovance, bude vyobrazen dětský park. V parku budou děti provádět různé činnosti. Některé se budou houpat na houpačce a některé klouzat na klouzačce. Některé skupinky budou ale provádět špatné a nelegální činnosti. Budou buď kouřit nebo pít alkohol. Na omalovance bude místo, kde se budou válet například injekční stříkačky. Děti budou mít za úkol barevně vybarvit, co je na obrázku dobře. Červeně budou muset zakroužkovat situace na omalovance, které jsou špatné.

**Možná reflexe:** Poté, co děti dokreslí omalovánky, ukážeme dětem, jak by měla omalovánka vypadat správně. Budeme se dětí ptát, proč zakroužkovaly to, co zakroužkovaly. Budeme se ptát, jestli už se setkaly někde venku s takovou situací. Proč jsou vlastně tyhle věci špatné? Zeptáme se, jestli se stydí o tématu mluvit a jestli už někdy o tomhle s někým mluvily.

Dostaneme se do poloviny času prvního dne programu, tak teď dáme dětem deseti minutovou pauzu na svačinu, aby se napily, nebo si zašly na toaletu. Po pauze se zase všichni sejdeme ve třídě. Bude následovat aktivita na plánování životních cílů. Děti si tak uvědomí, čeho by v životě chtěly dosáhnout. Měly by se zamyslet svými sny a přáními.

**Můj životní sen**

**Organizační forma:** Ve dvojicích

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti si uvědomí, jaké mají cíle a jak o budoucnosti uvažují. Také si procvičí komunikační dovednosti a schopnosti naslouchat ostatním.

**Časová náročnost:** 25 minut

**Motivace:** Povíme dětem, že v životě je důležité si některé věci naplánovat. Povzbudíme děti k tomu, aby si určily své cíle.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Necháme děti rozdělit se do dvojic. Poté jim vysvětlíme že mají deset minut na rozhovor mezi sebou. Budou odpovídat tomu druhému na otázku, kde se vidí jako dospělí. V polovině času se vystřídají. Po uplynutí deseti minut děti představí svého kamaráda z dvojice tak, jak se jim popsál. Takže budou začínat slovy: „Tohle je můj kamarád Pepa a je dospělý, pracuje jako...“. Dětem pro ukázkou mohou prvně lektori předvést, jak má představení postupovat.

**Možná reflexe:** Děti se poté zeptáme, jak se jim postupovalo při aktivitě. Zda pro ně bylo obtížné se vžít do role dospělého. Zeptáme se, jestli měly problém s nasloucháním druhému,

jestli jim odpovědi připadaly reálné. Jaký cíl pro ně je nejdůležitější a jak by ho mohly dosáhnout. A jak by zabránily v životě nějakému zklamání. Nakonec se můžeme zeptat, co by se stalo s jejich cíli, kdyby se staly závislými. (Švec, 2007)

Když už se blížíme ke konci prvního dne programu, bude důležité zahrát si aktivitu na posílení sebevědomí dětí.

### **Silný člověk**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti posílí svou sebeúctu.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Začneme otázkou, proč lidé začínají s drogami, když působí tolik bolesti a strasti. Dojdeme k závěru, že jedním z důvodů je nízká sebeúcta. Proto je důležité ji v životě posilovat.

**Pomůcky:** Magnetická tabule a fixy na ní.

**Popis aktivity:** Lektor nakreslí na tabuli siluetu člověka a řekne, že tohle je silný člověk. Položíme dětem otázky, v čem spočívá síla člověka, co pomáhá k tomu, abychom byli silní, a čeho si na člověku vážíme. Vyzveme děti, aby šly do siluety člověka napsat své odpovědi. Lektor může psát i své nápady.

**Možná reflexe:** Návrhy společně přečteme a shrneme. Zeptáme se dětí, jestli si o sobě myslí, že jsou silné osobnosti a jestli už teď ví, jak posílit svou sebeúctu.

### **Dobíjení baterek**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby si děti posílily motivaci a sebemotivaci. Uvědomily si, v čem vynikají a co na nich mají ostatní rádi.

**Časová náročnost:** 20 minut

**Motivace:** Řekneme dětem, že je v životě důležité mít silné sebevědomí, díky kterému mohou v budoucnu dosahovat lepších výsledků. Proto si zahrajeme hru, při které si uvědomí, v čem jsou dobří.

**Pomůcky:** Papíry, lepicí páska, fixy.

**Popis aktivity:** Každé z dětí dostane papír a fixy. Jejich úkolem bude na papír nakreslit baterku. Ne svítilnu, ale třeba baterku do ovladače. Poté každému přilepíme na záda jeho výtvar. Děti teď budou mít za úkol napsat každému něco povzbudivého do jeho baterky, aby se mu dobila.

Děti můžou psát komplimenty, dobré vlastnosti, přání do budoucna, nebo co mají na dotyčném rády. Děti se nebudou za svou poznámkou podepisovat. Až všichni své poznámky dopíšou, odlepíme baterky ze zad. Každý si teď bude moc přečíst, jakým způsobem mu byla baterka dobita. Kdo chce, bude moc svou baterku přečíst nahlas.

**Možná reflexe:** Po dokončení aktivity se děti zeptáme, jestli pro ně bylo těžké se zamyslet nad kladnými schopnostmi kamarádů a proč. Zeptáme se, jestli jsou děti spokojené s tím, co o nich ostatní napsali. Co by jim ještě mohlo pomoci k posílení sebevědomí. Co se stane, když budou mít v životě vysokou sebemotivaci. (Hranostaj)

Na úplný závěr prvního dne je potřeba udělat aktivitu na zrelaxování, ale také aby se shrnul celý program.

### **Znovuzrození**

**Organizační forma:** Individuální

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby se na závěr programu děti uvolnily a zároveň si zopakovaly všechno, co se dnes dozvěděly.

**Časová náročnost:** 10 minut

**Motivace:** Po další aktivitě upozorníme na to, že se blíží úplný konec prvního dne programu. Proto provedeme poslední aktivitu na zklidnění, ale také si na závěr zopakujeme, co jsme se dnes dozvěděly.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Řekneme dětem, aby si každý ve třídě našel nějaké místečko, kde by se mohly uvolnit, posadit se nebo si lehnout. Řekneme dětem, aby zavřely oči a myslely na to, co zrovna lektor říká. Poté lektor nastiňuje různé situace. „Představte si, že jsme někde na louce, kde zpívají ptáci, je krásný letní den a vy cítíte vůni květin. Cítíte své tělo. Cítíte, jak těžkou máte hlavu, hrud', ruce, břicho a nohy. Vnímáme konečky prstů, a dokonce vnímáme, jak nám pulzují orgány. Vzpomeňte si, co jste se dnes naučili a v čem by vám to mohlo pomoci.“ Necháme děti chvíli vstřebat, co se jim honí hlavou. Poté vyzveme děti, aby se posadily a zase nám věnovaly pozornost. Dále se budeme ptát dětí, jaké bylo se přemístit na jiné místo a jestli jim to dělalo problém. Dostaneme se až k tomu, na co všechno si vzpomněly, když přemýšlely o dnešním programu. Takhle společně zopakujeme, co jsme se dnes dozvěděly. (Majzlanová, 2003)



Takhle se dostaneme až na konec prvního dne programu. Necháme dětem prostor pro jakékoli dotazy, které na nás mají. Na závěr se s dětmi rozloučíme a upozorníme je, že se sejdeme zase za měsíc.

## 5.6.2 2. den

Druhý den programu se s dětmi uvidíme až po měsíci. Proto se na úvod s dětmi dohodneme, že nejlepší bude opět si jmenovky přímo se jmény nebo přezdívkou vyrobit. Poté, co děti jmenovky dokončí, připomeneme jim, kdo jsme my a proč jsme tady. Dříve než začneme s aktivitami nebo s předáváním nějaké teorie, si s dětmi zahrajeme hru na rozehrátí.

### **Pračka Tatramatka**

**Organizační forma:** Individuální

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem bude, aby se děti rozehrály po dlouhém vyučování a naladily se na další den programu.

**Časová náročnost:** 10 minut

**Motivace:** Než se pustíme do aktivit konkrétního tématu programu, zahrajeme si s dětmi hru na rozehrátí za účelem naladění na další den programu. Prvně jim vysvětlíme, proč se hra jmenuje právě pračka Tatramatka. Popíšeme jim, jak tahle pračka kdysi fungovala. Vybídžeme je, aby si na takovou pračku teď samy zahrály.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Všechny děti se postaví různě po třídě. Oznáíme, že zapínáme ždímací režim pračky a jejich úkolem teď je ždímat prádlo. Toho docílí tím, že se začnou třást od nejprve od kotníků přes nohy, dále nahoru k pánvi, břichu, hrudníku a až k hlavě. Třást se budou chvíli na místě a pak dáme pokyn, aby se pomocí třesení přemísťovaly různě po místnosti. Po chvíli vypneme ždímací režim a řekneme dětem, aby se pomalu a postupně přestaly třást.

**Možná reflexe:** Po skončení aktivity se děti zeptáme, jak se teď cítí. Můžeme se dále zeptat, co si myslí o tom, že kdysi pračky fungovaly na tento princip. (Růžičková, 2012)

Po rozehrátí přejdeme k další části programu, která se bude zabývat odmítáním a uměním říkat NE. Vysvětlíme dětem, že někdy mohou nastat situace, kdy potkají nového a třeba staršího kamaráda a ten jim zkusí nabídnout nějaké cigarety nebo alkohol. Jako další můžeme uvést situaci, kdy se třeba budou chtít někomu zalíbit, získat si jeho přízeň, a z toho

důvodu mohou jednat proti své vůli. Nebo se dostanou do situace, kdy je přímo někdo přemlouvá k tomu, aby cigaretu nebo alkohol zkusily.

### **Jak Sněhurka odmítla otrávené jablko**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti se pomocí příběhu přesunou do pohádky a vyzkouší si odmítání. Osvojí si různé techniky odmítání.

**Časová náročnost:** 45 minut

**Motivace:** Začneme se s dětmi bavit o tom, že se někdy mohou dostat do situace, kdy budou muset odmítnout, ale třeba se budou stydět za svůj názor. Děti namotivujeme příběhem Sněhurky. Přenesou se do jejího příběhu a vyzkouší si její roli.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Jako první začneme s dětmi chodit po prostoru, aby se vžily do pohádky. Když se s někým ve třídě potkají, královsky se pozdraví. Poté změním styl chůze na trpasličí a děti budou muset chodit po kolenech. Během pohybu po třídě, vypráví lektor příběh Sněhurky až do chvíle, kdy jí zlá macecha nabízí otrávené jablko. V tu chvíli chození po prostoru zastavíme. Sedneme si s dětmi do kruhu a zeptáme se, jak to bylo se Sněhurkou dále. Po odvyprávění příběhu se zeptáme, co by se mohlo stát, kdyby Sněhurka hned odmítla jablko. Poté se začneme děti ptát, jestli ví, jak by mohla Sněhurka jablko od cizího člověka odmítnout. Necháme děti sdělit své myšlenky a poté společně vymyslíme důvody a způsoby odmítnutí tak, aby se Sněhurce nic nestalo. Vysvětlíme, že pokud je na to člověk dost silný, stačí prostě říct ne a odejít. Dalším způsobem je odmítnutí a vysvětlení, proč nechci. Také zkusit odradit i toho, kdo to nabízí, pokud víme, že se jedná o něco špatného. Sněhurka mohla změnit téma a nebavit se o jablku.

**Možná reflexe:** Po odvyprávění příběhu a sdělení nápadů, jak by mohla Sněhurka odmítnout jablko, se děti zeptáme, jestli přišly na to, co symbolizuje jablko v rámci našeho programu. Společně přijdeme na to, že by se mohlo jednat o různé drogy. Nyní se děti zeptáme, jestli by je napadly ještě jiné důvody, jak by mohly drogy odmítnout. Pokud nápady nezazní, uvedou je lektoři sami. Když nám bude někdo drogu nabízet, můžeme si vymyslet něco jiného, co bychom mohly s kamarády dělat místo braní drog. Když nás někdo pozve na party, a my víme, že se tam pije alkohol, nejlepší je, když se takové situaci úplně vyhneme a nepůjdeme tam. Také můžeme druhého přesvědčit, že on vůbec nedělá dobře a nabídnout mu pomoc. Pokud i přes to, že několikrát odmítneme, nás kamarádi nutí drogu vyzkoušet, měli bychom kamarády nechat být a najít si nové, se kterými budeme mít více společného.

Po skončení aktivity, jak říkat ne přijde na řadu další část programu. Nyní se budeme zabývat prací s emocemi. Začneme mluvit o tom, že v některých případech lidé začali brát drogy, protože se začali nudit a nebyli schopni dosáhnout příjemných emocí. Důležité je, aby děti uměly své emoce pojmenovat a prezentovat. Také se budeme snažit o to, aby přišly na to, jak najít v sobě příjemné emoce.

### **Moje slunce a mraky**

**Forma:** Kreativní

**Organizační forma:** Individuální

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti si uvědomí, co má vliv na jejich negativní a pozitivní emoce. Zaznamenají, co ovlivňuje jejich prožívání.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Začneme se s dětmi bavit o emocích. Nejprve vysvětlíme, co emoce jsou a jak na nás mohou působit. Navážeme na téma, proč někteří lidé začali brát drogy. Uvedeme důvody jako nudu, pocit osamocení. Tito lidé nemohli najít na svém životě žádné pozitiva. Děti vybídžeme, aby nám daly najevo své emoce a zamyslely se nad tím, co na ně působí špatně a co na ně působí dobře.

**Pomůcky:** Papíry a pastelky

**Popis aktivity:** Každé dítě dostane papír a pastelky. Dostanou za úkol nakreslit tři sluníčka a tři mráčky. Poté budou muset do každého slunce napsat něco, co jim dokáže zvednout náladu, a cítí se kvůli tomu dobře. Do mráčku pak na druhou stranu budou muset napsat něco, co jim náladu kazí a kvůli čemu jsou smutní. Kdo poté bude chtít, může se s námi o své dílo podělit.

**Možná reflexe:** Po dokreslení a předvedení děl začne diskuse s dětmi o tom, že nálady mohou být různé. Důležité je říct, že každý černý mrak jednou zmizí. Promluvíme si o tom, že není třeba se stydět za to, když má někdo špatnou náladu. Je dobré promluvit si o tom s rodiči nebo s kamarády a vyhledat odbornou pomoc. (Švec, 2007)

Po téhle aktivitě bude následovat deseti minutová pauza na toaletu nebo na svačinu. Po skončení pauzy přijde na řadu další část programu, ve které se budeme věnovat mediální gramotnosti. V dnešní době už jsou reklamy na tabák a alkohol v televizích omezeny, ale pořád se v ní objevují. Reklamy na alkohol se objevují na YouTube. Na téhle platformě existují tvůrci, kteří umí krásně na tyto problémy upozornit. Proto Pustíme dědem videa youtubera Kovyho.

### **Alkohol a kouření podle Kovyho**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby děti pochopily, jaký vliv mají reklamy v televizi. Také aby se naučily pracovat s informacemi a využívat efektivně zdroje. Dalším cílem je, aby se naučily nepodléhat tlaku medií. Pochopí, jak může působit alkohol na zdraví člověka.

**Časová náročnost:** 30 minut

**Motivace:** Po pauze navážeme na téma mediální gramotnosti. Pobavíme se o tom, jaký vliv na nás mají reklamy. Zeptáme se dětí, jestli už někdy v televizi viděly reklamu na nějaký alkohol. Budeme mluvit o tom, že nám reklamy na alkohol v televizi třeba slibují neuvěřitelnou zábavu po celý večer s kamarády, tím pádem všechny vybízí k tomu, aby si produkt koupili. Upozorníme na to, že různé reklamy, třeba na cigarety, se neobjevují jenom v televizi, ale také na různých billboardech ve městě, nebo časté jsou reklamy na YouTube. Reklamy spoustu lidí ovlivňují a mohou se stát příčinou toho, že se člověk stane závislým. Často ale v reklamách prodejci své produkty zveličují. Proto si teď s dětmi pustíme videa youtubera Kovyho, který vysvětluje, jak působí alkohol na člověka a upozorňuje na špatné cílení tabákových výrobků na nezletilé.

**Pomůcky:** Projektor

**Popis aktivity:** Necháme děti usadit se před plátno a pustíme dětem video Alkohol | KOVY a hned poté video Kouření | KOVY. Po shlédnutí obou videí se budeme dětí ptát na otázky, jestli už někdy viděly v televizi reklamu na alkohol a jestli je reklama nějak oslovila. Zeptáme se, jestli vnímají reklamy v televizi a jestli by je ovlivnily ke koupi produktu. Dále se zeptáme, jaké teď mají názory na reklamy a propagaci výrobků na YouTube.

**Možná reflexe:** Zeptáme se, co je na videích bavilo a zaujalo. Upozorníme děti na to, že ne všechno v televizi a na YouTube odpovídá realitě. Důležité je informace ověřovat a zeptat se třeba rodičů, učitele nebo vychovatele. (Šimanovský, 2010)

Po téhle aktivitě bude následovat téma: „Co dělat, když potkáme osobu pod vlivem drog nebo alkoholu“.

**Tvorba komiksu**

**Organizační forma:** Ve skupinách

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti pochopí, jak by měly reagovat v případě, že potkají osobu pod vlivem drog nebo alkoholu. Podpoří si svou kreativitu a představivost.

**Časová náročnost:** 30 minut

**Motivace:** Začneme si s dětmi povídat o tom, že někdy může nastat situace, kdy potkají osobu, která se bude chovat nějak zvláštně a možná bude pod vlivem alkoholu nebo drog. Takový člověk nemá zábrany a možná bude chtít s dětmi komunikovat. Často je nepředvídatelné, co taková osoba může udělat. Proto jim vysvětlíme, co v tomto případě dělat a jak se zachovat. K tomu, aby téma lépe pochopily a pobavily se u toho, vytvoříme komiks takové situace.

**Pomůcky:** Výkresy A3, pastelky, magnetická tabule a fixy na ní

**Popis aktivity:** Použijeme tabuli a jeden z lektorů bude zapisovat, co si s dětmi povíme. Nejprve se zeptáme dětí, jestli ví, jak takový člověk pod vlivem drog nebo alkoholu vypadá. Člověk sebou může vrávorat a není schopen mluvit. Také poznáme, že nám chce ublížit, když je přehnaně agresivní, neklidný, nadává a rozbíjí věci kolem sebe. Nyní rozdělíme děti do skupinek přibližně o pěti členech. Každé skupince dáme výkres a pastelky. Skupinky budou mít za úkol vytvořit komiks. Před tvořením, ale s dětmi probereme, co to komiks je. Odkážeme na různé komiksy buď superhrdinů nebo pohádek. Poté dáme dětem za úkol vytvořit komiks, který bude prezentovat situaci, o které jsme se teď bavily. Výsledkem by mělo být správné ukončení situace a nastínění toho, jak by měly děti reagovat, když potkají osobu pod vlivem. Dětem dáme na tvoření dvacet minut čas. Po dokončení skupinky svá díla odprezentují. Shrňeme všechny nápady, které skupinky vytvořily. Pokud komiksy nebudou obsahovat všechny možnosti, předvedeme dětem už předem připravené komiksy od lektorů. Nakonec bychom měli dojít ke všem možnostem. Od takového člověka musíme udržovat bezpečnou vzdálenost, což je asi zhruba délka natažené paže. V případě, že s námi takový člověk chce komunikovat, my musíme mluvit klidným hlasem a nepředvádět veliká gesta. Měli bychom mluvit v jednoduchých a krátkých větách. V případě, že osobu známe, oslovujeme ji jménem. V nejlepším případě je potřeba tuhle komunikaci co nejrychleji ukončit a odejít pryč.

**Možná reflexe:** Po prezentaci všech komiksů a shrnutí možností se zeptáme dětí, jestli samy nechtějí něco doplnit. Můžeme se zeptat, jestli už mají nějaké zkušenosti s lidmi, kteří byli opilí nebo pod vlivem drog. Zeptáme se, jestli se jim o tématu špatně hovořilo a jestli už ví, jak se v případě takového, nepříjemného setkání zachovat. Zeptáme se, jestli je bavila tvorba komiksů a ve skupince se jim dobře spolupracovalo. (Švec, 2007)

Po skončení aktivity dětem oznámíme, že se dostáváme k závěru dalšího dne programu, a proto si zahrajeme aktivitu na ukončení jako evaluaci dalšího dne.

**Čára spokojenosti**

**Forma:** Sebereflexe

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti zhodnotí další den programu a provedou evaluaci a sebereflexi.

**Časová náročnost:** 10 minut

**Motivace:** Na konci programu děti vyzveme, aby nám zhodnotily, jak dnešní den probíhal.

**Pomůcky:** Židle

**Popis aktivity:** Děti se budou muset postavit na místo po různých směrech takové vzdálenosti od židle, která označuje, jak se jim dnešní den líbil. Dále sdělí, jestli jim dnešní část programu přišla zajímavá a odnáší si z ní něco. Také jestli aktivity nějak ovlivnily jejich názory a postoje a budou se chovat jinak.

**Možná reflexe:** Poté, co se všechny děti rozestaví, dostanou možnost, povědět nám, proč se postavily zrovna na tohle místo. (Švec, 2007)

Po dokončení evaluace dětem oznámíme, že nadešel úplný konec programu. Dáme všem prostor se ptát na různé dotazy, pokud nějaké mají. Připomeneme dětem, že se společně uvidíme opět za měsíc a společně se rozloučíme.

### 5.6.3 3. den

Třetí a poslední den programu se s dětmi opět uvidíme až po měsíci. Proto budeme postupovat stejně jako u druhého dne a vytvoříme si jmenovky. Poté dětem připomeneme, kdo jsme a co tady děláme. Jako první si zahrajeme aktivitu na rozehrání, aby se děti rozproudily po dlouhém dni ve škole.

**Tematické molekuly**

**Organizační forma:** Skupinová

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti se pomocí aktivity naladí na další den programu. Pobaví se a více se stmelí.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Po přivítání navrhne dětem zahrát si hru, při které se rozproudí a naladí na další část programu.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Děti se začnou pohybovat po celé třídě. V určitý okamžik jeden z lektorů řekne: „Utvořte skupinky se stejným měsícem narození.“ Děti budou mít za úkol najít partnery do skupinek. Kritéria tvoření skupinek budou různá. Například budou muset utvořit skupinky podle znamení zvěrokruhu, velikosti bot, barvy trička a podle věku. Lektoři mohou postupně

zadávat kritéria související s tématem programu. Můžeme se ptát na souhlasy s kouřením nezletilých a podobně.

**Možná reflexe:** Po skončení aktivity se budeme děti ptát, jak je hra oslovila a jestli pro ně byla složitá. V čem viděly největší problém. Jak rychle byly schopné vytvořit si názory. (Švec, 2007)

Další aktivita bude sloužit k tomu, aby nám děti předvedly, jak vnímají závislost po absolvování dvou dní programu.

### **Sousoší na téma závislost**

**Organizační forma:** Ve skupinách

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby děti interpretovaly, co si představují pod pojmem závislost.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** S dětmi se pobavíme o tom, že přišel na řadu poslední den. Chceme tedy zjistit, jak chápou téma závislost. K tomu nám pomůže tahle aktivita.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Rozdělíme děti do skupinek po pěti. Dáme jim za úkol vymyslet sousoší, které je napadne, když se řekne slovo závislost. Dalším úkolem bude, aby si každý v sousoší vymyslel nějakou větu, která závislost charakterizuje. Všem skupinkám budou pomáhat lektori. Necháme dětem dostatečný čas na nacvičení a naplánování sousoší. Po secvičení se všechny skupinky předvedou ostatním.

**Možná reflexe:** Po skončení aktivity se s dětmi pobavíme o tom, co pro ně bylo složité. Jestli jim dělalo problém vzpomínat na minulé dny programu a jestli by už dokázaly závislost charakterizovat. Zkusíme s dětmi vymyslet další charakteristiky, které třeba při aktivitě nezazněly. (Šímanovský, 2010)

Po téhle aktivitě bude následovat hra, která dětem připomene techniky odmítání, které jsme procvičovali v druhém dni programu.

### **Na dealera**

**Organizační forma:** Ve dvojicích

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti si natrénují techniky odmítání, které se naučily v druhém dni programu.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Minule jsme se učily, jak někoho jasně odmítnout a jak říct ne. Ted' si vyzkoušíme, co si pamatují a jestli dokážou někoho odmítnout i dnes.

**Pomůcky:** Bonbóny

**Popis aktivity:** Děti rozdělíme do dvojic. Dáme jim instrukce, že jeden z nich je dealer a nabízí druhému nějakou drogu nebo cigaretu, což symbolizuje bonbon. Úkolem druhého bude nabízenou drogu přesvědčivě odmítnout. Po vyzkoušení odmítnutí se role vymění.

**Možná reflexe:** Poté, co si děti vyzkouší obě role, bude následovat diskuse, jestli pro děti bylo těžké odmítat. Zeptáme se, jestli se dokázaly vžít do role dealera. Zeptáme se, jestli pro ně bylo snadné drogu odmítnout a co jim k tomu pomohlo. (Šimanovský, 2010)

Po téhle hře bude následovat aktivita, kdy si děti vyzkouší vymaňovat se ze závislosti. To bude v životě důležité pro případ, kdyby chtěly překonat nějaké závislosti a nenechat sebou manipulovat.

### **Vymaňování**

**Organizační forma:** Ve skupinách

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Cílem je, aby děti prožily zážitek, který může simulovat závislost. Díky tomu se naučí, jak se ze závislosti vymanit a nenechat sebou manipulovat.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** V životě se může stát, že se člověk stane závislým, nebo ho bude tížit něco těžkého. Proto aby děti pochopily, jaká to je situace, si zahrajeme tuhle hru.

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Děti se rozdělí do skupin po pěti. Jeden ze skupiny se postaví doprostřed a všichni ostatní se postaví kolem něj. Lehce na něj položí dlaně. Začnou člověka uprostřed posunovat kam chtějí, ale nesmí při tom být agresivní. Nesmí povolit sevření, aby měl možnost jednoduše uniknout. Budou se snažit mu vnutit svou vůli. Úkolem člověka uprostřed bude dostat se ze sevření a nepodlehnout tak závislosti. Ve skupině se všichni vystřídají.

**Možná reflexe:** Po dohrání hry bude následovat reflexe, kdy se lektori budou děti ptát, jaké pocity měly, když reprezentovaly závislost a jaké, když se měly z ní vymanit. Jestli to pro ně bylo obtížné a jak si můžeme pomoci v reálné situaci. (Švec, 2007)

Nyní bude následovat tvořivá aktivita.

### **Tvorba plakátu**

**Organizační forma:** Ve skupinách

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti vytvoří plakáty na téma, proč je moderní nebrat drogy.



**Časová náročnost:** 30 minut

**Motivace:** Děti namotivujeme tím, že po posledním dni programu jim plakát bude připomínat, co jsme zde společně prožily a můžou si ho v družině vystavit na památku.

**Pomůcky:** Výkresy A3, pastelky

**Popis aktivity:** Děti necháme rozdělit do skupinek po pěti. Každá skupinka dostane výkres a pastelky. Dostanou za úkol vymyslet a navrhnout plakát na téma: „Moderní je nebrat drogy.“ Budou muset na plakátu vyobrazit, proč by se drogy neměly brát a jaké špatné důsledky drogy mají. Při tvorbě necháme dětem volnou ruku a řekneme jim, že inspirovat se můžou tím, co se za předešlé dny programu dozvěděly. Po dokončení plakátů si je představíme a necháme skupinky odprezentovat, co na plakátu mají a jak úkol pojaly.

**Možná reflexe:** Zeptáme se dětí, jestli je tvorba plakátu bavila. Zeptáme se, jestli pro ně bylo těžké vymýšlet, proč nebrat drogy a co jim k těmto důvodům pomohlo.

Po dokončení hry a reflexe bude následovat deseti minutová pauza na toaletu, svačinu a pití. Po pauze bude následovat

### **Hra na manipulaci**

**Organizační forma:**

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti se naučí bránit manipulaci.

**Časová náročnost:** 20 minut

**Motivace:** Zeptáme se dětí, jestli ví, co je to manipulace a jak může souviset s naším programem. Díky následující aktivitě si natrénují, jak se manipulaci bránit

**Pomůcky:** Žádné

**Popis aktivity:** Dětem vysvětlíme, jak se můžeme manipulaci bránit. Důležité je pokládat manipulátorovi otázky, aby vám objasnil, co a proč po vás chce. Lektor bude hrát manipulátora a bude přesvědčovat děti, aby vyzkoušely drogu nebo alkohol. Úkolem dětí bude odmítnout a bránit se manipulaci. Necháme děti, ať se manipulátorovi brání a vyzrají nad ním.

**Možná reflexe:** Po skončení se dětí zeptáme, jestli po ně bylo obtížné manipulaci vzdorovat a co by příště udělaly jinak. (Švec, 2007)

Po skončení aktivity proběhne poslední aktivita, při které děti shrnout co během programu prožily.

### **Skládání básní**

**Organizační forma:** Ve skupinách

**Věková skupina:** 6+

**Cíl:** Děti vytvoří báseň, kterou shrnout celý program.

**Časová náročnost:** 15 minut

**Motivace:** Dětem navrhneme, aby vytvořily básničky o celém programu. Budou tak mít na program vlastní vzpomínku.

**Pomůcky:** Papíry, propisky

**Popis aktivity:** Dětem rozdáme papíry a propisky. Budou muset vytvořit básničku o tom, co se za program naučily a co prožily. Měly by v básničce zhodnotit, jak se jim program líbil a co je pobavilo. Necháme dětem čas na vytvoření krátké básničky. Poté nám děti předvedou, co vymyslely.

**Možná reflexe:** Po prezentaci básniček, se děti zeptáme, jestli pro ně bylo obtížné tvořit verše nebo skládání básně na tohle téma.

Tímhle se dostaneme na úplný konec programu. Na závěr dětem rozdáme dotazník (viz. příloha 1) na zhodnocení celého programu. Díky němu se dovíme, co děti zaujalo, co děti nebavilo a jaké mají po absolvování kurzu postoje k závislostem. Ujistíme je o anonymitě, a tudíž se na dotazník nemusí podepisovat. Oznámíme jim, že díky zpětné vazbě pak můžeme zlepšovat programy. Dáme dětem patnáct minut na vyplnění dotazníku.

Po vyplnění dotazníku se dostaneme na úplný konec celého programu. Nyní dáme dětem ještě možnost se ptát na jejich dotazy. Pokud už žádné nebudou rozloučíme se popřejeme jim vše dobré.

## Závěr

Bakalářský projekt nese název *Návrh preventivního programu pro žáky 1. stupně ZŠ s prvky tvořivé dramatiky* a je určen dětem školní družiny základní školy Gorkého v Havířově. Projekt je rozdělen do pěti kapitol.

V první kapitole jsme popsali školní družinu. Charakterizovali jsme, co školní družina je a kdo ji může navštěvovat. Definovali jsme cíle školní družiny, ve kterých jde o výchovu žáka mimo vyučování. Uvedli jsme funkce školní družiny, jako jsou odpočinkové, rekreační a zájmové činnosti a příprava na vyučování. V téhle kapitole jsme vysvětlili i literárně dramatickou činnost ve školní družině a jak může probíhat.

Druhá kapitola byla věnována problematice prevence. Podrobně jsme v ní popsali, jak se prevence dělí a co je primární prevenci. Definovali jsme v ní zásady efektivní prevence tak, aby byla účinná. Charakterizovali jsme funkci školního metodika prevence a proč je pro školu důležitý.

Ve třetí kapitole jsme se zabývali dramatickou výchovou. Vysvětlili jsme cíle dramatické výchovy, které se rozdělují do několika rovin, jako jsou sociální, dramatické a osobní. Definovali jsme metody dramatické výchovy a všechny je podrobně popsali. Zaměřili jsme se na metodu plné hry, pantomimicko-pohybové, verbálně-zvukové, graficko-písemné a metody materiálově-věcné. V téhle kapitole jsme podrobně charakterizovali, jak probíhá strukturované drama.

Čtvrtá kapitola pojednávala o závislostním chování a jeho druzích. Zaměřili jsme v ní na problematiku návykových látek v Moravskoslezském kraji.

Poslední kapitola se zabývala samotným návrhem obsahu preventivního programu. V kapitole jsme popsali charakteristiku základní školy Gorkého a její družiny. V kapitole byly uvedeny identifikační údaje školy a Swot analýza školní družiny. Jako cílovou skupinu jsme vybrali děti, které navštěvují školní družinu a definovali jsme cíl preventivního projektu. Hlavním cílem bylo předcházení vzniku závislostního chování. Rozdělili jsme časovou strukturu na tři úseky po dvou a půl hodinách. Uvedli jsme, že projekt bude financován ze školního rozpočtu, a tudíž z rozpočtu státního. V téhle kapitole jsme podrobně popsali veškeré aktivity, které povedou k cíli projektu.

## Použitá literatura

- KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
- MACHKOVÁ, Eva, 2017. *Dramatika, hra a tvořivost*. Jinočany: H & H. ISBN 978-80-7319-125-2.
- MACHKOVÁ, Eva, 2007. *Jak se učí dramatická výchova: didaktika dramatické výchovy*. 2. vyd. Praha: Akademie múzických umění v Praze, Divadelní fakulta, katedra výchovné dramatiky. ISBN 978-80-7331-089-9
- MACHKOVÁ, Eva, 1998. *Úvod do studia dramatické výchovy*. Praha: IPOS. ISBN 80-7068-103-9.
- MAJZLANOVÁ, Katarína. Uplatňovanie dramaterapeutického programu u drogovu závislých osôb. *Tvořivá dramatika*. Praha: IPOS-pracoviště ARTAMA ve spolupráci se Sdružením pro tvořivou dramatiku a katedrou výchovné dramatiky DAMU, 2003, 14 2(38). ISSN 1211-8001.
- MIOVSKÝ, Michal, ADÁMKOVÁ, Tereza, BARTÁK, Miroslav, et al, 2015. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování*. Druhé, přepracované a doplněné vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze. ISBN 978-80-7422-391-4.
- NEŠPOR, Karel, PROVAZNÍKOVÁ, Hana, 1999. *Slovník prevence problémů působených návykovými látkami: pro rodiče a pedagogy*. 3., rozš. vyd. Praha: Fortuna. ISBN 80-7071-123-X.
- PÁVKOVÁ, Jiřina, HÁJEK Bedřich, 2003. *Školní družina*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-751-5.
- RŮŽIČKOVÁ, Dora, 2012. *Hry a výukové programy dramatické výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogika v praxi. ISBN 978-80-244-3170-3.
- SOBOTKOVÁ, Veronika, 2014. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4042-3.

SVOZILOVÁ, Dana. Strukturovaná dramatická hra v kontextu dramatické výchovy. *Tvořivá dramatika*. Praha: IPOS-pracoviště ARTAMA ve spolupráci se Sdružením pro tvořivou dramatiku a katedrou výchovné dramatiky DAMU, 2000. **15** 3(30). ISSN 1211-8001.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk, ŠIMANOVSKÁ, Barbara, 2010. *Hry pro rozvoj zdravé osobnosti*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-801-2.

ŠVEC, Jakub, 2007. *Odmítáme manipulaci*. Praha: Projekt Odyssea. ISBN 978-80-87145-16-6.

ŠVEC, Jakub, JEŘÁBKOVÁ, Simona, TESAŘOVÁ, Veronika, 2007. *Jak se bránit drogám a předcházet závislostem: kurz osobnostní a sociální výchovy pro žáky 2. stupně ZŠ*. Praha: Projekt Odyssea. ISBN 978-80-87145-26-5.

VALENTA, Josef, 1998. *Metody a techniky dramatické výchovy*. Vyd. 2. rozš. Praha: Agentura Strom. ISBN 80-86106-02-0.

VALENTA, Milan, 2007. *Dramaterapie*. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1819-4.

## Elektronické zdroje

Alkohol | KOVY, 2015. In: *youtube.cz* [online]. [cit. 29. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=nYbcoFRyUI0&t=1s>

Hranostaj, nedatováno. In: *hranostaj.cz* [online]. [cit. 20. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.hranostaj.cz/>

Historie školy, nedatováno. In: *zsgh.cz* [online]. [cit. 30. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.zsgh.cz/historie-skoly>

Charakteristika školy, nedatováno. In: *zsgh.cz* [online]. [cit. 30. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.zsgh.cz/charakteristika-skoly>

Kontakty škola, nedatováno. In: *zsgh.cz* [online]. [cit. 30. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.zsgh.cz/jidelna>

Kouření | KOVY, 2018. In: *youtube.cz* [online]. [cit. 29. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Csmmc4-RtiE>

Situational Crime Prevention, 2017. In: *New Zealand Ministry of Justice* [online]. [cit. 30.04.2020]. Dostupné z: <https://www.justice.govt.nz/assets/Documents/Publications/Situational-Crime-Prevention.pdf>

Strategie protidrogové politiky Moravskoslezského kraje na období 2015-2020. In: *Ostrava: Moravskoslezský kraj* [online]. [cit.24.03.2020]. Dostupné z: [https://www.msk.cz/assets/socialni\\_oblast/strategie-markova-2015-2020\\_1.pdf](https://www.msk.cz/assets/socialni_oblast/strategie-markova-2015-2020_1.pdf)

Školní družina, nedatováno. In: *zsgh.cz* [online]. [cit. 30. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.zsgh.cz/skola>

Školní družiny, 2020. In: *msmt.cz* [online]. [cit. 28.02.2020]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/mladez/skolni-druziny>

Školní metodik prevence, nedatováno. In: *Národní ústav pro vzdělávání* [online]. [cit. 20.08.2019]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/projekty/rspp/skolni-metodik-prevence>

## Seznam příloh

### Příloha 1 Dotazník

Dobrý den, chtěli bychom poprosit o tvou zpětnou vazbu našeho preventivního programu. Díky dotazníku zjistíme, jak se ti program líbil a co tě nezaujalo. Díky zpětné vazbě může zlepšovat naše programy. Dotazník je anonymní a informace z něj nikde nezveřejníme.

Děkujeme.

1. Jsem:

- Chlapec
- Dívka

2. Nejvíce mě na programu bavilo a líbilo se mi

3. Nejméně mě na programu bavilo a nelíbilo se mi

4. Určitě někdy v životě využiji, že jsem se v programu naučil/a

5. Zakroužkuj správnou odpověď:

- V životě BUDU/MOŽNÁ BUDU/NEVÍM/MOŽNÁ NEBUDU/NEBUDU kouřit.
- V životě BUDU/MOŽNÁ BUDU/NEVÍM/MOŽNÁ NEBUDU/NEBUDU pít alkohol.
- V životě BUDU/MOŽNÁ BUDU/NEVÍM/MOŽNÁ NEBUDU/NEBUDU brát drogy.
- Víím, jak se zachovat, když potkám osobu pod vlivem ANO/NE
- Víím, jak odmítnu, když mě někdo bude nutit k drogám ANO/NE

## **Seznam zkratk**

DDM: Dům dětí a mládeže

MŠMT: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

OSN: Organizace spojených národů

RVP: Rámcový vzdělávací program

SVČ: Středisko volného času

SWOT: Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats – Silné, Slabé, Příležitosti, Hrozby

UNESCO: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization – Organizace Spojených národů pro výchovu, vědu a kulturu

ZŠ: Základní škola



## **Seznam tabulek**

Tabulka 1: Pravidla .....	28
---------------------------	----