

Inšpirácie z praxe učiteľov



od emócií k poznaniu

EDUMA

Pár slov od lektorky Zuzany...

Viem, že tu by mal byť úvod, taký ten klasický, oficiálny. Namiesto neho vám však ponúkam tento príbeh.

Keď som sa dozvedela, že mám viesť vzdelávanie učiteľov v rámci projektu Cesta k vnímavému kritickému mysleniu, pocítila som zmes pocitov - radosti aj veľkého rešpektu. Prišli aj obavy, či dokážem učiteľom naplno sprostredkovať a odovzdať pohľad, ako do rozvíjania kritického myslenia u mladých vniesť aj aspekt vnímavosti ako schopnosti iného - citlivejšieho nazerania na svet. Aby mladí okrem schopnosti vyjadriť svoj názor, argumentovať, klásť otázky, spochybňovať fakty, overovať zdroje, dokázali aj počúvať s rešpektom a porozumením, vnímať aj širšie súvislosti a vidieť za názorom človeka. Aby pri hľadaní pravdy nestrácali empatiu a citlivosť a dokázali sa pozeráť na svet aj očami iných, uvedomovať si ich príbehy a vnímať, čo prežívajú. Aby sa otvárali ochote spochybňovať a búrať zaužívané stereotypy a predsudky. Ďalšie obavy som mala aj z toho, či budú mať učelia chuť, záujem, priestor a čas zapojiť sa a následne prinášať nové pohľady cez aktivity na svojich školách. Moje obavy sa však hneď na školení úplne rozpustili.

Keď som od učiteľiek z piatich zapojených škôl v úvodnom kruhu počula zdieľania vnútornej motivácie ich účasti, bola som hlboko pohnutá a dojatá. Z ich slov bolo cítiť úprimný záujem a túžbu prinášať do škôl zmeny, prepájať vzdelávanie s rozvíjaním ďalších dôležitých aspektov a zručností pre život – učiť deti ako byť človekom medzi ľuďmi, citlivo vnímať, porozumieť sebe aj druhým a rešpektujúco komunikovať. Spoločnou prácou sme vytvorili návrhy aktivít, ktoré potom učiteľky overovali vo svojej praxi. Keď som vyhodnocovala spätné väzby a výsledky aktivít, ktoré učiteľky realizovali na svojich školách, cítila som radosť a vďačnosť. Za to, že dokázali preniesť myšlienky z projektu do praxe – do reálnych hodín, reálnych situácií, k deťom.

Tieto cenné inšpiratívne aktivity na podporu rozvoja vnímavého kritického myslenia vám sprostredkujeme. Aktivity uvádzame v autentickej podobe, v akej si ich pripravili samotné učiteľky – bez jednotnej štruktúry, so zachovaním ich jedinečného charakteru. Tento súbor aktivít je pre mňa dôkazom, že vnímavé kritické myslenie nie je len vzdialený ideál, ale môže rásť v každodennom živote školy. Aktivity vám môžu slúžiť ako priamy návod na implementáciu alebo ako inšpirácia na ďalšie prispôbenie na podmienky vo vašej triede či škole. A predovšetkým – môžu byť malým krokom k tomu, aby sa škola stávala priestorom, kde sa deti učia stále viac aj rešpektu, vnímaniu, citlivosti a ľudskosti.

Gymnázium, Trebišovská 12, Košice

Mgr. Janka Hal'ková

Mgr. Viktória Figuľová

Mgr. Vladimíra Vámosová

Vzdelávacia oblasť: Človek a spoločnosť

Časová dotácia: Aktivita - 1 vyučovacia hodina, **Projektový deň** - 4 vyučovacie hodiny

Téma: Cesta k vnímavému kritickému mysleniu

Ciel': Meniť a ovplyvňovať zmenu klímy v triede, v škole, otvárať myseľ mladých ľudí voči predsudkom, obavám, strachom. Rozvíjať citlivosť, vnímanie potrieb iných i svojich vlastných. Vedieť prejavíť city, pocity, rešpektovať názor iných, vedieť vyjadriť svoj názor slobodne a zrozumiteľne. Triediť, overovať a vedieť spracovať nové informácie, vytvárať postoje a ovládať a zdokonaľovať zručnosti, podpora a rozvoj soft skills ako významných nástrojov v učení a v celoživotnom vzdelávaní.

AKTIVITA - Sebaregulácia a digitálny detox

Predmet: Sebarozvoj a sebarealizácia

Ročník: 1. ročník gymnázia

Časová dotácia: 45 min

Téma: Sebaregulácia a digitálny detox

Priebeh aktivity:

a/ Motivačný rozhovor: Ako sa teraz momentálne cítiš?

b/ Úloha: /6-členné tímy – losovanie farebných loptičiek, tvorba náhodných skupín/
Charakterizuj, čo je temperament a vymenuj a stručne charakterizuj druhy temperamentu. /bez použitia zdrojov, mobilného telefónu/ Ako by si reagoval, keď zaspíš do školy a si... /popíš situáciu a svoje pocity.../

c/ Spätná väzba: Karty emócií*. Vyber si kartu, ktorá vystihuje, ako si sa cítil, keď si pri aktivite nemohol použiť mobilný telefón, internet?

PROJEKTOVÝ DEŇ

/medzipredmetové vzťahy: umenie a kultúra, sebarozvoj a sebarealizácia, slovenský jazyk a literatúra/

* akékoľvek obrazové karty sú vhodné na použitie ako podnetový nástroj

Ročník: 1. – 3- ročník gymnázia

Časová dotácia: 4 vyučovacie hodiny

Domáca príprava vopred: Priprav si, vytlač fotku, obrázok influencera, ktorý je pre teba top. A ešte jednu fotku iného, ktorého hejtuješ /nemáš rád/.

1. vyučovacia hodina

a/ Na tabuli sa vytvoria 2 stĺpce, pozitívna osobnosť, negatívna osobnosť, žiaci lepia fotky influencerov podľa sympatií.

b/ Brainstorming

Čo ti napadne, keď sa povie influencer? Na papieriky post-it napíšu kľúčové slová, lepí sa budú na tabuľu flipchart – tvorba mind map.

c/ diskusia:

Akú cieľovú skupinu oslovujú influenceri, ktorých si si vybral? A prečo? Vyjadrí svoj názor.

Prestávka: 10 min.

2. vyučovacia hodina

Žiaci vytvoria /dobrovoľne/ 4-členné tímy.

a/ Ak by si bol influencer - vytvor príbeh, aby zaujal publikum. Platí: slobodný výber platformy.

/žiaci majú voľný pohyb, môžu využívať školu, átrium školy, areál školy/

b/ Prezentácia príbehu /dataprojektor – zdieľanie/

Po každom príbehu žiaci poskytnú spätnú väzbu, tabuľky: červený prst: not o.k. /nepáči sa mi to/, zelený prst: o.k. /páči sa mi to/

Prestávka: 10 min.

3. vyučovacia hodina

a/ Úvod: Vybraný príbeh, ktorý dostal najviac hlasov /o.k./, premietne učiteľ ešte raz.

b/ Úloha: práca v pôvodných skupinách, vytvor 4 pozitívne a 4 negatívne komentáre k uvedenému príbehu.

c/ Diskusia: Karty emócií – Ako sa cítiš po prečítaní a vypočutí si negatívnych komentárov, hejtov? Vyber si kartu a popíš svoje pocity...Vyber si farbu, ktorá reprezentuje tvoj pocit.

Ako sa cítiš po vypočutí si pozitívnych komentárov? Vyber si kartu a popíš svoje pocity...Vyber si farbu, ktorá reprezentuje tvoj pocit.

Prestávka: 10 min.

4. vyučovacia hodina

Spätná väzba - projektový deň: dotazník

a/vypracovať písomne – spätná väzba k projektovému dňu, k témam a metódam. Snávrhmi na ďalší projektový deň/činnosť.

b/Voľná diskusia o projektovom dni, vnímaní, pocitoch.

c/ Napíš 2 kľúčové slová, ktoré najviac vystihujú dojmy, pocity z dnešného dňa.
/menti.com/. Tvorba mind map – online aktivita. Premietnutie výsledku cez dataprojektor.

Záver.

Gymnázium sv. Moniky, Prešov

Mgr. Marcela Bafalluy Gestí

Mgr. Natália Mikolajová

Téma: Duševné zdravie a reset

Hodina: Ranné kruhy

Cieľová skupina: 2. ročník gymnázia

Čas: 2x45 minút

Metódy: reflektívna aktivita, práca s obrázkovými kartami, diskusia, brainstorming, spolupráca so školskou psychologičkou

Ciele hodiny:

Afektívny - Rozpoznať a pomenovať svoje aktuálne emočné rozpoloženie a reflektovať faktory ovplyvňujúce psychickú pohodu a energiu.

Kognitívny - Podporiť sebapoznanie a schopnosť sebaregulácie. Prehĺbiť spoluprácu a komunikáciu v kolektíve.

Psychomotorický - Vytvoriť spoločné pravidlá „resetovania“ a dopĺňania energie.

Pomôcky:

- Dixit karty*
- Papier, fixky.
- Tabuľa alebo flipchart na brainstorming.
- Symboly batérie (tlačené alebo nakreslené) s hodnotami 0–100%.
- Možnosť spolupráce so školskou psychologičkou

Priebeh hodiny

1. Úvod – 10 min

- Vysvetlenie cieľa: „Dnes sa zameriame na to, ako sa cítime a čo ovplyvňuje našu energiu a pohodu.“
- Predstavenie symbolu „nabitej/vybitej baterky“: 0% = úplne vybitý, 100% = plne nabitý

2. Aktivita: Nabitá baterka – 15 min

- Každý žiak si vyberie hodnotu svojej „baterky“ (100%, 80%, 50%...).
- Na papier nakreslí symbol batérie a napíše, prečo sa cíti takto.
- V menších skupinách alebo dvojiciach žiaci zdieľajú: Čo spôsobilo, že sa cítia „vybité“ alebo „plné energie“.
- Diskusia o faktoroch ovplyvňujúcich náladu, energiu a motiváciu.

3. Práca s obrázkovými kartami – 20 min

- Každý žiak si vyberie kartu, ktorá podľa neho najlepšie vystihuje jeho momentálne rozpoloženie.
- Prezentácia: „Prečo som si vybral túto kartu?“
- Spoločná reflexia: hľadanie vzorcov, čo ovplyvňuje stav energie a nálady.

* akékoľvek obrazové karty sú vhodné na použitie ako podnetový nástroj

4. Brainstorming – 20 min

- Na tabuľu / flipchart žiaci zapisujú nápady, ako si „resetovať baterku“.
- Spolu s psychologičkou diskutujeme: ktoré z týchto stratégií sú realistické a efektívne.
- Vytvorenie spoločných pravidiel triedy pre udržiavanie duševnej pohody a energiu.

5. Záver – 10 min

- Každý žiak povie, ktorú stratégiu si osvojí a skúsi do budúcnosti.
- „Každý deň môžeme sledovať svoju baterku a robiť malé kroky pre svoju pohodu.“
- Reflexia: ako sa cítite teraz oproti začiatku hodiny?

Aktivita nám pomohla:

- podporiť bezpečné zdieľanie – nikto nemusel prezradiť všetko
- pomenovať emócie (napr. domáce prostredie-nezhody, nepokoj, frustrácia, únava, motivácia)
- rozvíjať vnímavosť a schopnosť spolupatričnosti
- odkryť možno „ťažké“ príbehy žiakov a ich rodín, vcítiť sa do ich situácie a ukázať im možnosť spolupráce so školskou psychologičkou
- utužiť vzťahy v kolektíve 😊

Gymnázium Pierra de Coubertina, Piešťany

Mgr. Patrícia Kubincová

Mgr. Nikola Glasnáková

Mgr. Ingrid Páleníková

CESTA K VNÍMAVÉMU KRITICKÉMU MYSLENIU

Realizátor aktivity: Patrícia Kubincová

Téma: Predsudky a stereotypy

Ciel': zvyšovanie citlivosti žiakov voči znevýhodneným skupinám

Ciel'ová skupina: III. ročník (študenti Seminára zo psychológie)

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

Pomôcky: DIXIT karty*, lepiace papieriky, vytlačené materiály k aktivite Krok vpred

Popis priebehu:

1. Úvod

príprava triedy – sedenie v kruhu, príprava pomôcok, na tabuľu napísať „Naše pravidlá“ (vnímame sa, rešpektujeme sa, pravidlo LV)

Prediskutovanie pravidiel správania napísaných na tabuli.

2. Čo sú to predsudky a stereotypy – práca s DIXIT kartami

Každý žiak s použitím DIXIT karty vysvetlil, čo je to predsudok. Následne sme si vysvetlili rozdiel medzi predsudkami a stereotypmi.

3. Voči ktorým jednotlivcom/skupinám majú ľudia väčšinou predsudky?

Žiaci napísali na lepiace papieriky príklady predsudkov, ich nápady som napísala na tabuľu. Potom žiaci dostali čas na individuálne zamyslenie sa nad vlastnými predsudkami a okolnosťami ich vzniku, niektorí žiaci zdieľali svoje názory. Nasledovala diskusia o tom, prečo a ako najčastejšie vznikajú predsudky.

4. Deň, kedy som „dostal nálepku“

Žiaci vo dvojiciach hovorili o situáciách, kedy sa oni sami cítili vylúčení, alebo diskriminovaní a o tom, ako sa v danej situácii cítili. Potom nasledovala spoločná diskusia.

5. Riadená imaginácia: „Bežný deň v koži niekoho iného“

Každý žiak dostal vytlačený na papieri príbeh jedného človeka (aktivita Krok vpred - viď príloha). Žiakov som požiadala, aby zavreli oči a skúsili si predstaviť to, o čom im budem hovoriť.

Riadená imaginácia:

„Zatvorte oči. Uvoľnite ramená, tvár, ruky...Nadýchnite sa... a vydýchnite.

Zvoní budík. Rozhliadnite sa okolo seba. Čo vidíte? Aké je prostredie, v ktorom bývate?

* akékoľvek obrazové karty sú vhodné na použitie ako podnetový nástroj

Je bezpečné? Máte k dispozícii všetko, čo potrebujete? Máte svoju izbu/posteľ/kúpeľňu/jedlo ...? Ako sa cítite? Tešíte sa na nový deň – alebo máte pocit, že vás čaká množstvo prekážok? Vychádzate von. Predstavte si, že stretnete ľudí – na ulici, v autobuse, na zastávke. Ako sa na vás pozerajú? Všímajú si vás viac, než by bolo príjemné? Ignorujú vás? Alebo sa správajú priateľsky? Vchádzate do triedy/do práce. Chodíte vôbec do školy?/Máte prácu? Predstavte si spolužiakov, učiteľov/kolegov. Ako vás vnímajú? Cítite sa medzi nimi ako rovnocenná/ý? Alebo musíte dokazovať svoju hodnotu viac než ostatní? Je po vyučovaní/po práci. Ako sa cítite? Ste unavení? Ako trávite voľný čas, ak nejaký máte? Ako vyzerá váš večer? Môžete si oddýchnuť? Máte podporu?

Teraz sa pomaly vraciate späť do svojho života...do svojho tela...do svojej reality. Nadýchnite sa...A pri výdychu otvorte oči.“

6. Aktivita Krok vpred (viď príloha - Výroky)

Počas ďalšej aktivity žiaci stále používali príbeh človeka, ktorý dostali počas predchádzajúcej aktivity. Vyzvala som ich, aby sa postavili do jedného radu vedľa seba. Následne som im čítala výroky a ich úlohou bolo posunúť sa o jeden krok vpred, ak súhlasia s výrokom.

Potom nasledovala spoločná diskusia - otázky k diskusii:

- Ako ste sa cítili pri týchto dvoch aktivitách?
- Čo bolo pre vás v tejto imaginácii najťažšie?
- Ako ste sa cítili, keď ste boli pri aktivite Krok vpred vpredu/vzadu?
- Čo vás prekvapilo?
- Bolo niečo, čo ste si predtým neuvedomovali?
- Čo bolo cieľom týchto dvoch aktivít?

7. Skupinová práca s rôznymi príbehmi ľudí (vybrané príbehy z aktivity Krok vpred)

Žiaci sa rozdelili do 5 skupín a každá skupina dostala jeden príbeh z predchádzajúcich aktivít. Ich úlohou bolo zamyslieť sa nad nasledujúcimi otázkami:

- Aké problémy rieši tento človek vo svojom živote?
- Aké prekážky musí prekonávať?
- Ako by som mu/jej mohol pomôcť?

Opäť nasledovala spoločná diskusia, v ktorej každá skupina prezentovala svoje myšlienky.

8. Záverečná reflexia - otázky k reflexii:

- Aké emócie vo vás vyvolali dnešné aktivity?
- Bolo niečo, čo vás prekvapilo?
- Čo si dnes „odnesiete“ z týchto dvoch hodín?





Príloha: KROK VPRED

Si 16 ročný vojnový utečenec z Ukrajiny a pred mesiacom si prišiel na Slovensko. Ešte nehovoríš dobre po Slovensky. Dočasne bývaš so slovenskou rodinou, ktorá ti dočasne poskytla útočisko. Najradšej by si sa hneď vrátil domov, nevieš či a kedy sa budeš môcť vrátiť. Nemáš správy o časti svojej rodiny na Ukrajine.

Si 17 ročný syn matky samoživiteľky, bývaš v Partizánskom, si Róm, chceš sa stať tanečníkom a hercom. V škole sa Ti darí, ale ľudia z tvojho okolia nerozumejú tvojim ambíciám a nepodporujú ňu v nich. Mama ňu v tvojich snoch podporuje, ale finančne ňu podporiť nevie.

Si 17 ročná Rómka, chodíš na strednú školu v Trenčíne, máš jednu mladšiu sestru, tvoj otec je podnikateľ v stavebníctve a mama je zdravotná sestra. Rada hráš volejbal a si v ňom dobrá. Rada by si sa stala trénerkou a po strednej škole chceš študovať na Fakulte telesnej výchovy a športu.

Si 15 ročný Róm - deviatak, ktorý chce pokračovať v štúdiu na strednej škole. Žije s rodičmi a súrodencami vo vylúčenej osade v okrese Veľký Kríš. Tvoja materinská reč je rómčina, po slovensky si sa naučil až na základnej škole. Rád by si pokračoval na strednej škole, ale nevieš či si budeš môcť dovoliť dochádzať do školy, ktorá je v neďalekom meste.

Si 14 ročný ôsmak s telesným postihnutím - nepočujúci. Ak nie si na internáte, bývaš s rodičmi v Námestove. Bavia ňu počítače a chceš sa naučiť programovať. Ovládaš posunkovú reč, mama je nepočujúca a otec a brat sú počujúci. V Námestove poznáš jedného chlapca v Tvojom veku, ktorý tiež posunkuje.

Si 17 ročný úspešný športovec s dobrým rodinným a finančným zázemím. Po ukončení strednej školy plánuješ ísť študovať do zahraničia. Máš priateľku, ktorá pochádza z rómskej rodiny.

Si 30 ročný muž, ktorý vyrastal v detskom domove, máš sezónnu prácu a žiješ v podnájme. Svoju rodinu nepoznáš, máš pár kamarátov, ktorí s tebou vyrastali. Nemajú stálu prácu a niektorí majú problémy s alkoholom a gamblingom.

Si 16 ročný zdravý chlapec majoritnej etnicity, ktorý vyrastá v domove a jeho otec je závislý na hre na automatoch - gambler. Mama zomrela, pred tromi rokmi. Máš vzdialenú rodinu s ktorou ale nie si v kontakte. V škole sa ti veľmi nedarí, ale si odhodlaný ukončiť strednú školu s maturitou.

Si dcéra manažéra banky v Martine a si majoritnej etnicity. Študuješ ekonomiu na univerzite v Bratislave a bývaš v prenajatom byte, ktorý ti platia rodičia. Baví ňu hra na saxofón a občas vystupuješ s kapelou v ktorej hráš.

Si 25 ročný muž z Afganistanu a na Slovensku máš udelený azyl. Hľadáš si prácu. Po slovensky sa učíš, jazyk je pre teba ťažký, ale už zvládneš základnú komunikáciu v slovenčine. Vierovyznaním si moslim. Celá tvoja rodina zostala žiť v Afganistane.

Si ekonomický migrant z Mali. Časť tvojej rodiny žije v Nemecku. Po Slovensky sa učíš, pracuješ ako pomocná sila v kuchyni, bývaš na ubytovni. Tvoje vierovyznanie je kresťan katolík.

Si mladý muž bez domova s majoritnou etnicitou, máš 27 rokov a na ulici si už dva roky. Máš zdravotné problémy, pre ktoré si prišiel o podnájom. Otec má problémy s alkoholom a mama je na invalidnom dôchodku - má psychiatrickú diagnózu. Neplatíš si zdravotné ani sociálne poistenie.

Si predseda organizácie politickej strany mladých (ktorej materská organizácia je teraz pri moci). S priateľom žiješ v byte, ktorý Ti kúpili rodičia.

Si 17 ročná dcéra amerického veľvyslanca na Slovensku. Nevieš po slovensky, navštevuješ súkromnú medzinárodnú školu. Vo voľnom čase rada športuješ a tráviš čas s rodinou.

Si vlastníkom úspešnej firmy pre import – export. V Bratislave vlastníš niekoľko bytov, ktoré prenajímaš. Rád tráviš čas na jachte s kamarátmi.

Si 22 ročná lesbička maďarskej národnosti. Študuješ architektúru na vysokej škole v Bratislave. Bývaš u babičky a často a rada chodíš do divadla. Brigáduješ v úspešnom architektonickom štúdiu.

Si 20 ročný muž majoritnej etnicity na vozíku. Kvôli zdravotnému stavu poberáš invalidný dôchodok. Rád by si pracoval, ale nedarí sa Ti nájsť vhodnú prácu. Bývaš s rodičmi v ich byte.

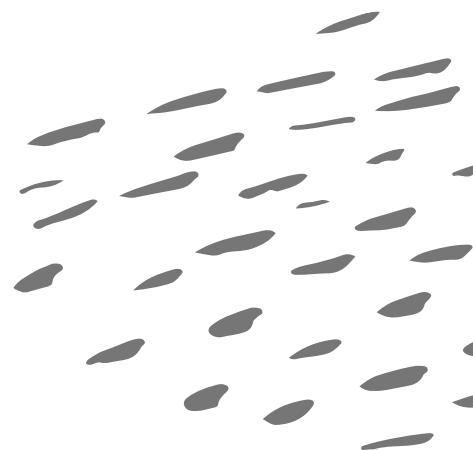
Si 25 ročný muž s majoritnou etnicitou s fyzickým hendikepom - horné končatiny máš iba po lakeť. Vyrastal si v ústave, za rodinou si chodil niekedy cez víkendy. Máš veľmi rád svoju prácu. Máš rád dobrú kávu. Bývaš s kamarátmi v podnájme.

Príloha: Výroky

- Ty alebo tvoja rodina ste nikdy nezažili vážne finančné problémy.
- Máš slušné, stabilné bývanie, mobil a televíziu.
- Cítiš, že tvoj jazyk, náboženstvo, kultúra sú v spoločnosti, kde žiješ bez problémov prijímané.
- Je pre teba ľahké komunikovať/študovať/pracovať v štátnom jazyku krajiny v ktorej žiješ.
- Keď prejavíš lásku, či príťažlivosť k osobe podľa svojho výberu, nikoho to nepohorší.
- Nebojíš sa, že ťa zastaví polícia.
- Máš v živote podmienky a podporu, aby si mohol rozvinúť svoj talent?
- Vieš, na koho sa môžeš obrátiť o radu a pomoc, keby si ju potreboval.
- Nikdy si sa necítil predsudky alebo diskrimináciu kvôli svojmu pôvodu.
- Máš adekvátne sociálne a zdravotné zabezpečenie pre svoje potreby.
- Môžeš (sám alebo s rodičmi) raz za rok odcestovať na dovolenku .
- Môžeš si domov na večeru pozvať priateľov.
- Žiješ zaujímavý život a si optimistický ohľadom svojej budúcnosti.
- Cítiš, že môžeš študovať a zvoliť si profesiu podľa svojho výberu.



- Keď sa budeš hlásiť do zamestnania, vieš, že ti tvoj pôvod, náboženstvo, sexuálna orientácia, hendikep nijak neuškodí.
- Nebojíš sa obťažovania či útoku na ulici.
- Odmena za prácu, ktorú vykonávaš/budeš vykonávať odzrkadľuje tvoj výkon a nie je ovplyvnená tvojim pôvodom, náboženstvom, pohlavím, etnicitou, sexuálnou orientáciou...
- Môžeš voliť v celoštátnych a miestnych voľbách.
- Môžeš osláviť najdôležitejší duchovný sviatok so svojou rodinou a blízkymi priateľmi
- Môžeš ísť do kina alebo do divadla najmenej raz za týždeň.
- Máš sa na koho obrátiť o pomoc, v prípade, že sa ocitneš vo finančných problémoch.
- Môžeš si kúpiť nové oblečenie najmenej raz za tri mesiace.
- Cítiš, že tvoje schopnosti sú oceňované a rešpektované v spoločnosti, kde žiješ
- Môžeš využívať výhody z Internetu.
- Máš prístup na všetky miesta a do budov, kam sa potrebuješ dostať.



CESTA K VNÍMAVÉMU KRITICKÉMU MYSLENIU

Realizátor aktivity: Mgr. Nikola Glasnáková

Názov aktivity: Bezpečnosť na internete a kyberšikana

Ročník: prímea, sekunda

Použitie metódy: EDUMA karty^{*}, prezentácia, diskusia, skupinová práca, brainstorming, modelové situácie

Časová dotácia: dve vyučovacie hodiny v každej triede

Cieľ: Priblíženie problematiky pre žiakov s cieľom rozvinúť záujem o podporu bezpečnosti na internete a predchádzanie kyberšikane, viesť interaktívnu komunikáciu so žiakmi, ich aktívne zapojenie do témy, mentorovanie sa navzájom, podpora komunikácie medzi spolužiakmi.

Priebeh:

Úvod – privítanie žiakov, dohodnutie si pravidiel, úprava triedy, sedenie do kruhu.

V rámci úvodu si žiaci určia pravidlá, ktoré sa budú dodržiavať (napr. Ak niekto hovorí, neprerušujem ho. Ak chcem niečo povedať/spýtať sa, prihlásim sa. Ak potrebujem ísť na wc/napíť sa, prihlásim sa. Las Vegas – čo si tu povieme, to tu zostane.).

- 1.Časť - Aktivita – EDUMA karty – zvoliť si kartu na základe momentálnych pocitov žiakov a diskusia.
- 2.Časť – Bezpečnosť na internete – úvod a diskusia na javy, ktoré je možné vyhodnotiť na internete, ako nebezpečné (v rámci diskusie zameranie aj na osobné prežívanie žiakov).
- 3.Časť – aktivita Brainstorming v skupinách (rozdelenie na tri skupiny po päť žiakov)
- 4.Časť - Čo je kyberšikana
 - a. Formy kyberšikany
 - b. Príklady kyberšikany
- 5.Časť – Iné nebezpečné online javy – vysvetlenie pojmov kybergrooming, kyberstalking, phishing.
- 6.Časť - Po informačnej časti pre žiakov nasleduje aktivita – Modelové situácie (viď príloha), rozdelenia žiakov opäť do skupín.
- 7.Časť – spoločné vyhodnotenie jednotlivých situácií.
8. Časť – Diskusia (čo robiť, vhodné správanie v online priestore, riešenie situácií, spôsob riešenia konfliktov,..)
- 9.Časť – Záver - Eduma karty – zvoliť si kartu na základe momentálnych pocitov žiakov po aktivitách.
- 10.Časť – Diskusia a vyhodnotenie

Príloha: Modelové situácie

1.situácia:

Sofii pridala na Instagram fotku z výletu. O chvíľu jej prišiel komentár:

„Vyzeráš hrozne, radšej sa nefoť.“

Potom sa k tomu pridali ďalší spolužiaci a začali posielať smajlíky a vtipy na jej účet.

Sofii sa hanbí, vymazala fotku a rozmýšľa, že zruší celý profil.

Otázky pre žiakov:

Čo by ste urobili, keby ste boli Sofi?

* akékoľvek obrazové karty sú vhodné na použitie ako podnetový nástroj

Ako by ste jej mohli pomôcť ako spolužiaci?
Kto by jej mohol poradiť alebo pomôcť?

2. situácia:

Martin, 13 rokov, sa hrá online hru a spozná tam „Adama“, ktorý vraj má 14. Hrajú spolu už niekoľko týždňov a často si píšu. „Adam“ sa pýta, či mu Martin pošle fotku, a potom navrhuje stretnutie v meste.

Otázky pre žiakov:

Čo by mal Martin spraviť?
Prečo by mohol byť tento „Adam“ nebezpečný?
Komu by to mal povedať?

3. situácia:

Tereza poslala svojmu kamarátovi Filipovi súkromnú fotku cez chat, lebo mu verila. Po čase sa pohádali – a Filip fotku poslal ďalej do skupiny spolužiakov.

Otázky pre žiakov:

Čo by mala Tereza teraz urobiť?
Ako by si reagoval, keby ti niekto takú fotku poslal?
Čo by mohol urobiť Filip, aby svoju chybu napravil?

4. situácia:

Niektor vytvoril na TikToku profil s menom a fotkou Lukáša. Na profile sa objavujú videá, ktoré ho zosmiešňujú a vymýšľajú si o ňom veci. Lukáš nevie, kto to spravil, a hanbí sa to povedať.

Otázky pre žiakov:

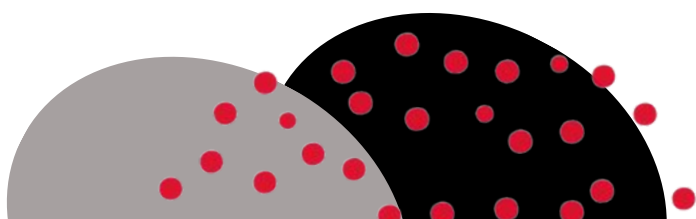
Ako by ste pomohli Lukášovi?
Čo by mal urobiť s tým profilom?
Ako by sa dalo zistiť, kto to urobil?

5. situácia:

Tomáš dostane SMS:
„Vaša banka zaznamenala problém s účtom. Kliknite na tento odkaz a overte svoje údaje.“
Správa vyzerá reálne, dokonca má aj logo banky.

Otázky pre žiakov:

Čo by mal Tomáš urobiť?
Ako zistí, že ide o podvod?
Čo sa môže stať, ak klikne na odkaz?



CESTA K VNÍMAVÉMU KRITICKÉMU MYSLENIU

Realizátor aktivity: Ingrid Páleníková

Vzdelávacia oblasť: Človek a spoločnosť

Ciel: rozvíjať porozumenie témam inakosti, akceptácie a hrdosti na vlastnú identitu, podporovať kritické myslenie v oblasti stereotypov, predsudkov a diskriminácie, posilniť sociálne a občianske kompetencie, empatiu a rešpekt k rozmanitosti, rozšíriť slovnú zásobu súvisiacu s témou inklúzie a ľudských práv, umožniť žiakom vyjadriť svoj názor a zapojiť sa do diskusie v angličtine.

Hlavná téma: Akceptácia, rozmanitosť, stereotypy a predsudky

Cielová skupina: IV. ročník ANJ

Predmet: Anglický jazyk

Úroveň: B1-B2

Trvanie: 45 minút

Pomôcky: pracovný list, flipchart

Popis priebehu hodiny:

1. Brainstorming (5 min)

Hodina sa začína krátkou pohybovou a zážitkovou aktivitou, ktorá má žiakom ukázať, že každý má skúsenosť s inakosťou či posudzovaním. Učiteľ prečíta postupne tieto vety a žiaci sa postaví, ak sa ich tvrdenie týka:

- Postav sa, ak nosíš okuliare.
- Postav sa, ak si niekedy hanblivý alebo plachý.
- Postav sa, ak ňa niekedy niekto nespravodlivo posúdil.
- Postav sa, ak si sa niekedy cítil/a iný/á než ostatní.

Po každej vete sa žiaci krátko obzrú okolo seba a vidia, že nie sú sami — vytvára sa atmosféra empatie a porozumenia.

Následne prechádzame k brainstormingu, počas ktorého žiaci premýšľajú nad otázkami:

- Čo znamená byť iný?
- Prečo je dôležité prijímať ľudí, ktorí sa od nás odlišujú?

2. Práca so slovnou zásobou (5 min)

Žiaci pracujú so slovami z oblasti stereotypov a inklúzie:

stereotypes, discrimination, xenophobia, integration, adaptation, solidarity, social inclusion, human rights, anti-bias, prejudice, language barrier.

V malých skupinách priradujú definície k pojmom (pracovný list).

3. Video 1 – „This Is Me“ (7 min)

Žiaci po pozretí videa diskutujú o poslanstve piesne. Diskusia sa zameriava na: seba prijatie, hrdosť na vlastnú identitu, prekonávanie strachu z posudzovania, odvahu byť viditeľný.

4. Video 2 – krátky reflexia (TED Talk) (7 min)

Po pozretí žiaci diskutujú o hodnotách ako rešpekt, odvaha a empatia.

5. Kritické myslenie s obrázkami (8 min)

Ukážeme si fotografie ľudí, ktorí sú nejakým spôsobom „iní“ (napr. ľudia s albinizmom, s telesnými odlišnosťami, s viditeľnými špecifikami, ľudia na vozíku a pod.). Žiaci pracujú v malých skupinách.

Diskusné otázky pre skupiny: ⁴

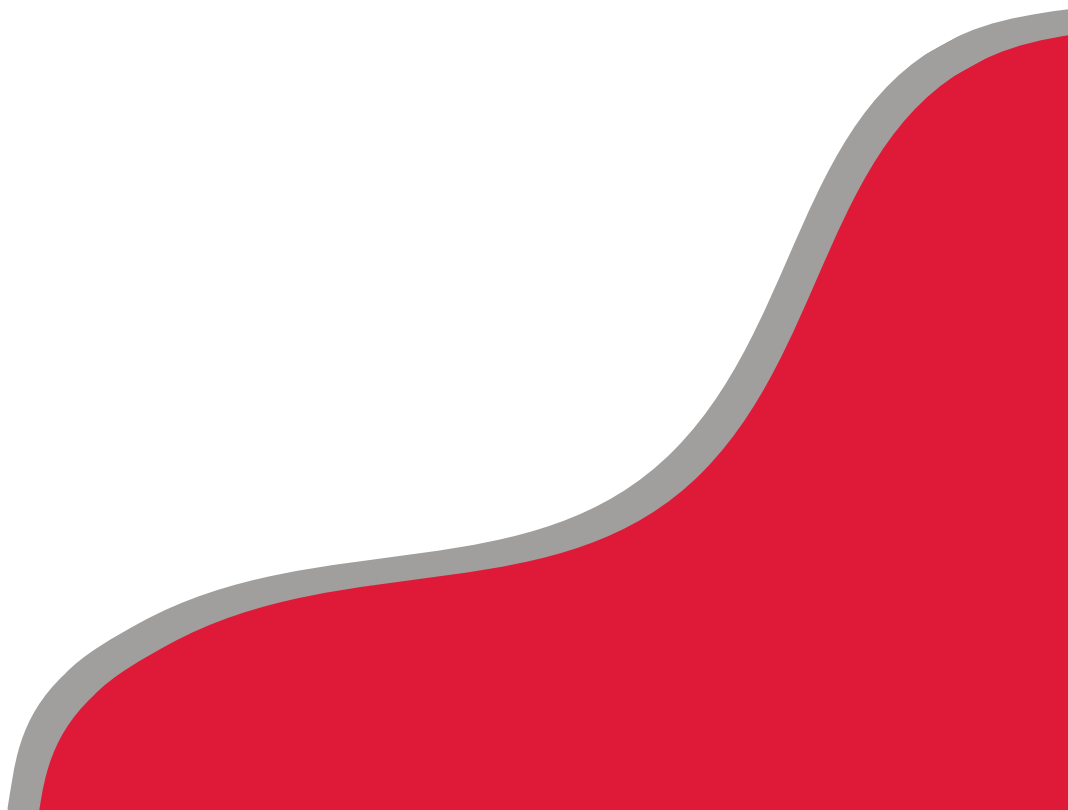
1. What makes these people different?
(Čím sú títo ľudia iní?)
2. How do these pictures make you feel?
(Ako sa cítiš, keď tieto fotografie vidíš?)
3. How do other people react when they see them?
(Ako na nich reagujú ostatní ľudia?)
4. Which reactions are based on stereotypes or prejudice?
(Ktoré reakcie sú založené na stereotypoch alebo predsudkoch?)
5. How do they feel when people react differently and how would they want other people to react?
(Ako sa asi cítia, keď na nich ľudia reagujú inak? A ako by chceli, aby ostatní reagovali?)
6. What can we do to be more accepting and inclusive?
(Čo môžeme robiť my, aby sme boli viac akceptujúci a inkluzívni?)

6. Skupinová diskusia (8 min)

Žiaci sa rozprávajú o otázkach: Je inakosť silou? Aké predsudky ste videli vo svojom okolí? Ako vieme meniť stereotypy v škole? Čo znamená solidarita?

7. Reflexia (5 min)

Žiaci si zvolia jednu vetu a doplnia ju a napíšu ju na flipchart: Dnes som si uvedomil... Chcem zmeniť... Stereotyp, ktorý chcem spochybniť... Som hrdý na...





Základná škola Tulipánová, Nitra

Mgr. Veronika Zeleňáková

Mgr. Zuzana Janebová

PaedDr. Miroslava Dugovičová

PhDr. Erika Zriba Ilková

Projektový deň

Názov projektu:

„Cesta k vnímavému kritickému mysleniu“

Trvanie: 1 projektový deň

Prepojenie na ŠVP – Človek a spoločnosť: občianska výchova, etická výchova, dejepis, geografia, kritické myslenie a mediálna gramotnosť, rozvoj empatie, porozumenie spoločenským javom, participácia a zodpovednosť

Názov aktivity: „Príbehy, ktoré nás učia“

Cieľ: Prostredníctvom reálnych alebo modelových príbehov mladých ľudí rozvíjať vnímavosť, schopnosť klásť otázky, identifikovať predsudky, pochopiť kontext a premýšľať, ako rozhodnutia formujú spoločnosť.

Priebeh aktivít (135 min):

1. Úvodné zoznámenie s príbehmi (20 min)

Učiteľ ponúkne 3 krátke príbehy z EDUMA Online živej knižnice -

<https://www.onlinezivakniznica.sk/sk/> .

Žiaci pracujú v skupinách.

2. Krok 1 – Vcítienie sa (10 min)

Žiaci sa snažia opísať, ako sa postava cítila, čo mohla potrebovať, čo prežívala.

3. Krok 2 – Kritické otázky (20 min)

Každá skupina vytvára sadu otázok:

- Aké informácie nám chýbajú?
- Čo predpokladáme bez dôkazu?
- Kto ďalší je v príbehu dôležitý?

4. Krok 3 – Mapa perspektív (30 min)

Skupiny vytvoria jednoduchú mapu perspektív – pohľad postavy, spolužiakov, učiteľa, rodiča, pozorovateľa.

→ cieľ: uvedomenie si, že realita má viac vrstiev.

5. Krok 4 – Návrhy riešení (30 min)

Žiaci hľadajú možné riešenia situácie a hodnotia ich dopad na:

- jednotlivca
- skupinu
- triedu/školu

→ učí to rozhodovať sa premyslene a zodpovedne.



6. Zdieľanie a reflexia (25 min)

Krátke prezentácie a spätná väzba medzi skupinami.

Zhrnutie

Čo sa nám podarilo:

- Podarilo sa nám pripraviť a odučiť aktivitu v súlade s oblasťou Človek a spoločnosť, ktorá podporuje vnímavé a kritické myslenie žiakov.
- Žiaci sa aktívne zapájali do peer aktivít a dokázali formulovať vlastné otázky, pozorovania a pohľady.
- V triede sa vytvorila bezpečná atmosféra, kde sa žiaci cítili vypočutí.

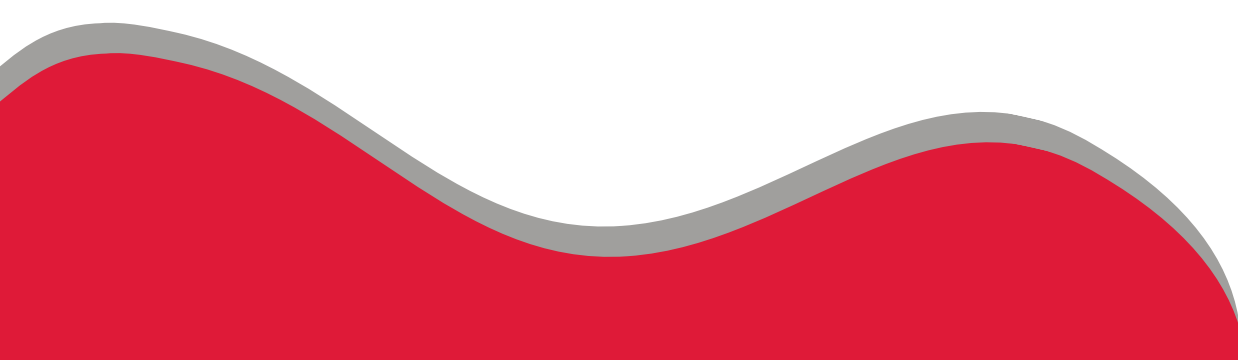
S akými výzvami sme sa stretli:

- Najväčšou výzvou bolo motivovať niektorých žiakov, ktorí sa spočiatku báli verejne vyjadriť svoj názor.
- Niekedy bolo náročné udržať vyvážený dialóg tak, aby aktívni žiaci nezatienili tých tichších.
- Žiaci potrebovali viac času na rozlíšenie medzi faktami a domnienkami.

Čo sme sa v procese naučili:

- Overili sme si, aké dôležité je modelovanie diskusie a jasné zadanie.
- Uvedomili sme si, že žiaci potrebujú priestor a čas na premýšľanie – potom sú schopní viesť veľmi kvalitný dialóg.
- Naučili sme sa lepšie pracovať s otázkami, ktoré podporujú vnímavosť a citlivosť voči iným perspektívam.

Otázky a postrehy, ktoré by sme chceli zdieľať:

- Ako dlhodobo podporovať kultúru bezpečného vyjadrovania v triede?
 - Aké metódy najlepšie fungujú na zapojenie tichších žiakov?
 - Ako pracotémami, ktoré sú pre mladých citlivé, ale dôležité pre ich prežívanie?
- 

Základná škola J. Fándlyho, Pezinok

Ing. Vladimíra Čechvalová

Mgr. Miroslava Frňalová

Bc. Viktória Artimová

Cesta k rozvoju vnímavého kritického myslenia u detí a mládeže

Téma: Inakosť

Dĺžka trvania: 45 minút

Účastníci: vybraní žiaci 7.-9.ročníka

Hodinu viedli: Vladimíra Čechvalová, Miroslava Frňalová, Viktória Artimová

Priebeh hodiny:

Sedenie na stoličkách v kruhu, uprostred rozložené DIXIT karty*.

1. Pravidlá – so žiakmi sme si spoločne dohodli pravidlá, ktoré budú počas tejto aktivity platiť, aby sme sa všetci cítili bezpečne
2. Aktivita - pomocou DIXIT kariet mali žiaci odpovedať na otázku „Čo si predstavujem pod slovom inakosť?“
3. Video z Online živej knižnice Sára - <https://www.onlinezivakniznica.sk/sk/video/sara>
+ následná diskusia:
 - a. Aké to pre vás bolo počúvať Sárin príbeh? Čo to vo vás vyvolalo?
 - b. Čo sa vám vo videu zdalo najdôležitejšie? Čo ste si zapamätali?
 - c. Cítili ste sa aj vy niekedy iní? Poznáte niekoho, o kom viete, že sa takto cíti? (nemenovať!)
 - d. Čo si myslíte, prečo ľudia (aj my sami) často vyčleňujeme tých, ktorí sú nejakým spôsobom iní, odlišní? Prečo sa k nim správame zle?
 - e. Registrujete takéto niečo mimo školy, v spoločnosti?
 - f. Je to podľa vás v poriadku?
4. Zamyslenie na záver – „Čo môžem od zajtra začať alebo prestať robiť, aby sa všetci medzi nami cítili lepšie, cítili prijatí?“

Projektové dni : Cesta k vnímavému kritickému mysleniu

DEŇ 1 – Ako funguje naše myslenie?

aktivita 1: Klamú ťa tvoje oči?

rôzne obrázky optických klamov:

Cieľ: ukázať rozdiel medzi rýchlym a pomalým myslením.

Koľajnice



* akékoľvek obrazové karty sú vhodné na použitie ako podnetový nástroj

Na obrázku sa nachádzajú koľajnice. Čo myslíte, sú rovnaké alebo je jedna z nich dlhšia?



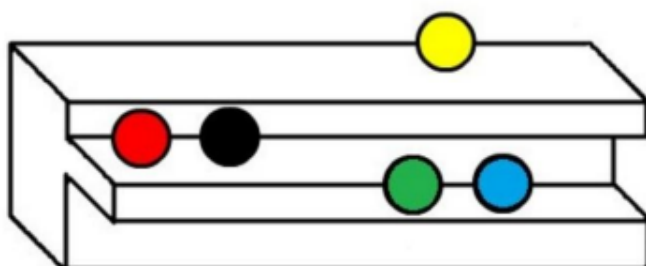
Kocky

Obrázok znázorňuje kocky, ktoré ležia na zemi...alebo sú poukladané na sebe? Ako to vlastne je?



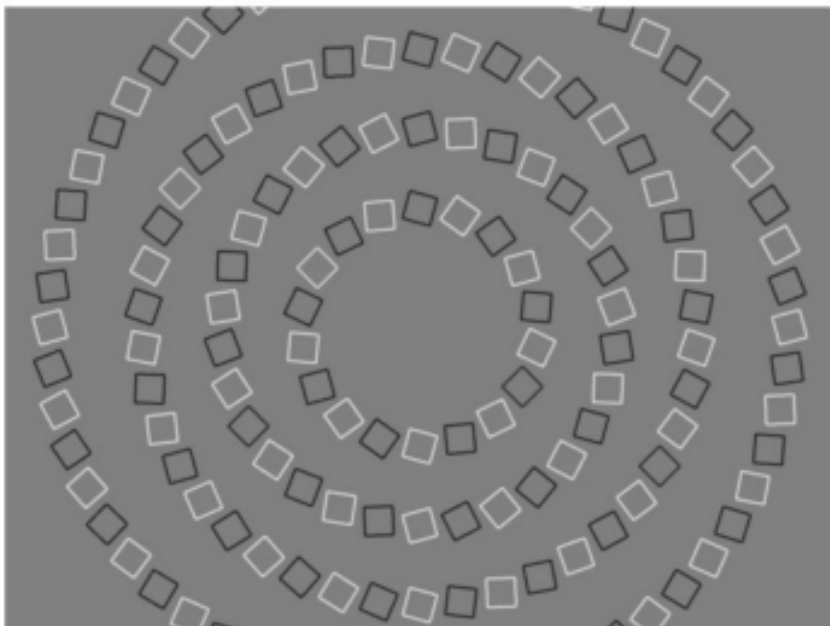
Poličky a guľičky

Na hornej poličke je žltá guľa. Akej farby sú guľičky na spodnej poličke?



Špirála, alebo kruhy?

Čierno-biele kocky sú poukladané do jednej veľkej špirály, alebo niekoľko rôznych kruhov?



Stanovištia

Trieda sa rozdelí do 3 skupín. Každá skupina má 7 minút na jednom stanovišti, potom sa presúva.

Stanovište 1

Úloha:

Študenti dostanú:

- kartu s tvrdením:
„Ľudia, ktorí pijú energetické nápoje, majú viac energie.“
- 6 kartičiek s dôkazmi (3 potvrdenia, 3 vyvrátenia)

Úloha skupiny:

- Roztried' dôkazy na pre a proti.
- Diskusia: Čo si vyberieme ako prvé? Prečo?

Stanovište 2

Úloha:

Dve verzie rovnakého textu o lieku:

- verzia A: „Liek zachráni 90 % pacientov“
- verzia B: „10 % pacientov zomrie aj napriek lieku“

Úloha:

- Ktorá verzia znie lepšie?
- Obe hovoria to isté?

Stanovište 3

Úloha:

Skupina dostane zoznam:

- „Tornádo, žralok, vražda, autonehoda, včely, hladomor“
- a má zoradiť od najčastejšej po najmenej častú príčinu úmrtí.

Diskusia:

- Ako nás ovplyvňuje to, o čom počujeme v médiách?

Otázky na záver:

1. Pri ktorej úlohe som sa nechal nachytať?
2. Prečo si myslím, že sa to stalo?
3. Kedy v bežnom živote používam rýchle myslenie?
4. Ako viem spomaliť a začať premýšľať?

Deň 2 – MÉDIÁ A OBRAZOVÉ MANIPULÁCIE

4 stanovištia (rotácia skupín po cca. 20 min)

Stanovište 1 – Reklama: ako nás chytajú na háčiky Aktivita

Každá skupina dostane:

- 4 reklamné obrázky (jedlo, kozmetika, auto, športová značka)
 - krátku kartu s popisom reklamných trikov
- karta: Psychologické triky v reklame

1. Emočný háčik

- Reklama cieľi na tvoje pocity – šťastie, strach, úspech, krásu.
- **Signál:** „S týmto budeš konečne spokojný...“

2. Ideálny model

- Dokonalé telo, dokonalá pleť, dokonalý úsmev.
- **Signál:** Nikto tak v skutočnosti nevzerá bez svetiel a úprav.

3. Predstieraná vedeckosť

- Biela halena, mikroskop, grafy, odborné slová bez dôkazov.
- **Signál:** „Klinicky overené“ – ale nikto nevie kde a ako.

4. Vynechané informácie

- Reklama ukáže len plusy, mínusy zámerne zamlčí.
- **Signál:** „Účinkuje až 24 hodín!“ – ale drobným písmom: „pri 3 aplikáciách“.

5. Manipulácia obrazom

- Svetlo, retuš, filtre, správny uhol, orez.
- **Signál:** Realita a reklama vyzerajú úplne inak.

6. Falošný kontext

- Produkt sa prezentuje v nereálnych podmienkach (auto vždy jazdí po prázdnej ceste pri západe slnka).
- **Signál:** „S týmto bude život jednoduchší...“

7. Atribúcia slávy alebo autority

- Známa osoba používa produkt – ale len na zmluvu.
- **Signál:** „Ak to používa on/ona, musí to byť dobré.“

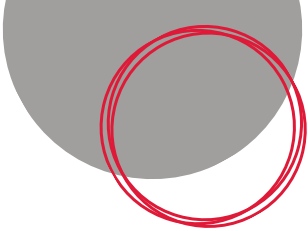
8. Sociálny tlak

- „Všetci to už majú.“ „Najpredávanejšie v EÚ.“
- **Signál:** Kto sú „všetci“?

Úloha:

1. Identifikovať minimálne **4 manipulačné techniky:**

- ideálny model
- falošný kontext (napr. „vedeckosť“ bez dôkazov)
- emócie / fakty
- vynechanie informácií
- zoom a orez
- nasvietenie, farby

- 
2. Nájsť vetu alebo slogan, ktorý zavádza.
 3. Vymyslieť čestnejšiu verziu reklamy – ale stále lákavú.

Stanovište 2 – Deepfake a AI manipulácie (bez techniky, pochopiteľne)

Ciel: Ukázať, že moderné nástroje umožňujú extrémne realistickú manipuláciu, ale existujú metódy, ako ju spoznať.

Žiaci dostanú obrázky:

- AI vytvorená celebrita
- človek so 6 prstami
- neexistujúca osoba z generátora
- „fotografia“ známej udalosti - upravená

Majú označiť **všetky podozrivé znaky**:

- zvláštne ruky/ucho/šperky
- deformácie v pozadí
- neprirodzené svetlo

Stanovište 3 – Klam perspektívy a kompozície

Ciel: Žiaci pochopia, že fotografia môže klamať bez jedinej úpravy – len uhly a výber scény. **Aktivita**

1. Porovnanie fotografií:

- osoba „držiaca“ Slnko
- človek vyzerá vyšší/nížší podľa uhla
- objekt vyzerá väčší v popredí
- extrémne širokouhlé zábery

2. Skupiny môžu použiť mobily a úlohu:

- nafotiť **2 zavádzajúce fotky** pomocou perspektívy
- a **2 férové fotky**, ktoré ukazujú realitu

Stanovište 4 – „Pred a po“: manipulácia realitou

Ciel: Ukázať, ako jednoducho sa dá obraz upraviť, a viesť žiakov k analýze dôkazov.

Aktivita

1. Žiaci dostanú sadu obrázkov:

- „before/after“ fotografie (úprava tváre, úprava postavy, dofotené pozadie),
- scény upravené perspektívou,
- porovnania reality a reklamy (jedlo, cestovanie, obaly).


2. Každá skupina má za úlohu:

- identifikovať **všetky možné zásahy** (Svetlo? Farba? Retuš? Zmena uhla?).
- označiť ich na papieri alebo do tabuľky.

3. Diskusia:

„Ktoré úpravy pôsobia najpresvedčivejšie? Ktoré sú neškodné a ktoré zavádzajú?“


Otázky na záver:

- Čo bolo dnes najprekvapivejšie?
 - Ktorá manipulácia bola najpresvedčivejšia?
 - Ako môžeš overiť obrázok, keď si si nie istý?
 - Prečo je dôležité neveriť prvému dojmu?
- 

DEŇ 3 – Kritické myslenie v praxi

Téma: Umenie argumentácie

Aktivity:

- Krátka debata s pravidlami - „Mobily v škole ÁNO/NIE“ - vytvoríť argumentačný list
 - Rozbor: čo bol argument, čo bol útok, čo bola emócia.
 - Tvorba vlastného stanoviska podporeného dôkazmi.
- 

Cesta k vnímavému kritickému mysleniu

🧠 Vznikla ako reakcia na rastúci vplyv sociálnych sietí na duševné zdravie mladých ľudí a potrebu škôl rozvíjať schopnosti pracovať s informáciami. Spája prácu so žiakmi a učiteľmi a prepája diskusiu, empatiu a kritické myslenie do jedného celku.

🗣️ V prvej časti sme viedli citlivé diskusie s mladými na školách a hľadali odpovede na to, ako sa im v online svete darí aj nedarí. Výsledky týchto rozhovorov sme premenili na podporné nástroje, ktoré pomôžu učiteľom viesť zmysluplné rozhovory o náročných témach priamo v triedach.

🎓 Naším cieľom je podporiť školy, ktoré chcú byť priestorom skutočného porozumenia, bezpečia a rozvoja – nielen pre vedomosti, ale aj pre život.

🔍 *„Myslieť kriticky. Cítiť vnímavo. Rozprávať sa otvorene.“*



Spolufinancovaný
Európskou úniou

WEB: eduma.sk
e-mail: info@eduma.sk

EDUMA, n.o.
Račianska 62
831 02 Bratislava