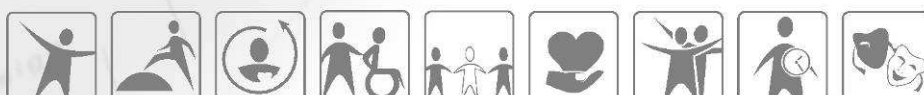


Téma: Mně se líbí...

Cíl: Objevování sebe sama, pochopení a přijetí tělesných i psychických změn, které nastávají v období puberty

Obsah: Zážitekové aktivity zaměřené na poznání vlastních zdrojů štěstí, poznání rozdílů v komunikaci kluků a děvčat

Časová dotace: 3denní pobytový a následný 2denní docházkový kurz.



1. Časový plán pobytového kurzu klíčových kompetencí:

1. den:

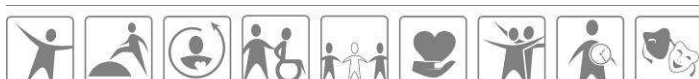
- 18.00 hod. - úvodní instrukce, večere
- 20.00 hod. - seznámení s programem, „Večerní show“
- 21.30 hod. - zakončení dne
- 22.00 hod. - večerka

2. den:

- 7:15 hod. - budíček
- 7:30 hod. - rozcvička
- 8:00 hod. - snídaně
- 9:00 hod. - dopolední program „Příběhy ze života“ (do cca 11:30)
- 12:30 hod. - oběd
- 13:00 hod. - siesta
- 14:00 hod. - odpolední workshop „Spolu až na dno“ (do cca 17:00)
- 18:30 hod. - večere
- 20:00 hod. - večerní program – „Copak umí tercie?“
- 21:30 hod. - zakončení dne
- 22:00 hod. - večerka

3. den:

- 7:15 hod. - budíček
- 7:30 hod. - rozcvička
- 8:00 hod. - snídaně
- 9:00 hod. - dopolední program „Zelená karta“ (do cca 11:30)
- 12:30 hod. - oběd



1.1. Večerní show

Krátké hry na otevření se a překonání vzájemných zábrán mezi kluky a děvčaty. Důraz klademe na běžný fyzický kontakt. Vymýšlíme novodobé tance a krokové variace, při kterých lze tančit ve dvojici či skupině, vytváříme nové pozdravy z neznámých krajin, kdy se lidé při setkání vzájemně obejmou, pohladí, podají si ruce, „očíhají se“ apod. Skupinky tvoří z vlastních těl stavby či ztvárňují skutečnosti (strom, kostel, stůl a židle atd.)

1.2. Příběhy ze života

Eva

Rozhodovací aktivita. Dětem vysvětlíme, že budou mít za úkol posoudit jednání postav z příběhu. Jednak z pohledu „správnosti“, jednak z pohledu účinnosti. Hodnocení provedou jako ve škole známkami od 1 do 5. Poté jim zdůrazníme, že příběh přečteme pouze jednou. Po přečtení pracují studenti nejdříve samostatně, následně je spojíme do skupin, aby prodiskutovali své pohledy a domluvili se na známkování jako skupina. Závěr tvoří diskuze nad postoji k postavám a jednáním hrdinů příběhu.

Příběh: Eva(16) a Jirka(17) spolu již dva roky chodí. Mají se moc rádi. Jednoho dne se však Jirka dozvídá, že jeho rodiče se musí během prázdnin přestěhovat do města vzdáleného více než 300 km a on se musí stěhovat s nimi. Když to oznámí Evě, jsou oba smutní. Ale slíbí si, že ani vzdálenost neovlivní jejich city a že jejich lásku nerozdělí. V novém školním roce se po třech měsících Eva sblíží se Zdeňkem, se kterým má i sexuální poměr. Další měsíc se ale oba rozcházejí. Zdeněk po týdnu oznamuje Evě, že jeho rodiče jedou na víkend do města, kde bydlí Jirka. Eva by se ráda za Jirkou podívala, ale Zdeněk za svezení s jeho rodiči požaduje, aby se s ním Eva nejdříve vyspala. Ta váhá a vše řekne své nejlepší kamarádce Daně. Dana jí na to odpoví, že to je její problém a že se proto musí rozhodnout sama. Eva nakonec souhlasí se Zdeňkovým návrhem.

O víkendu se Eva dostává za Jirkou. Jejich shledání je krásné až do chvíle, kdy se Eva svěří Jirkovi, co se jí za dobu, kdy se neviděli, stalo. Jirka se urazí a Evě oznámí, že se s ní již nechce vidět. Přitom jí zamlčí, že v novém městě si našel dívku, se kterou má již 3 měsíce vztah. Eva se vrací domů smutná, před domem potkává spolužáka Petra, který jí vyslechne a říká: „Neboj se, to bude dobrý, já se o tebe postarám.“

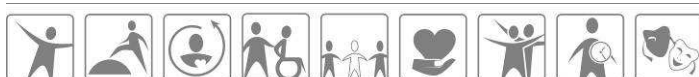
Milá Sally

Studentům rozdáme či přečteme níže uvedený dopis. Ve skupinách se potom studenti snaží prodiskutovat, jak by pisatelce poradili a napíší jí odpověď, kterou potom mluvčí skupinky přečte. Po přečtení všech odpovědí zkusíme dát dohromady nejlepší variantu. Dbáme přitom na to, aby si studenti uvědomili, co je skutečným problémem a co jen zástěrkou. Vyzveme studenty k tomu, aby i oni napsali dopis, ve kterém si budou stěžovat na problémy, se kterými se potýkají. Aktivitu můžeme prodloužit i tím, že poté studenti napíší i radu sami sobě.

Dopis: Milá Sally, mým problémem je nos. Byl příliš velký a cítila jsem se kvůli němu špatně. Proto jsem šla na plastickou operaci, která se ale nezdařila. Teď je to ještě horší. Můj nos nyní ční do špičky a jsem velmi nápadná. Nemám proto žádné kamarádky, jsem hrozně nešťastná. Neraď mi, abych navštívila nějakého psychologa či psychiatra. Už jsem u něj byla a on říkal, že problém je v mém myšlení. Jenže mým problémem není moje myšlení, mým problémem je můj nos. Díky za odpověď.

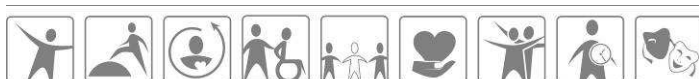
1.3. Spolu až na dno

Fyzicky náročný běh v koedukovaných skupinách. Dvojice, lépe čtveřice děvčat a kluků společně svázaných provázkem za ruce mají za úkol co nejrychleji absolvovat 500 – 700 m úseky tratě s různými obtížemi. Vytvoříme asi šest až sedm variant, jak lze daný úsek absolvovat (bez omezení, běh pozpátku, kluci nesou holky, alespoň 5 rukou se dotýká země, se společně svázanými nohama, maximálně 4 nohy na zemi apod.). Po startu si každá skupinka vylosuje, jakým způsobem absolvuje svůj první úsek, po dokončení úseku losuje další způsob. Vítězí ta skupina, která absolvuje všechny způsoby nejrychleji.



1.4.Zelená karta

Aktivita inspirovaná stejnojmenným filmem (J. Depardieu, A. MacDowellová). Pomocí brainstormingu vytvoříme seznam otázek, které by mohl použít imigrační úředník při pohovoru s cizincem, který žádá o pracovní povolení a je podezřelý z toho, že manželství s tuzemskou osobou jen předstírá (povolání, rodina, koníčky, sny, politické názory, parfém, sport atd.). Dáme dohromady 60 – 70 otázek, které promítneme či vyvěsíme na viditelném místě. V další části aktivity si jednotlivé dvojice tvořené klukem a holkou během pěti minut sdělí odpovědi na co možná nejvíce otázek. Po pěti minutách začíná nejdůležitější část aktivity. Dvojice se setkává s jinou dvojicí a hrají roli imigračního úřadu a manželské dvojice. První dvojice vybere pro jednoho člena druhé dvojice dvě otázky ze seznamu. Druhý člen druhé dvojice poodstoupí stranou a první člen sdělí odpovědi. Poté přistoupí i druhý člen a sdělí správnou odpověď. Pokud se odpovědi shodují, započítá si první člen bod za správnou odpověď. Následně se role prvního a druhého člena vystřídají. Poté si vymění role i obě dvojice. Hra končí v okamžiku, kdy prošly všechny dvojice všemi úřady (setkaly se všemi dvojicemi). Na závěr diskutujeme o tom, které otázky byly nejčastější, které nejtěžší, co je důležité ve vzájemné komunikaci mezi partnery apod.



2. Dvoudenní docházkový seminář

Rozsah: 12 hodin

2.1. Ideální partner

Na arch papíru obkreslí skupinky dívek a skupinky kluků siluetu člověka. Do siluety vpisují vlastnosti, schopnosti charakteristiky, které očekávají od svého budoucího partnera. Po zveřejnění zahájíme diskuzi na téma „Ideální“ partner. Seznam vlastností seřadíme do sloupce a vyzveme studenty, aby si udělali čárku u těch vlastností, které oni sami mají. Vedeme je k uvědomění, že vztah není jen brát, dostávat, ale především dávat.

2.2. Co chceme vědět?

Opět rozdělím studenty na skupinky holek a kluků. Každá skupinka dostane list s otázkami, na které odpoví. Po 10 minutách sdělí skupinky své názory a odůvodní. Je důležité udržet pozitivní atmosféru a vzájemnou toleranci.

Otázky:

1. Co chceme o klucích/holkách vědět?
2. Co chtějí kluci/holky vědět o nás?
3. Jak můžeme klukům/holkám pomoci, aby nás pochopili?
4. Jak můžou kluci/holky pomoci nám, abychom je pochopili?

2.3. Jak to u vás vypadá

Se studenty vytvoříme seznam asi pěti otázek, které mohou zjistit fungování partnerského vztahu (Kdo u vás rozhoduje? Co je ve vztahu nejdůležitější? Jakou roli by měl hrát muž, jakou žena? ...) V malých 3 – 4 členných skupinkách vyrazí potom studenti do ulic, aby zjistili názory veřejnosti. Omezíme je buď časově či množstvím respondentů. Po návratu rozebíráme odpovědi, zjišťujeme zajímavosti, snažíme se společně o diagnostikování některých postojů.

2.4. První láska

Přednáška na téma vývoj partnerského vztahu, vývoj fyzických kontaktů ve vztahu, příčiny neshod mezi manželi (viz literatura)

