

Zadání pro přípravu lekce osobnostně sociální výchovy

1. Vymezení tématu a věkové skupiny

- **Téma lekce:** (název tématu a jeho popis - 3 věty)
- **Věková skupina:** (např. 6. třída ZŠ, 1. ročník SŠ)
- **Vhodnost tématu pro danou skupinu**
 - **Kognitivní/Znalostní úroveň:** Co jsou žáci schopni v této oblasti pochopit a reflektovat? Jaké znalosti by měli mít?
 - **Afektivní/Postojová úroveň:** Jaké emocionální a sociální dovednosti jsou pro ně v této fázi vývoje adekvátní? Jaké hodnoty chceme v daném tématu rozvíjet/reflektovat?
 - **Psychomotorická/Dovednostní úroveň:** Jaké praktické dovednosti mohou procvičovat (např. komunikace, práce s emocemi, neverbální projev)?

2. Cíle lekce

Stanovte si jeden až dva konkrétní a adekvátní cíle pro lekci:

- **Znalostní cíl** (např. „Žáci chápou význam aktivního naslouchání a jeho vliv na mezilidské vztahy.“)
- **Dovednosti** (např. „Žáci si používají aktivního naslouchání v krátkých dialogových cvičeních.“)

3. Popis aktivit a potřebné materiály

Podrobný popis každé aktivity včetně:

- **Název aktivity**
- **Záměr aktivity - jak je propojená s cílem**
- **Postup** (jak se aktivita realizuje, kdo co dělá, časový rozsah)
- **Materiály** (co je potřeba připravit – pracovní listy, videa, pomůcky apod.)

Příklad zápisu aktivity:

Název: Aktivní naslouchání v praxi

Proč?: Žáci si používají aktivní naslouchání a vnímají ho jako důležitou součást komunikace.

Postup:

1. Předvedení aktivního naslouchání lektory (jeden sdílí co se dělo v práci na poradě, druhý aktivně naslouchá). Žáci mají za úkol pozorovat a identifikovat prvky aktivního i pasivního naslouchání.
2. Krátká reflexe: jak to na ně působilo; ptáme se na prvky aktivního/pasivního naslouchání a píšeme na tabuli do dvou sloupců (- vymezíme rozdíl)
3. Žáci se rozdělí do dvojic. Jeden hovoří o daném tématu (např. oblíbená činnost), druhý aktivně naslouchá. **Materiály:** Připravené seznamy témat k rozhovoru.
4. Poté si role vymění a následuje reflexe ve dvojicích.

4. Reflexe

Způsob, jakým bude vedena reflexe lekce:

- **Na jaké cíle míří reflexe?**
- **Konkrétní otázky pro žáky** (např. „Jak jste se cítili v roli naslouchajícího?“ „Co bylo nejtěžší?“ „Jak byste mohli tuto dovednost použít v běžném životě?“)
- **Použité reflexní techniky** (např. kolo zpětné vazby, psaní krátkých odpovědí, hlasování, sdílení v malých skupinách)

Příklad nastavené reflexe po aktivitě:

Proč: žák chápe důležitost aktivního naslouchání a pojmenovává, které techniky aktivního naslouchání mu fungují.

Otázky do reflexe:

- 1) Jak obtížné pro vás bylo zkoušet techniky aktivního naslouchání? (Škála v prostoru).
- 2) Co bylo to, co se vám dařilo? (Můžou psát na lepek a nalepit postupně na tabuli).
- 3) Měli jste s něčím potíže? Co to bylo? (Volné sdílení).
- 4) Když byste se chtěli stát supernaslouchací, co byste teď udělali jako další krok? V jakých situacích byste trénovali?

5. Harmonogram lekce

Čas	Činnost	Cíl	Forma	Materiály
0–5 min	Úvod a naladění	Motivace žáků, propojení s tématem	Krátká aktivita, brainstorming	-
5–20 min	Hlavní aktivita 1	Procvičení dovednosti	Práce ve dvojicích Reflexe	Seznam témat

20–35 min	Hlavní aktivita 2	Prohloubení dovednosti	Skupinová práce Reflexe	-
35–45 min	Zakončení hodiny	Uvědomění si zkušeností	Diskuze v kruhu	Reflexní otázky