

Laskavý deníček



Jak s materiálem pracovat a co obsahuje?

- v materiálu najdete laskavý deníček, který využijete během happeningu #jsemlaskavec
- cílem je uvědomit si, že být laskavý nás nic nestojí a i zdánlivá maličkost dokáže vykouzlit mnoho radosti kolem nás :)
- využít je můžete také v rámci práce se třídou nebo v třídnických hodinách
- celý materiál je udělaný v černobílé verzi pro snazší tisk

laskavý deníček

- žáci si složí jednoduchý deníček a během týdne se jej pokusí co nejvíce vyplnit (klučičí i holčičí verze)



VIDEONÁVOD NA SLOŽENÍ KNÍŽEČKY



<https://youtu.be/ENrDeLtF82E>

- níže najdete tipy, jak pracovat s deníkem a pár tipů při práci s kolektivem

♡♡♡ Laskavost je v každém z nás! ♡♡♡

Tento materiál jsem vytvořila pro happening #jsemlaskavec, který vede děti k laskavým skutkům a šíření radosti kolem sebe. Více o projektu najdete na jsemlaskavec.cz. Organizátorem happeningu je Učitelnice.

UČITELNICE

#JSEMLASKAVEC



TAK_UČÍM_JÁ

zdroje obrázků:



VÝUKOVÉ MATERIÁLY HROU

Práce s laskavostí v kolektivu



Práce s kolektivem není vždy úplně jednoduchá. Níže najdete pár mých tipů z praxe na to, jak v každodenním školním koloběhu zpomalit a zařadit laskavost jednoduchým způsobem.

1. Laskavost není velká věda (brainstorming)

Být laskavý není nic složitého. Nechce se po nás, abychom zachránili svět, ale cílem je ukázat dětem, že i každodenní maličkosti dokážou udělat svět lepším místem.

- nechte děti přemýšlet nad tím, co to laskavost je
- vytvořte si na tabuli brainstorming ke slovu laskavost
- poté o výsledku mluvte = které slovo Vás překvapilo, co tam podle Vás chybí...

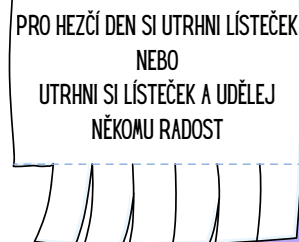
2. Začneme od 0 (počítadlo)

Někdy máme pocit, že udělat laskavost nás musí stát spoustu přemýšlení a námahy. Mnohdy si ani neuvědomíme, že jsme ji udělali. Právě toto zamyšlení nám pomůže uvědomit si, že laskavost jsou i běžné denní situace, které děláme a dělají nás lepším člověkem.

- poslední hodinu dne si sedněte do kruhu a zamyslete se nad tím, jakou laskavost jste přes den udělali
- může to být úplná drobnost (půjčil/a jsem kamarádovi pastelku, dal/a jsem spolužačce jablko ke svačině, pustil/a paní učitelku do dveří...)
- společně spočítejte, kolik jste za den udělali laskavostí bez toho, aniž byste si toho všimli
- vytvořit si můžete také vlastní počítadlo dobrých skutků
 - počítejte skutky 1 den/týden/měsíc...na jaké číslo se dostanete?
 - nejde o soutěživost, jde o to všimnout si hezkých maličkostí, které děláme a vědomě je vnímat (někdy nám přijde, že jsme přes den nic neudělali, ale po krátkém zamyšlení zjistíme, že to tak nebylo...)

3. Udělej krásnější den (odtrhací papír)

- k této aktivitě budete potřebovat papír, pastelky a nůžky
- udělejte si s žáky seznam hezkých hlášek, které mohou ostatní potěšit
- vytvořte několik papírů (verzí), na které napíšete tyto hezké vymyšlené hlášky a rozstříhnete je (viz obrázek)
- hotové papíry vyvěste různě po škole a čekejte, kdo si papírek utrhne
- cílem je udělat radost tím, že dám/vytvořím někomu papírek s hezkým vzkazem :)



4. Co je laskavost?

- sedněte si do kruhu a připravte si pár životních situací
 - spolužák je dnes smutný
 - zapomněl/a jsem si dnes pouzdro
 - paní v obchodě chybí k zaplacení 1 Kč
 - kluk v tramvaji neví, na jaké zastávce vystoupit
- společně si rozeberte tyto situace a řekněte si, jestli můžeme nějak projevit laskavost, nebo těmto lidem pomoci
- přicházejte na další situace, kdy je naprosto přirozené projevit laskavost



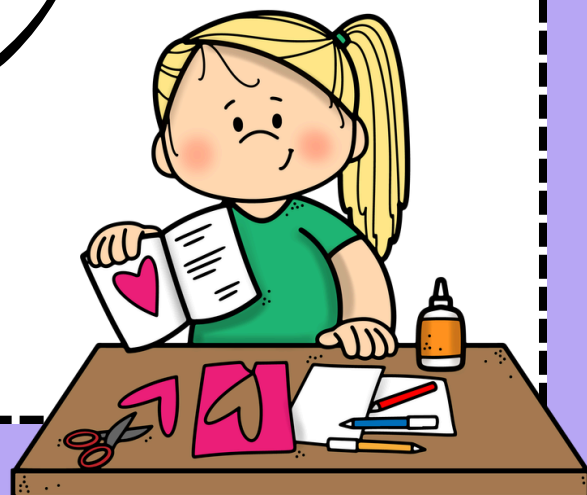
Práce s laskavým deníčkem



Práce s laskavým deníčkem je velmi univerzální a dá se využít kdykoliv během roku a jakýmkoliv způsobem Vás napadne!

Jak na to?

- proberte si s žáky, co je to laskavost
 - vybrat si můžete jeden z tipů na aktivity, které zmiňuji výše
- žáci by měli vědět, že dělat laskavosti je přirozené a přináší nám radost, když děláme radost jiným
- zaměříme se na to, jestli děláme nějaké laskavosti pravidelně a už je bereme automaticky, nebo se musíme zamyslet nad tím, jestli jsme někdy laskavost udělali
- každý žák dostane svůj laskavý deníček
- společně si pustíme videonávod a deníček poskládáme
- děti si vybarví první stránku
- vysvětlíme si, jak deníček vyplnit (každý den = 1 stránka)
- **můj tip:** doporučuji tohle vše udělat v pátek a nechat si 5 dní na vyplnění deníku
 - žáci budou vyplňovat deníček 5 dní, tedy do středy (včetně víkendu)
 - bude velice zajímavé pozorovat, jak se laskavosti žáků mění v závislosti na dnech
 - ve čtvrtek si přinesou deníček zpět a uděláte reflexi
- společně ve třídě vyplňte poslední dvě stránky (Já a laskavost a Laskavost)
- proveďte společnou reflexi celého deníku
 - na co jsou žáci pyšní
 - co by udělali jinak
- po celkové reflexi si udělejte nástěnku "LASKAVOST"
 - každý žák si vybere jednu laskavost a tu napíše na papírek
 - napsat můžete také Vaše definice laskavosti (čerpejte z vyplněného deníčku)
 - přidejte obrázky, přišpendlit můžete také svoje hotové deníky
 - nástěnka bude připomínkou pro společný týden plný laskavosti a připomínkou toho, že dělat laskavosti nic nestojí



5. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měla pocit?

JÁ A LASKAVOST

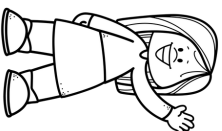
Dělám ve svém životě laskavé věci automaticky?

Jaký mám pocit z toho, když doháním někomu pomoci?

Musí mě do pomoci někdo nutit?

Komu v životě nejčastěji pomáhám?

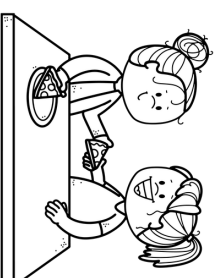
V čem je podle mě laskavost důležitá?



LASKAVOST

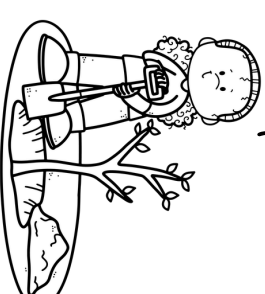
Napiš 5 věcí, které bys chtěla ve svém životě dělat častěji, a zároveň tím udělat radost někomu v tvém okolí.

-
-
-
-
-



#USEMLASKAVO UČITELNICE
LASKAVÝ

deníček





4. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měla pocit?

3. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měla pocit?

2. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měla pocit?

1. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měla pocit?

5. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měl pocit?

JÁ A LASKAVOST

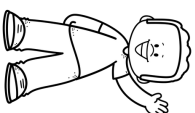
Dělám ve svém životě laskavé věci automaticky?

Jaký mám pocit z toho, když dokážu někomu pomoci?

Musí mě do pomoci někdo nutit?

Komu v životě nejčastěji pomáhám?

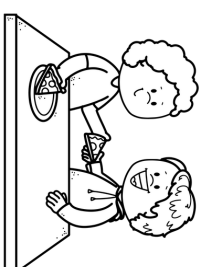
V čem je podle mě laskavost důležitá?



LASKAVOST

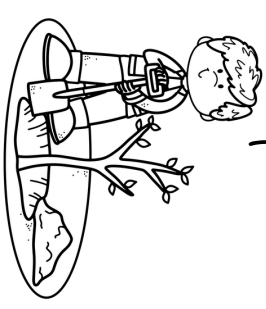
Napiš 5 věcí, které bys chtěl ve svém životě dělat častěji, a zároveň tím udělat radost někomu v tvém okolí.

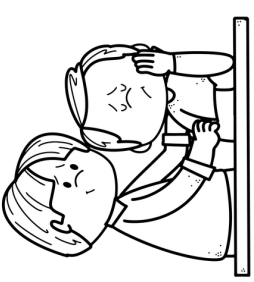
-
-
-
-
-



LASKAVÝ

deníček





4. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měl pocit?

3. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měl pocit?

2. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měl pocit?

1. DEN



Zapiš, jaký byl tvůj dnešní den. Objevila se v něm nějaká laskavost? Jaký jsi z toho měl pocit?