



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Přiměřené sebeprosazování

Metodický list

skupinová práce - scénky, pochvala a kritika
práce s interaktivní tabulí a do sešitů - vhodné věty chvály a kritiky
diskuse - umění říct ne,

Obecné informace k řadě pracovních listů Člověk a společnost - Člověk ve společnosti.

Výukové materiály jsou určeny převážně pro práci na interaktivní tabuli nebo prezentaci prostřednictvím projektoru. Část materiálů obsahuje testy nebo úlohy určené k množení a samostatnému doplnění.



Každý výukový materiál obsahuje v úvodu klíčové otázky, které seznámí žáky s účelem práce a mohou být využity jako poklad pro testování znalostí a dovedností žáků.



Části označené touto ikonou jsou určeny ke shrnutí poznatků a lze je využít jako zápis do sešitů nebo k ucelení opakované látky.

Výukové materiály navazují na řadu učebnic Občanská výchova 6-9 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia nakladatelství Fraus.

Každý úkol je srozumitelně popsán. Řešení, pokud jsou nutná, jsou uvedena v závěru výukového materiálu jako příloha.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



NA KONCI HODINY DOKÁŽU ODPOVĚDĚT, KDYŽ SE NĚKDO ZEPTÁ:

Na příkladech rozliš pasivní a agresivní chování.

Uved' znaky obou druhů chování.

Jak pochválíš a sám přijmeš pochvalu?

Jak projevit správně kritický postoj?

Řekni NE, když je to potřeba.



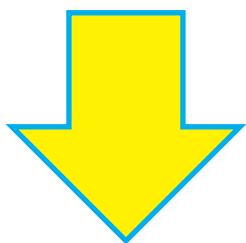
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

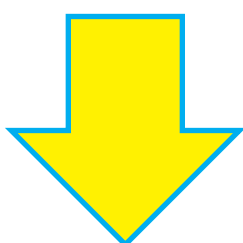
SKUPINOVÁ PRÁCE - SCÉNKY

Pozorně si prohlédněte scénku před sebou a představte si sebe v roli podřízeného, kterého šéf nespravedlivě seřvává.

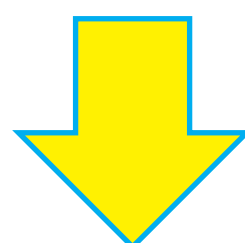
Řešení je samozřejmě několik. Nabízí se tři hlavní cesty. Vytvořte dvojice a tři nejodvážnější páry předvedou své scénky u tabule.



**PASIVNÍ
ŘEŠENÍ**



**ASERTIVNÍ
ŘEŠENÍ**



**AGRESIVNÍ
ŘEŠENÍ**

Víte, co je to asertivita? Kde jste tento pojem už slyšeli?



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

SPOLEČNÁ DISKUSE

Uved'te příklady, kdy si myslíte, že:

...jste se zachovali pasivně.

...jste se zachovali agresivně.

Přemýšlejte o těch situacích. Dokážete vysvětlit, co vás k nim vedlo?

SKUPINOVÁ PRÁCE

Utvořte ve třídě kruh. Každý z vás pochválí za něco svého spolužáka po pravici.

Líbí se mi na tobě...

Váším si u tebe...



Pošleme teď kruh na druhou stranu. Svému spolužákovi po levici řekněte, co se vám na něm nelíbí.

Nelíbí se mi, když...

Nechci abys dělal...



Posaďte se zpět. Co pro vás bylo těžší? Chválit nebo kritizovat a proč?

Všimli jste si, že jste v podstatě oplatili spolužákovi chválu kritikou?

Kdy jste se cítili lépe, při chvále nebo kritice? Urazilo vás něco?



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ A DO SEŠITŮ

Sepište seznam vět nebo výrazů, které jsou podle vás vhodné ke kritice nebo pochvale. Pište i do sešitů.

Chválím



Kritizuji



Jak přijmout kritiku? Co byste poradili ostatním? Co dělat, když není pravdivá nebo uráží?

Jak přijmout pochvalu? Umíte to? Dokážete odhadnout, jestli je vaše pochvala zasloužená?



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

SKUPINOVÁ DISKUSE

Zamyslete se nad následujícími větami. Jak byste na ně odpověděli?

Prosím, půjč mi do zítřka 200,-Kč.

Mohl bys to říct učiteli za mě? Bojím se.

Prosím tě, dej mi to opsat, nechce se mi to počítat.

Hele, dojdi mi koupit svačinu, venku je zima.

Jak to, že nám nepřispěješ na chudé děti v Africe?!

Napadnou vás další věty podobného typu?

Samozřejmě, že záleží na situaci, ale naučte se říkat NE, když je to potřeba. A nemusíte se vždy cítit provinile, pokud odmítnete pomoc nebo požadavek.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



SHRNUTÍ

Prosadit ve lidské společnosti své zájmy je důležité.

Pro zdravé sebeprosazování je vhodné zvolit střední cestu mezi pasivitou a agresivitou - asertivní chování.

Každou pochvalu přijměte, bez naparování nebo falešné skromnosti.

Nad kritikou se vždy zamyslete. Dejte najevo, že jste slyšeli, ale máte právo se rozhodnout, zda ji přijmete. Sami při kritice neurážejte, mluvte k tématu.

Máte právo odmítnout pomoc nebo požadavek a nemusíte se cítit provinile. Záleží na situaci.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Literatura a zdroje obrázků

CANFIELD, Jack – WELS, Harold Clive. Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků. 2. vyd. Praha: Portál, 1997. 197 s. ISBN 80-7178-136-3

KOLEKTIV AUTORŮ. Občanská výchova 8 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. 1. vyd. Plzeň: Fraus, 2005. 144 s. ISBN 80-7238-393-0

Neoznačené obrázky - Clipart pro Corel 8 a jejich modifikace



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

ŘEŠENÍ VYBRANÝCH CVIČENÍ - podklad pro učitele

SCÉNKY

Při tvorbě scének nechat žáky nejprve vybrat si variantu, které rozumí. Po skončení aktivity vysvětlit stručně slova pasivní, agresivní a asertivní.

Pasivní - podřízený, plnící všechny pokyny

Agresivní - hlučný, nevybíravý ve výrazech, prudký (nemusí se jednat o fyzickou agresi)

Asertivní - zdravě sebevědomý, klidný, ale zároveň rázný (tato látka je předmětem jiného pracovního listu)

VÝRAZY VHODNÉ KE...

Kritice

To jsi neudělal nejlépe... Právě dnes se ti to nepovedlo... Minule jsi stejnou práci splnil lépe...

Pravidla: neurážet, neztrapňovat - nevhodné jsou například výrazy: Ty jsi trdlo... Zase jsi to zkazil...

Pochvala

Myslí, že se to opravdu povedlo... Podle mě ti to dneska... (sluší, myslí, běhá...)

Je dobré naznačit, že se jedná pouze o můj soukromý názor, ne obecné mínění.

PŘIJETÍ...

Kritiky

Dát najevo, že jsem kritiku vyslechla, ale nemusím s ní souhlasit. Nad každou rozumnou a slušně řečenou kritikou se zamyslet.

Pochvaly

Vyhnout se falešné skromnosti nebo přehnanému naparování. Prosté ANO většinou postačí.