

Třídnické hodiny

Třída je základní jednotkou školy. Atmosféra mezi dětmi v jednotlivých třídách ovlivňuje atmosféru v celé škole. Kázeň ve třídě výrazně přispívá ke kvalitě výuky. Tolerance mezi dětmi, soudržnost kolektivu a přátelské vztahy ve třídě jsou dobrou prevencí před šikanou.

Třídní učitel zná svou třídu nejlépe. V rámci školy za ni odpovídá a je prostředníkem mezi školou, dětmi, jejich zákonnými zástupci.

Třídnické hodiny poskytují jedinečnou možnost pravidelné **práce se vztahy uvnitř třídy a dají se využít i pro řešení aktuálních problémů kolektivu.**

Možnosti zřízení třídnických hodin dle stanoviska MŠMT

- **Začlenit je do rozvrhu** (z disponibilních hodin, volitelný předmět), učitel je má v úvazku a tyto hodiny jsou považovány za přímou pedagogickou činnost. Třídnická hodina se musí konat pravidelně a třídní učitel musí mít hodinu připravenou jako každou další vyučovací hodinu.
- **Třídnická hodina je zařazena do rozvrhu nepravidelně** (respektive nahodile, např. 1x za měsíc apod.), tato informace musí být uvedena ve školním řádu. Žáci a rodiče musí být vždy předem písemně informováni o jejím konání (tzn. o jejím přesném termínu). V tomto případě nemůže být tato třídnická hodina počítána do úvazku třídního učitele jako přímá pedagogická činnost, ale je placena v rámci osmihodinové pracovní doby učitele (stejně např. jako dozor). Tyto kompetence jsou plně na řediteli školy.

Cíle třídnických hodin

- **třída** – soudržnost třídy, žebříček hodnot, dobrá komunikace mezi žáky, pozitivní vnímání reality, prevence rizikového chování, profilace třídy
- **vztahu mezi třídním učitelem a třídou** – umožnění pravidelného kontaktu, vzájemná důvěra, předcházení a odhalení rizikového chování.
- **v rámci školy** – zlepšení atmosféry ve škole, snížení výskytu rizikového chování (šikana, kriminalita, užívání návykových látek, aj.),

Metodická náplň

podpořit tmelení kolektivu, pozitivních vztahů mezi dětmi, upevnit pocit sounáležitosti v rámci třídy, stanovení základních hodnot u jednotlivých žáků i v rámci třídy, stanovení komunikačních pravidel mezi žáky, mezi žáky a učiteli, nácvik tolerance, akceptace sebe i druhých, nácvik empatie, nácvik řešení problémů, respektování principů demokracie, profilace třídy, podpora vztahu mezi třídním učitelem a jeho třídou, prevence rizikového chování, práce s rizikovými faktory,

Základní metody	Charakteristika metody
Reflexe (techniky reflexe)	Žáci zpracují svoji zkušenost tím, že ji pojmenují, případně z ní vyvodí závěry pro svoji další činnost.
Myšlenková mapa 1. klasické provedení 2. lístečková	Žáci si strukturovaně uspořádají své myšlenky podobným způsobem, jako je mají uloženy v hlavě.
Brainstorming	Žáci dají dohromady co nejvíce nápadů na řešení nějakého problému a potom z nich vyberou.
Řeka	Žáci diskutují o svých myšlenkách a postojích k vybranému tématu. Snaží se najít řešení, které vyhovuje všem.
Burza vzájemné pomoci	Žáci zformulují, s čím by chtěli případně pomoci. Své nápady realizují

Boalovské divadlo	Žáci si v modelových situacích vyzkoušejí řešení problematických situací.
Volné psaní	Žáci si vybaví souvislosti mezi probíraným tématem a svojí zkušeností, nebo vyjádří svůj názor na nějaké téma.
Myslím si, že ano... myslí si, že ne...	Žáci diskutují o svých stanoviscích k vybraným problémům bez popírání toho, jak se na věci dívají druzí.
Hraní rolí	Žáci si zkoušejí různé způsoby chování v řadě situací.

Způsob vedení třídnických hodin

Optimální interval třídnických hodin je jedenkrát týdně. Nejedná se o „hraní si se žáky“. Těžiště těchto hodin je v interaktivních metodách, diskusi a v nácviku alternativních forem chování v náročných a kritických situacích z hlediska rizikového chování. Důležitá je spolupráce s ostatními učiteli.

PŘÍSTUP JE POSTAVEN NA TŘECH ZÁKLADNÍCH ZÁSADÁCH:

INTERAKTIVITA (Zapojení žáků do činností.)

PROPOJENOST SE ŽIVOTEM ŽÁKŮ (Reagování na aktuální potřeby a problémy třídy a žáků, společné hledání řešení.)

PŘÍSTUP UČITELE VE VEDENÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN

(Učitel zde má především roli „usměrňovače“ činností nikoli „odborníka na správné řešení“. Tato zásada se týká celkového způsobu vedení třídnických hodin. Cílem jejího naplňování je vytváření prostoru pro žáky. Vždy se zde ovšem počítá s hranicemi danými učitelem a školou.

Pravidla pro práci se třídou

Interaktivní způsob práce klade zvýšené nároky na práci s pravidly ve třídě. Je proto nutné pravidla třídy nejen stanovit, ale také sledovat jejich dodržování a řešit jejich porušování.

Nejdříve je potřeba si s žáky ujasnit, proč pravidla existují:

- kdy mají pravidla smysl
- mohou lidé chtít pravidla dodržovat
- co pomáhá fungování pravidel a co je možné dělat s tím, když dohodnutá pravidla nefungují

Příklad nastavení skupinových pravidel:

- **pravidlo „STOP“**, právo nezapojit se do aktivity
- **mluví vždy jen jeden** a to ten, který je vyzván
- **používat křestní jméno**
- **respektovat názor druhého**
- **právo vyjádřit svůj názor a být vyslechnut**
- **zachování mlčenlivosti**
- **konflikty řešit v rámci skupiny**
- **respektovat osobní vzdálenost**

Jak pravidla formulovat

Konkrétně, spíše pozitivně a raději menší počet, společné vymezit reakce na porušení pravidla (sankce), zviditelnit – pravidla musí být sepsána a vyvěšena pro všechny žáky na viditelném místě, **oceňovat za dodržování, upozorňovat na nefungování pravidel.**

Pro pořádání třídnických hodin je vhodné využít co nejcivilnější prostředí. Obvyčejná školní třída může efekt práce s dětmi snižovat. Měli bychom počítat s tím, že **místnost, školní třída, by se postupně měla plnit výtvoři dětí, které se v průběhu sezení vytvoří.** Tento efekt „zabydlování“ má ohromný psychologický význam. **Dětem umožní cítit se důvěrně, získají pocit intimity a příslušnosti ke své třídě.**

Při sezení sedíme v komunitním kruhu, bez stolů, které vždy tvoří obrovské psychologické bariéry, čelem k sobě. **Třídní učitel sedí také mezi dětmi a z této pozice průběh sezení řídí.** Všechny děti jsou zapojeny, žádné nesedí mimo nebo za někým. Učitel má navíc o všech dětech vizuální přehled.

Doporučená doba trvání takového sezení je 90 min. Školní život však způsobuje omezení tohoto prostoru na 45 min. Je to akceptovatelné, i když je tento časový prostor opravdu příliš krátký.

Úspěch a efektivita třídnických hodin **závisí především na dobré motivaci dětí k této činnosti**. Na počátku je nutné sdělit, proč toto sezení pořádáme, k čemu by to mohlo být dobré. Snažíme se sdělit cíl velmi obecně.

STRUKTURA TŘÍDNICKÝCH HODIN

Třídnická hodina má tři základní etapy:

- 1) **Úvodní aktivita- „naladění se na sebe“**
- 2) **Hlavní tematická aktivita**
- 3) **Shrnovací závěrečná reflexe (zpětná vazba od dětí), „zarámování“**

1) Úvodní aktivita- „naladění se na sebe“:

ne déle než 7 – 10 minut

jedná se o aktivity, kde dáme dětem prostor pro pohyb a zklidnění se

Možnosti: pohybové hry, zajímavá otázka, či příběh ze života do volné diskuze.

Příklady her: Poslouchání zvuků ticha, Hádání zvuků, Hromadné tleskání, Linie dechu, Nálet, Rozehřívací symboly, Padající koště, Kompot, Kuličkové ložisko, Molekuly, Dostihy, Nemám slov, Místa si vymění ti, kteří ... atd.

2) Hlavní tematická aktivita :

má za cíl zprostředkovat dítěti prožitek, který jej obohatí o nové zkušenosti. Musí být dobře metodicky zvládnuta, aby se úmysl nemíjel se skutečností

Postupné kroky při realizaci tematické hry:

1. motivování a vysvětlení zadání (raději více opakovat)
2. samostatná práce dětí (prožitek), zpočátku začínáme práci ve dvojicích
3. vytěžení z aktivity (závěrečná reflexe)

Motivování a vysvětlení zadání

Dítě musí mít chuť se do aktivity zapojit. Dítěti sdělíme, v čem aktivita spočívá. Obecně sdělíme cíl, ale pak již konkrétně aktivitu popisujeme. Je opravdu důležité, aby dítě rozumělo, co se po něm vyžaduje. Je-li potřeba instrukce opakujeme, je dobré mít je i napsané.

Samostatná činnost dětí

Zajistit, aby nebyly nikým a ničím rušeny. Třídní učitel by neměl do této fáze zasahovat, rušil by samotný prožitek. Neměl by radit, jak tvořit a to dokonce ani v okamžiku, kdy dítě radu žádá. Pozor na sugestivní návody. Teprve až všechny děti skončí svou práci, můžeme přejít k vyhodnocování. Prostor pak dáváme tomu, kdo se chce sám od sebe k tomu vyjádřit.

Nejčastější okruhy pro tematické aktivity:

- **poznávací a sebepoznávací** - děti se seznamují s ostatními i samy se sebou

příklady aktivit: Srdce, Face to face, Erb, Q technika, Moje slzy, Strom mojí radosti, Tričko, Aktuální symbol, Moje emoční zázemí, Mřížka, Osa života, Index štěstí, První dojem, Já jsem výjimečný, Indiánské jméno atd.

- **komunikační a sebepoznávací** – vedou ke zlepšení a upevnění základních komunikačních dovedností:

příklady aktivit: Žádost o azyl, Operace srdce, Korzo a Diplom atd.

- **podpora sebevědomí** - posilují zdravé sebevědomí dětí

příklady aktivit: Koláče, Moje nebe, Místo po mé pravici je volné, Obláčky atd.

- **kohezní hry:** - podporují soudržnost kolektivu

příklady aktivit: Koláče, Společný dům, Symboly třídy, Chci se Ti podobat v ..., Pod stromeček Ti dávám, Moje osobní hranice, atd.

- **kooperativní hry** - podpora pozitivních vztahů a spolupráce mezi dětmi

příklady aktivit: Ruka, Rozstříhané obrazce, Co mu udělá největší radost, Vzkaz na záda, Sochy, Příšera atd.

3) Shrnovací závěrečná reflexe (zpětná vazba od dětí), „zarámování“

reflexe má upevnit dětský zážitek a především umožnit dětem hovořit o tom, co jim sezení přineslo. Tato závěrečná část je nejdůležitější součástí celé třídnické hodiny, bez závěru bychom neměli opouštět třídu.

Dítě v takové hře zažívá řadu emocí. Mohou být příjemné, ale i zcela nepříjemné. Třídní učitel by měl vést dítě svými otázkami tak, aby si samo nahlas řeklo, co vlastně prožívalo. Typické otázky mohou být: „Bylo to příjemné? Jak se ti vyplňoval ten úkol, na jaké úskalí jsi narážel/a? Stává se ti v běžném

životě, že zažíváš něco podobného? Čí reakce Tě překvapila? Ke komu ze třídy máš svými názory nejbližší? S kým se vůbec neshoduješ?“ atd.

Dítě má vždy právo se aktivity nezúčastnit. Proto při motivování zdůrazňujeme jeho svobodnou volbu. Je důležité ctít jeho názor a obrany, které používá. **Zvláště citlivá témata pro děti jsou: vlastní rodina, rodinní příslušníci, tělesný vzhled.**

Nejčastější úskalí vedení třídnických hodin a vedení hlavní tematické aktivity:

- Pocit nedůvěry mezi dětmi nebo k učiteli - je třeba zvolit aktivity dle stavu kolektivu.
- Některé děti mohou prožívat tato sezení negativně – obsah se jich může dotýkat, vyvolá silnou emoční odezvu a lítostí se může dítě i rozplakat. - nemělo se svým smutkem zůstat samo.
- Technika může být i zdrojem smíchu a sklouzne k frašce – -doporučujeme s aktivitou přestat a nahradit jí diskuzí o pocitech dětí ve skupině.
- Role „třídní šašek“ – nutné je hájit důstojnost dítěte za každou cenu.
- Negativní zpětná vazba – stává se to v začátcích realizace třídnických hodin.
- Nepředvídatelné situace, které nečekáte - v takovém případě radíme činnost pozastavit, sednout si s dětmi opět do kruhu a zeptat se jich, jak situaci vnímají a co prožívají.

Roviny komunikace:

1. **v komunitním kruhu** - (děti si vzájemně naslouchají, neskáčou si do řeči, respektují autoritu)
2. **diskuse ve skupinách** - (každý se vyjádří, ale musí si domluvit společný výstup)
3. **komunikace ve dvojicích** - nejjednodušší

Typy činností, kterým se lze věnovat v rámci třídnických hodin

- 1) **Seznámení a stmelování** – v nově vzniklém kolektivu, s novým žákem, s novými učiteli
- 2) **Práce s pravidly** - stanovení základních pravidel chování ve třídě a škole, řešení porušování pravidel třídy
- 3) **Řešení aktuálních problémů třídy** - řešení situací, do kterých se třída během roku dostane
- 4) **Práce se vztahy ve třídě** - pravidelná sonda do vztahů ve třídě
- 5) **Rozvoj specifických dovedností** - v oblasti spolupráce, tolerance, seberegulace, odpovědnosti,
- 6) **Tvorbě vlastních projektů jednotlivých žáků v rámci školy i mimo ni mezilidských vztahů** – školní vystoupení, plnění úkolů školního parlamentu
- 7) **Plánování vlastních činností** – školní výlet, třídní oslava, společná návštěva kina
- 8) **Řešení provozních záležitostí** – školní akce, úkoly školního parlamentu, seznamování žáků s novými opatřeními ve škole

CO MOHOU ŽÁCI A UČITELÉ ZÍSKAT REALIZACÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN?

Žáci jsou většinou motivováni a jsou aktivní. Zažijí, že mohou konstruktivně ovlivňovat svou třídu.

Zvykají si samostatně řešit problémy a přijímat za ně odpovědnost.

Žáci si osvojí techniky, které jsou efektivní při plánování společných činností a řešení konfliktů.

V případě, že během těchto hodin vznikají společné normy chování, žáci většinou ochotněji se jimi řídit.

Mapování vztahů ve třídě

Monitoring vztahů

Mezi nejlepší prostředky, kterými lze vytvořit dobrý kontakt mezi žáky ve třídě, jsou skupinové techniky. Je důležité se na skupinovou práci s dětmi připravit (výběr metod by neměl být bezúčelný) a nezasahovat do třídy bez minimální znalosti jejího vztahového prostředí.

Při všech aktivitách je u dětí možné sledovat, jak velký tvořivý a sebepoznávací potenciál se v práci se třídou skrývá. Účinný nástroj měření efektivity této práce je obtížně dokazatelný, můžeme se opírat pouze o subjektivní výpovědi dětí a učitelů.

Získané postřehy by měly umožnit vytvořit systém následné práce se třídou, který může obsahovat např. potřebu ještě hlubší diagnostiky vztahů.

K neprofesionálnímu využívání získaných informací může dojít, pokud si učitel mapuje vztahy ve třídě sám, bez předešlého školení či komplexnějšího zarámování monitoringu v rámci školy.

Návrh tematického plánu pro školní rok 2018/2019

Jednotlivá témata	Aktivity pro tato témata (příklady)
I. Seznamovací hry – podpora vztahů mezi žáky a mezi pedagogem a třídou	Vizitka, Můj erb, Hra na jména, Co o tobě vím?
II. Aktivity na tvorbu a práci s pravidly třídy (školy), k respektování druhých a empatii	Pravidla, Práva a povinnosti, Loutky, Vláščky, Slon
III. Aktivity vedoucí k dobré spolupráci ve třídě	Provazová lávka, Malování jednou rukou, Stroje, Strom třídy, Molekuly, Ostrov
IV. Aktivity pro rozvoj vztahů ve třídě	V čem jsme stejní a v čem jiní, Zrcadlo, Chlapci a děvčata, Listy na zádech, Místa po pravici, Bodlák a růže,
V. Aktivity na řešení záležitostí ve třídě (aktuální problémy třídy)	Burza problémů, Kouzelný proutek, Všiml jsem si, že... Brainstorming, Části, Kolotoč, Barevná škála, Palec vzhůru, Ruce mluví, Jedním slovem Mé místo, Horká židle,
VI. Aktivity sebepoznávací (podpora sebevědomí)	Moje nebe, Obláčky, Operace srdce, Žádost o azyl
VII. Aktivity s cílem pobavit	Klíče, Hledání pokladu, Kresba jednou tužkou, Národní obrození, O zlatou rybku, Intuice, Šestý smysl,
VIII. Plánování vlastních činností a tvorba vlastních projektů	