

Krabička vzpomínek a potěšení

cíl: zamyslet se nad tím, co nám pomáhá, když jsme smutní a vytvořit si nástroj, který nám může pomoci

časová dotace: 45 minut

věková skupina: 1. – 9. třída

pomůcky: krabičky a krabice (třeba malé od dětských bot) pro každé dítě – necháme děti, aby si donesly z domova, výtvarné potřeby na zdobení krabičky

prostředí: třída

příprava před hodinou: je třeba zajistit si dostatek materiálu (viz aktivita)

Úvod (10 min):

- posadíme se s dětmi do kruhu a uvedeme téma: „Každý jsme někdy veselý a někdy nám je smutno. Je to různé, pocity se střídají a máme to každý trochu jinak.“
- Ptáme se dětí: „Vzpomenete si na chvíle, kdy jste ve škole veselí? A na chvíle, kdy vám je smutno? Co vám v takových chvílích pomáhá, aby vám bylo lépe?“

Zadání a hlavní aktivita (25 min):

- vysvětlíme dětem, co budeme dělat: „Vyzdobíte si svoji krabičku tak, aby vás těšila a líbila se vám. Každý si tak vytvoří svou osobní krabičku, kterou bude postupně plnit pomocníky, které vám pomohou překonávat náročné chvíle.“
- děti si mohou své krabičky jakkoliv vyzdobit, mohou je polepit papírem nebo látkou, pokreslit, popsat, ozdobit flitry, samolepkami...
- řekneme dětem, že dozdobit si svoji krabičku pak mohou ještě kdykoliv později

Závěrečná reflexe (10 min)

- s hotovými nebo rozdělanými krabičkami se vrátíme do kruhu a znovu si povídáme.
- děti mají před sebou svou krabičku a sdílí, jaký předmět by si do krabičky daly, aby jim dělal radost ve chvíli, kdy je jim smutno a proč (tento předmět si pak mohou donést a do krabičky opravdu uložit, případně si ho mohou namalovat/vyfotit a vložit do krabičky obrázek/fotku)

TIP na pokračování práce s krabičkou:

- svoji krabičku si může vytvořit i učitel (podpoří tak její význam a důležitost a může dětem pomoci při vymýšlení a hledání jejího obsahu, učitel se takto i více přiblíží dětem)

..META*~

- ke krabičkám je vhodné se pravidelně vracet (např. v třídnických hodinách) a přidávat do nich:
 - *něco, co mi dodá energii, když jsem vyčerpaný/á*
 - *něco, čím se zabavím, když už mám hotovou zadanou práci v hodině (omalovánka, knížka, provázky na macramé, příklady k počítání...)*
 - *něco, s čím se pojí hezký zážitek (např. kamínek ze školního výletu..)*
 - *něco, na co když se podívám, hned mám lepší náladu*
- další nápady společně s dětmi vymýšlíme v průběhu celého školního roku
- v následujících hodinách si můžeme povídat o tom, jestli už děti krabičku využily, ptát se, co ještě by v ní chtěly mít, aby jim sloužila v náročných chvílích atd.

Důležité:

- je velmi důležité se s dětmi hned na začátku domluvit, že každá krabička je velmi soukromá a osobní věc a nastavit si pravidla, např:
 - nemusím nikomu ukazovat, co mám v krabičce
 - nikdo nesmí otevírat a prohlížet obsah mé krabičky bez mého vědomí
 - nemusím si do krabičky nic dávat, pokud nechci

Pro děti s OMJ:

- děti, které zcela neporozumí zadání, mohou ostatní děti nebo učitele napodobovat při zdobení krabičky
- k lepšímu porozumění, proč předměty do krabičky dáváme, použijeme obrázky vyjadřující pozitivní emoce radost, štěstí, aby si dítě s OMJ spojilo tyto pocity s drobnostmi, které do krabičky vkládá