

NA SVĚTĚ NEJSEM SÁM aneb VESMÍRNÉ PUTOVÁNÍ

Motto:

„Budete-li se snažit porozumět celému vesmíru, nepochopíte vůbec nic. Jestliže se pokusíte porozumět sobě, pochopíte celý vesmír.“ (indické přísloví)

Hlavním úkolem tohoto projektu je věnovat se práci s emocemi, a to nejen individuálně, ale právě ve skupině - víc hlav víc ví. Budeme dětem vštěpovat, že jejich pocity jsou zcela legitimní, a že na ně mají právo. Jen se s nimi musí naučit zacházet tak, aby jejich projevy neměly nepříznivé důsledky na ně a okolí.

Emoce - z latinského slova e-motion, pohnutí, jsou psychické procesy, které zahrnují subjektivní zážitky libosti a nelibosti, provázené fyziologickými změnami (změna srdečního tepu, rychlost dýchání) a motorickými změnami (mimika, gestikulace). Emoce souvisejí s naplněním nebo nenaplněním potřeb.

Při tomto vesmírném putování se proměníme v kosmonauty a budeme navštěvovat planety z naší sluneční soustavy, na kterých se setkáme s malými mimozemšťany. Vždy s nimi prožijeme celý týden v měsíci a odhalíme jejich nálady. Pomůžeme jim a poradíme, jak emoce zvládat a od nich se dozvíme mnoho poznatků a zajímavostí o vesmíru.

Při práci v projektových týdnech budeme využívat náměty z knih:

- Vojtěch Černý, Kateřina Grofová „Děti a emoce“
- Michaela Dostálová, Sylvia Jančiová, Helena Vlčková „Ferda a jeho mouchy“

DÍLČÍ VZDĚLÁVACÍ CÍLE:

- rozvoj vztahů ve skupině
- rozvoj emocionálního citění
- vnímání vlastního těla a svých pocitů
- učit se naslouchat druhým a být empatický
- spolupracovat s ostatními



KOMPETENCE K UČENÍ:

- získanou zkušenost uplatňuje v praktických situacích
- klade otázky a hledá na ně odpovědi

KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ:

- řeší problémy na základě bezprostřední zkušenosti, vymýšlí nová řešení problémů a situací
- chápe, že vyhýbat se řešení problémů nevede k cíli
- všímá si dění a problémů v bezprostředním okolí



KOMUNIKATIVNÍ KOMPETENCE:

- dokáže vyjádřit a sdělovat své myšlenky, potřeby, pocity a nálady různými prostředky
- průběžně rozšiřuje svoji slovní zásobu a aktivně ji používá k dokonalejší komunikaci s okolím

SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ KOMPETENCE:

- uvědomuje si, že za sebe a své jednání odpovídá a nese důsledky
- projevuje citlivost a ohleduplnost k druhým, pomáhá slabším, rozpozná nevhodné chování
- je schopno pochopit, že vzniklé konflikty lze řešit domluvou, dokáže se bránit projevům násilí, ponižování, ubližování

ČINNOSTNÍ A OBČANSKÉ KOMPETENCE:

- dokáže rozpoznat a využít vlastní silné stránky a poznat svoje slabé stránky
- uvědomuje si svá práva a práva ostatních
- má smysl pro povinnost, váží si práce mezi vrstevníky, rozumí jejich smyslu

POUŽITÉ METODY : hraní v roli, rozhovory, prožívání, dramatická výchova - živé obrazy, výtvarné a hudební vyjadřování, práce ve skupinách

Září - NA PLANETĚ ZEMĚ – CÍTÍM DŮVĚRU

Důvěru přiblížíme dětem jako víru v druhého člověka, kterému věříme tak, že jsme schopni mu říci své tajemství, důležité informace, přání. Takový člověk je schopen nás podpořit, dodat nám pocit sebedůvěry. Vytvoření přátelského kolektivu jde v ruku v ruce i s vytvářením prostředí vzájemné důvěry, a to nejen mezi dětmi a učitelem, ale mezi dětmi vzájemně.

Emoce v hudbě:

- P. I. Čajkovskij „Květinový valčík“
- Vyletěla holubička ze skály

Říjen - NA PLANETĚ NEPTUN - CÍTÍM RADOST

Radost je emoce, při níž se cítíme příjemně, usmíváme se a jsme veselí. Cítíme ji, když se nám něco povede, když dostaneme dárek nebo potěšíme někoho jiného.

Emoce v hudbě:

- W. A. Mozart „Turecký tanec“
- Travička zelená

Listopad - NA PLANETĚ JUPITER - CÍTÍM STRACH

Strach v nás probouzí pud sebezáchovy, brání nám zbytečně riskovat. Když strach překonáme, můžeme mluvit o odvaze. Ne každý kdo se bojí je strašpytel (když máme někoho rádi, je přirozené mít o něj strach).

Emoce v hudbě:

- J. S. Bach „Tokáta a fuga d moll“
- Ach synku, synku



Prosinec - NA MĚSÍCI - CÍTÍM ZVĚDAVOST A PŘEKVAPENÍ

Je velmi důležité dětskou zvědavost podporovat a povzbuzovat, protože díky ní se dítě naučí plno nových dovedností.

Emoce v hudbě:

- J. Haydn „S úderem kotlů“
- Andulka konopě močila

Leden - NA PLANETĚ SATURN - CÍTÍM SMUTEK A OSAMOCENÍ

Smutek je opak radosti. Vnější projevy smutku, pláč, hněv apod., jsou užitečné, aby v nás negativní pocity nezůstávaly.

Emoce v hudbě:

- L. van Beethoven „Měsíční sonáta“
- Ach není, tu není

Únor - NA PLANETĚ MERKUR - CÍTÍM ŽÁRLIVOST

Žárlivost se objevuje, když má člověk pocit, že je ohrožen vztah, který je pro něj důležitý.

Emoce v hudbě:

- Pachelbel „Canon in D“
- Když jsem husy pásala

Březen - NA PLANETĚ URAN - CÍTÍM VINU A ZRADU

Při těchto emocích cítíme hanbu, výčitky, lítost, rozpaky, poníženost. Důležité je uvědomění si zákonitě spojitosti chování a jeho důsledku.

Emoce v hudbě:

- J. Brahms „Maďarský tanec“
- Kdyby byl Bavorov

Duben - NA PLANETĚ MARS – CÍTÍM ZLOST

Při této emoci se naše tělo jakoby aktivuje k boji, zrychluje se tep a dýchání, celkově narůstá fyzická aktivita.

Emoce v hudbě:

- L. van Beethoven „Osudová“
- Šla Nanyňka do zelí



Květen - NA PLANETĚ VENUŠE - CÍTÍM LÁSKU

Láska je velmi libá emoce. Pro vývoj děti je velmi důležitá bezpodmínečná láska. Povídat si budeme o rodině, přátelství, soucitu, ale i respektu.

Emoce v hudbě:

- Camille Saint-Saëns „Labuť“
- Rozvíjej se poupátko

Červen – NA NEZNÁMÉ PLANETĚ - CÍTÍM STUD

Tato emoce vychází z nevědomého porovnávání sebe sám s odhadovanými požadavky a očekáváním ostatních.

Emoce v hudbě:

- J. Offenbach „Can can“
- Na tý louce zelený

