



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická

Řada B



KATEDRA
PRIMÁRNÍHO
VZDĚLÁVÁNÍ

EMOČNÍ A KOMUNIKAČNÍ ROZVOJ DÍTĚTE V MŠ

Jana Johnová
Vladimíra Jurigová
Marie Veselá

Lánovka

Liberec 2021

EMOČNÍ A KOMUNIKAČNÍ ROZVOJ DÍTĚTE V MŠ

Jana Johnová
Vladimíra Jurigová
Marie Veselá

Vydáno v edici LANOVKA

Učební texty pro preprimární a primární vzdělávání

Redakční rada: doc. RNDr. Petr Anděl, CSc.; PhDr. Jana Johnová, Ph.D.; PhDr.

Věra Vykoukalová, Ph.D.; Mgr. A. Lucrezia Škaloudová Puchmajerová, Ph.D.

TUL 2021

© Jana Johnová KPV FP TUL, Vladimíra Jurigová, Marie Veselá MŠ Korálek

Recenzenti: PaedDr. Kamila Podrápská, Ph.D.

PhDr. Radka Harazinová, Ph.D.

Vydala Technická univerzita v Liberci v roce 2021

ISBN 978-80-7494-590-8

Obsah

Seznam zkratk	4
ÚVOD	5
1 DÍTĚ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	6
1.1 Socializace dítěte v předškolním věku	6
1.2 Nástup dítěte do mateřské školy	9
2 EMOCE	11
2.1 Radost	16
2.2 Důvěra	18
2.3 Smutek	20
2.4 Strach	22
2.5 Hněv	24
3 KOMUNIKACE V MŠ	27
3.1 Sociální komunikace	27
3.2 Slovní komunikace u dítěte do 6 let věku	28
3.3 Komunikační strategie	29
3.4 Komunitní kruh	32
4 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE	36
4.1 Téma radost	36
4.2 Téma smutek	41
4.3 Téma důvěra	45
4.4 Téma strach	49
4.5 Téma hněv	53
Závěr	56
Literatura	57
Přílohy	59

SEZNAM ZKRATEK

MŠ Mateřská škola

Vážení studenti, s orientací v textu vám pomohou následující ikony:



Příklady



Definice



Síť, mezipředmětové vazby

ÚVOD

Ať jsme rodiče, prarodiče nebo pedagogičtí pracovníci, je naším cílem provázet děti životem tak, aby byly šťastné a spokojené. Z pohledu dospělého to znamená uvědomit si, že nejde o pouhé materiální zabezpečení dítěte a vzdělávání. Především je třeba pečovat o jeho všestranný rozvoj v různých oblastech s akcentem na psychický vývoj dítěte.

Životní období do šesti až sedmi let věku dítěte je jednou z nejdůležitějších životních etap, neboť jeho prožití, a to zejména v oblasti duševní, ovlivní jedince po jeho další život.

V prostředí mateřské školy patří vstřícné, pozitivní klima k té nejdůležitější podmínce pro kvalitní výchovu, vzdělávání a vlastní tvůrčí práci všech zúčastněných. V negativně naladěné atmosféře bez důvěry a pocitu bezpečí nemůžeme předpokládat naplnění cílů, které si mateřská škola vytyčila. Základním elementem při vytváření pozitivní atmosféry je osobnost učitelů, kteří v dané škole pracují, přičemž klademe důraz na empatie, aniž bychom však opomíjeli didaktické schopnosti, pedagogický talent a přirozenou autoritu každého učitele. Partnerský přístup k dětem předpokládá umět přijmout sebe i své okolí pozitivně, být tolerantní, trpělivý, ale i usměvavý a vlídný.

I přes všechny pozitivní vlastnosti pedagogického personálu je pro děti obtížné odloučit se od rodičů a zůstat po několik hodin mimo rodinné prostředí, kde do svých cca tří let byl „hlavním hrdinou“, středem zájmu. Po vstupu do MŠ se však rozdílnost prostředí, kde není jen ono samo, ale je obklopeno dalšími vrstevníky, může projevit i v jeho chování. Dítě vysílá určitá poselství prostřednictvím mimoslovní komunikace, kterým však vrstevníci nebo paní učitelka nemusí hned rozumět. A následně se plně projevují i jeho emoce.

Jeho potřeba lásky neklesá, přidává se však stále větší touha poznávat svět, objevovat nové. Základem spokojeného života není jen poznání světa, ale poznání, uvědomování si vlastních emocí, a také jejich zvládnutí. S touto dovedností a rozvinutou komunikací dokážeme vytvářet pozitivní mezilidské vztahy, které pro naplnění svého života nezbytně potřebujeme.

Aby byl pro děti vstup do MŠ co nejpříjemnější, rozhodly jsme se vytvořit materiál, který poskytne inspiraci studentům v předmětech zaměřených na komunikaci a práci s literárním textem. Je rovněž určen pro jejich budoucí praxi, může sloužit také kolegům a kolegyním v MŠ, kteří již pedagogické zkušenosti mají. Předložený text nemá ambice nahradit psychologický výklad. Kapitoly Emoce a Komunikace v MŠ orientačně ilustrují vybrané pojmy, jsou i zdrojem jednotlivých praktických ukázek. Naším cílem je pomoci dětem se vstupem do MŠ, proto přinášíme podněty, jak zvládnout emoce, které se k životní etapě mezi 3. – 6. rokem věku života váží. Příklady dobré praxe jsou zaměřeny na vybrané emoce a zároveň na rozvoj komunikačních schopností, které jsou nezbytné pro budování vztahů mezi dětmi, ale i vztahů mezi dítětem a učitelem.

1 DÍTĚ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

Předškolní věk je uváděn jako interval od tří do šesti let věku dítěte. Pro většinu tříletých dětí v České republice je tato fáze života spojena s nástupem do mateřské školy. V ní dochází k socializaci dítěte ve zcela novém prostředí mimo vlastní rodinu. Tomuto tématu se věnuje první část kapitoly, která zároveň stručně charakterizuje dítě z pohledu rozvoje jeho verbální komunikace, která je pro socializaci základní potřebou. Druhá část kapitoly se zaměřuje na nástup dítěte do mateřské školy.

1.1 SOCIALIZACE DÍTĚTE V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU

Pro **emoční a sociální vývoj** dítěte v předškolním věku je **nejdůležitějším prostředím rodina**, která zajišťuje jeho primární socializaci. Druhým velmi významným prostředím je mateřská škola, kde tráví dítě nezanedbatelnou část všedního dne. Cílem i přáním rodičů a učitelů je vést dítě k dospělosti tak, aby bylo spokojené, samostatné i zodpovědné, schopné komunikace s druhými lidmi, ale i empatické se zdravým respektem k autoritám. V užším slova smyslu je **socializace dítěte v mateřské škole** chápána jako schopnost odloučit se od rodičů, vycházet s ostatními dětmi, zapojit se do hry ve skupině dětí (Mertin, 2016).

Jedním z hlavních prostředků socializace je řeč a **komunikace**. Vždy by mělo platit, že dítě, které jde do kolektivu, by se v něm mělo umět domluvit. **Vývoj řeči** je současně podmíněn rozvojem **motoriky, vnímání, ale i vlivem sociálního prostředí**, které dítě obklopuje. V oblasti hrubé motoriky pomáhá rozvoji řeči samostatný pohyb dítěte, a to především ve vertikální poloze.



Obrázek 1 S chůzí dítěte se začíná rozvíjet i jeho slovní zásoba

S nástupem chůze se začíná postupně rozvíjet **aktivní slovní zásoba**. Její rozvoj je dále propojen se **zrakovým i sluchovým vnímáním**, která jsou podnětem pro vyjadřování. Od útlého věku dítě odezívá pohyby mluvidel. Postupně pak vnímá a napodobuje své okolí i v neverbální komunikaci. Je někdy až úsměvné, když vidíme tříleté dítě používat gesta, která známe od jeho rodičů. K zapojení sluchu a následné koordinaci se zrakem dochází již přibližně mezi třetím až čtvrtým měsícem. Aktivní slovní zásoba se začíná rozvíjet kolem půl druhého roku života dítěte. Velmi výrazně na něj působí řečové vzory, které ho obklopují. Nedostatečné, sociálně nepodnětné prostředí však nepříznivě ovlivňuje rozvoj řeči a slovní zásoby dítěte.

Ve třech letech upřednostňuje dítě **verbální komunikaci** a pomocí řeči dosahuje svého cíle. Je vhodné navkat dítě užívat slova určená k žádosti, poděkování i pozdravu. V tomto věku si také rádo prohlíží knížky a věci nebo činnosti na obrázku pojmenuje, identifikuje je i podle určitých znaků. Zároveň je schopné pochopit jednoduché protiklady. Obzvláště s pomocí obrázku zvládne reprodukovat různé říkanky. Dokáže se představit celým jménem. Verbální komunikace se nejlépe zdokonaluje prostřednictvím předčítání pohádek, zpíváním písniček i učením se krátkých rytmických básniček.



Obrázek 2 Dítě vypráví podle obrázku

Okolo čtvrtého roku poslouchá pohádky a chápe jejich děj. Vyprávění podle obrázku je již spontánní. Mezi pátým až šestým rokem odříká z paměti kratší texty, popíše dějovou posloupnost a pohádku interpretuje i bez obrázkového doprovodu.

Ve čtyřech letech spontánně informuje o zážitcích, pocitech, přáních, zvládne předat krátký vzkaz. Po pátém roce života (s individuálními rozdíly) zvládne **sociální komunikaci s pravidly konverzace a společenského kontaktu**. Dokáže zformulovat otázku, ale také

adekvátně odpovídat. Je schopné vyjádřit své pocity, zážitky, popsat situaci. Aktivně a spontánně navazuje řečový kontakt s dětmi i dospělými. Rozvíjí se jeho schopnost porozumět svým pocitům a schopnost empatie (Bednářová, Šmardová, 2011).



Příklady z praxe:

Aktivita: Perníková chaloupka

Učitelka recituje básničku, kterou mohou děti nejprve identifikovat podle tří obrázků. Např. děti, les, ježibaba, ... Následně doplňují správná slova do vět.

Perníková chaloupka

„Odkud ten náš holub letí?“

„Letím z lesa, milé děti,
vrkú, vrkú, vrkú.“

„Cos tam viděl, holoubku?“

„Perníkovou chaloupku
u černého smrku.“

„Viděls také Mařenku?“

„Jakpak by ne, holenku!
Viděl jsem ji s Jeníkem,
krmili se perníkem.“

„A když z okna na zahradu
vystrčila baba bradu,
nebáli se, holoubku?“

„Kdepak! Zamkli chaloupku
na cukrový klíč -
a už byli pryč!“

(František Hrubín: Špalíček veršů a pohádek)

Děti, co jsme se dozvěděly z básničky?

1. Holub letěl: (z města - z holubníku - z lesa)
2. Chaloupku viděl u smrku: (vysokého - černého - zeleného)
3. Holub viděl také: (dědka - Mařenku s Jeníkem - holuba)
4. Děti se krmily: (rohlíkem - preclíkem - perníkem)
5. Baba vystrčila bradu: (z okna - z komína - ze dveří)
6. Chaloupku zamkli na klíč: (železný - barevný - cukrový)

Pověz podle obrázků, z čeho se vyrábí perník:



Fáze sociálního začlenění

V období do šesti let se začínají a následně uzavírají tři fáze sociálního začleňování:

1. *První fáze je časově vyčleněna od porodu do doby, kdy se dítě zmocňuje prostoru tím, že začíná běhat. Ví, kdo jsou jeho nejbližší lidé.*
2. *Druhá fáze je charakterizována experimentací, hledáním vlastní identity a ukončuje ji identifikace s rodinou a svým místem v ní a schopností se od rodiny na určitou dobu separovat bez nepříjemných prožitků.*
3. *Třetí fáze začíná určitým zklidněním, vyrovnaností, ale i velkou iniciativností a zájmem o vrstevníky a ukončuje ji chuť intenzivně se učit, poznávat psanou formu řeči, přijímat pravidla a zajímat se o přináležení do své vrstevnické a genderové skupiny (čtvrtý až šestý rok).*

(Kořátková, 2014, s. 72)

Konec druhé a třetí fáze patří mezi **dva důležité mezníky v životě dítěte**. Jedná se o **vstup do mateřské a základní školy**, který lze vnímat jako vstup do náročnější sociální skupiny, na dítě jsou po každém vstupu kladeny zcela nové požadavky (Kořátková, 2014). Sebehodnocení dítěte v předškolním věku je poměrně vysoké a nestabilní, velmi záleží na aktuální situaci.

Předpokladem úspěšné adaptace dítěte je **osvojení si sociální role školáka**, tedy osvojení si vzorců chování a postojů, které jsou očekávány ostatními a společností.

1.2 NÁSTUP DÍTĚTE DO MATEŘSKÉ ŠKOLY

V předškolním věku jsou od dítěte očekávány určité role nejen doma, ale také v kolektivu ostatních dětí. Vzhledem k osvojování si sociálních rolí je toto období vnímáno jako kritické.

Náročná role na dítě čeká právě vstupem do mateřské školy, neboť je pouze na něm:

- aby se dokázalo **osamostatnit**, zvládlo být několik hodin bez rodičů,
- aby si vytvořilo **důvěru k paní učitelce**, která je v jeho životě zcela novým člověkem, ale zároveň, na rozdíl od jeho rodičů, není jen pro něj, ale musí se věnovat i ostatním dětem ve třídě,
- aby začalo **komunikovat s ostatními dětmi** ve třídě a postupně si vytvářelo vzájemné vztahy,
- aby pochopilo, že v mateřské škole **platí jiná pravidla**, která se musí respektovat a dodržovat (půjčování hraček, úklid, ...)
- aby se přizpůsobilo **novému dennímu režimu** (pro mnohé děti to může být časné vstávání, pravidelný rytmus činností v mateřské škole včetně odpoledního spánku apod.),
- aby dokázalo **vyjádřit své okamžité potřeby** a učilo se je regulovat.

Často jsou na straně rodičů velké **obavy z nástupu dítěte do mateřské školy**. Poukazuje na to i trend minulých třiceti let. Pochybnosti rodičů, zda jejich potomek zvládne požadavky mateřské školy (obdobně řeší i nástup do základní školy), vedly až k odkladu nástupu dítěte do příslušného zařízení. Každé dítě je jiné, proto musí rodiče posoudit, a to na základě vlastního pozorování, zda je jejich dcera/syn schopna/en odloučení, má zájem o své vrstevníky. Mohou mu i pomoci. Velmi záleží na celé širší rodině, zda dokáže dítě podporovat a pozitivně motivovat, aby byl jeho vstup do mateřské školy provázen **pozitivními emocemi**.



Příklady z praxe:

„Překlad“ některých výroků rodičů

(Poradce ředitelky mateřské školy, září 2014)

Nevhodné příklady z praxe v mateřských školách při vstupu dítěte do mateřské školy.

„Já si neumím představit, jak to ta naše Anička zvládne, pláče i u babičky, když tam nejsem, nehne se ode mne ani na krok.“

- Překlad pro maminku: *Jsem nejistá, mám strach, jestli to zvládnou já.*
- Překlad pro dítě: *Maminka se školky bojí. To asi budu plakat stejně jako u babičky. To budu ve školce sama?*

„Já to obrečím, už teď na to musím pořád myslet.“

- Překlad pro maminku: *Už teď vím, že budu smutná, možná to nezvládnou, je to noční můra.*
- Překlad pro dítě: *To už je to tak blízko, že maminka nemluví o ničem jiném? To je to tak hrozné? Proč je maminka smutná? Já nechci, aby brečela.*

„Už potřebuje školku jako sůl.“

„Počkej, až budeš ve školce!...“

- Překlad pro rodiče: *To, co jsme nezvládli jako rodiče, zvládnou ve školce, oni dítě vše naučí a já budu mít pokoj. Už aby to bylo. Co tě nezabije, to tě posílí.*
- Překlad pro dítě: *Nejspíš tam musím jít, je to pro mě asi fakt důležité. V té pohádce Sůl nad zlato, to tak bylo....*
- Jak nezabije? Tam je to nebezpečné? Nechtějí se mě máma s tátou zbavit?

„Skoro mám pocit, že do školky jdu já, ne náš Patrik.“

- Překlad pro maminku: *Řeším vše sama, dítě přece neví, co je čeká, a jak mu to mám vysvětlit. Radši o tom nebudu mluvit, abych ho nestresovala.*
- Překlad pro dítě: *Já tomu nerozumím. Kdo půjde do školky? Půjdeme tam oba?*

„Konečně budu mít chvílku pro sebe.“

- Překlad pro maminku: *Uf, konečně můžu jít do práce, mezi lidmi, konečně nebudu od rána do večera skákat kolem dítěte.*
- Překlad pro dítě: *Já tomu nerozumím. Maminka mě nemá ráda? Jakou chvílku?*

2 EMOCE

V kapitole „Emoce“ čtenář získá informace o pěti vybraných emocích – **radost, důvěra, smutek, hněv a strach**, které dítě nejčastěji provází při zahájení docházky do mateřské školy. Jednotlivé emoce jsou doplněny ukázkou aktivity, ale také možností propojit ji s literárním textem.



Emocemi rozumíme zážitky libosti i nelibosti jedince, které bývají provázeny určitými fyziologickými změnami, ale i motorickými projevy, mezi které patří různá gesta a mimika obličeje. Provázejí nás v běžných životních situacích (Hartl, Hartlová, 2004).



Obrázek 3 Emoce - puzzle

Mezi **základní životní emoce** patří dle Hartla, Hartlové (2004): **radost, důvěra, překvapení, anticipace (předjímání), strach, vztek, smutek, znechucení**. Bez citů, které jsou nedílnou součástí života, by naše konání ztrácelo smysl. Pokud jsme schopni se vcítit do pocitů druhého člověka a zároveň dokážeme zvládnout svoje vlastní emoce, mluvíme o emoční inteligenci. Tento pojem byl poprvé uveden v roce 1990 a o pět let později zpopularizován D. Golemanem (1995) v knize *Emoční inteligence*.

Poznámky:

Mimika

Mimika (pochází z řeckého slova *mimeomai* – napodobovat, představovat) je způsobována stahy obličejových svalů, kterými různě formujeme výraz tváře. Propojením mimiky a gestikulace dochází k mimoslovní komunikaci jedince.

Po zahájení docházky do mateřské školy jsou děti nejčastěji provázeny radostí, důvěrou, ale i smutkem, strachem a někdy vztekem. Přičemž je třeba říci, že prvořadým úkolem mateřské školy je **podporovat** u dětí jejich **pozitivní emoce**. Proto se dále v textu budeme jmenovaným emocím věnovat nejen z obecného hlediska, ale hlavně z praktického. Vedle situací, které se v mateřské škole vyskytují, přinášíme i ukázky výuky a her, jež jsou vyzkoušené a zároveň dobrým příkladem, jak s emocí pracovat, aby ji dítě zvládlo.



Příklady z praxe:

Aktivita: Kolíček se značkou

Děti mají kolíček se svojí značkou. Každé ráno při příchodu do mateřské školy si kolíček vezmou a přidělají ho tam, jak se právě teď cítí (viz obr. 4). Přiřazují kolíček na mouchy emocí (viz obr. 5), které létají kolem chlapce. Obrázek znázorňuje umívajícího se a radujícího se chlapce, kolem kterého létají mouchy emocí jako například radost, důvěra, láska, přátelství, respekt a další. U druhého obrázku je chlapec zamyšlený, drží se za hlavu. Kolem něj létají mouchy zvědavosti, studu, strachu, osamocení. Poslední chlapec je rozčilený, kolem něj létají mouchy hněvu, smutku, viny a další. Dítě si nastaví kolíček například na mouchu radosti. V průběhu dne si dítě může kolíček přenastavit na jinou emoci podle toho, jak se aktuálně cítí. Při odchodu domů si kolíček děti sundají a uloží na místo.

Práce s pomůckou: Emoce - puzzle

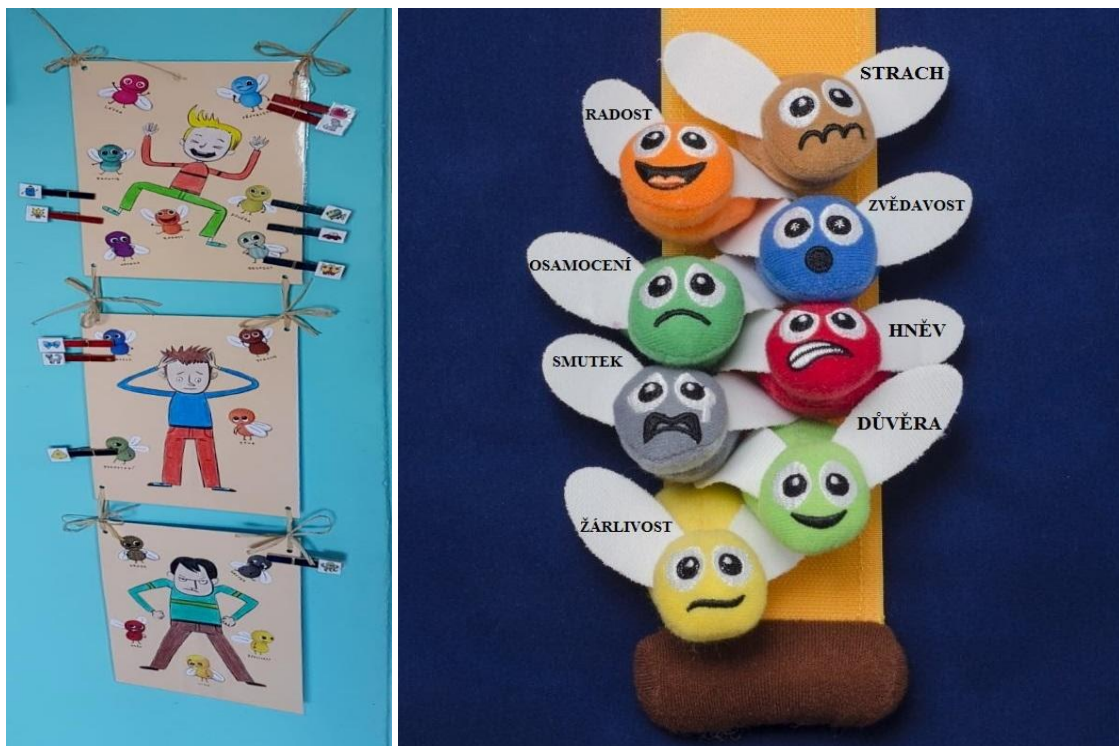
Pomůcka k vyjádření emocí (viz obr. 3) byla vyrobena v podobě dřevěné tabulky s výřezy pro čtyři obličejce. Děti mají za úkol poskládat z dvanácti dřevěných kvádrů obrázky obličejů dle pokynů pedagoga. Pomůcku je vhodné využívat při aktivitách, kdy si děti uvědomují a zkouší změnu v mimice obličejce při různých pocitech, které je provází. Cílem aktivity vedle vlastní práce s emocemi může být i příprava dětí na metodu dramatické výchovy – **živé obrazy** (viz mezipředmětové vztahy), kterou využíváme např. při práci s literárním textem.



Dramatická výchova

Živé obrazy. Základem této metody je vytvoření nehybného sousoší z hráčů, kteří zapojí do vyjádření určitého jevu své tělo i mimiku bez použití slov či zvuků. Skupina tak vytvoří statický obraz ze svých těl, který zachycuje určitou situaci, respektive její nejdůležitější okamžik. Seznamuje např. s minulostí postavy, s klíčovými okamžiky jejího života. Tento obraz žáci dále nerozhrávají, ale setrvávají v něm po jistou dobu. Velikost skupiny je různá. Po krátké přípravě jsou živé obrazy předváděny ostatním. Při jejich prezentaci je vhodné použít nějakých domluvených signálů.

(Ulrychová, 2000; Valenta, 2008 In: Johnová 2011)



Obrázek 4 Obrázky k vyjádření pocitů Obrázek 5 Mouchy - emoce (EMUŠÁCI)



Přírodověda

Moucha domácí patří k nejrozšířenějšímu hmyzu v lidských obydlích a jejich okolí. Samička klade vajíčka do hnilých odpadků, hnoje apod. Moucha má ročně mnoho generací, neboť její vývoj trvá pouze 14 dní. Jejími nepřáteli jsou ptáci i dravý hmyz (Felix, 2000).



Obrázek 6 Moucha domácí



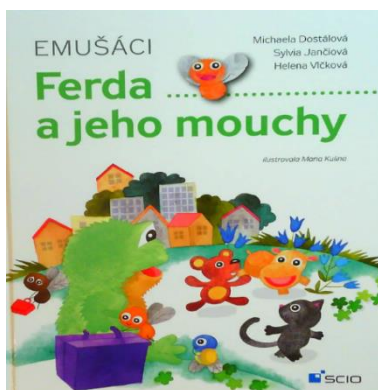
Příklady z praxe:

Pomůcka: EMUŠÁCI – Ferda a jeho mouchy (Dostálová, Jančiová, Vlčková, 2017)

Emušáci jsou **plyšové hračky - žába a mouchy** - k rozvoji emoční inteligence. Základem produktu je **knížka s pohádkami**, ve kterých vystupuje plyšová hračka žabáka Ferdy s jeho pocity. Děti se tak mohou lépe ztotožnit s emocemi, které se v pohádkách řeší. V knížce jsou poznámky, jak s jednotlivými emocemi pracovat, a tipy na návazné aktivity.

Mouchy, kterých je celkem osm, jsou barevně odlišné a zastupují jednotlivé emoce (viz obr. 3): důvěru, hněv, osamocení, radost, smutek, strach zvědavost a žárlivost.

K této pomůcce se vyjádřila i dětská psycholožka Mgr. Gabriela Luková Sittová: „Knížka je jedna z mála (ne-li jediná) na českém trhu, která se věnuje rozvoji emoční inteligence dětí a je cennou pomůckou pro rodiče. (Ale také pro učitele v mateřských školách – poznámka autorek.) Příběhy jsou psány jazykem blízkým dětem, podporují představivost a jsou dlouhé tak akorát pro čtení a povídání například před spaním. (V mateřské škole lze využít pomůcku pro řízenou činnost dětí, ukázkou aktivity uvádíme v kapitolách Komunikace a Příklady dobré praxe – poznámka autorek.) Do postavičky plyšáka Ferdy a jeho kamarádů se mohou děti snadno vcítit, protože často zažívají podobné situace a někdy si jako oni nevědí rady se svými pocity. S příběhem, který je zaměřen pokaždé na jinou emoci, se mohou děti ke svým zážitkům vrátit a s odstupem přemýšlet, jak se zachovaly a co jim samotným pomohlo situaci řešit.“



Obrázek 7 Pomůcka EMUŠÁCI – kniha, plyšák Ferda, celé balení



Obrázek 8 Skokan zelený

Přírodověda

Skokan zelený se zdržuje u vody v nížinách i horách. Samci se za teplých večerů ozývají typickým hlasem rekkekkekke. Samice klade v květnu nebo červnu 2 až 3 tisíce vajíček ve shlucích asi po 300 kusech. Pulci se líhnou asi za 5 dní, přeměna v žábu trvá obvykle 130 dnů. Živí se hmyzem, pavouky, žížalami, drobnými rybkami (Felix, 2000).



Příklady z praxe:

Děti a emoce (Černý, Grofová)

Tato kniha (obr. 9) je určena rodičům a pedagogům, kteří vychovávají děti a ovlivňují tak jejich emocionální život. Na pozadí krátkých, emočně zabarvených příběhů dvou rodičů a jejich čtyř dětí jsou představeny nejdůležitější emoce, se kterými se my i naše děti setkáváme. Co v kapitolách najdete? Jsou to příběhy s konkrétní emoční situací, komentáře a doporučení pro rodiče a pedagogy, ale také otázky k tématu a praktická cvičení (tělesná, dechová, tvořivá dílna), hry rozvíjející vnímavost a další dovednosti v kontextu konkrétní emoční situace, básničky, písničky, náměty pro samostatná cvičení. Co je poselstvím této knihy? Pomoci rodičům, pedagogům a všem, kteří vstupují do života dětí, rozvíjet u nich zvědavost, otevřenou mysl, sebedůvěru a sebedůvěru a sebedůvěru, zvládání strachu a dalších silných emocí, schopnost soustředění a nalézání klidu, schopnost objektivního vnímání toho, co se děje uvnitř nás i vně, schopnost naladit se na emoce blízkých, rozvíjet soucit a laskavost, sociální kompetence a pocit sounáležitosti.



Obrázek 9 Kniha pro práci s emocemi

Zvládání emocí v předškolním věku je především založeno na **učení se napodobováním**. Vedle vnímání rodičovského vzoru sleduje dítě i své učitelky, učitele, jak dokáží zvládnout své citové projevy v různých situacích. Aniž si to někteří dospělí uvědomují, dítě především přebírá jejich postoje, reakce. Proto je velmi důležité o prožitcích promlouvat, emoce pojmenovat a navodit prostředí důvěry, ve kterém se dítě postupně naučí své emoce kontrolovat a ovládat.

2.1 RADOST

Radost zahrnujeme mezi pozitivní emoce a můžeme ji vyjádřit jako **stav duševní pohody**, který se dostaví při úspěchu, příjemném prožitku, přičemž je doprovázen úsměvem i smíchem. Pokud bychom tuto emoci měli v úmyslu stupňovat, mohli bychom říci, že v nižší míře jde o spokojenost, kdy se cítíme příjemně, ale nemusí u nás ještě vzbuzovat smích. Na opačném konci škály by pak byl pocit maximální radosti, který je nazýván také extáze. V souvislosti s delším trváním radosti, která přináší intenzivní uspokojení, mluví lidé o vnitřním **pocitu štěstí**.

Při prožívání radosti můžeme vedle smíchu pociťovat i zvýšený srdeční tep. Narůstající aktivita v mozgovém centru utlumuje negativní emoce, dochází k potlačení tvorby ustaraných myšlenek. Citové rozpoložení navozuje v těle celkovou relaxaci, vzbuzuje nadšení pro jakýkoliv úkol a připravuje nás aspirovat na naplnění cílů a předsevzetí (Goleman, 2011). Projevem velké radosti může být i pláč, který je však spojen se smíchem. **Opakem** této emoce je potom **smutek, žal**.



Obrázek 10 Radost



Obrázek 11
Projevy radosti



Příklady z praxe:

Aktivita: Oslava radosti

Děti mají za úkol si uvědomit, z čeho se radují, proč mají dobrou náladu, jak se radost u nich projevuje. Děti předvádějí, jak různě se může ztvárnit radost.

Neverbálně – pomocí pantomimy, úsměv, skákání do vzduchu, pohyby těla, mimika.

Verbálně a s využitím zvuků – tleskání, zpěv známých písní, volání a podobně.

Reakce dětí:

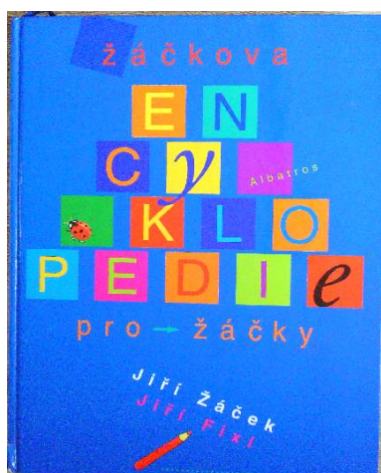
- „Když mám radost, mávám rukama nad sebou“.
- „Když mám radost, tak skáču a ječím“.



Literární výchova

Radost

Co je na světě lepšího než radost? Někdy nám ji udělá pěkný dárek, jindy dobrá známka. Ve škole, pochvala nebo úspěch ve sportu, ale stačí úsměv milého člověka, pohlazení, dobré slovo. Radost nás plní pocitem štěstí, sebedůvěry, naděje, chce se nám smát, tančit, zpívat. Temperamentní lidé z radosti jásají, skáčou a třeba dělají i kotrmelce. Šťastní jsou ti, kdo se umějí radovat z každé maličkosti, a nejvzácnější radost je ta, kterou uděláme druhým (Žáček, 2002).



Obrázek 13 Žáčková encyklopedie pro žáčky

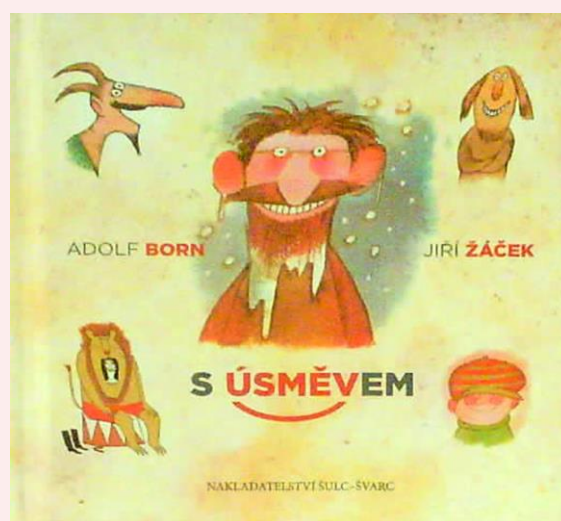
Poznámky:

Jiří Žáček (*1945)

Český spisovatel, básník, překladatel i autor učebnic vystudoval stavební fakultu ČVUT. První dílo *Ráno moudřejší večera* vzniklo v roce 1970, ale dráhu spisovatele na volné noze nastoupil až od r. 1994. Jeho díla pro děti i dospělé jsou naplněna humorem i podněty k zamyšlení. Svoji básnickou tvorbou dokáže zaujmout mnoho dětí od jejich útlého dětství. K jedné z nejznámějších sbírek poezie pro děti patří *Aprílová škola* (1983). Sedmnáct jeho děl vzniklo ve spolupráci s ilustrátorem Adolfem Bornem. Některé básně mají blízko k aforismům.

Za své dílo obdržel v roce 2015 medaili Za zásluhy.

Autorské stránky: <https://www.jirizacek.cz/>



Obrázek 12 Vzpomínka J. Žáčka na A. Borna

2.2 DŮVĚRA

Důvěrou rozumíme **ochotu někomu věřit**, ale také **něčemu věřit**. Projevuje se spolehnutím se na jinou osobu, pak specifikujeme tento pojem na důvěryhodnost. Projevem důvěry je i snaha získat nějaké informace, výhody, apod. Z politologického hlediska se k pojmu důvěra nejvíce váže demokracie.

Malé dítě je naplňováno důvěrou v rodiče, ta se u něj utváří již v počátečních fázích života. Pokud je přístup rodičů založen na lásce a pozitivním vztahu k dítěti, dochází k uspokojování základních potřeb dítěte. Tato důvěra se pak s postupem věku přenáší i na další osoby v rodině a později ve školním zařízení.

Důvěru přibližujeme 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 (věříme sami sobě), dodá nám jistotu, že něco zvládneme. Věříme mu natolik, že se na něj obrátíme ve chvíli, kdy potřebujeme nějakou pomoc, víme, že nás neodmítne a že se můžeme na něj spolehnout.

Vytváření **přátelského kolektivu** jde v ruku v ruce i s vytvářením **prostředí vzájemné důvěry**, a to nejen mezi dětmi a učitelem, ale mezi dětmi vzájemně. Rovněž podporujeme u dětí sebedůvěru, což znamená, že je při určitých činnostech učíme spolehnout se na sebe sama.



Obrázek 14 Projev vzájemné důvěry



Obrázek 15 Důvěra budovaná při hře



Příklady z praxe:

Aktivita: Cesta do neznáma

Děti jsou rozděleny do dvojic. Jedno má zavázané oči. Druhé ho vede po třídě či po zahradě a bude se mu snažit popsat okolí. Po určitém časovém limitu se dvojice vymění. Poté následuje úkol, aby děti vytvořily dva obrazy. První obraz bude znázorňovat pocity, když dítě nevidělo. Druhý obraz se bude zabývat pocity, které mělo dítě, když vedlo kamaráda.

Reakce dětí:

- „Bál jsem se, nic jsem neviděl. Věřil jsem Lucince, že mě dovede zpátky.“
- „Bušilo mi strašně srdce.“
- „Byla to velká zodpovědnost za kamaráda, který měl šátek přes oči, byl jako slepej, musela jsem dávat pozor, aby do něčeho nenarazil.“



Příklady z praxe:

Aktivita: Nakresli, co ti řeknu

Dítě si vybere ve třídě kamaráda, kterému nejvíce věří. Poté mu učitelka zaváže oči. Vybraný kamarád má za úkol popsat dítěti s šátkem přes oči, co má na papír nakreslit. Nejdříve mu pomůže s orientací, kde se papír nachází, do ruky mu vloží vybranou barvu fixu. Poté začne popisovat, co má kreslit.

Reakce dětí:

- „Bylo to, jako kdybych byla slepá, vůbec jsem nevěděla, kde ten papír je. Ale Vojtík mi radil dobře“.
- „Bavilo mě to, kreslil jsem auto. Ale nakonec to vypadalo jako čmáranice. Hodně jsme se nasmáli.“



Obrázek 16 Nakresli, co ti řeknu

2.3 SMUTEK

Jako se střídá den s nocí, tak se střídá úspěch s neúspěchem, radost se smutkem a láska s nenávistí. Smutek můžeme popsat jako **sklíčenost mysli, zármutek, žal**, který pociťujeme při nemoci, ztrátě blízkého člověka, dlouhé samoty, při určitém nezdaru vykonávané činnosti, ale i ztrátě věci. Smutek vyvolává pokles energie, jeho prožíváním se člověk vyrovnává s významnou ztrátou, zklamáním. Pokud by se tato emoce více prohlubovala, přešla by do deprese, kdy se zpomaluje tělesný metabolismus. Vytrácí se nadšení pro různé činnosti, zejména pro potěšení a zábavu. Odvrácení se od vnějšího světa nám dává příležitost truchlit nad ztrátou nebo nesplněnou nadějí a pochopit dopad takové události na vlastní život a s postupným přibýváním energie přemýšlet o tom, jak znovu začít (Goleman, 2011).

Smutek je především u dětí **provázen pláčem**. V předškolním věku přichází tato emoce se ztrátou oblíbené věci, ale může se projevit i při ranním odchodu rodiče, kdy je dítě svěřeno do péče v MŠ.



Obrázek 17 Projevy smutku



Příklady z praxe:

Aktivita: Řekni to barvou

Tato aktivita je zaměřena na zahnání smutku pomocí barev. Velký stůl ve školce je celý obaleny alobalem. Děti si zvolí, jakou barvu chtějí použít. Na tuto aktivitu je nejlepší použít prstové barvy. Děti zaujme nejprve povrch stolu, je to pro ně novinka, že zde vidí alobal. Už jen to je rozptýlí a jejich emoce se začínají pomalu měnit. Děti si stoupnou okolo stolu. Mají možnost dle svého jen pomocí barev a vatových tyčinek do uší vyjádřit, jak se cítí, co cítí, proč jsou smutní či co je může rozveselit. Dítě se pomocí tvorby uvolní a spontánně začne hovořit o svém trápení. Když je kresba hotová, děti ji pomocí dlaní jedním tahem smažou a mohou začít znovu. Míchají barvy a smutek je pryč.



Obrázek 18 Řekni to barvou



Literární výchova

Smutek

V životě se radost často střídá se smutkem. Jsme smutní, když se na nás zlobí rodiče, když se pohádáme s kamarádem, když se nám něco nedaří, když jsme nemocní, když nám někdo ublíží. Rozesmutní nás smutný film i špatné počasí. Často nás rozesmutní stesk po tom, co skončilo – po prázdninách, po kamarádovi, který se odstěhoval, po blízkých lidech, kteří zemřeli. Smutek v nás vyvolává pocity marnosti a beznaděje. Hluboký a dlouhodobý smutek může vést až k onemocnění. Proto bychom si smutek neměli pěstovat – smutek se musí překonávat. Vždyť budoucnost nám možná už zítra přinese nová překvapení a nové radosti (Žáček, 2002).



Obrázek 19 Smutek

2.4 STRACH

Strach mnozí z nás vnímáme jako negativní emoci. Při krátkodobém působení ji však můžeme považovat spíše za kladnou, neboť v nás probouzí **pud sebezáchovy**. Je však na místě zdůraznit, že nesmí jít o strach, který by se dostavoval velmi často a příliš intenzivně, ale také se **nesmí jednat o strach dlouhodobý**. Ten by pak patřil k těm nejhorším emocionálním stavům a práce s ním **patří do rukou odborníků** – psychologů.

Krátkodobý strach vyvolává nahromadění krve v kosterním svalstvu, například v dolních končetinách, což usnadňuje útěk. Obličej zbledne, neboť krev je odváděna jinam. Současně tělo na okamžik ztuhne, možná nám tak poskytuje čas posoudit, zdali by nebylo lepší se skrýt. Nervové okruhy v mozkových emočních centrech spustí vyplavování celé řady hormonů, jež v těle navodí napětí a ostražitost a připraví tak tělo na blížící se reakci. Pozornost se automaticky zaměří na okamžité hrozící nebezpečí a umožní nám tak lépe posoudit, jakým způsobem situaci řešit (Goleman, 2011).

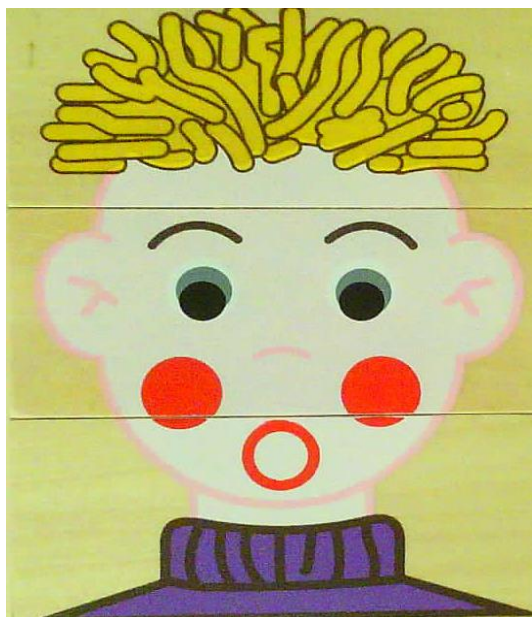
Obrázek 20
Projevy strachu



Literární výchova

Strach

Malé děti se bojí velkých, hlučných a neznámých věcí – nákladního auta, temného lesa, vousatého člověka. Někdo má strach z výšky, někdo ze tmy a někdo z toho, že nebude ve škole při zkoušení umět. Člověk musí umět strach překonávat, jinak by se neodvážil ani vyjít z domu. Ale strach je zároveň užitečný: brání nám zbytečně riskovat. Zdaleka ne každý, kdo se něčeho bojí, musí být strašpytel. Bojí se dospělí, dokonce i ti nejodvážnější. Třeba toho, aby se dětem nestalo nic zlého. Když máme někoho rádi, je přirozené mít o něj strach (Žáček, 2002).



Obrázek 21 Strach



Příklady z praxe:

Aktivita: Co se mi na obrázku nelíbí

Děti mají před sebou obrázek, který si buď přinesly z domova, nebo si ho vybraly v mateřské škole. Obrázek může být z časopisů, ze starých knih a podobně. Obrázek by se dětem neměl líbit, měl by v nich vzbuzovat spíše negativní emoce, smutek, zděšení. Nad obrázkem společně diskutujeme. Poté mají děti za úkol obrázek přetvořit, předělat, rozstříhat a znovu poskládat tak, aby se jim obrázek líbil, aby se již obrázku nebály. Tato aktivita pomůže dětem postavit se strachu čelem, hledat možná řešení, umět se strachem dále pracovat a přetvořit ho do jiné emoce.

Reakce dětí:

- „Vybral jsem si obrázek pána, který měl v ruce pistoli a tvářil se dost našťavaně, bál jsem se ho. Ale ve školce jsem ho přetvořil. Místo zbraně má na vodítku psa a pusou jsem mu vystříhl a nakreslil tam usměvavou.“

2.5 HNĚV

Vzteky, hněv, zlost jsou pojmy, které vyjadřují **zápornou emoční reakci** na pro nás nelibý podnět. Prudký odpor v nás vzbudí např. kritika, výhrůžka apod. Příčiny hněvu mohou být podmíněny **velkým strachem, smutkem**, kdy v souvislosti s hněvem mluvíme o sekundární reakci. Uvádí se, že přiměřený hněv je zdravá lidská emoce, ale nesmí se dostat mimo kontrolu.

Pokud se hněv vystupňuje, může nastat **fáze zuřivosti**, která může vést k destrukci osobních vztahů, v krajním případě dochází i k poškození zdraví člověka, neboť se zvyšuje krevní průtok v rukou, což usnadňuje uchopení např. nějaké zbraně, nebo sražení nepřítele. Zrychluje se zároveň srdeční frekvence a spouští se náhlé vyplavení hormonů typu adrenalinu do krevního oběhu. Tím je uvolněn dostatek energie na rychlou, fyzicky náročnou reakci (Goleman 2011).



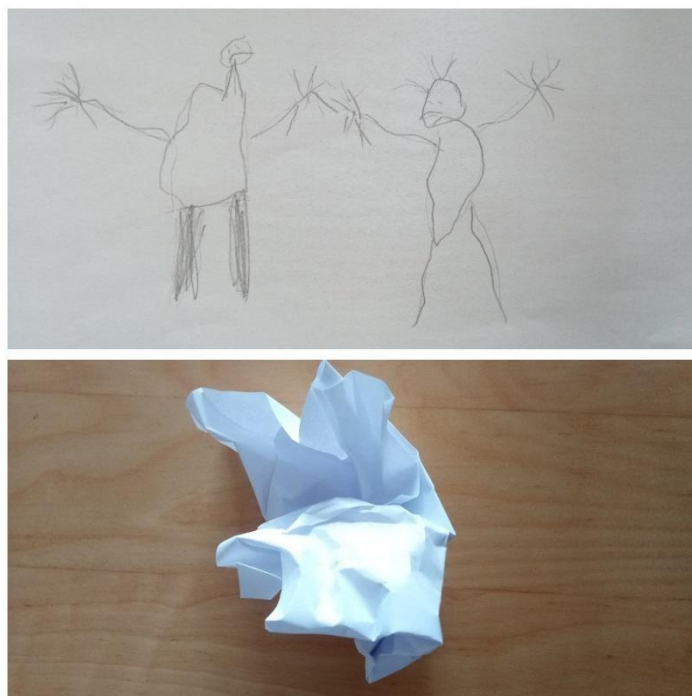
Obrázek 22 Projev hněvu

**Příklady z praxe:****Aktivita: S hněvem do koše**

Aktivita začíná tím, že si dítě vezme prázdný papír, pastelky či fixy. Najde si pohodlné místo, kde nebude nikým rušeno. Na papír začne kreslit to, co ho trápí, proč je naštvaný, proč má v sobě agresi a hněv. Dítě má času, kolik potřebuje, někdy je hotové hned, někdy si nechává delší prodlevu. Když je výkres hotový, dítě papír zmačká, může ho roztrhat, začmárat, zničit → tím ze sebe dostane negativní emoce. Poté jde papír hodit do koše. Některé děti papír ještě dají na zem a podupají ho. Učitelka vše pozoruje z dálky, pokud je dítětem k aktivitě přizvána, zapojí se. Pokud dítě chce celou akci prožít samo, učitelka zůstává tichým pozorovatelem. Když dítě vhodí svůj obrázek do koše, je to pro něj forma uvolnění, klidu. Cítí se emočně vyrovnaněji, hněv zůstal v koši, je pryč.

Reakce dětí:

- „Dneska jsem měl vážně blbý ráno, nakreslil jsem, jak jsme se poprali s bráchou, ale já za to nemohl. Je to nespravedlivý. Ale zmačkal jsem to, vyhodil a už se nezlobím.“
- „Necítím se dobře, nevím proč. Jsem prostě naštvaný na celý svět. Papír jsem zmačkal a rozdupal. Teď už si jdu hrát.“



Obrázek 23
S hněvem do koše



Obrázek 24 Obrázek hněvu



Literární výchova

Hněv

Když se s někým nepohodneme nebo se nám něco nezdaří, zmocní se nás hněv. Zrudneme, zrychlí se nám tep, nevidíme, neslyšíme a nejradši bychom něco rozbili. Skleničku, kterou jsme převrhli, koloběžku, z níž jsme spadli, míč, který vyrazil okno. Máme sto chutí uhodit toho, s kým jsme se pohádali. Naštěstí dřív, než vyvedeme nějakou hloupost, náš mozek začne znovu myslet a my se ovládneme. Hněv je špatný rádce, říká se. Ti, kdo se neovládli a někomu ve zlosti ublížili, toho později většinou litují. Co má člověk dělat proti vzteku? Počkat, až nám hlava vychladne a začne uvažovat. Třeba počítat do deseti nebo počítat do sta. S chladnou hlavou přijdeme snáz na to, kde se stala chyba a jak ji napravit (Žáček, 2002).

3 KOMUNIKACE V MŠ

Kapitola přináší stručné vysvětlení pojmu komunikace a sociální komunikace. Dále je pozornost soustředěna na vývoj dítěte v oblasti jeho komunikačních dovedností, které jsou neoddělitelně propojeny s jeho emocemi. Čtenář se seznámí s využitím **komunitního kruhu** a dalšími praktickými příklady rozvoje komunikace i ukázkami praktických pomůcek, které jsou pro výchovu i vzdělávání v mateřské škole nezbytné.



Komunikací rozumíme sdělování informací, myšlenek, pocitů (Průcha a kol., 2009).

Komunikaci lze také charakterizovat jako **proudění informací** z jednoho bodu k druhému, od zdroje k příjemci. Na vzájemné mezilidské komunikaci je pozoruhodné, že ji spoluvytváříme, vzájemně ovlivňujeme a zároveň jsme její součástí. Komunikací působíme na druhého člověka a můžeme ho také změnit. Zároveň se jejím vlivem měníme i my sami. (Vybíral, 2000).

Informovat, instruovat, přesvědčit a pobavit jsou hlavní funkce komunikování, které může probíhat verbálně a neverbálně. Při **slovní** komunikaci mezi dvěma a více účastníky je důležitý **tón hlasu, tempo, intonace, pomlky i hlasitost**. Mimoslovní komunikace zahrnuje širokou oblast toho, co **signalizujeme beze slov** či se slovy jako doprovod slovní komunikace. Jsou to gesta, postoje těla, výraz tváře, pohledy očí, vzdálenost, zaujímání prostorových pozic, tělesný kontakt apod.

3.1 SOCIÁLNÍ KOMUNIKACE

Sociální komunikace jako subjektivní výpověď člověka o sobě nebo sdělení druhému předpokládá **vzájemnou interakci**. Subjekt působí na jiný subjekt, pro který se toto chování stává podnětem pro reakci, jde o výměnu vzájemně stimulujících způsobů chování. Mezi **základní symboly** v sociální komunikaci patří písmo, mluvené slovo, obrázek, gesto, akce a činnost.

Sociální komunikace, která je úzce provázána i s citovým vztahem mluvčího k oslovenému, provází člověka celý život, **nelze nekomunikovat**. Její zvládnutí patří k základům socializace a sociálního učení. Proto její rozvoj již v předškolním věku podporujeme výběrem her a cvičení zaměřených na komunikativní dovednosti.

Úspěšnou komunikaci provází její nedílná a velmi náročná součást, kterou je **aktivní naslouchání**. Tato součást bývá někdy velkým problémem i u dospělého člověka. Proto je třeba se jí věnovat již v mateřské škole. Kvalitnímu naslouchání nejčastěji brání

nesoustředěnost, netrpělivost, zaměřenost na sebe, ale i malý respekt k řečníkovi. V myšlenkách odbíháme k jiným tématům, skáčeme si do řeči atd.

Pro efektivní aktivní naslouchání bylo zformulováno několik zásad. Za nutné je považováno opravdové **soustředění na řečníka**, kdy naslouchající zaměřuje svoji pozornost výhradně jen na něj. Zároveň je ochoten naslouchat a porozumět. Aktivní naslouchání by mělo být dále doprovázeno:

- udržováním očního kontaktu s řečníkem,
- projevením zájmu neverbálními prostředky,
- přiměřeným slovním povzbuzováním (stačí pouze krátká slovní přitakání, která potvrdí, že řečníka vnímáme),
- kladením doplňujících otázek,
- vhodné je někdy v závěru shrnout sdělení a ujasnit si, že jsme správně rozuměli.

(Vybíral, 2000)

3.2 SLOVNÍ KOMUNIKACE U DÍTĚTE DO 6 LET VĚKU

Vznik aktivního užívání jazyka souvisí s asociováním slyšených zvuků s aktivitami, které dítě právě dělá, s jejich zvukovým napodobováním. Pozitivní reakce, které přichází z jeho okolí, jej motivují a podněcují k novým pokusům. **Emotivní vyjadřování** dítěte v **batolecím věku** je spojeno s vymyšlením si svých vlastních slov. Jejich používání se vzdává, nebo je naopak upevňuje podle toho, zda se jimi domluví s okolím. Jazyk se stává dovedností a nástrojem k pohybování se po světě (Vybíral, 2000).

K **bouřlivému rozvoji řeči** dochází zpravidla mezi **18. a 36.** měsícem života dítěte. Předškolní věk (3-6 let) je dobou, kdy už je dítě schopné **přiměřeně, smysluplně vyjádřit své názory**. Vágnerová (2000) uvádí, že dítě *...“ přibližně od 4 let věku začíná být schopné diferencovat způsob komunikace s ohledem na možnosti svého komunikačního partnera (jeho sociální roli, vývojovou úroveň, citový vztah atd.).“*

a) V komunikaci s dospělými jde o zdvořilejší způsob vyjádření, uvědomují si nevhodnost použití např. vulgárních výrazů. Děti však předpokládají automatické porozumění jejich jakéhokoliv sdělení.

b) Při komunikaci s vrstevníky se vyjadřují přímo. Často používají specifické výrazy (pro dospělé méně přijatelné). Jejich komunikace se v zápalu hry mění i v monolog, kdy zapomínají na své posluchače, anebo předpokládají jejich totožný postoj.

c) S mladšími dětmi jsou schopné komunikovat alespoň částečně s ohledem na jejich potřeby a dokáží se jim přiblížit (Vágnerová, 2000).

V **předškolním věku** dítě ještě není schopné pracovat plně se sdělenými informacemi, nemá dostatečně rozvinutou slovní zásobu, aby s nimi mohlo dále pracovat. Komunikace bývá někdy narušena i porozuměním, neboť část dětí nemívá ještě vyvozeny všechny hlásky, což se však s postupem věku u většiny dětí zlepšuje.

K rozvoji komunikace se zaměřením na práci s emocemi využívá pedagog různé **komunikační strategie**. Vhodné je i propojení s dalšími výchovami a aktivitami, např. literárními, výtvarnými i přírodovědnými.

3.3 KOMUNIKAČNÍ STRATEGIE



Strategie je dlouhodobý záměr činnosti k dosažení určitého cíle.

Komunikační strategie jsou postupy (způsoby) v komunikaci, které nás vedou k dosažení vytyčeného cíle.

Při práci, která je zaměřena na **propojení emocí a komunikace** u dětí předškolního věku, volíme v jednotlivých aktivitách různé komunikační strategie. Není podmínkou začlenit v rámci jednoho zaměstnání všechny uvedené strategie, ale faktem je, že nezůstáváme pouze u jedné.

- **Kladení otázek** (Učitelka klade krátké, srozumitelné a jednoznačné otázky, aby na ně mohly děti jednoznačně odpovědět.).
- **Hledání souvislostí a vytváření vlastních představ** (Kdo má dnes jarní náladu? Jak se pozná jarní nálada?).
- **Vytváření dalších smyslových představ** (Při pobytu venku, si povídáme, co všechno jarního můžeme vidět, cítit, osahat si. Sledujeme pocit uspokojení. Baví vás to? Jaké máte pocity?).
- **Předvídání – odhadování dalšího vývoje** (Některé z dětí to bavit nemusí, nemá z toho radost, v tom případě je důležité mu nabídnout jinou aktivitu. V tomto případě je nejlepší rozptýlení pohybem.).
- **Usuzování – odhalování skrytých významů** (Rozvíjíme myšlení a dětskou fantazii. Motivujeme děti k předvídání: Co se stane, když nebude venku svítit sluníčko? Popisujeme s dětmi probíhající jevy a předvídáme, co bude následovat: Vykvetla žlutá pampeliška, co se s ní bude dít dál?).
- **Určování podstatných myšlenek a informací** (Při četbě či vyprávění příběhu se snažíme s dětmi vystihnout podstatu vyprávění, co je a není pro příběh důležité. Například: Alenka nezmokla, protože měla červený deštník. Je důležité, že Alenka měla deštník? Ano, protože nezmokla. Je důležité, že byl deštník červený? Ne...).

- **Sledování porozumění** (Sledujeme, jestli děti rozumí čtenému textu, ale i dění ve třídě, aktivitám. Učitelka klade cíleně otevřené otázky, provádí s dětmi vizualizaci. Proč Alenka nezmokla? Co by se stalo, kdyby Alenka zmokla? Zmokli jste někdy? Jak jste se cítili, když pršelo a neměli jste deštník? Kdy se cítíte lépe, když prší, nebo když svítí sluníčko? Proč?).



Obrázek 25 Radostná chvíle při komunikaci s paní učitelkou



Příklady z praxe:

Aktivita: Ferda a jeho mouchy – práce s příběhem „Sám“ (viz příloha 1)

Pomůcka: Emušáci. Ferda a jeho mouchy. (Dostálová, Jančiová, Vlčková, 2017)

Děti sedí v kruhu a poslouchají četbu příběhu (viz příloha 1), ve kterém je hlavní hrdina Ferda. Je však líný, nehýbe se a jen jí a tloustne.

Otázky

Reakce dětí

Jak se správně měli kamarádi zachovat, když Ferda nebyl dobrý v soutěži? Jak byste se zachovali vy?	<ul style="list-style-type: none"> • povzbuzovat ho, • pomáhat mu, • důvěřovat
Jak se asi Ferda cítil, když s ním nikdo nechtěl kamarádit?	<ul style="list-style-type: none"> • sám, • moucha osamocení, • měl špatnou náladu
Jakým způsobem řešil Ferda situaci, když s ním nikdo nekamarádil?	<ul style="list-style-type: none"> • byl zlý, • ubližoval, • ničil kamarádům hračky, • mluvil špatně
Co by mohl Ferda dělat pro to, aby se zlepšil ve sportu?	<ul style="list-style-type: none"> • víc trénovat
Z jakého důvodu změnili kamarádi své chování vůči Ferdovi?	<ul style="list-style-type: none"> • nežaloval na ně, • nechal všechnu vinu na sobě

Rady pedagoga:

1. Je důležité být mu oporou, poradit mu, dát mu pomocnou ruku. Když vidíme, že někomu něco nejde, pomůžeme mu, aby se to naučil.
2. Abychom se my ve školce necítili smutní, budeme spolu hezky mluvit, pomáhat si, neříkat si zlá slova, protože to, co řekneme, nejde vrátit. Neděláme to, co nechceme, aby nám dělal někdo jiný.
3. Tohle byla pro Ferdu těžká situace, na koho se mohl obrátit? Kdo mu mohl pomoci? Všichni si nevíme občas rady, ale důležité je o tom mluvit a požádat někoho o radu, o pomoc.
4. Každý neumí všechno, důležité je neporovnávat se, každý jsme dobrý v něčem jiném. Krok po kroku se budeme zlepšovat, nesmíme se vzdávat.
5. Ferda ukázal, že je dobrý kamarád. Ostatní kamarádi převzali zodpovědnost.

Mouchy třídíme a přidáváme k Ferdovi podle toho, jak se cítil na začátku příběhu a jak se cítil na konci.

Závěr: Pohladíme kamaráda vedle sebe, ať víme, že u nás nikdo není sám a jsme všichni kamarádi.

3.4 KOMUNITNÍ KRUH

Komunitní kruh je jedním z nejlepších nástrojů pro vytváření **dobrých vztahů** ve třídě. Jak již sám název prozrazuje, jeho základem je komunikace dětí, při které jsou dodržována domluvená pravidla. Uzavřený kruh si klade za cíl vytvářet pocit bezpečí pro každé dítě, přičemž dochází k posilování prosociálního chování.

Aby uvedené cíle mohly být naplňovány a rozvíjela se komunikace dětí, je třeba zavést a následně dodržovat **pravidla komunitního kruhu**. Nejefektivnější cestou k dodržování pravidel je jejich společné vyvození a stvrzení.

Pravidla komunitního kruhu:



Obrázek 26 Pravidla komunitního kruhu - <https://www.facebook.com/epredskolaci/photos/a>.

1. Pozorné naslouchání

Pozorné naslouchání je dovednost, která patří mezi základní předpoklady dobrých vztahů, ale zároveň je tato dovednost velmi náročná, neboť se s ní potýkají i mnozí dospělí. Je výrazem respektu k druhým lidem, podmiňuje úspěšnou komunikaci. Bez naslouchání nemůže komunitní kruh plnit svou úlohu. Velkou pomocí pro zajištění vzájemného naslouchání je využití **drobného předmětu** (kamínek, kaštan, mušlička, míček...), který je předáván postupně

po kruhu z ruky do ruky. **Mluví pouze ten, kdo má předmět v ruce.** Ostatní děti naslouchají, to znamená, že mluvčího nepřerušují, nekladou žádné otázky ani žádným způsobem nekomentují, co říká.

Toto pravidlo platí v komunitním kruhu pro všechny stejně, tedy i pro učitele! Ani on nijak do řeči nevstupuje.

Předmět, který symbolizuje právo mluvit (viz obr. 27), se má snadno předávat z ruky do ruky. Měl by být příjemný do dlaně, ne však příliš atraktivní, aby zbytečně neodpoutával pozornost dětí, které se mají soustředit na to, co se v komunitním kruhu říká. Předmět je vlastně rituálním prvkem, který umožňuje beze slov vyjádřit „já sem patřím," a to i těm dětem, které využijí svého práva nemluvit – viz pravidlo č. 2.



Obrázek 27 Předměty pro komunikaci

2. Právo nemluvit

Zvolený předmět si děti postupně předávají, putuje po kruhu z ruky do ruky. V případě, že se některé dítě nechce vyjádřit, není k tomu nuceno a bez vysvětlování předá předmět dalšímu v pořadí. Dodržováním jmenovaného pravidla je u dětí vytvářen pocit bezpečí.

3. Pravidlo úcty

Toto pravidlo znamená, že o nikom nemluvíme nepěkně, nikoho nekritizujeme (ani přítomnou, ani nepřítomnou osobu), nikomu se nevysmíváme. Nezpochybňujeme, co kdo v kruhu říkal. Každý má právo vyslovit svůj názor. Cílem je, aby dítě vyslovilo názor bez obav z negativní reakce.



Přírodověda

Jírovec maďal je statný strom, se kterým se setkáváme např. v parcích, stromořadích. Jeho dlanitě sedmičetné, dlouze řapíkaté listy vyrůstají z velkých, hnědých a lepkavých pupenů. V květnu až červnu rozkvétá v hustých bohatých latnatých květenstvích s korunními lístky, bílými, červeně a žlutě skvrnitými. Plodem je ostnitá tobolka s dvěma vajíčky, z nichž dozrává zpravidla jediné tmavohnědé semeno, které znají děti pod názvem kaštan (Toman, 2021).



Obrázek 28 Jírovec maďal - <https://www.google.com/search>

Zahájení aktivity v komunitním kruhu

Zahájení aktivity v komunitním kruhu je na učiteli, který v **úvodu komunikace navodí téma** a položí otázku. Na ni může jako první odpovědět v případě, kdy potřebuje „udat tón“, navést děti určitým směrem. Druhou variantou zahájení práce v kruhu je podat předmět dítěti po pravici či levici učitele a k danému tématu se vyjádřit až jako poslední. Třetí varianta zahájení je založena na volbě dětí. Učitel vysloví téma – otázku a předmět, který si po kruhu běžně s dětmi posílají, nyní podrží v otevřené dlani a natažením paže směrem do středu kruhu jej nabídne. Do ruky si jej vezme to dítě, které se rozhodne na otázku odpovědět jako první. Předmět se dále předává po kruhu od dítěte, které odpovídalo jako první, ale může rovněž zopakovat gesto učitele a opět nabídnout předmět natažením paže dalšímu zájemci.

Mezi zásadní úkol učitele pro aktivity v komunitním kruhu patří **pozitivní motivace**. Je důležité, aby se děti do něj těšily. Když s komunitním kruhem začínáme, měla by být vybírána pro děti aktuální, zajímavá témata, aby u nich vzbuzovala radost a další pozitivní emoce.

Postupným opakováním komunitního kruhu a zafixováním jeho pravidel vybudujeme u dětí pocit důvěry. Je to chvíle, kdy se tento způsob komunikace stává součástí života třídy, kdy můžeme v komunitním kruhu začít hovořit i o emočně náročnějších otázkách.



Příklady z praxe:

Otázky pro komunitní kruh v úvodní fázi:

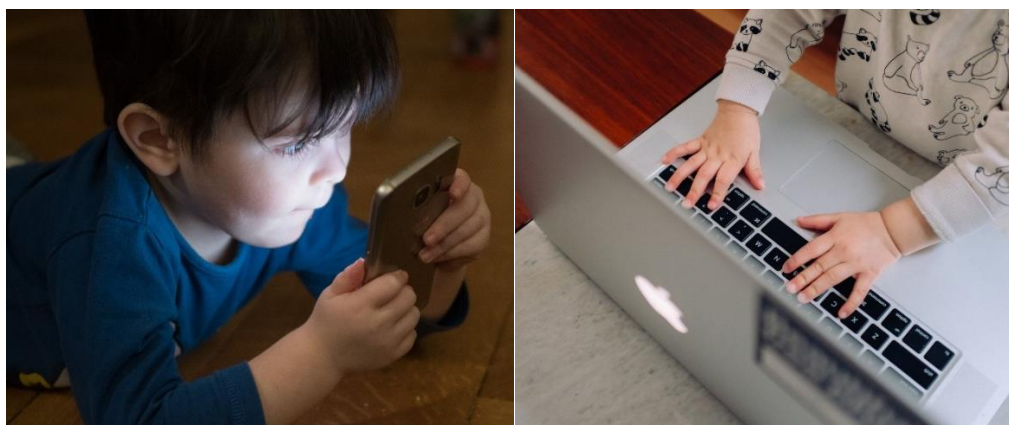
- Na co se těšíme...?
- Co se nám dnes (tento týden) povedlo?
- Co nás potěšilo?
- Co nového jsme se naučili (dnes, tento týden)?
- Co nám už docela jde?
- Co si představíme, když se řekne ... (zima, pohádková krajina, dobrodružství...)?
- Jaké to asi je být... (psem, indiánem, hrdinou, maminkou...)?

Otázky pro komunitní kruh v pokročilé fázi:

- Co tě dokáže rozveselit?
- Je něco, čeho se bojíš?
- Co uděláš, když vidíš, že je tvůj kamarád smutný?
- Rozzlobil se na tebe někdo?
- Co tě nejvíce rozzlobilo?
- Atd.

Komunitní kruh je jedním z nejlepších nástrojů budování vztahů, rozvoje emoční inteligence. „Vedlejším produktem“ je rozvoj slovní zásoby, dovednosti naslouchat, projevit své názory i city před ostatními. Protože zasahuje do citlivých osobních oblastí, je třeba, abychom s ním zacházeli velmi zodpovědně, abychom si byli vědomi jeho rizik.

Omezení ICT v předškolním věku by mělo být samozřejmostí. Je nutné si uvědomit, že za tlakem na mateřské školy není zájem o rozvoj dítěte, ale lobby počítačových firem, které si tak připravují své budoucí zákazníky.



Obrázek 29 Nevhodné aktivity pro malé děti

4 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE

Vedle výše uvedených praktických příkladů se následující kapitola zaměřuje na kompaktní soubory aktivit ke každé z probíraných emocí. Všechny uvedené činnosti byly **ověřeny v praxi** s dětmi ve věku 3-6 let.

4.1 TÉMA RADOST



Obrázek 30 Moucha Radost

Očekávaný výstup:

- Vědomě využívat všech smyslů, záměrně pozorovat, postřehovat.
- Všítat si (nového, změněného, chybějícího).
- Vnímat a rozlišovat pomocí všech smyslů.
- Uvědomovat si příjemné a nepříjemné citové prožitky.

Konkretizovaný výstup:

- Rozlišit známé chutě a vůně i zápachy (např. slané, sladké, kyselé, hořké, vůni koření, různých pochutin).
- Rozlišit hmatem vlastnosti předmětu (např. strukturu povrchu).
- Určit tvar, materiál, počet, velikost.

Věková skupina:

- 3– 6 let (cca 24 dětí).

Časová dotace:

- V rámci komunitního kruhu (cca 30 min).

Aktivity:

- Úvod – básnička, která svolá děti do komunitního kruhu.
- Nastavení kalendáře.
- Pozdravení v kruhu s Hafíkem, třídním maskotem.
- Seznámení s 5 smysly.
- Pohybové chvílky.
- Hmatový pytel odvahy.
- Prožitkové učení.
- Závěr, reflexe.

Metodický postup

Cíl: Dítě se seznámí se všemi lidskými smysly, učí se je vyjmenovat, aplikuje výsledky pozorování do připraveného pracovního listu.

Pomůcky: hmatový pytel odvahy, popcorn, mikrovlnná trouba, pracovní listy, pastelky.

Popis činnosti:

Činnost učitelky	Činnost dětí
<p>Úvod: Básnička na svolání dětí do kruhu – „Ať jsi holka nebo kluk, udělej tu se mnou kruh. Naučím tě chodit, stát, pojď si se mnou, pojď si hrát. Zatleskej, zadupej, kamarádům ruku dej. Máme se tu všichni rádi, protože jsme kamarádi.“</p>	<p>Děti stojí v kruhu a drží se za ruce. Předvádějí pohyb – chůze na místě, stání na místě, ruce mávají. Poté děti tleskají, dupou. Dále si podávají ruce. Pak kamaráda pohladí. Nakonec ukazují ve vzduchu srdíčko.</p>
<p>Nastavení kalendáře.</p>	<p>Děti chodí po vyzvání nastavit den, měsíc, čas, počasí, roční období.</p>
<p>Pozdravení s třídním maskotem.</p>	<p>Děti si posílají po kruhu třídního maskota a navzájem si popřejí dobré ráno.</p>
<p>Učitelka si připraví do středu kruhu demonstrační obrázky se smysly. Ruce – hmat, ústa – chuť, uši – sluch, nos – čich, oči – zrak. Obrázky jsou otočené směrem dolů.</p>	<p>Děti spočítají, kolik vidí obrázků. Po vyzvání učitelkou otáčí obrázky. Postupně popisují, co vidí.</p>
<p>Učitelka s dětmi začne diskutovat nad obrázky, společně si předvedou každý smysl.</p>	<p>Děti s učitelkou společně předvádějí pohyb. Hmat – mávání rukama nad sebou, pohlazení kamaráda vedle sebe. Čich –</p>

	<p>rychlé dýchání nosem, poté zpomalení. Cítil někdo něco? Zavření očí a poté otevření – co vidíme? Zakrytí uší pomocí dlaní, co slyšíte? Vyplazení jazyka, poté se dojít napít – co děti cítily na jazyku za chuť? Máme dnes čaj nebo vodu? Diskuze s učitelkou.</p>
<p>Učitelka s dětmi vytleskává každý smysl + počítání slabik.</p>	<p>Děti vytleskávají slabiky dle obrázků.</p>
<p>Maskot Hafík si všimne, že uprostřed kruhu je hmatový pytel odvahy. Učitelka namotivuje děti. „Co to tady máme? Jaká moucha by mohla přiletět? Co myslíte, zvládneme se do toho pytle podívat? Zkusíme to?“</p>	<p>Děti poslouchají Hafíka, poté přinášejí mouchy emocí. Jsou zvědavé, co bude asi v hmatovém pytli? Strach – neublíží nám to? Důvěra – držíme si palce, že to zvládneme, nic se nám nestane.</p>
<p>Učitelka vyzve děti, že mohou do hmatového pytle odvahy sáhnout. Učitelka využívá svůj hlas, dělá napínavou atmosféru při činnosti, aby děti byly vtaženy do situace.</p>	<p>Pokaždé, když dítě jde pro mouchu, ostatní děti si zatím udělají křídélka a létají okolo velkého kruhu dokola, poté se posadí opět na své místo. Další dítě jde pro mouchu – ostatní bzučí, nejprve potichu, poté hlasitěji.</p>
<p>Když se vymění dostatečné množství dětí, učitelka otevře hmatový pytel a vyndá popcorn. Učitelka dává dětem návodné otázky, k čemu asi může být, proč tady je atd.</p>	<p>Kdo z dětí chce, sáhne do hmatového pytle a ohmatá předmět. Popisuje, co cítí, jaký to je materiál, co jim připomíná. Ostatní děti, drží kamarádům palce.</p>
<p>Prožitkové učení s popcornem – učitelka dětem vysvětlí, že na popcornu si děti procvičí všech 5 smyslů. Rozdá dětem pracovní list, kde je popcorn v papírovém pytlíku. Učitelka řekne dětem, aby si u stolečku vybarvili popcorn podle své fantazie.</p>	<p>Děti jsou nadšené, že si dnes ve třídě budou dělat popcorn, který budou zkoumat. Vezmou si pracovní list a jdou si sednout ke stolečku, připraví si pastelky.</p>
<p>Učitelka přinese do třídy mikrovlnnou troubu, poučí děti o bezpečnosti. Učitelka vloží do mikrovlnné trouby popcorn, děti upozorní, ať se soustředí na to, co se</p>	<p>Děti si sednou kolem mikrovlnné trouby na zem. Pozorují, co se děje – použití zraku. Popcorn začal bouchat – děti diktovaly, že teď používají sluch.</p>

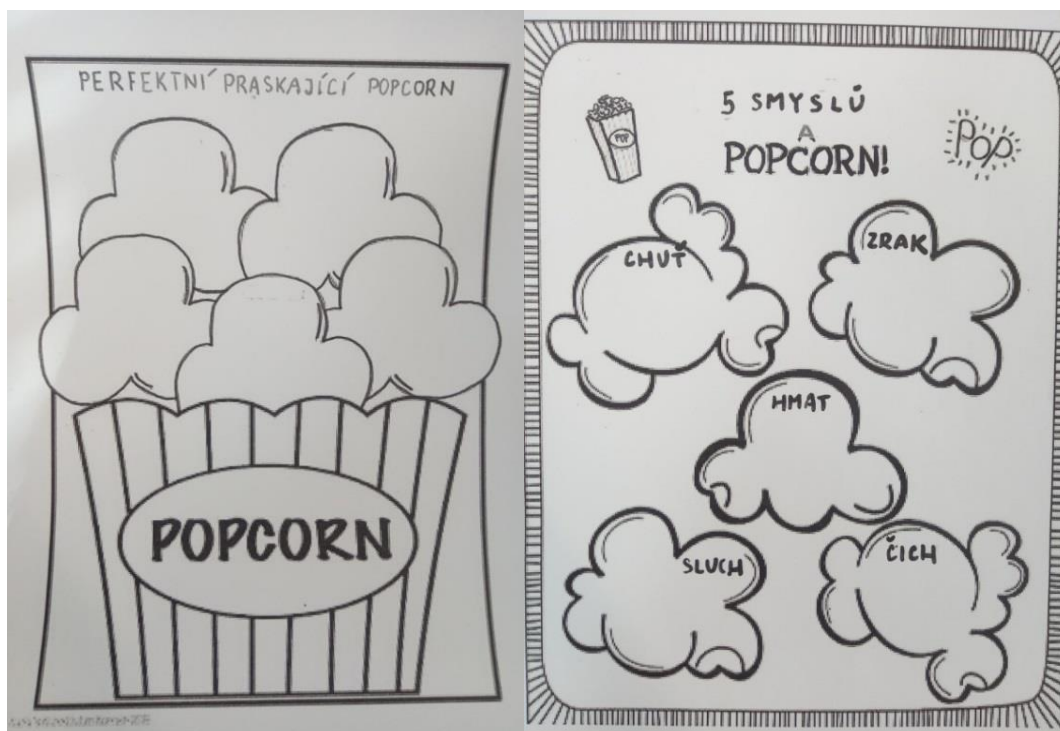
<p>bude dít, co uslyší, uvidí, ucítí atd. Když byl popcorn hotový, učitelka jej vyndala a přesypala do mísy. Učitelka chodí kolem dětí a nabízí jim popcorn. Poté si děti na svůj pracovní list nalepí kousky popcornu. Děti dostávají druhý pracovní list od učitelky, kam se vepíše, co, slyšely, viděly, cítily.</p>	<p>Popcorn začal vonět – děti hlásily, že používají čich. Děti si sedly zpět ke stolečkům a ochutnávaly popcorn – použití chuti a hmatu. Děti si na svůj první pracovní list vlepily kousky popcornu. Na druhý pracovní list s pomocí učitelky vepisují, co slyšely, viděly, cítily...</p>
<p>Reflexe: Co se vám nejvíce líbilo a proč, komu chutná popcorn, může se jíst často? Diskuze.</p>	<p>Děti sdílí svoje zkušenosti. „Cítil jsem slanou vůni.“ „Slyšela jsem bum, bum, bum.“ „Příchuť popcornu byla sýrová.“ „Když jsem na popcorn sáhl, byl ještě teplý.“</p>



Obrázek 31 Vybarvení popcornu



Obrázek 32 Práce dětí



Obrázek 33 Pracovní list 1 a 2

4.2 TÉMA SMUTEK



Obrázek 34 Moucha Smutek

Očekávaný výstup:

- Uvědomovat si příjemné a nepříjemné citové prožitky.
- Zachytit a vyjádřit své prožitky.
- Snažit se ovládat své afektivní chování.

Konkretizovaný výstup:

- Umět se zklidnit, ovládnout se, potlačit projev smutku.
- Projevovat pozitivní i negativní emoce (soudit, radost, náklonnost, spokojenost, ale také strach, smutek).

Věková skupina:

- 3– 6 let (cca 24 dětí).

Časová dotace:

- V rámci komunitního kruhu (cca 25 až 30 min).

Aktivity:

- Úvod – básnička, která svolá děti do komunitního kruhu.
- Nastavení kalendáře.
- Pozdravení v kruhu s Hafíkem, třídním maskotem.
- Pozdravení s loutkou a jejím přivítání dětmi.
- Motivace – loutka nám přinesla pohádku, četba.
- Pohybové ztvárnění při četbě.
- Aktivita s loutkou – ukázka nevhodného chování – děti řeší situaci.
- Práce s mouchou Smutek – puzzle.
- Reflexe.

Metodický postup

Cíl: Poznávání dějové posloupnosti příběhu a chování hlavního hrdiny. Popis chování druhého a jeho emocí, reedukace nevhodného chování loutky.

Pomůcky: loutka chlapečka Kubíka, pohádka z knihy „Děti a emoce“ (viz příloha č. 2), pracovní list s mouchou Smutek, lepidlo, pastelky, nůžky.

Popis činnosti:

Činnost učitelky	Činnost dětí
<p>Úvod: Básnička na svolání dětí do kruhu – „Ať jsi holka nebo kluk, udělej tu se mnou kruh. Naučím tě chodit, stát, pojd' si semnou pojd' si hrát. Zatleskej, zadupej, kamarádům ruku dej. Máme se tu všichni rádi, protože jsme kamarádi.“</p>	<p>Děti stojí v kruhu a drží se za ruce. Předvádějí pohyb – chůze na místě, stání na místě, ruce mávají. Poté děti tleskají, dupou. Dále si podávají ruce. Pak kamaráda pohladí. Nakonec ukazují ve vzduchu srdíčko.</p>
<p>Nastavení kalendáře.</p>	<p>Děti chodí po vyzvání nastavit den, měsíc, čas, počasí, roční období.</p>
<p>Pozdravení s třídním maskotem.</p>	<p>Děti si posílají po kruhu třídního maskota a navzájem si popřejí dobré ráno.</p>
<p>Pozdravení s loutkou jménem Kuba. Kuba přinesl ukázat novou knihu, kterou dostal. Poprosí paní učitelku, zda by nepřečetla příběh z knihy. Paní učitelka Kubovi odpoví, že určitě, ale až poté, co si společně povědí, co je dnes čeká. Kuba se rozpláče, hodí knihu na zem a brečí. Kuba vysvětluje, že je smutný, že se těšil, až dětem ukáže svou novou knihu.</p>	<p>Pozdravení s loutkou Kubou. Reedukace nevhodného chování Kuby – děti vysvětlují Kubovi, proč se knihou nehází. Přinesou pravidla, která dodržujeme ve školce. Děti upozorňují Kubu, že trpělivost je důležitá – uvádí své poznatky: „Taky jsem byla smutná, když jsem nemohla hned jet k babičce, ale maminka mi vysvětlila, že tam pojedeme odpoledne, ať jsem trpělivá.“</p>
<p>Kuba se uklidní, díky kamarádům pochopil, že s knihou se nehází a že na některé činnosti se vyplatí počkat. Ale smutek u něj dále přetrvává. Proto paní učitelka nakonec vybrala pohádku o smutku, jelikož společně s dětmi chtějí Kubovi vysvětlit, že smutek se dá překonat a pro život je také důležitý.</p>	<p>Děti se pohodlně usadí a paní učitelka začne číst pohádku z knihy.</p>

<p>Pohybové ztvárnění při četbě: Paní učitelka čte, když přestane, poprosí děti, aby ztvárnily pantomimu na dané slovo z knihy, například slovo běh.</p>	<p>Děti se snaží Kubovi vysvětlit, jak se chováme při čtení knihy. Děti běží na místě. Loutka Kuba se zapojuje také a s dětmi vykonává pohyb.</p>
<p>Druhá část: Při četbě Kuba porušuje pravidla, ruší, tleská (učitelka hraje loutku). Poté začne vykřikovat, že ho to nebaví, dupe a rozčiluje se.</p>	<p>Děti přemýšlí, jak Kubu naučit slušnému chování. Mezitím odpovídají na otázky, které jsou v knize na konci pohádky.</p>
<p>Paní učitelka Kubovi vysvětlí, že pohádku chtěl přečíst, bylo to jeho přání. Není vhodné, že teď u toho ruší. Kuba usoudil, že to nebylo vůči dětem správné, a omluvil se.</p>	<p>Děti se ptají Kubu, zda už odletěla moucha Smutek a zda nad ním již létá jiná moucha, popřípadě jaká? Vysvětlují, že při pohádce se naslouchá a nevyrušuje. Děti jsou na Kubu pyšné, zatleskají mu. Děti předvádějí, jak moucha odlétla pryč.</p>
<p>Kuba dětem vysvětlil, že mouchu odehnal a že už ví, že nemusí hned být kvůli všemu smutný. Z pohádky se dozvěděl, že mohou nastat i mnohem horší situace.</p>	<p>Diskuze nad Kubovým chováním.</p>
<p>Výtvarná činnost: Příprava okopírovaných much Smutek. Popíšeme, jak moucha vypadá, jakou bude mít barvu, jak se tváří. Paní učitelka pomáhá mladším dětem se stříháním či lepením.</p>	<p>Děti si sednou ke stolečku, každý dostane jeden papír. Vybarví si mouchu. Poté dle čar rozstříhají a na prázdný papír nalepí již vybarvenou mouchu.</p>
<p>Reflexe: Zhodnocení dopoledne, o čem jsme si povídaly, jaké mouchy tu dnes s námi byly, proč byl Kuba smutný a jak jsme mu pomohly celou situaci vyřešit.</p>	<p>Děti diskutují, dávají návrhy na řešení pro příště.</p>



Obrázek 35 Pracovní list - smutek

4.3 TÉMA DŮVĚRA



Obrázek 36 Moucha Důvěra

Očekávaný výstup:

- Záměrně se soustředit a udržet pozornost.
- Vyjadřovat svou představivost a fantazii v tvořivých činnostech.
- Přemýšlet, uvažovat a své myšlenky i úvahy vyjádřit.
- Uvědomovat si svou samostatnost, orientovat se ve skupině.

Konkretizovaný výstup:

- Uposlechnout pokynu dospělého a řídit se jím.
- Rozvíjet představivost a fantazii.
- Chápat jednoduché souvislosti.
- Nebát se požádat o pomoc, radu.

Věková skupina:

- 3– 6 let (cca 24 dětí)

Časová dotace:

V rámci komunitního kruhu (cca 30 min).

Aktivity:

- Úvod – básnička, která svolá děti do komunitního kruhu.
- Nastavení kalendáře.
- Pozdravení v kruhu s třídním maskotem Hafíkem.
- Diskuze nad kartou „Strach a důvěra“.
- Puzzle s mouchou.
- Aktivita – kresba portrétu kamaráda.
- Závěr, reflexe.

Metodický postup

Cíl: Dítě překonává emoce strachu a posiluje emoci důvěry. Obě emoce popíše. Zvládá díky kamarádům emoci strachu přetvořit na emoci důvěry.

Pomůcky: karta „Strach a důvěra“, papíry, izolepa, fixy, puzzle s mouchou důvěry.

Popis činnosti:

Činnost učitelky	Činnost dětí
<p>Úvod: Básnička na svolání dětí do kruhu – „Ať jsi holka nebo kluk, udělej tu se mnou kruh. Naučím tě chodit, stát, pojd' si se mnou, pojd' si hrát. Zatleskej, zadupej, kamarádům ruku dej. Máme se tu všichni rádi, protože jsme kamarádi.“</p>	<p>Děti stojí v kruhu a drží se za ruce. Předvádějí pohyb – chůze na místě, stání na místě, ruce mávají. Poté děti tleskají, dupou. Dále si podávají ruce. Pak kamaráda pohladí. Nakonec ukazují ve vzduchu srdíčko.</p>
<p>Nastavení kalendáře.</p>	<p>Děti chodí po vyzvání nastavit den, měsíc, čas, počasí, roční období.</p>
<p>Pozdravení s třídním maskotem.</p>	<p>Děti si posílají po kruhu třídního maskota a navzájem si popřejí dobré ráno.</p>
<p>Učitelka má uprostřed kruhu připravené velké puzzle s mouchou + kartu „Strach a důvěra“.</p>	<p>Děti přemýšlí, co za mouchu to může být. Kartu „Strach a důvěra“ si posílají po kruhu a dívají se, co se jim na ní líbí, co naopak ne.</p>
<p>Diskuze nad kartou – co zobrazuje, jakou má barvu, popis. Přečtení moudrosti z druhé strany karty. Otázky pro děti – Kdy měly strach? Kdy komu věřily? Zjištění, jaká moucha je na puzzlích. Jak se moucha jmenuje, jakou má barvu?</p>	<p>Děti diskutují s učitelkou. Děti svěřují učitelce své příběhy – rozeznání strachu a důvěry. Děti skládají puzzle s mouchou + přinesou plyšovou mouchu od žabáka Ferdy.</p>
<p>Pohybová chvilka – z kolika puzzlí je složená moucha Důvěra, tolik udělají děti dřepů. Vytleskání slova – důvěra – kolikrát tlesknu, tolikrát se zatočím dokola.</p>	<p>Děti předvádějí pohyb dle učitelky.</p>
<p>Činnost zaměřená na důvěru v ostatní kamarády.</p>	<p>Děti si sednou za sebe do kruhu. Sundají si mikiny, vlasy dají do culíků.</p>

Učitelka má připravené papíry a izolepu, fixy.
Učitelka sdělí dětem instrukce k činnosti.
Učitelka dětem přilepí na záda papír, každé dítě dostane fix.

Učitelka dá dětem povel a poté děti začnou kreslit.

Může se stát, že některé děti se zprvu nechtějí zapojovat, mají strach, kresba na záda je pro ně nová činnost.

Může se však několikrát zopakovat.

Když děti mají hotovo, sednou si zpět a položí své obrázky doprostřed kruhu.

Učitelka obrázky zamíchá.

Postupně se obrázky vrátí ke svému majiteli.

Reflexe: Jak se vám činnost líbila? Jak se vám tvořilo na zádech kamaráda? Jak jste se u toho cítili?

Opětovné přečtení moudrosti z karty, rozdíl mezi strachem a důvěrou, když si to děti samy vyzkoušely.

Děti drží v ruce připravený fix, před sebou mají kamaráda, který má na zádech přilepený papír.

Dítě začne na povel učitelky kreslit

kamaráda, kterého má před sebou.

Děti se snaží co nejlépe nakreslit portrét kamaráda před sebou, aniž by se na něj dívaly.

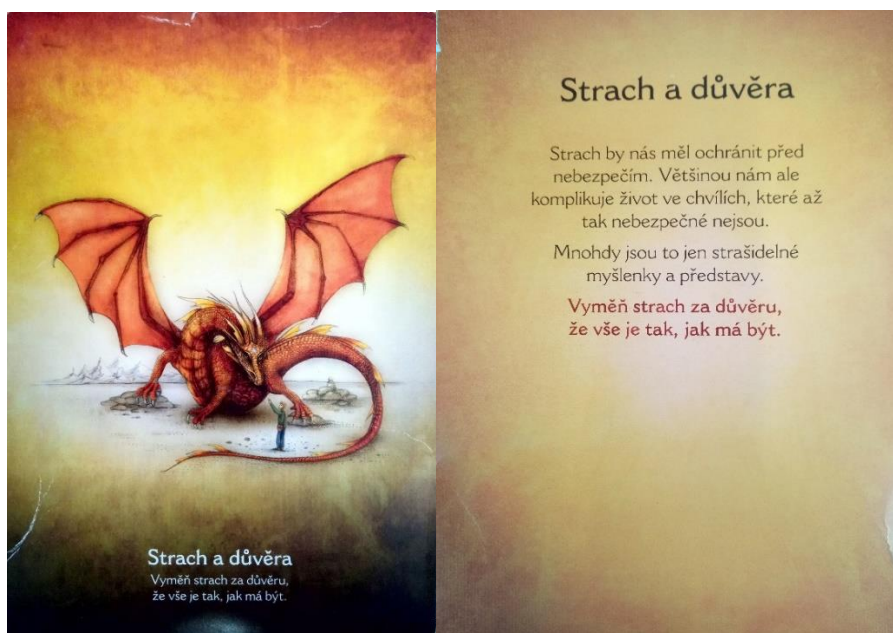
Děti přiřazují nakreslené portréty k dotyčnému dítěti.

Děti zhodnocují aktivitu.

„Nejprve jsem se bál, co se bude dít, ale Natálka kreslila pomalu, jen mě to trochu šimralo, byla dobrá.“

„Byla to legrace“.

„Lucince jsem věřil, ale byl to zvláštní pocit“.



Obrázek 37 Karta „Strach a důvěra“



Obrázek 38 Puzzle s mouchou

4.4 TÉMA STRACH



Obrázek 39 Moucha Strach

Očekávaný výstup:

- Pojmenovat části těla a některé orgány, znát základní pojmy užívané ve spojení se zdravím, pohybem a sportem.
- Rozlišovat, co zdraví prospívá a co mu škodí.
- Uvědomovat si příjemné a nepříjemné citové prožitky.

Konkretizovaný výstup:

- Znat základní zásady zdravého životního stylu (např. o pozitivních účincích pohybu a sportu, hygieny, zdravé výživy, činnosti a odpočinku, pobytu v přírodě, otužování) a o faktorech poškozujících zdraví včetně návykových látek.

Věková skupina:

- 3– 6 let (cca 24 dětí).

Časová dotace:

- V rámci komunitního kruhu (cca 30 min).

Aktivity:

- Úvod – Básnička, která svolá děti do komunitního kruhu.
- Nastavení kalendáře.
- Pozdravení v kruhu s třídním maskotem Hafíkem.
- Loutka Kubík přijde mezi nás.
- Diskuze nad tématem – zdraví – zuby.
- Děti přiřazují ke zdravému a zkaženému zubu potraviny.
- Loutka Kuba má zkažený zub → bojí se k zubaři.
- Hledání řešení.

- Pohybová chvilka.
- Závěr, reflexe.

Metodický postup

Cíl: Dítě se učí dle potravinové pyramidy rozlišit zdravé a nezdravé potraviny. Rozvoj spolupráce a vzájemné pomoci.

Pomůcky: loutka Kuba, loutka Adélka, dva papírové zuby – formát A3, plastové potraviny z dětské kuchyňky, třídní pravidla, potravinová pyramida.

Popis činnosti:

Činnost učitelky	Činnost dětí
<p>Úvod: Básnička na svolání dětí do kruhu – „Ať jsi holka nebo kluk, udělej tu se mnou kruh. Naučím tě chodit, stát, pojď si se mnou, pojď si hrát. Zatleskej, zadupej, kamarádům ruku dej. Máme se tu všichni rádi, protože jsme kamarádi.“</p>	<p>Děti stojí v kruhu a drží se za ruce. Předvádějí pohyb – chůze na místě, stání na místě, ruce mávají. Poté děti tleskají, dupou. Dále si podávají ruce. Pak kamaráda pohladí. Nakonec ukazují ve vzduchu srdíčko. Síť, mezipředmětové vazby</p>
<p>Nastavení kalendáře.</p>	<p>Děti chodí po vyzvání nastavit den, měsíc, čas, počasí, roční období.</p>
<p>Pozdravení s třídním maskotem.</p>	<p>Děti si posílají po kruhu třídního maskota a navzájem si popřejí dobré ráno.</p>
<p>Přivítání loutky Kubíka. Kubík není ve své kůži, je bledý, skoro nemluví, což u něho nebývá zvykem. Po většinu času spíše zlobí, okoukává to, co dělají ostatní.</p>	<p>Děti se ptají, co se děje, snaží se přijít na to, co Kubovi je. Používají → mouchy emocí. Jaká moucha přiletí? Proč?</p>
<p>Učitelka s dětmi začne diskutovat na téma, zdraví. Má připravenou potravinovou pyramidu, znázorňuje, co je pro tělo zdravé co méně zdravé a proč. Poté společně s dětmi popisuje části těla. Kuba se do činností nezapojuje, sedí vedle.</p>	<p>Děti diskutují s učitelkou, jaké mají rády jídlo, co jim chutná, co je prospěšné zdraví, co nikoliv a proč. Děti si všimnou, že se Kuba nezapojuje, že se s ním něco děje.</p>
<p>Pohybová chvilka – hra „Hlava, ramena, kolena, palce“. Nejprve pomalu, pak učitelka zrychluje.</p> <p>Učitelka má připravené uprostřed kruhu dva</p>	<p>Děti napodobují pohyb dle učitelky.</p> <p>Děti po vyzvání učitelkou chodí po herně</p>

<p>obrázky zubů. Jeden zub zdravý, druhý zkažený.</p>	<p>a přinášejí plastové potraviny, které přiřazují pod zdravý či nezdravý zub.</p>
<p>Diskuze na téma zuby, proč si je čistit, proč je důležité chodit k panu zubaři. Loutka Kubík začne drkotat zuby, plakat. Společně si myslí, že je Kuba nemocný. Kuba tvrdí, že nemocný není.</p> <p>Paní učitelka tedy vyzve Kubu, aby si došel pro kapesník. Když vstane, z mikiny mu začnou vypadávat bonbony – zhruba 10 kusů.</p> <p>Kuba je začne rychle sbírat a cpát je zpět do kapsy.</p>	<p>Děti řeší situaci pomocí pravidel, much emocí.</p> <p>Děti jdou pro lékárníčku a měří Kubovi teplotu, poslouchají srdíčko.</p>
<p>Řešení situace – bonbony se jedí v malém množství, protože pak budeme mít zkažené zuby. Kuba začne hlasitě brečet. Sdělí dětem, že má kaz, protože bonbony kousal a jedl je každý den a zapíjel je Coca - Colou. Večer si nechce čistit zuby, ráno jen někdy. Bojí se jít k panu zubaři.</p>	<p>Děti se dívají Kubovi do pusy, hledají kaz. Mohou použít i lupu. Bonbony si od Kubu vezmou, aby zbytek nesnědl. Odkazují na potravinovou pyramidu, kde jsou sladkosti úplně na špičce, což znamená jíst je co nejméně. Vysvětlení pro Kubu. Cukr je pro tělo důležitý, ale ve zdravém množství.</p>
<p>Učitelka požádá děti, aby si šly do koupelny pro své zubní kartáčky, ukáže Kubovi společně, jak se čistí zuby.</p> <p>Kuba si uvědomuje chybu, pomocí dětí zjistil, že na své zdraví nedbal. K zubaři se ale bojí jít sám, proto učitelka zavolá loutku Adélku. Loutka Adélka je pilná, šikovná holčička, která dodržuje pravidla a ví, jak se chovat v různých situacích.</p> <p>Adélka si pro Kubu přijde a k zubaři odejdou spolu, aby se Kuba tolik nebál. Ale musí jí slíbit, že se začne o své zuby starat a přestane jíst tolik bonbonů.</p> <p>Kuba přislíbil a společně odcházejí.</p> <p>Reflexe: zopakování si, co se stalo Kubovi, jak se dělí potravinová pyramida, jaké poučení z toho vyplývá.</p>	<p>Děti si vezmou své kartáčky a napodobují pohyb, čištění zubů. Poté si jdou vypláchnout ústa a uložit kartáčky zpět na své místo.</p> <p>Děti přivítají loutku Adélku a ještě jí v kostce řeknou, co se stalo. Společně pak vyprovází Kubíka k panu zubaři.</p> <p>Děti sdílí svoje zkušenosti, diskuze nad situací.</p>



Obrázek 40 Zdravý a nemocný zub



Obrázek 41 Loutka Adélka



Obrázek 42 Nemocný Kuba (loutka)

4.5 TÉMA HNĚV



Obrázek 43 Moucha Hněv

Očekávaný výstup:

- Uvědomovat si příjemné a nepříjemné citové prožitky.
- Zachytit a vyjádřit své prožitky.
- Snažit se ovládat své afektivní chování.

Konkretizovaný výstup:

- Umět se zklidnit, ovládnout se, potlačit projev agrese.
- Projevovat pozitivní i negativní emoce (soucit, radost, náklonnost, spokojenost, ale také strach, smutek).

Věková skupina:

- 3– 6 let (cca 24 dětí).

Časová dotace:

- V rámci komunitního kruhu (cca 25 min).

Aktivity:

- Úvod – představení loutky „Zajíc v zelí“ dětem.
- Motivace a vysvětlení postupu – ukázka obrázku s postupem.
- Pohybové ztvárnění dějové linie dle obrázku.
- Ukázka s loutkou.
- Omalovánka „Zajíc v zelí“.

Metodický postup

Cíl: Naučit dítě pomocí loutky „Zajíc v zelí“ postup směřující ke zvládnutí emoce hněvu a potlačení nástupu agrese. Dítě bude schopné použít ve správném pořadí jednotlivé kroky.

Pomůcky: loutka „Zajíc v zelí“, popřípadě jiná loutka, například želva, obrázek postupu, jak „vydýchat“ hněv a zapojit se zpět do kolektivu, omalovánka, pastelky.

Popis činnosti:

Činnost učitelky	Činnost dětí
<p>Úvod: Básnička na svolání dětí do kruhu – „Ať jsi holka nebo kluk, udělej tu se mnou kruh. Naučím tě chodit, stát, pojd' si se mnou, pojd' si hrát. Zatleskej, zadupej, kamarádům ruku dej. Máme se tu všichni rádi, protože jsme kamarádi.“</p>	<p>Děti stojí v kruhu a drží se za ruce. Předvádějí pohyb – chůze na místě, stání na místě, ruce mávají. Poté děti tleskají, dupou. Dále si podávají ruce. Pak kamaráda pohladí. Nakonec ukazují ve vzduchu srdíčko.</p>
<p>Nastavení kalendáře.</p>	<p>Děti chodí po vyzvání nastavit den, měsíc, čas, počasí, roční období.</p>
<p>Pozdravení s třídním maskotem. Seznámení s loutkou „Zajíc v zelí“.</p>	<p>Děti si posílají po kruhu třídního maskota a navzájem si popřejí dobré ráno. Pozdravení s loutkou, přivítání ve třídě.</p>
<p>Děti, máme ve třídě nového kamaráda, který nám bude pomáhat, když se z vás někdo nebude cítit dobře. Poznáte, kdo to je? A proč má u sebe stále zelí? K čemu mu asi bude sloužit? Určitě se vám někdy stane, že se ráno probudíte a necítíte se ve své kůži, možná jste i nepříjemní na ostatní. Zkuste se zatvářit našťvaně, rozzlobeně. „Zajíc v zelí“ nám to pomůže vyřešit. Musíme mu najít ve třídě místo, kde bude vždy sedět a čekat, až do školky přijdete. Zvládneme to všechno?</p>	<p>Děti poznávají, jakého nového kamaráda přinesla učitelka do třídy. Přemýšlí, k čemu bude sloužit zelí, ve kterém je částečně schovaný. Zkouší se tvářit našťvaně a rozzlobeně. Hledají místo, kde bude „Zajíc v zelí“ sedět a čekat, než přijdou do mateřské školy.</p>
<p>Pohybové ztvárnění dějové linie: Zkusíme si společně napodobit, jak se náš zajíček schovává do svého zelí, když se necítí dobře, chce být sám, popřípadě když je ošklivý na ostatní. My zelí nemáme, ale máme dlaně. Ty budou znázorňovat zelí. Když na nás skočí špatná nálada, hněv, zlost, létá kolem nás moucha Hněv. Když situaci nezvládneme vyřešit a hněv stále převládá, potřebujeme čas si vše</p>	<p>Děti napodobují výraz hněvu, poté si udělají z rukou křídélka a na místě představují mouchu Hněv, bzučení. Děti napodobují pohyb – schovávají hlavu do dlaní. Děti mají hlavu v dlaních a zhluboka několikrát dýchají.</p>

promyslet, proto schováme svou hlavu do dlaní.

Stále máme hlavu v dlaních a tentokrát přidáme i dech. Zhluboka se nadechneme a vydechneme a vše opakujeme, než se budeme cítit lépe. V duchu si uvědomují, proč hněv nastal, co k tomu vedlo.

Pokud se cítím lépe, mohu pomalu své dlaně sundat z obličeje, rozhlédnout se kolem.

Moucha Hněv odletěla, máte to taky tak, děti? Cítíte se lépe? Jaká moucha by mohla přiletět, když jsme vše vyřešili?

Omalovánka „Zajíc v zelí“

Každé dítě dostane omalovánku celého postupu. Vybarví si dle své fantazie.

Děti dají dlaně z obličeje a rozhlíží se kolem.

Protažení rukou nad hlavu, přilétá moucha Radost či Respekt, děti předvádějí úsměv a podobně.

Děti si sednou ke stolečkům a vybarví si pomocí pastelek postup.

Děti vybarvují pomocí pastelek.



Obrázek 44 Loutka „Zajíc v zelí“



ZÁVĚR

Pro emoční vývoj dítěte v předškolním věku je klíčové fungující rodinné prostředí, které mu dodává pocit jistoty, bezpečí. Zároveň před rodinou stojí důležitý úkol – učit dítě emoce pojmenovat, vysvětlovat je, ale také je případně příkladem usměrnit. Po vstupu do mateřské školy se tento úkol přenáší i na učitele. Dítě zde vnímá nejen své emoce, které zvládne postupně pojmenovat, zároveň vnímá emoce ostatních, dochází k rozvoji jeho emoční inteligence. A tak jednotliví členové rodiny (rodiče, prarodiče) a učitelé v MŠ svojí trpělivou prací, laskavostí a přiměřenou podporou pokládají základy prosociálního chování.

Během docházky do mateřské školy se dítě učí s ostatními vycházet, respektovat je i budovat vztahy. To vše se děje pomocí komunikace, neboť s rozvojem komunikačních dovedností se rozvíjí i sociální vztahy. Výsledkem aktivit v mateřské škole a v součinnosti s rodinou jsou následně děti schopné před nástupem do školy již své emoce kontrolovat, usměrnit, ovládat, ale někdy je i skrývat a projevovat dle očekávání na základě svých předchozích zkušeností.

Uvedený materiál podává nejen stručné teoretické poznatky o jednotlivých pojmech, ale přináší mnoho praktických námětů, které mohou učitelům v mateřských školách, ale i rodičům poskytnout inspiraci pro aktivity se svými dětmi.

Neopomenutelná je však skutečnost, že pro práci s emocemi i při komunikaci potřebuje dítě dobrý vzor.

LITERATURA:

Bednářová, J., Šmardová, V., (2011 a). *Diagnostika dítěte předškolního věku*. Brno: Computer Press. ISBN: 978-80-251-1829-0.

Bednářová, J., Šmardová, V., (2011 b). *Školní zralost. Co by mělo dítě umět před vstupem do školy*. Brno: Computer Press. ISBN: 978-80-251-1829-0.

Černý, V., Grofová, K., (2017). *Děti a emoce. Učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity*. 2. vyd. Praha: Edika. ISBN: 978-80-266-1125-7.

Dostálová, M., Jančiová, S., Vlčková H., (2017). *Emušáci, Ferda a jeho mouchy*. 2. vyd. Praha: SCIO. ISBN: 978-80-7430-113-1.

Felix, J., Hísek, K., (2000). *Přírodou krok za krokem. Zvířata*. 2. vyd. Praha: Albatros. ISBN: 80-00-00867-X.

Goleman, D., (2011). *Emoční inteligence*. Praha: Metafora, ISBN 978-80-7359-334-6.

Hartl, P., Hartlová, H., (2004). *Psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-303-X.

Havrdová, E., Vyhnančková, K., Dvořáková, B., (2019). *Kurikulum Dobrý začátek pro mateřské školy. Podpora sociálního a emočního rozvoje dětí*. SCHOLA EMPIRICA z.s.. ISBN 978-80-905748-8-5.

Hrubín, F., (2014). *Špalíček veršů a pohádek*. Praha: STUDIO Trnka. ISBN: 978-80-87678-21-3.

Koťátková, S., (2014). *Dítě a mateřská škola. Co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4435-3.

Mertin, V., (2016). *Abeceda pro učitelky mateřských škol*. 1. vyd. Praha: Wolters Kluwer. ISBN 978-80-7478-923-6.

Piaget, J., (2014). *Psychologie dítěte*. 6. vyd. Praha: Portál. ISBN: 978-80-262-0691-0.

Průcha, J., Valtrová, E., Mareš J., (2009). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-647-6.

Toman, J., Hísek, K., (2001). *Přírodou krok za krokem. Rostliny*. 2. vyd. Praha: Albatros. ISBN: 80-00-00912-9.

Vágnerová, M., (2000). *Vývojová psychologie. Dětství, dospělost, stáří*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.

Valenta, J., (2008). *Metody a techniky dramatické výchovy. 1. vyd.* Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-1865-1.

Vybíral, Z., (2000). *Psychologie lidské komunikace.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-291-2.

Ulrychová, I., Gregorová, V., Švejdová, H., (2000). *Hrajeme si s pohádkami: dramatická výchova v mateřské škole a na 1. stupni základní školy. 1. vyd.* Praha: Portál.

Žáček, J., (2002). *Žáčková encyklopedie pro žáčky.* Praha: Albatros. ISBN 80-00-01088-7.

Zdroje obrázků

<https://pixabay.com/cs/>

<https://www.google.com/search>

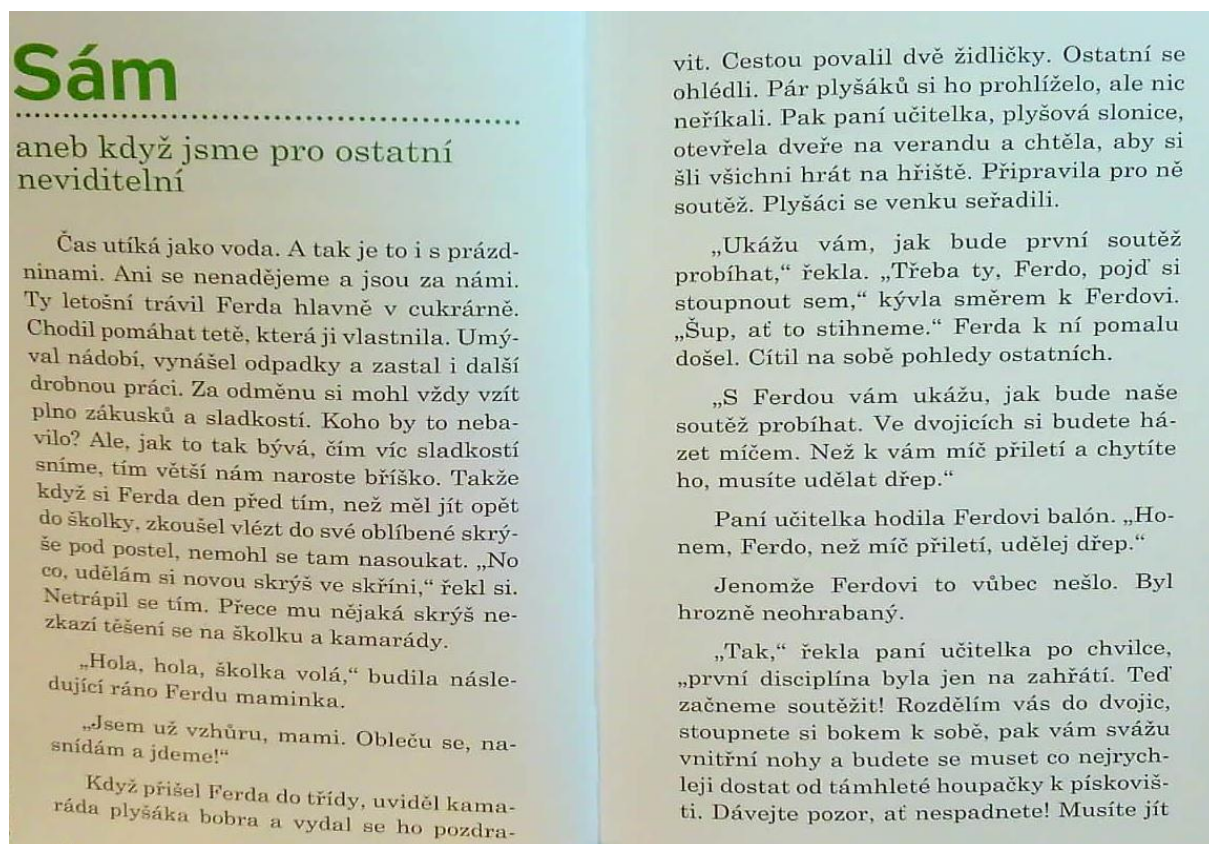
<https://www.facebook.com/epredskolaci/photos/a.>

<https://rysava.websnadno.cz>

<https://duhovakocka.cz>

PŘÍLOHY

Příloha č. 1 Emušáci – příběh Sám



stejně rychle.“ Ferda byl ve dvojici s plyšovou rosničkou Amálkou.

„Připravít ke startu, pozóóór, teď!“

Dvojice vyrazily. „Hop, hop, hop,“ udávala tempo Amálka. Jenže Ferda už po chvílce nemohl. Zrovna míjeli skluzavku, když zakopnul a stáhl Amálku na zem.

„Au!“ kuňkla. „Co to děláš?! Koukej, odřela jsem si nohu. Seš nešika!“

Ostatní plyšáci už byli dávno v cíli.

„Amálko, jsi v pořádku?“ ptala se paní učitelka rosničky, když jim rozvazovala špagátek, který je pořád spojoval. „Pojď, ošetříme to.“

Po návratu vyhlásila paní učitelka další disciplínu. Skákání v pytli. Ferda doskálal poslední. Funěl jako lokomotiva, byl zpočeny a štvalo ho, že je i v celkovém pořadí úplně na konci.

Následovala poslední disciplína. Štafetový běh. Lev, pštros a lachtan si postupně vybírali členy týmů. „Já chci veverku! Já tučňáka. Já myšku. Medvídku. Rosničku...“ Všichni plyšáci už byli v týmech. Jen Ferda ne. Nikdo ho nechtěl. Báli se, že jim

24

zkazí vítězství. Paní učitelka ho nakonec přiřadila k nejsilnějšímu týmu. Ke lvovi.

„Ferdo, utíkej, co jen to půjde, jasný. Máš nejkratší úsek, gepard nadežene čas,“ domlouval lev Ferdovi. „Musíme vyhrát!“

Závod odstartoval.

„Makééééj, makééééj, Ferdooooo!“ volal Ferdův tým. Ale Ferda upadl. Zase. Bylo mu do pláče...

„Né!“ slyšel za zády. „On to zase zkazil.“

Od té chvíle, od toho prokletého dne, si s Ferdou už plyšáci nechtěli hrát.

Nikdy před tím se mu to nestalo. Pořád přemýšlel, co by měl udělat, aby se s ním zase kamarádili.

Po pár dnech ho napadlo donést do školky bombóny. Plyšáci si je sice nadšeně rozebrali, někteří ani nepoděkovali. Ale do dvojice si ho pak zase žádný nevybral. Ferda zůstal sedět na lavičce s prázdným pytlíkem od bombónů. Přisedla si k němu



25

moucha Osamocení. Měla smutné oči a bylo vidět, že ji něco trápí. „Bzzzz, taky nemáš žádný kamarády? Nechápu, že si se mnou nechce nikdo hrát. Bzzzz, prý moc bzučím, bzzzz, ale není to pravda. Bzzzzz. Co myslíš? Bzzzzzz. Letím radši hledat nějaké kamarády, bzzzzzz.“ Odletěla.

Ferda přemýšlel.

„Ach jo, to není spravedlivý, na bombóny jsem jim dobrý, na hraní ne. Copak za to můžu, že jsem nešikovnej? Proč mě odstrkují? Nechej být pořád sám... A dopadnout jak ta moucha.“

Vzpomněl si na plyšového vlka, který do školky taky chodil. Dělal různé naschvály, zlobil, ale pořád se o něm všichni bavili a nestalo se, že by ho ignorovali. Naopak.

„Začnu taky zlobit, to si mě pak budou všimát,“ pomyslel si Ferda. „A začnu s tím hned teď.“

Šel za ostatními plyšáky, kteří si hráli opodál. Cestou prošel přes pískoviště, kde rozbil hrad z písku. Na hřišti strčil do plyšové žirafy a do tučňáka. „Au, co děláš, Ferdo?“

„Máš dávat pozor,“ odpověděl zlomyslně.



„Né, kdo rozbil můj hrad z písku?“ volá veverka. „To já. Jsem si ho nevším,“ zalhal s úsměvem Ferda.

„To by stačilo,“ ozval se hlas paní učitelky. „Nechovej se jako kazisvět, Ferdo.“ Ale ten dělal jakoby nic a začal si kopat s míčem. Čím méně si ho plyšáci všimali, tím víc je zlobil. Občas sice zaslechl – Ferda sem, Ferda tam – ale šuškáni za zády bylo snad ještě horší, než když si ho ostatní nevšímali vůbec.

26

27

Jednou ve školce vypukla hra na honěnou.

Paní učitelka byla venku, pomáhala právě slézt malé plyšové srdce z prolézačky. Pár plyšáků toho využilo a vběhlo do třídy. Ferda běžel za nimi. Chtěl se za každou cenu zapojit.

Z ničeho nic se ozvala velká rána. Někdo zavadil ramenem o květináč a ten se rozbil.

Paní učitelka vběhla dovnitř. „Co se to tady děje!? Kdo to udělal? Jasně jsem řekla, že na honěnou se bude hrát jen venku,“ zlobila se.

Všichni plyšáci stáli jako opaření.

„To jsi byl zase ty, Ferdo?!“ ptala se paní učitelka. Ferda pokrčil rameny. „Za trest uklidíš nejen rozbitý květináč, ale celou třídu. Kdo z plyšáků tady ještě běhal?“ Ferda mlčel. Nikdy nebyl žalobníček a nechtěl s tím začínat ani teď.

„Dobře, pokud jsi běhal sám, sám tu také uklidíš. Vy ostatní pojdte se mnou.“

Ferda zůstal ve třídě. Začal zametat rozsypanou hlínu a sbírat střepy z květináče.

Ze zahrady se na něj dívali plyšáci, kteří ve třídě běhali taky.

„Ten květináč jsem rozbila asi já,“ zašeptala plyšová myška. „Nebo já,“ řekl medvídek.

„Co teď?“

„Já vím, co uděláme, pojdte za mnou,“ řekl krtek.

Společně se vydali za paní učitelkou.

„Paní učitelko, my jsme ve třídě taky běhali, nebyl to jen Ferda. A nejspíš ten květináč rozbil někdo z nás. Promiňte, že jsme se nepřiznali. Chtěli bychom jít Ferdovi pomoci.“

„Co tu děláte?“ ptal se překvapeně Ferda, když ve třídě uviděl plyšáky, kteří si ho až donedávna nevšímali.

„Taky jsme tu běhali. Promiň, že jsme se nepřiznali hned. Uklidíme nepořádek společně,“ navrhla myška. „Odpoledne je sraz na hřišti. Budeme mít kuličkový turnaj. Doufáme, že přijdeš,“ dodala.

Ferda byl šťastný. Konečně má zase kamarády. A menší břicho k tomu vlastně vůbec nepotřeboval.

SMUTEK, ZTRÁTA A SMRT

Smutný podzim

Lukáš postává před školou. Kolem chodí děti ze školní jídelny. Čeká na Míšu. Míša chodí od září do stejné školy v Chlumu jako Lukáš. Lukáš chodí do druhé a Míša do první třídy.

„Tady jsem, to je dost, že jdeš,“ zavolal Lukáš, když se Míša objevil ve školních dveřích. „Kde jsi tak dlouho?“

„Mám službu a musel jsem ještě utřít po obědě stoly v jídelně a několik dětí se v jídle vrtalo, tak jsem musel čekat,“ vysvětlil Míša.

Začalo drobně mrholit. Ráno sice skrz listopadovou mlhu na chvíli vysvitlo sluníčko, ale nyní, v poledne, bylo nebe šedivě zatažené a mrholilo.

„Vezmi si pláštěnku,“ nabádal Lukáš Míšu starostlivě.

„K autobusu to přeběhnu a obleču si ji, až budeme v Chlumečku,“ odvětil Míša a vydal se k autobusové zastávce, kde postávalo už několik dětí. Lukáš pokrčil rameny a šel také. Autobus jel přesně, a tak skoro vůbec nečekali. Z Chlumečku se vydali cestou mezi domy ke svému stavení, které stálo na louce za vsí. Déšť zesílil. Stékal jim po pláštěnkách, do kterých kapky bubnovaly jako prsty na bubínek.

„Podívej, Míšo, zase je u nás pan doktor,“ upozornil Lukáš, když uviděl sanitku zaparkovanou před jejich domem. V poslední době se babiččino zdraví zhoršilo a pan doktor u nich byl častým hostem.

„Myslíš, že babička umře?“ špitl Míša.

„To nevím, maminka říkala, že je to vážné,“ odpověděl Lukáš a ještě dodal, „a prý všichni jednou umřeme, že je to tak normální.“

Když došli k domu, pan doktor už seděl v sanitce. Rozjela se, pan doktor jim zamával a chlapci se dívali za ní, dokud nezajela mezi domy v Chlumečku.

„Tak pojdte do tepla,“ volal na ně ze dveří tatínek. „Jsem rád, že jste si oblékli pláštěnky a nemokli jste,“ chválil chlapce, když se v chodbě svlékali a přezouvali. Co se babičce přitížilo, vracel se tatínek z práce brzy a někdy několik dnů pracoval na počítači doma. Snažil se být babičce v posledních dnech jejího života nablízku. A také jí pomoci, jak to ještě šlo.

Když chlapci vešli do kuchyně, pozdravili se s maminkou a sestrami. Pak se Míša ozval: „Viděli jsme sanitku,“ a pokukoval z tatínka na maminku.

„Ano, byl tu pan doktor, byl se podívat na babičku. Však víš, že je jí den ode dne hůř,“ odpověděl tatínek vážně.

„Uzdraví se babička?“ zeptala se Anička.

Než jí maminka stačila odpovědět, Lukáš se na ni obořil: „Ty jsi úplně hloupá, jak by se mohla uzdravit, když je stará!“

„Ale no tak, Lukáši, Anička má jen starost o babičku. Jako my všichni. A proto se ptá, víš?“ řekl tatínek a vzal na klín Aničku, která začala po Lukášově výpadu popotahovat a po tváři se jí skulila první slzička.

Všichni teď seděli kolem stolu. Chvilku bylo napjaté ticho.

„Co to znamená, že je to s babičkou vážné?“ zeptal se Míša.

Tatínek si povzdechl a sklonil hlavu. Maminka tatínkovi položila ruku na tu jeho.

„Babička je hodně nemocná a také má hodně roků,“ vysvětloval tatínek.

„A to může umřít?“ zeptal se Lukáš.

„Ano, může,“ odpověděli tatínek s maminkou skoro současně.

Za dva dny byla sobota. Alenka seděla ve svém pokoji a po tváři se jí koulely slzy. Maminka procházela kolem a všimla si toho: „Proč pláčeš, Alenko?“

„Stýská se mi po kamarádce ze školky, kam jsem chodila před stěhováním,“ zajíkala se slzami Alenka a dodala, „a taky je mi smutno, že babička umře, a bojím se, co bude.“

Maminka Alenku objala a ta se jí v náručí rozplakala. Když se uklidnila, sedli si všichni, i tatínek a chlapci, okolo stolu v kuchyni. Maminka s tatínkem dlouho vypravovali, jak se jim někdy stýskalo, když byli malí. Třeba na prvním táboře. A jaké to bylo, když jim umřel jejich dědeček a babička. Děti se vyptávaly na vše, co je zajímalo.

„A to babičku už nikdy neuvidíme, až umře?“ ptal se Míša.

„Ne, neuvidíme,“ odpověděl tatínek a trochu se mu trásl hlas, „ale budeme na ni s láskou vzpomínat, takže bude bydlet v srdci každého z nás.“

Potom se Lukáš zeptal: „A kde vlastně jsou ti, kdo umřeli?“

„To se jednou všichni dozvíme, ale jeden moudrý pán řekl, že mrtví jsou tam, kde jsou i ti, kteří se ještě nenarodili,“ řekla maminka s laskavým úsměvem.

„A to bude pohřeb, až babička umře? Jedna holčička šla jednou ze školky dřív a říkala, že jde na pohřeb,“ vzpomněla si Alenka.

„Ano, pohřeb bude, a jestli vás to zajímá, tak vám s maminkou povíme, jak takový pohřeb probíhá,“ řekl tatínek a začal vyprávět.

Vtom se ozvalo jemné chrápání. Všichni zmlkli a pak se rozesmáli. Kocourek Rudla spal na lavici u kamen natažený jak dlouhý, tak široký a chrupkal.

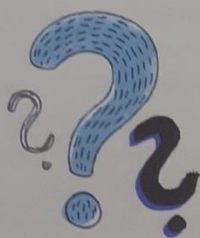
„Vida, ten si se stýskáním ani s pohřbem starost nedělá,“ řekla maminka a všichni se znovu rozesmáli. Rudlu to probudilo, seskočil z lavice a rovnou k misce s mlékem. Nenechal ani trošku.

Když dával tatínek večer dětem dobrou noc, Alenka zašeptala: „Tatínku, já už vůbec nemám strach z toho, že babička umře. Jen je mi líto, že už tady s námi nebude.“

„Ty jsi moje malá princezna. Teď už pěkně spinkej,“ pohladil tatínek Alenku po čele.

Povídáme si:

- ⇒ Stýskalo se vám někdy?
- ⇒ Po kom nebo po čem?
- ⇒ Co jste cítili?
- ⇒ Umřel někdo z vaší rodiny, nebo ve vašem okolí?
- ⇒ Měli jste někdy nějaké zvířátko, které vám umřelo?
- ⇒ Co si představujete, když se řekne smrt nebo že někdo umřel?
- ⇒ Co dělají lidé, kterým někdo umře?
- ⇒ Byli jste někdy smutní? Z čeho?
- ⇒ Co jste cítili? Kde v těle jste to cítili?
- ⇒ Jakou barvou byste to namalovali?
- ⇒ Víte, jaká je v naší zemi barva smutku? Jak je to v jiných zemích?
- ⇒ Co potřebují smutní lidé?



- ⇒ Mohou být smutná zvířátka?
- ⇒ Co vám samotným pomohlo, když jste byly smutní?
- ⇒ Jak se tváří smutný člověk? A jak veselý? V čem jsou rozdíly?
- ⇒ Jak chodí smutný člověk? A jak veselý? V čem jsou rozdíly?
- ⇒ Co vás nejvíc zajímá na smrti a umírání?

Jak vysvětlíme dětem, co je to smrt

Když umře někdo blízký a milovaný, nebo když se rodiče dětí rozvedou, není lehké pomoci jim vyrovnat se se ztrátou, když sami prožíváme hluboký zármutek.

Budte k dětem upřímní, vítejte jejich otázky. Nemusi to být právě lehké, protože možná nemáte všechny odpovědi nebo vy sami můžete právě prožívat těžké chvíle. Ale je nesmírně důležité

Název	Emoční a komunikační rozvoj dítěte v MŠ
Autor	PhDr. Jana Johnová, Ph.D., Vladimíra Jurigová, MBA, Marie Veselá
Vydavatel	Technická univerzita v Liberci Studentská 1402/2, Liberec
Schváleno	Rektorátem TUL dne 21. 12. 2021, čj. RE 40/21
Vyšlo	v prosinci 2021
Vydání	1.
Rok prvního vydání	2021
ISBN	978-80-7494-590-8
Č. publikace	55-040-21

Edice Lanovka Katedry primárního vzdělávání Fakulty přírodovědně-humanitní a pedagogické Technické univerzity v Liberci vydává učební materiály na podporu studia učitelství pro 1. stupeň základní školy a studia učitelství pro mateřské školy.

Studijní materiály jsou vydávány v základní řadě (řada A), zaměřené na minimální požadovaný rozsah informací z hlediska studovaného oboru, a doplňkové řadě (řada B), která poznatky oboru dále rozšiřuje a prohlubuje.

K hladkému uchopení předkládané problematiky studujícími přispívá strukturace materiálů na základní text a čtyři specifické bloky (definice, příklady, síť a otázky) při respektování zásad přehlednosti, praktických příkladů, provázanosti s jinými obory a aktuálnosti poznatků.

Věříme, že stejně jako kabinová lanovka patří k symbolům univerzitního města Liberce a dopravuje už téměř 100 let návštěvníky na vrchol Ještědu, podpoří naše stejnojmenná edice dosažení co nejvyšší úrovně profesních dovedností studentů.



9 788074 945908

Lanovka