

Hrdinovia všedného dňa

—

Hrdinové všedního dne

Ludmila Houdková, Alena Tomanová, Lucia Szórád,  
Tomáš Pešek, Michaela Vyležiková

# Hrdinovia všedného dňa

—

# Hrdinové všedního dne

Ludmila Houdková, Alena Tomanová, Lucia Szórád,  
Tomáš Pešek, Michaela Vyležíková

2019





# Předmluva

*„K tomu, aby zlo zvítězilo, stačí jediná věc – aby dobří lidé nedělali nic.“*

Edmund Burke

Tento známý citát by bez ztráty jeho platnosti bylo možné pozměnit – aby mladí lidé nedělali nic pro svět kolem sebe. S touto myšlenkou jsme vytvořili projekt pro zvyšování angažovanosti mladých lidí, jehož střípek, metodickou příručku popisující realizované školení, nyní držíte v ruce.

Přáli jsme si pozvat vás alespoň obrazně do naší kuchyně a ukázat vám, jak jsme krok za krokem postupovali. Můžete vidět, jak se vařil celý projekt, co jsme do něho přimíchali, abychom zajistili udržitelnost realizovaných aktivit. Jaké cíle jsme si pro vzdělávání mladých lidí stanovili a jaké ingredience jsme vybrali, aby se nám tento cíl podařilo naplnit. Chtěli jsme, abyste si podobný kurz zvládli uvařit také, a proto jsme nešetřili detaily a nezakrývali obtížná místa – upozorňujeme, kde by se to mohlo připalovat a jak tomu předejít.

Jelikož byl projekt česko-slovenský, jsou i texty psány oběma jazyky. Věříme, že to bude vítaným zpestřením. Pro zachování snadné čitelnosti textu jsme nepoužívali genderové koncovky, ale neutrální označení účastník, lektor apod. Myslíme tím i ženy, které tímto prosíme o pochopení. Doufáme, že si při čtení najdete inspiraci i do své zážitkové kuchyně a že se připojíte k naší misi za to, aby mládež věřila, že dokáže mnohé ovlivnit, měla dostatečné kompetence to dělat a cítila puzení nestát v koutě a být aktivním hybatelem.

S přáním příjemných chvil při čtení

metodický tým projektu AKTIV

Lída Houdková, Alenka Tomanová, Lucka Szórád, Miška Vyležíková a Tomáš Pešek







# Obsah

- 3** Předmluva
- 5** Obsah
- 7** Slovník
  
- 9** **O projekte AKTIV**
- 10** Aktivity projektu AKTIV
  
- 13** **O příručce**
- 13** Pro koho je určena
- 13** Jak s příručkou pracovat
- 16** O metodě
  
- 17** **Metodika školení Aktiv**
- 17** Logika školení
- 17** Cesta hrdiny jako legenda
- 19** Ciele školenia
- 23** Komunikácia pred školením Aktiv
  
- 24** **1. časť školenia Aktiv**
- 27** Úvod
- 29** Zjištění výcvikového plánu
- 32** Zoznámenie sa
- 35** Očakávania, obavy, pravidlá
- 37** Predstavenie projektových zámerov
- 40** Motivační večer
- 42** Servis

44	Úvod do dňa
47	Ciele projektu
51	Aktivity projektu
54	Časový plán projektu
56	Zdroje projektu
60	Osobná spätná väzba
64	Tímová spolupráca
69	Prezentační dovednosti
72	Motivačný host
74	Finalizácia projektu
77	Závěr
80	Medzifáza medzi prvým a druhým víkendom
82	<b>2. časť školenia Aktiv</b>
85	Úvod
88	Představování projektů
91	Minutová výzva
94	Vyhodnocení projektů včetně týmové spolupráce a komunikace
99	Mission impossible
101	Režim
109	Čajovňa
111	Reflexe vlastních kompetencí po projektu (a co s nimi dál)
113	Králova řeč
115	Závěr
117	Poděkování
118	Autorky a autor
120	Organizácie zapojené v projekte
123	Závěr
124	Užitečné zdroje a linky



# Slovník

Do publikácie sme sa rozhodli zaradiť aj slovník pojmov, keďže i my autori pochádzame z rôznych oblastí vzdelávania (neformálne vzdelávanie a zážitkové vzdelávanie) a uvedomujeme si, že na tú istú vec máme zaužívané rôzne pomenovania. Do slovníka sme preto zaradili výrazy, ktoré v príručke opakovane používame. Hoci význam týchto slov sa môže v rôznych kontextoch líšiť, nie je našou ambíciou poskytnúť všeobecne platné výklady. V slovníku vysvetľujeme, čo pod danými výrazmi v tejto príručke myslíme.

**Aktivita** – súbor metód a techník. V príručke používame ako synonymum aj hra.

**Blok** – jednotlivá časť programu, viaceré bloky dokopy vytvárajú program školenia Aktiv. Jeden blok môže byť tvorený z viacerých aktivít.

**Energizér** – krátka aktivita na rozprúdenie energie účastníkov.

**Kompetencia** – súbor vedomostí, zručností a postojov, ktoré rozvíjame prostredníctvom vzdelávania.

**Lámač ľadov** – krátka, zvyčajne dynamická aktivita, ktorá má za cieľ prelomiť u účastníkov prvotný ostych, bariéru a vytvoriť príjemnú atmosféru.

**Lektor** – pracovník s mládežou, ktorý realizuje (vzdelávacie) aktivity pre mládež, či už na dobrovoľnej alebo profesionálnej báze.

**Mentor** – lektor, ktorý sprevádza a podporuje projektový tím mladých ľudí medzi 1. a 2. školením. Každý projektový tím má svojho mentora.

**Mentoring** – prístup, ktorý je využívaný medzi 1. a 2. školením. Ide o podporu, konzultovanie, motivovanie a poskytovanie rád projektovým tímom počas prípravy a realizácie projektov.

**Metodika** – časť tejto príručky, ktorá detailne popisuje program, bloky a aktivity školenia Aktiv v logickej následnosti.

**Neformálne vzdelávanie** – jeden z prístupov vzdelávania používaný počas školenia Aktiv. Medzi jeho hlavné znaky patrí učenie sa partnerským prístupom. Účastníci sú rôznymi výchovno-vzdelávacími aktivitami vedení k rozvoju vedomostí, zručností a postojov.

**Príručka** – publikácia, ktorá obsahuje všeobecné informácie o projekte AKTIV, metodiku školenia Aktiv a návod, ako s ňou pracovať.

**Projekt/hrdinský skutok** – zadanie pre účastníkov školenia, ktoré slúži ako vzdelávací prostriedok na rozvoj potrebných kompetencií. Projekt je zameraný na komunitu, v ktorej účastníci žijú a vychádza z potrieb, ktoré si sami zadefinujú. Pre žiakov základnej školy pracujeme s výrazom „hrdinský skutok“. Pre študentov strednej školy používame výraz „projekt“.

**Projektový tím** – skupina účastníkov školenia, ktorí pracujú na spoločnom projekte/hrdinskom skutku. Projektové tímy sú vytvorené už pred začiatkom školenia. Účastníci tvoria projektové tímy podľa vlastných preferencií. Počas školenia pracujú spolu pri prezentovaní, zostavovaní, realizácii a vyhodnotení projektu. Odporúčaná veľkosť tímu je 2-4 mladí ľudia v jednom projektovom tíme.

**Projektový nápad** – návrh projektového tímu, čo a ako by chceli vo svojej komunite zmeniť, resp. aký problém by chceli svojím projektom vyriešiť.

**Program** – súbor všetkých blokov školenia Aktiv.

**Reflexia** – proces spätného pohľadu na aktivitu s cieľom uvedomiť si kľúčové body učenia.

**Školenie/kurz** – je vzdelávanie Aktiv, ktoré je tvorené 1. a 2. časťou a medzifázou, počas ktorej mladí ľudia realizujú projekt/hrdinský skutok.

**Školenie Pilot** – školenie realizované pred školeniami Aktiv. Metodika školenia Aktiv bola totiž testovaná na skupine mladých ľudí. Program školenia Pilot bol veľmi podobný programu školenia Aktiv, ktorý prešiel iba drobnými úpravami.

**Školenie Štartér** – školenie pre pracovníkov s mládežou o tom, ako pracovať s metodikou školenia Aktiv. Školenia Aktiv sú praktickou časťou školenia Štartér. Školenie Štartér je akreditované vzdelávanie MŠVVaŠ SR.

**Účastníci ZŠ/SŠ** – žiaci ôsmeho a deviateho ročníka základnej školy (aj študenti 8-ročných gymnázií) a študenti prvého a druhého ročníka strednej školy, ktorí sa zúčastňujú školenia Aktiv. V prípade, že je časť metodiky vhodná pre skupinu účastníkov len zo základných alebo len zo stredných škôl, používame na označenie tejto časti skratku ZŠ/SŠ.

**Zážitkové vzdelávanie** – jeden z prístupov vzdelávania používaný počas realizácie školenia Aktiv. Prináša učenie sa pomocou zážitku, vďaka ktorému sa účastníci učia vlastným prežívaním a bádáním. Týmto spôsobom sa učia vedomostiam, zručnostiam i postojom.



## O projekte AKTIV

Projekt AKTIV bol strategickým partnerstvom štyroch organizácií (viď str. 120) zameraný najmä na zaktivizovanie a zapojenie mladých ľudí do života v ich obci alebo meste. Jeho cieľom bolo podporiť mladých ľudí vo veku od 13 rokov k dobrovoľníctvu a aktívnej angažovanosti v komunite a rozvíjať ich kompetencie. Na takýto rozvoj mladých ľudí je však potrebné vytvoriť vhodné podmienky. Naším zámerom preto tiež bolo vytvoriť udržateľný systém podpory práce s mládežou na úrovni miest a obcí podnikaním úzkej spolupráce pracovníkov s mládežou a ľudí zodpovedných za mládežnícku politiku, resp. osôb, do ktorých agendy patrí oblasť mládeže na úrovni miest a obcí.

### Čo viedlo ku vzniku projektu?

- potreba hľadať nové prístupy práce s mladými ľuďmi;
- potreba zapojiť mladých ľudí do života v meste/obci už v mladšom veku;
- slabšie prepojenie medzi organizáciami pracujúcimi s mládežou a inštitúciami zodpovednými za mládežnícku politiku;
- potreba podpory systematickejšej práce s mládežou na úrovni miest a obcí prostredníctvom vytvárania nových pozícií pracovníkov s mládežou na samospráve;
- potreba pomôcť samosprávam s nastavovaním systému rozvoja práce s mládežou na území ich mesta/obce.

Projekt bol realizovaný na území Trenčianskeho a Zlínskeho kraja a bol podporený z grantového programu EÚ Erasmus+ pre oblasť mládeže a športu.



# Aktivity projektu AKTIV

Projekt AKTIV mal viacero vzájomne prepojených aktivít.

Jedna z nich bola zameraná na rozvoj kompetencií mladých ľudí a pracovníkov s mládežou. Na Slovensku sme vychádzali z predchádzajúcich skúseností s národným projektom KomPrax – Kompetencie pre prax<sup>1</sup>, v Českej republike sme vychádzali z projektu Klíčení<sup>2</sup>.

Počas projektu AKTIV bola vytvorená metodika školenia pre mladých ľudí, ktorej finálnu podobu momentálne čítate. Táto metodika bola najprv testovaná na skupine mladých ľudí zo základných a stredných škôl počas školení Pilot. Pre obe cieľové skupiny sa uskutočnilo jedno dvojdňové školenie Pilot. Metodika školenia bola na základe testovania mierne upravená. Okrem toho sme testovali aj nástroj merania dopadu týchto školení na rozvoj mladých ľudí, ktorí vzdelávanie absolvovali.

Následne bolo vytvorené školenie Štartér, určené nielen pre pracovníkov s mládežou, ale i (potenciálnych) koordinátorov práce s mládežou v obci/meste. Jedným z hlavných cieľov školenia Štartér bolo naučiť účastníkov, ako túto metodiku používať tak, aby ju boli schopní aplikovať v praxi a samostatne ju využívať aj po ukončení projektu.

Súčasťou školenia Štartér bola aj praktická časť, počas ktorej mali pracovníci s mládežou v 3- až 4-členných tímoch zrealizovať školenie Aktiv pre mladých ľudí zo základných a stredných škôl. Školenie Aktiv bolo v rovnakom formáte ako školenie Pilot, t. j. dve víkendové školenia s približne mesačným odstupom medzi prvým a druhým školením. Počas tejto medzifázy mladí ľudia realizovali projekty vychádzajúce z ich vlastných potrieb. Súčasťou medzifázy bol i mentoring, ktorý spočíval v online podpore účastníkov počas prípravy a realizácie ich projektov. Cieľom mentoringu bolo motivovať účastníkov k úspešnej realizácii projektu, podporovať ich, poradiť im v prípade možných problémov a podobne.

Aj počas školenia Aktiv sme sledovali, aké malo vzdelávanie na mladých ľudí dopad. Finálny výstup si môžete pozrieť v dokumente *Analýza dopadov vzdelávania Aktiv na rozvoj mládeže*<sup>3</sup>.

---

**1** Cieľom Národného projektu KomPrax (realizovaný inštitúciou IUVENTA – Slovenský inštitút mládeže) bolo podporiť zamestnateľnosť mladých ľudí. Jednou z aktivít projektu boli školenia pre mladých vedúcich (mladí ľudia vo veku 15 – 17 rokov), ktoré boli zostavené z rôznych metód a techník neformálneho vzdelávania.

**2** Cieľom projektu Klíčení (realizovaný organizáciou Prázdninová škola Lipnice) bolo rozvíjať kľúčové kompetencie žiakov a súčasne podporiť pedagógov v tom, aby tieto kompetencie dokázali rozvíjať i v rámci školskej výučby. Pri priamej práci s mládežou – v rámci školenia pre žiakov základných škôl – boli použité prvky zážitkovej pedagogiky.

**3** Dokumenty SAMO – Príručka pre samosprávy a Analýza dopadov vzdelávania AKTIV na rozvoj mládeže sú dostupné online na stránke <http://www.youthwatch.sk/znalostne-centrum>

Výstupom vzdelávacích aktivít projektu AKTIV je skupina preškolených pracovníkov s mládežou, ktorí vedú túto metodiku používať v bežnej praxi vo svojich organizáciách a tým ju šíria ďalej. Druhým výstupom je preškolená skupina mladých ľudí, ktorí realizovali projekty vo svojej komunite, či už na škole alebo vo svojom blízkom okolí. Hmatateľným výstupom projektu je taktiež táto príručka.

Druhá línia aktivít projektu AKTIV bola zameraná na reprezentantov samospráv. S nimi prebehli informačné a školiace aktivity zamerané na to, ako podporovať a vytvárať vhodné podmienky na kvalitnú prácu s mládežou na miestnej úrovni. Ako výstup týchto aktivít vznikla *SAMO – Príručka pre samosprávy*, ktorá obsahuje príklady dobrej praxe, ktoré môžu inšpirovať aj ďalšie samosprávy.

## Aktivity projektu v skratke:

### VZDELÁVACIE AKTIVITY PROJEKTU

#### 1. Školenie Pilot

Testovanie metodiky zameranej na zvýšenie angažovanosti mladých ľudí.

#### 2. Školenie Štartér

Vyškolenie pracovníkov s mládežou, prioritne z Trenčianskeho a Zlínskeho kraja, aby vedeli pracovať s metodikou, ktorú predstavujeme v tejto príručke.

#### 3. Školenia Aktiv

Školenie podľa metodiky, ktorú obsahuje táto príručka, určené pre mladých ľudí vo veku 13-17 rokov pod vedením preškolených pracovníkov s mládežou.

### INFORMAČNÉ AKTIVITY

1. Informačné aktivity pre predstaviteľov samospráv
2. Záverečná konferencia

### FAKTOGRAFICKÉ ÚDAJE O VZDELÁVACÍCH AKTIVITÁCH PROJEKTU

- školenie Štartér – vyškolili sme 30 pracovníkov s mládežou;
- školenie Pilot + Aktiv – spoločne sme vyškolili 165 mladých ľudí zo základných a stredných škôl;
- zrealizovali sme celkovo desať 2-víkendových školení;
- mladí ľudia zorganizovali vďaka školeniam 45 projektov v rámci svojej komunity, ktorých sa zúčastnilo približne 1700 ďalších ľudí rôznych vekových kategórií.



## EXPERTNÉ VÝSTUPY Z PROJEKTU<sup>4</sup>:

### 1. Metodika pre pracovníkov s mládežou Hrdinovia všedného dňa – Hrdinové všedného dne

### 2. Analýza dopadov vzdelávania Aktiv na rozvoj mládeže

Metodika školenia Aktiv bola cielene nastavená na rozvoj kľúčových kompetencií, ktoré mladí ľudia potrebujú na angažovanie sa na miestnej úrovni. Cez sebahodnotiaci dotazník sa mladí ľudia zhodnotili pred vstupom do vzdelávania a po jeho skončení. Výsledky zo všetkých vzdelávaní Aktiv boli následne spracované a vyhodnotené. To, aký posun účastníci školení zaznamenali, sa dozvieme vďaka tejto analýze.

### 3. SAMO – Príručka pre samosprávy

Prináša inšpiratívne príklady z praxe, v ktorých sa zvolený prístup práce s mládežou a jej podpory ukázal ako efektívny. Príručka predstavuje aj pyramídu participácie a jej zasadenie v kontexte lokálnej mládežníckej politiky. Použité príklady dobrej praxe majú rozdielne pozadie, vďaka čomu môže byť táto príručka inšpiráciou pre obce a mestá s rôznymi potrebami. Príručka poukazuje aj na spoločné prieniky podpory mládežníckej politiky v Zlínskom a Trenčianskom kraji.



<sup>4</sup> Dokumenty SAMO – Príručka pre samosprávy a Analýza dopadov vzdelávania AKTIV na rozvoj mládeže sú dostupné online na stránke <http://www.youthwatch.sk/znalostne-centrum>



# O příručce

## Pro koho je určena

Příručka je určena všem, kteří se chtějí inspirovat zážitkovým a neformálním vzděláváním a nasát atmosféru kurzu, který jsme připravili. Mysleli jsme zejména na pracovníky s mládeží (vedoucí kroužků, táborové vedoucí, vedoucí mládežnických organizací), učitele, vedoucí mládežnických parlamentů, pracovníky neziskových organizací pracujících s mládeží (nizkoprahová centra, centra volného času, organizace organizující vzdělávací workshopy na téma demokratické kultury, kritického myšlení apod.), kteří chtějí u mladých lidí podpořit zájem o veřejné dění a povzbudit jejich chuť se zapojit.

## Jak s příručkou pracovat

Metodika, která je zde popsána, byla testována pro skupinu 10-20 účastníků z posledních ročníků základních škol a prvních ročníků středních škol. Realizaci zabezpečovali 3-4 lektori (pro program Režim jsou potřeba čtyři lektori, ostatní části kurzu mohou zvládnout tři zkušenější lektori).

Možností, jak využít tuto příručku, je celá řada:

### **1. Můžete realizovat kurz v plné šíři tak, jak byl navržen**

Díky této příručce můžete vytvořený kurz replikovat v téměř původní podobě. V takovém případě vás čeká mnoho čtení, ale také velká radost po realizovaném kurzu. Doporučujeme nejdříve věnovat pozornost kapitole cíle, abyste se zorientovali v tom, co jsme si vytyčili jako výslednou metu. Pomůže to pochopení vnitřní struktury programů. V popisu aktivit nemáme ambici zasvěcovat čtenáře do tajů skupinové dynamiky či projektové logiky, neboť věříme, že týmy, které se rozhodnou pro realizaci podobného kurzu, již mají s těmito principy zkušenosti a vědí, jak uzpůsobit program skupině a jaký to bude mít vliv na stanovené cíle.

### **2. Můžete realizovat jen vybrané programové bloky, kurz zkrátit či přizpůsobit vlastním podmínkám**

Je možné, že se vám stavba kurzu líbí a rádi byste ho realizovali, ale máte zcela jiné podmínky (máte např. skupinu jen na dva dny nebo se vídáte každou sobotu a chtěli byste to pojmout jako

dlouhodobý projekt). I to je možné. Pak je třeba se dobře seznámit s cíli a (v případě zkracování a vypuštění některých programů) zvážit, jaký vliv budou mít případné změny na jejich naplnění. Zároveň doporučujeme pracovat s dynamikou skupiny tak, aby byla připravena na daný druh podnětů.

Za samonosný je možné považovat blok věnovaný projektové logice. Sousednost těchto programů je otestovaná i v jiném prostředí samostatně a je možné prohlásit, že umí mládež naučit zpracovávat projekty v souladu s projektovou logikou. Je ale třeba vybudovat dostatečnou motivaci k přípravě a realizaci podobných projektů. My jsme na ní důsledně pracovali s pomocí hrdinské legendy a partnerského přístupu odrážejícího naši víru, že „na to mají“.

Chceme vás povzbudit, pokud máte jiné podmínky a chcete do nich části kurzu dostat, je to skvělé! Chcete-li svůj záměr konzultovat, neváhejte nám napsat na e-maily zapojených organizací, můžeme vám pomoci s vyladěním programu do funkčního celku.

### **3. Můžete se inspirovat jednotlivými programy**

Ve své praxi můžete vyjít z popisu jednotlivých programů a využít je samostatně. V taktovém přístupu ale číhá jisté úskalí. Aktivity byly navrženy a otestovány právě v koncepci tohoto kurzu, kde se pracuje s gradací v rámci jednotlivých tematických linek a skupinovou dynamikou tak, aby byla skupina na zpracování daných podnětů připravená. Je proto třeba zvážit připravenost skupiny na daný typ programu a stanovit si vlastní pedagogické cíle.

### **4. Můžete si objednat externí realizaci kurzu, lektorskou podporu či supervizi**

Je možné, že příručku přečtete, a ač nadšení jejími cíli, na samostatnou realizaci si netroufáte. A protože ve fungování tohoto konceptu věříme a chceme, aby se co nejvíce šířil, nabízíme pomocnou ruku. Můžete nás kontaktovat a společně vymyslíme, jaký typ pomoci by se vám hodil. Možná je realizace na klíč (kurz Aktiv je akreditovaný), zkušený lektor jako podpora do vašeho týmu nebo laskavý supervizor, který by vám v procesu přípravy a realizace pomohl proplout případnými úskalími.

## **Jak se v příručce orientovat**

**Cíle:** V této části vysvětlujeme, jaké cíle pomáhá daná aktivita naplnit. Žádná z aktivit sama nenaplňuje daný cíl zcela, podaří se to pouze v synergii s dalšími aktivitami. Proniknout do tajemství cílů můžete v kapitole 3.3.

**Kompetence, které rozvíjíme:** Zde uvádíme, jaké kompetence pomáhá daná aktivita mladým lidem získat. Kompetence rozvádíme na znalosti, dovednosti a postoje (pro lepší orientaci v jejich naplnění).

**Skupina:** Zde uvádíme počet účastníků z cílové skupiny 13–17 let, pro který jsme kurz stavěli a pro který jej máme opakovaně otestovaný. S drobnými modifikacemi může být kurz vhodný pro mladší i starší skupinu. Ve stávající koncepci doporučujeme minimálně 10 účastníků, maximálně pak 20. Je možné kurz realizovat i s jinak velkou skupinou, ale pak je třeba počítat s jinou časovou dotací a počtem instruktorů.

**Délka:** Údaj uvádí odhadovanou délku trvání aktivity. Není zde započítána příprava, která je u některých programů časově náročná. Věnujte tedy při rozvržení sil pozornost i tomu, zda máte v průběhu kurzu kapacity i na chystání dalších programů.

**Materiál:** Zde uvádíme množství a typ pomůcek, které budete na realizaci dané aktivity potřebovat.

**Stručný popis bloku:** Slouží k rychlé orientaci, o jaký typ aktivity se jedná.

**Podrobný popis bloku:** Podrobný návod na realizaci aktivity.

**Doporučení pro středoškoláky:** Aktivity jsou v základní verzi přizpůsobené skupinám mladých lidí z 8. a 9. tříd ZŠ. Pokud by se jejich realizace pro skupiny středoškoláků měla lišit, uvádíme zde, k jaké modifikaci a proč došlo.

**Příprava:** V této části zmiňujeme, co je třeba připravit na místě bezprostředně před hrou. Podklady, které je třeba nachystat dopředu (např. tisk pomůcek apod.), jsou uvedeny v části materiál.

**Metodické poznámky:** Zde uvádíme doporučení, které vycházejí ze zkušenosti s opakovanou realizací. Nabízíme postupy, jak předcházet problematickým situacím a jak je případně řešit.

**Bezpečnost:** Uvádíme podle škály využívané ve Zlatých fondech her Prázdninové školy Lipnice (viz seznam doporučené literatury).

**Fyzické riziko:** Upozorňuje na intenzitu fyzického nasazení účastníků při vlastní hře.

- 1 – žádná
- 2 – malá
- 3 – střední
- 4 – velká
- 5 – vyčerpávající

**Psychické riziko:** Upozorňuje na intenzitu psychického nasazení účastníků při vlastní hře.

- 1 – žádná
- 2 – malá
- 3 – střední
- 4 – velká
- 5 – vyčerpávající

## O metodě

V projektu Aktiv spojily síly organizace s různými zkušenostmi a různým přístupem ke vzdělávání. Organizace YouthWatch dlouhodobě přispívá ke zvyšování kvality práce s mládeží a podporuje mladé lidi, aby byly aktivní součástí společenského dění. Prázdninová škola Lipnice již 40 let rozvíjí metodu zážitkové pedagogiky, která vychází z reflexe reálných zážitků, které přetváří na dlouhodobou praktickou zkušenost. Organizace Atmosféra tuto metodu využívá pro osobnostní rozvoj a kurzy pro třídní kolektivy. Regionálně centrum mládeže propojuje aktéry v regionu (pracovníky s mládeží, mládež, zástupce měst a kraje), a tím buduje struktury pro práci s mládeží zajišťující kontinuitu této práce.



### Zážitková pedagogika

Metoda zážitkové pedagogiky vychází z přesvědčení, že nejlépe se učíme ze situací, které reálně prožijeme. Proto se zaměřuje na vytváření prožitků a jejich reflexi cílenou na transformaci zážitku ve zkušenost obohacující další život jedince. Zážitky zde tedy nejsou cílem, ale prostředkem k dosažení pedagogického cíle. Nejlépe tento postup ilustruje Kolbův cyklus učení:

Metoda zážitkové pedagogiky či zážitkového učení je velmi podrobně a zajímavě zpracována v nespočtu metodických materiálů. Pro rozšíření znalostí doporučujeme studium podkladů uvedených v kapitole Použité zdroje.

### Neformální vzdělávání

Neformální vzdělávání je záměrné a dobrovolné učení, které probíhá v řadě rozmanitých prostředích mimo formální vzdělávací systém. V rámci neformálního vzdělávání dochází k dalšímu rozvoji životních zkušeností, dovedností a postojů, to vše v rámci uceleného systému hodnot.

Díky sdílení zkušeností všech zapojených organizací jsme byli schopni vytvořit metodiku, která čerpá to nejlepší z obou přístupů, tj. zážitkové pedagogiky a neformálního vzdělávání. Podporuje postojovou změnu a zároveň nabízí získání znalostí a dovedností potřebných k aktivnímu zapojení se do života v komunitě.



# Metodika školení Aktiv

V této části příručky se věnujeme již samotné metodice Aktiv a po krátkém úvodu a vysvětlení konceptu školení následuje výčet programů a jejich popis.

## Logika školení

Vzdělávání je rozděleno do dvou víkendů, mezi kterými účastníci realizují projekt prospěšný jejich okolí. Cílem prvního víkendu je motivovat účastníky k vyšší angažovanosti a vybavit je znalostmi a dovednostmi, které zaručí, že tento, často první, pokus o projekt bude úspěšný. V rámci druhého víkendu je pak cílem tento proces vyhodnotit, přenést onu zkušenost do širšího, společenského, kontextu a zajistit tak udržení získané motivace.

Při realizaci pilotních školení se osvědčil měsíční rozestup mezi první a druhou částí školení. Ten poskytuje dostatek času na realizaci projektů, ale neztrácí se během něj motivace. Skupiny měly počas přípravy a realizace k dispozici mentora, který jim pomáhal v obtížných chvílích a podporoval je, když propadaly skepsi.

## Cesta hrdiny jako legenda

Jako legendu celého školení jsme využili koncept Cesta hrdiny. Zpracoval jej Joseph Campbell, který strávil několik let zkoumáním hrdinských příběhů různých národů a objevil, že ve většině těchto legend hrdinové procházejí téměř totožným procesem. Campbell tento průběh hrdinské cesty pojmenoval, rozdělil do několika fází a zaznačil do kruhového vzorce (Hrdinská cesta je podle Campbella proces, který se neustále opakuje).

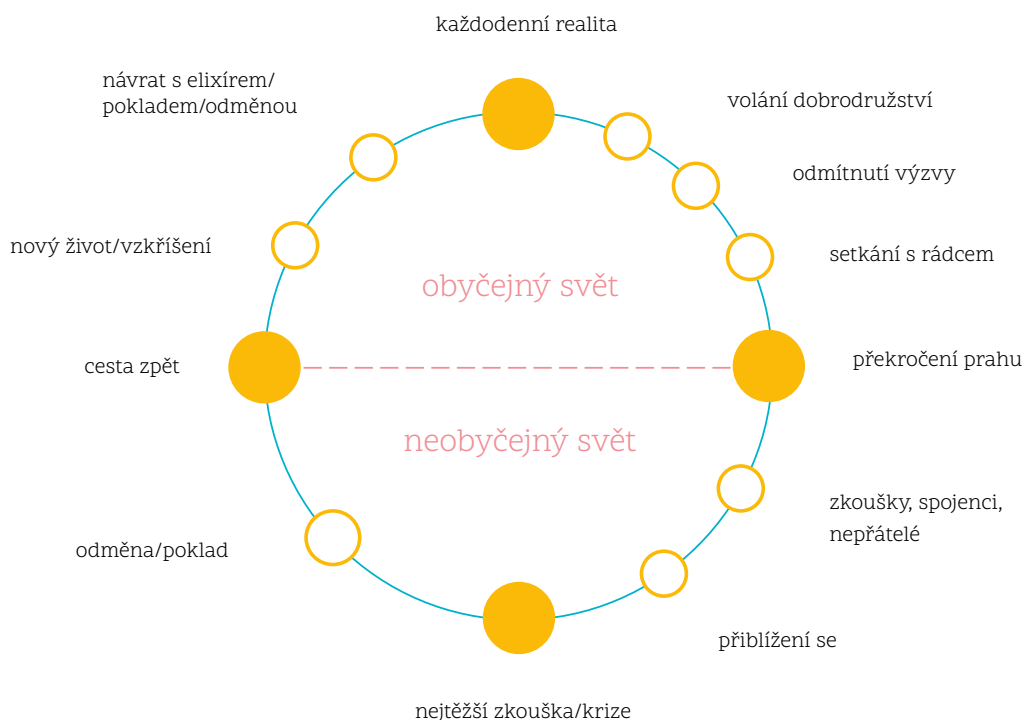
Cesta hrdiny v naší metodice pomáhá skupině uchopit obě školení včetně mezifáze jako jeden proces, celek složený z více částí. Dále pak podtrhuje důležitost participace a staví účastníky do role hrdinů, což velmi pozitivně ovlivňuje jejich vnímání sebe coby hybatele společnosti. Využití tohoto konceptu také pomáhalo účastníkům zprostředkovat poznání, že vykročit z komfortní zóny je snazší, pokud jej pojmáme jako výpravu, jako cestu za novým dobrodružstvím, za novými zkušenostmi. Cesta hrdiny ilustruje často velmi náročnou cestu, a tím poskytuje záchrannou síť v případech, že účastník chce projekt vzdát, a pomáhá získat nadhled v případech nesnází (zkoušky a překážky jsou přece součástí hrdinské cesty).

V úvodní aktivitě Představení výcvikového plánu účastníci skládají mapu, na které je koncept Cesty hrdiny přenesen na časovou osu tak, aby účastníci věděli, co je čeká, a zároveň jim na této mapě mohl být koncept hrdinství představen. Tato mapa je během obou víkendů vyvěšena v hlavní místnosti tak, aby se k ní lektoři mohli vždy obrátit a zasadit aktivity do kontextu.

Během prvního víkendu se také uskuteční fáze Setkání s rádcem (lektorský tým), Překročení prahu (páteční Motivační večer), Těžké zkoušky (v projektové části) a Přiblížení se.

V mezifázi, tj. mezi školeními, pro účastníky nastává nejtěžší část hrdinské cesty, Nejtěžší zkouška. Účastníci jsou po prvním víkendu vybaveni vším (včetně mentora), co potřebují k realizaci projektů, a nyní to musejí využít při realizaci projektu.

Na druhém víkendu si pak účastníci pojmenují, co je Poklad, který si oni sami z cesty přinášejí (aktivita Reflexe získaných dovedností), a jak s ním dále naloží (Králova řeč – Možnosti dalšího zapojení). Celý druhý víkend je zakončený odkazem na princip kruhu – že po návratu do obyčejného světa znovu přijde Volání po dobrodružství a celá cesta začíná znovu.



## Různá pojetí hrdinské cesty pro různé cílové skupiny

Samotný pojem hrdina, hrdinství jsme na školení používali ve dvou významech. Intenzivnější využívání jednoho či druhého jsme volili dle potřeb konkrétní skupiny.

### 1. KAŽDODENNÍ HRDINA

Tato verze vychází ze Zimbardova konceptu každodenního hrdiny a předpokládá, že hrdinou v našem světě je každý, kdo intervenuje v situacích, které to vyžadují. Takový hrdina pak nemusí konat velkolepé skutky a měnit celý svět, ale aktivně vyhledává drobné příležitosti, ve kterých může přispět ke zlepšení společnosti, čímž posiluje morálku a spravedlnost. Může se jednat o pomoc babičce přes přechod nebo zastání se slabšího.

V této verzi hrdinství jsou účastníci našimi hrdiny už jen proto, že se zapojili do projektu, protože místo toho mohli konvenčně trávit čas doma a nestarat se o své okolí. Oni se ale rozhodli jinak a chtějí svým dílem proměnit své okolí, přispět komunitě. Tento koncept se na školení osvědčil u středoškoláků a starších žáků, protože je pro ně tato forma strážlivější, hmatatelnější, bližší opravdovému životu.

### 2. TVŮRČÍ HRDINA

Tato verze hrdinství už předpokládá vyšší angažovanost hrdiny ve společnosti. Hrdinou je ten, kdo aktivně ve společnosti hledá prostor pro zlepšení a posílení hodnot. Hrdina pak proaktivně vytváří strategie vedoucí k výsledku a naplňuje je. Tato verze hrdinství obnáší širší zapojení a dlouhodobější úsilí. Tuto verzi hrdinství je vhodné vnést až do druhé části školení, kdy už mají účastníci po realizaci projektů a dokáží komplexněji vyhodnotit, jak podobné chování ovlivňuje společnost a co takovým chováním ve svém okolí posilují.

Tento hrdinský přístup jsme využili více u mladých lidí ze základních škol, pro které je práce s legendou ještě zajímavá a kteří ocenili povzbuzení k velkým činům. U studentů středních škol se tento přístup ukázal jako příliš vzdálený jejich vnímání sebe sama. Při práci se skupinou jsme používali termín „Hrdina nové doby“ anebo „Hrdina 21. století,“ aby byl koncept pro cílovou skupinu dostatečně zajímavý.

## Ciele školenia

Nižšie spomenuté ciele sú nosné ciele celého vzdelávania. Niektoré aktivity/programové bloky tieto ciele priamo naplňujú, iné iba prispievajú k ich naplneniu a sú previazané s ďalšími časťami programu, s ktorými tvoria celok. Pri jednotlivých programových blokoch (napr. pri obavách a očakávaníach), však môžete nájsť aj ďalšie ciele a kompetencie, ktoré tieto bloky rozvíjajú. Tieto ciele sú tiež súčasťou vzdelávania, no sú len doplnkové.

### Záměr školení AKTIV

Podpořit mladé lidi v angažovanosti a participaci na životě v jejich komunitě a pomoci jim rozvinout k tomu potřebné kompetence.



## Cíle školení AKTIV

1. Účastníci si zvýší důvěru v sebe sama coby aktivního hybatele schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.
2. Účastníci získají základní kompetence potřebné pro realizaci malého projektu.

Kompetence rozvíjené v rámci cíle č. 2:

### 2.1. Společenská odpovědnost

2.1.1. Účastníci si uvědomí svou roli, možnosti a odpovědnosti v rámci demokratického uspořádání společnosti.

2.1.2. Účastníci jsou schopni pojmenovat některé problémy ve své komunitě a vyhodnotit jejich řešitelnost vlastními silami, případně s pomocí.

### 2.2. Projektové myšlení

2.2.1. Účastníci jsou schopni plánovat postup jednotlivých kroků v rámci svého projektu na základě projektové logiky.

2.2.2. Účastníci vědí, že mohou v průběhu jejich projektu nastat změny a jak na ně reagovat.

### 2.3. Týmová spolupráce

2.3.1. Účastníci znají základní týmové role a jsou schopni stanovit tu svou a na základě toho si určit svoje úkoly v projektu.

2.3.2. Účastníci jsou schopni na základě zkušenosti ze svého projektu pojmenovat, čím oni sami přispívají k týmové práci a co potřebují, aby se jim v týmu dobře pracovalo.

### 2.4. Efektivní komunikace

2.4.1. Účastníci znají základní principy efektivní komunikace.

2.4.2. Účastníci znají základní principy prezentačních dovedností a umějí si dle nich připravit krátkou prezentaci svého projektu.

2.4.3. Účastníci znají základní principy zpětné vazby a mají zkušenosti s jejím dáváním a přijímáním.

### 2.5. Sebemotivace

2.5.1. Účastníci si umějí pojmenovat své vnitřní zdroje motivace pro projekt a pracovat s nimi.

3. Účastníci získají první zkušenost s tím, že jsou schopni dění ve své komunitě aktivně ovlivnit.
4. Účastníci umějí po realizaci projektu zreflektovat úroveň svých kompetencí (společenská odpovědnost, projektové myšlení, týmová spolupráce, efektivní komunikace, sebmotivace). Účastníci umí určit kompetence, které by bylo užitečné pro jejich další aktivity ještě rozvinout.
5. Účastníci znají možnosti svého dalšího zapojení do života v komunitě.
6. Účastníci jsou motivovaní se zapojit do aktivit ve svém okolí.

## Získané kompetencie účastníkov po školení Aktiv

Ide o vzdelávacie ciele pretavené do vzdelávacích výsledkov v jednotlivých kompetenciách – t. j. aké konkrétne vedomosti (znanosti), zručnosti (dovednosti) a postoje by účastníci školenia Aktiv mali mať na konci vzdelávania.

## SPOLOČENSKÁ ZODPOVEDNOSŤ

### Vedomosť

- Účastníci vedia pomenovať (aspoň 3) výhody demokratického usporiadania spoločnosti a svoju úlohu v tomto zriadení.

### Zručnosť

- Účastníci majú prvú skúsenosť s tým, že sú schopní aktívne ovplyvniť dianie vo svojej komunite.
- Účastníci sú schopní pomenovať niektoré problémy vo svojej komunite a vyhodnotiť ich riešiteľnosť vlastnými silami, prípadne s pomocou.

### Postoj

- Účastníci majú dôveru v seba samého ako človeka schopného ovplyvniť dianie vo svojej komunite.

## PROJEKTOVÉ MYSLENIE

### Vedomosť

- Účastníci poznajú projektovú logiku od analýzy potrieb až po vyhodnotenie a šírenie výsledkov projektu (východisková situácia, ciele (ŠMRnc), aktivity, akčný plán projektu, zdroje, tím, propagácia projektu, nastavenie 1 - 2 indikátorov, aby zistili, či boli úspešní).
- Účastníci vedia, že v priebehu projektu môžu nastať zmeny a vedia, ako na ne reagovať (je potrebné ich pripraviť na to, že je v poriadku, ak niečo nevyjde podľa plánu a ponúknuť im podporu vo forme mentoringu).

### Zručnosť

- Účastníci sú schopní plánovať, zrealizovať a vyhodnotiť postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu a podľa projektovej logiky.
- Účastníci majú skúsenosť s plánovaním zdrojov (ľudských i finančných) v rámci svojho projektu.

### Postoj

- Účastníci prijímajú postupnosť krokov projektovej logiky ako vhodný model k úspešnej realizácii svojho projektu.
- Účastníci neostanú demotivovaní, ak niečo hneď nevyjde, ale skúšajú hľadať nové cesty za pomoci mentoringu.

## TÍMOVÁ SPOLUPRÁCA

### Vedomosť

- Účastníci poznajú tímové roly „ponorka-buldozér-sanitka“ podľa hnutia Brontosaurus. (ZŠ)
- Účastníci poznajú tímové roly podľa Belbina. (SŠ)

### **Zručnosť**

- Účastníci sú schopní pomenovať, v ktorej role sa cítia prirodzene dobre a na základe toho si určiť úlohy v projekte.
- Účastníci sú schopní na základe skúsenosti zo svojho projektu pomenovať, čím oni sami prispievajú k tímovej práci a čo potrebujú, aby sa im v tíme dobre pracovalo.

### **Postoj**

- Účastníci vnímajú výhody tímovej spolupráce.

## **EFEKTÍVNA KOMUNIKÁCIA**

### **Vedomosť**

- Účastníci poznajú základné pravidlá efektívnej komunikácie v rámci tímu (napr. stanoviť si základné pravidlá fungovania, formulovať myšlienky jednoducho a zrozumiteľne, nepredpokladať, že ostatní rozmýšľajú rovnako ako ja, JA výrok v prípade konfliktu a pod.)

### **Zručnosť**

- Účastníci majú skúsenosť s komunikáciou v rámci tímu, vedia reflektovať, ako im to v tíme fungovalo a čo fungovalo dobre.

### **Postoj**

- Účastníci vnímajú, že je v rámci realizácie projektu dôležité komunikovať tak, aby boli všetci dostatočne informovaní a každý mohol vyjadriť svoj názor s tým, že bude vypočutý.

## **OSOBNÁ SPÄTNÁ VÄZBA**

### **Vedomosť**

- Účastníci poznajú základné princípy osobnej spätnej väzby ako nástroja na rozvoj a poznajú pravidlá jej dávania a prijímania.

### **Zručnosť**

- Účastníci majú skúsenosť s dávaním a prijímaním osobnej spätnej väzby v rámci svojho tímu.

### **Postoj**

- Účastníci pripúšťajú, že pýtanie si osobnej spätnej väzby od iných môže byť užitočné pre ich osobný rozvoj. (SŠ)

## **PREZENTAČNÉ ZRUČNOSTI**

### **Vedomosť**

- Účastníci poznajú základné princípy a formy/nástroje prezentovania svojho projektu.

### **Zručnosť**

- Účastníci si dokážu pripraviť krátku prezentáciu svojho projektu na základe princípov prezentovania s využitím jedného nástroja/formy.

### **Postoj**

- Účastníci si uvedomujú, že prezentácia je primárne pre poslucháčov a s týmto vedomím ju pripravujú a prezentujú.

## ZAPOJENIE SA DO AKTIVÍT KOMUNITY A OSOBNOSTNÝ ROZVOJ

### Vedomosť

- Účastníci vedia po realizácii projektu reflektovať úroveň svojich kompetencií (spoločenská zodpovednosť, projektové myslenie, tímová spolupráca, efektívna komunikácia, sebamotivácia) a vedia určiť kompetencie, ktoré by bolo užitočné rozvíjať pre ich ďalšie aktivity.
- Účastníci si vedia pomenovať svoje vnútorné zdroje motivácie pre prácu na projekte.
- Účastníci poznajú možnosti svojho ďalšieho zapojenia do života v komunite.

### Zručnosť

- x

### Postoj

- Účastníci sú motivovaní sa zapojiť do aktivít vo svojom okolí.

## Komunikácia pred školením Aktiv

Komunikácia pred školením pripravuje účastníkov – mladých ľudí na školenie a vťahuje ich do témy hrdinskej cesty, ktorá ich čaká. Pred školením lektor pošle účastníkom pozvánku napríklad na „Výcvik hrdinov 21. storočia“ alebo s motívom o hrdinoch všedného dňa.

Je dobré, aby účastníci vytvorili projektové tímy ešte pred školením. Projektový tím je tvorený 2-4 ľuďmi, ktorí budú spoločne pracovať na jednom projekte/hrdinskom skutku. To, s kým projektový tím vytvorí, je na ich rozhodnutí. Účastníkom treba vysvetliť, že pred tým, ako spravia nejaký hrdinský skutok/projekt, si potrebujú najprv definovať problém, ktorý vo svojom okolí majú, vnímajú a chcú ho riešiť. Je potrebné, aby účastníci (ako projektový tím) mali ešte pred školením vybrané 2-3 problémy, aby si na školení mohli zvoliť ten najvhodnejší vzhľadom k možnosti jeho riešenia v danom projektovom tíme, realnosti a časovému obmedzeniu.

### Pozvánka na školenie by mala obsahovať nižšie uvedené informácie:

- termín a miesto konania;
- začiatok a koniec školenia;
- zadanie, kde je definované, do akej hĺbky má byť projekt účastníkov pripravený (t. j. majú sa zamyslieť nad tým, čo by chceli zmeniť, aký problém chcú riešiť) a ako budú vytvárať projektový tím (nadväznosť na blok „Predstavenie projektových zámerov”);
- obuv/oblečenie, ktoré účastníci budú na školení potrebovať;
- techniku, prípadne iný materiál, ktorý budú účastníci používať počas školenia;
- kontaktné údaje osoby, na ktorú sa môžu účastníci obrátiť s ďalšími otázkami.



# 1. časť školenia

## Aktiv

Táto kapitola popisuje program 1. víkendového školenia Aktiv. Samozrejme, je na každom lektorovi, aby vzal ohľad na prípadné špecifiká účastníckej skupiny, jej potreby a program podľa nich upravil (napr. pridal prestávku, energizér).

1. deň		
Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
13:00 – 14:00	Obed, ubytovanie	60
14:00 – 14:30	Úvod	30
14:30 – 15:15	Zistenie výcvikového plánu	45
15:15 – 15:30	Prestávka (čas na prezlečenie)	15
15:30 – 15:50	Úloha lektorov na kurze, vysvetlenie cesty hrdinu	20
15:50 – 16:20	Zoznámenie sa	30
16:20 – 16:35	Očakávania, obavy, pravidlá	15
16:35 – 16:50	Prestávka, olovrant	15
16:50 – 18:00	Predstavenie projektových nápadov	70
18:00 – 19:00	Večera	60
19:00 – 20:00	Motivačný večer	60

2. deň		
Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
7:45 – 8:30	Raňajky	45
8:30 – 9:00	Servis	30
9:00 – 9:10	Úvod do dňa	10
9:10 – 10:00	Ciele projektu	50
10:00 – 11:00	Aktivity projektu	60
11:00 – 11:20	Prestávka, desiata	20

## 2. deň

Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
11:20 – 12:00	2 paralelné bloky Zdroje projektu/Časový plán projektu	40
12:00 – 13:00	Obed	60
13:00 – 13:40	2 paralelné bloky Zdroje projektu/Časový plán projektu	40
13:40 – 13:45	Presun medzi blokmi	5
13:45 – 14:25	Osobná spätná väzba	40
14:25 – 14:40	Prestávka, olovrant	15
14:40 – 16:10	Tímová spolupráca	90
16:10 – 17:40	Prezentačné zručnosti	90
17:40 – 18:30	Večera	50
18:30 – 19:30	Prezentačné zručnosti – prezentácia projektových návrhov	60
19:30 – 20:30	Motivačný hosť	60

## 3. deň

Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
7:00 – 8:00	Raňajky	60
8:00 – 8:30	Servis	30
8:30 – 9:00	Aktivity na rozprúdenie energie	30
9:00 – 10:15	Finalizácia projektu	75
10:15 – 10:30	Prestávka, desiata	15
10:30 – 11:45	Finalizácia projektu	75
11:45 – 11:55	Prestávka	10
11:55 – 12:40	Záver	45
12:40 – 13:30	Obed	50



## Cíle

Vtáhnout účastníky do tématu.



## Kompetence, které rozvíjíme

–



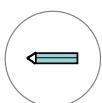
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

30 minut



## Materiál

- motivační video
- flash disk
- flipový papír s velkým nápisem „Přehraj mě.“
- počítač
- dataprojektor
- jmenovky
- fixy
- barevné papíry na jmenovky
- červené a modré bonbony v počtu účastníků
- mističky na bonbony

## Stručný popis bloku

V této části jsou účastníci pomocí videa s prvky z Matrixu a skypu s tajemnou osobou pozváni na hrdinskou cestu.

## Podrobný popis bloku

Účastníci přijíždějí před obědem, kdy se jich ujme (ideálně) někdo mimo lektorský tým, seznámí je se střediskem, ubytuje je a doprovodí na oběd. Lektori jsou až do začátku programu tajní. Při obědě se skupina dozví, v kolik hodin a kde začíná program.



Když účastníci přijdou k místnosti, kde program začíná, je na ní nápis. „Vstupte, až vás bude XY (počet účastníků)“. V učebně je připraven spuštěný dataprojektor s připojeným počítačem a flash disk s nápisem „Přehraj mě.“ Vedle počítače leží mističky s červenými a modrými bonbony, na jedné dveřích je nalepený červený papír – tudy budou odcházet.

Úkolem skupiny je přehrát si motivační video, ve kterém se dozví, že mají možnost se vydat na hrdinskou cestu, která nebude snadná. Pokud do toho jdou, mají si vzít červený bonbon, pokud ne, modrý bonbon (inspirace scénou z filmu Matrix, ke které se video odkazuje). Po rozhodnutí mají projít červeně označenými dveřmi.

Účastníci přejdou do druhé místnosti a tam na ně opět nečekají živí instruktoři, ale počítač a na skypu tajemný člověk (inspirace Charlieho andílky). Má v záběru jen nohy místo obličeje a říká:

*„Vítejte v misi hrdina 21! Věřím, že své volby nebudete litovat. Kdo jsem já, není podstatné, říkejte mi třeba Charlie. Důležité je, co vás čeká. Před vámi je dvouvíkendový výcvik, abyste se stali hrdinskými agenty s povolením ovlivňovat budoucnost. Půjdete tak ve šlépějích stovek dalších mladých lidí, kteří už mají podobný výcvik za sebou. Vaším prvním úkolem je vytvořit si cedulky se jménem. Ale pozor – každý tým, který si dohromady vymýšlel svůj hrdinský skutek, si vezme jinou barvu cedulek. Pusťte se do toho, máte na to přesně 1 minutu (na obrazovce běží odpočet).“*

*„Skvěle. Venku již na vás čekají agenti, kteří vás výcvikem budou provázet a řeknou vám, co dál. Hodně štěstí!“*

### **Metodické poznámky**

Je klíčové si dopředu vyzkoušet, že skype běží. Různé modifikace skypu na telefonu nebo webu se ukázaly jako nespolehlivé. Místo skypu lze s úspěchem použít i zvonící mobilní telefon bez obrazu.

Jede-li se skupinou doprovod (např. pedagogický dozor), je třeba jim dopředu vysvětlit, že se s nimi lektoři po příjezdu nepřivítají a proč, aby nebyli zaskočení.

Od příjezdu účastníků už musejí být lektoři schovaní, je proto potřeba si domluvit oddělené jídlo a jeho přepravu a vzít si všechn materiál, aby nikdo nemusel nikam chodit.

### **Doporučení pro středoškoláky**

Na skypu je „Charlie“ civilnější, nemluví o agentech, ale popisuje, co se reálně bude dít.

### **Příprava**

Připravit 2 místnosti s počítačem – na jeden připojit dataprojektor, na flipchart napsat „Přehraj mě.“ a šipku směřující k flash disku s prezentací, jednu dveře v místnosti označit červeně. Na druhém počítači spustit skype a připojit „Charlieho“.

### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 1

# Zjištění výcvikového plánu

1. školení

1. den



## Cíle

Vzájemné poznání účastníků, naladění na legendu hrdinství.



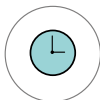
## Kompetence, které rozvíjíme

–



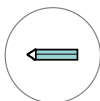
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

80 minut



## Materiál

- na velkém papíře nakreslená cesta hrdiny s vyznačením jednotlivých fází rozstříhaná na malé části (podle počtu vybraných aktivit – min. jedna část na každou aktivitu)
- na flipovém papíru napsaný seznam alespoň 10 hrdinských misí k plnění, v seznamu je napsán počet lidí potřebných pro splnění mise a informace, zda je možné misi plnit opakovaně
- vytištěné pokyny k hrdinským misím (zadání aktivit) a čísla mise k označení stanoviště
- materiál k jednotlivým misím (mise jsou krátké, maximálně desetiminutové aktivity – např. zapamatování předmětů, pštrosí vejce, stavba věže ze špaget apod., popsané v legendě hrdinské mise)
- post-ity na značení obsazených misí
- seznam všech misí pro instruktory

## Stručný popis bloku

Stanovišťová hra, během které se účastníci vrhají do hrdinských misí, aby společně jako skupina získali mapu své hrdinské cesty.

## Podrobný popis bloku

Agenti (lektori) se poprvé setkávají s účastníky a promlouvají k nim:

„Nyní před sebou máte velkou misi. Jejím účelem je získat postup vašeho výcvikového plánu na tento i příští víkend. Obyvatelé vesnice se celý rok těšili, až konečně přijdou hrdinové, kteří jim pomohou s jejich těžkostmi.

*Jak plán získat:* Před sebou vidíte seznam různých menších misí, které je možné plnit. Za každou splněnou misi získáte dílky skládačky, která vám dá celkový obraz vašeho výcvikového plánu.

*Jak si vybírat mise:* U každé mise je napsaný počet osob, které mohou danou misi plnit. V tomtéž složení týmu nesmíte na dvě po sobě jdoucí mise.

*Kolik misí může běžet paralelně? Kolik chcete.*



*Jak vypadá plnění mise v praxi:* Na plánu si přečtete název mise a kolik lidí je na ní potřeba. V depu nahlásíte agentovi, že misi jdete plnit. Agent označí misi značkou, která říká ostatním, že danou misi zrovna plnit nemohou. Rozhlédnete se a uvidíte stanoviště s daným číslem. Běžíte tam a přečtete si úkol. Natrénujete, co je potřeba, a výsledek jdete předvést sem do depa některému z agentů, který je zrovna volný. Pak si najdete nové hrdiny na plnění další mise.“

Následně probíhá samotná hra, kdy účastníci plní jednotlivé úkoly.

### Příklad hrdinské mise:

**název mise:** POMOC PŘI OPRAVĚ STARÉ ROZHLEDNY

**zadání úkolu:** Postavte alespoň metr vysokou věž z materiálu, který zde vidíte. Až věž postavíte, přijdete ji ukázat do depa, kde musí sama alespoň 15 vteřin stát. Metr odměříte pomocí provázku, který zde máte k dispozici a který měří přesně metr. Čím vyšší věž, tím větší kousek skládačky získáte.

Po hře je 15 minut přestávka. Zazní informace, že po přestávce už bude pokračování uvnitř, účastníci se tak mohou převléct do indoor oblečení.

V místnosti proběhne setkání s lektory už v civilu, gratulují jim ke splnění mise. Lektori se účastníkům představí a následně jim vysvětlí legendu Cesty hrdiny obecně i v kontextu kurzu (a s tím, co se na kurzu bude dít).

Před kurzem – Volání k dobrodružství;

Na prvním víkendu - Setkání s rádcem, Překročení prahu, Zkoušky, Přiblížení se;

Vlastní realizace projektů - Nejtěžší zkouška, Odměna;

Na druhém víkendu – Nový život, Návrat s pokladem, Volání k dobrodružství.

### **Metodické poznámky**

Vyplatí se mít všechny úkoly ve viditelné vzdálenosti. Není potřeba, aby za nimi účastníci běhali daleko, a pro lektory v depu je to přehlednější. Nelze-li je mít na dohled, je třeba mapa stanovišť.

Účastníci mohou diskutovat o tom, co znamená, že nemohou plnit misi v tomtéž složení týmu – jestli když vymění jen jednoho, je to v pořádku. Je možné volit vysvětlení dle aktuálního počtu osob a situace – pokud to jde, ať se mění co nejvíc, pokud by kvůli čekání na další tým měli stát pět minut v depu, ať je radši obměna minimální a hra dynamičtější.

Pokud je méně účastníků, je lepší vymyslet úkoly, které jsou kratší a je na ně potřeba méně osob, ať se mohou v týmech více střídat.

Úkoly, ve kterých se nějakým způsobem přemísťují účastníci do depa a už u toho plní úkol, je dobré mít dobře na dohled.

### **Doporučení pro středoškoláky**

Pro středoškoláky se téma agentů ukázalo jako neautentické. Doporučujeme zůstat v pozicích lektori a účastníci. Lektor přivítá účastníky na školení a zadá aktivitu v kontextu vzájemného poznání se a splnění úkolů pro získání všech dílů mapy. Prvek s plněním drobných úkolů, které pomohou místním obyvatelům jsme však ponechali.

### **Příprava**

Příprava stanovišť – viz informace u materiálu.

Příprava depa – nalepení seznamu úkolů.

### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 2

Hra je dynamická, proto je při přípravě dobré zvážit terén tak, aby tam nebyly ohrožující překážky.

Psychické riziko: 2

Mohlo by se stát, že je někdo vyčleněn a málo zapojován. V tom případě je třeba citlivě zakročit.



## Ciele

Prepojiť skupinu, naladiť účastníkov, vzájomne sa zoznámiť.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Účastníci poznajú svoje mená a základné informácie o sebe navzájom.



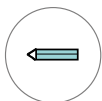
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

30 minút



## Materiál

závisí od výberu aktivity

- papiere a perá pre každého účastníka
- 1 deka alebo plachta

## Stručný popis bloku

Súbor krátkych aktivít na zoznámenie alebo lámačov ľadov.

## Podrobný popis bloku

Lektor si môže vybrať jednu a viac aktivít, ktoré v tomto bloku môže zaradiť:

### AKTIVITA RÝCHLE KOLIEČKO NA MENÁ (cca 10 minút)

Účastníci sedia v kruhu, povedia svoje meno, mesto/obec a štát, odkiaľ pochádzajú (prípadne z akej triedy sú) a čo radi robia vo voľnom čase.

### AKTIVITA AROMATICKÝ ALEŠ (cca 20 minút)

Účastníci sedia v kruhu, prvý účastník povie svoje rodné meno a k nemu musí pridať prídavné meno, ktoré ho vystihuje a ktoré sa začína tým istým písmenom, ako jeho rodné



meno (napríklad láskavá Lucia, instagramový Ivan a pod.). Každý ďalší účastník musí vždy zopakovať prídavné meno a rodné meno predchádzajúcich osôb a až potom sa predstaviť a povedať svoje rodné meno s prídavným menom.

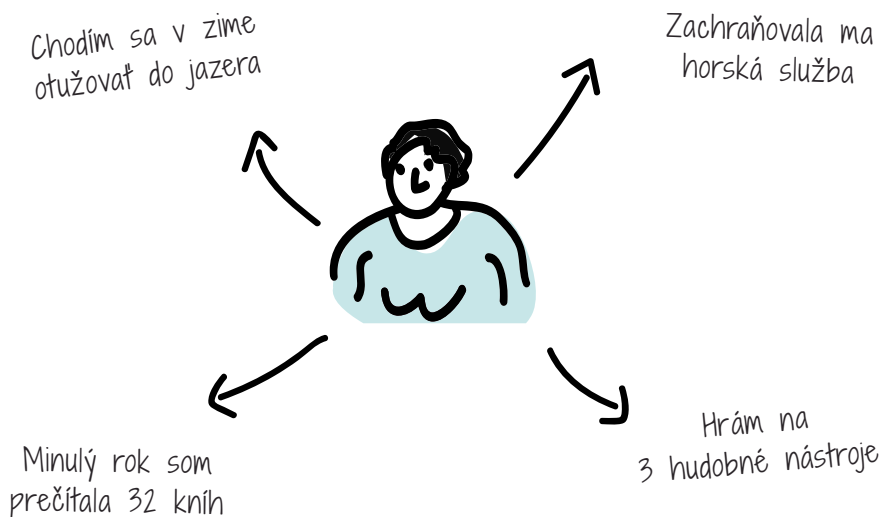
### **AKTIVITA HUMAN BINGO (cca 15 minút)**

Každý účastník dostane hárok papiera, na ktorom sú v políčkach uvedené rôzne údaje, ako napr.: Kto má brata? Kto má rád zelený čaj? Kto bol na Silvestra v horách? Kto má rád zmrzlinu a pod. Úlohou účastníkov je čo najrýchlejšie vyhľadať iného účastníka, o ktorom daný výrok platí. Ak výrok platí, účastník, ktorý ho spĺňa, sa podpíše do príslušného políčka v hároku. Prvý hráč, ktorý má vo všetkých políčkach meno niekoho iného zo skupiny (každé meno sa však môže objaviť max. 2-krát – závisí od počtu účastníkov a množstva otázok), zvolá BINGO a hra sa vtedy skončí. Aktivita sa uzatvára tým, že hráč, ktorý zvolal BINGO, skontroluje, či splnil všetky podmienky a nahlas pred celou skupinou prečíta, koho má v jednotlivých políčkach zapísaného a overí, či daný výrok pre podpísanú osobu platí.

### **AKTIVITA PRAVDA A LOŽ (cca 15 minút)**

Každý účastník napíše do stredu A4 papiera svoje meno a do jeho rohov štyri informácie o sebe, pričom tri musia byť pravdivé a jedna nepravdivá. Ideálne taká, ktorá nie je úplne evidentná a ostatným nie je známa. Účastníci potom odovzdajú papiere lektorovi. Ten číta informácie a pritom ukazuje, ku ktorému rohu miestnosti/časti priestoru sa daná informácia viaže. Ostatní hráči sa postavia do toho rohu, o ktorom si myslia, že prináleží nepravdivé informácii. Keď všetci zaujmú svoje miesto, účastník, ktorého výroky sa čítajú, prezradí, kto stojí v správnom rohu a kto nie. Tiež vysvetlí a opíše aj ostatné tri informácie (príhody s nimi spojené, prípadne vek, miesto a pod.).

Druhou alternatívou je, že účastníci papier neodovzdajú lektorovi a informácie sa nečítajú v rámci celej skupiny, ale zoznamujú sa individuálne, napr. vo dvojiciach. Prvý účastník povie svoje meno a štyri informácie. Druhý účastník háda, ktorá z nich je nepravdivá. Ak



uhádne, môže dať bodku na papier účastníka, ktorého informácie hádal. Následne si môžu k daným informáciám povedať niečo bližšie a potom sa vymenia (ten, kto prvý hádal, teraz hovorí informácie o sebe a druhý háda). Na záver môže ešte prebehnúť vyhodnotenie alebo koliečko, kto získal najviac bodiek, teda koľkým sa podarilo odhaliť jeho nepravdu, alebo čo bolo najzaujímavejšie zistenie a podobne.

### AKTIVITA DEKA (cca 15 minút)

Hráči sa rozdelia na dve skupiny, každá stojí na opačnej strane steny vytvorenej pomocou deky, ktorú držia lektori. Skupiny na seba nesmú vidieť. Každá skupina vyše jedného hráča do popredia tesne k deke. Keď sa deka na jasný signál spustí, úlohou hráčov je čo najrýchlejšie povedať meno človeka, ktorý je oproti. Ten, kto povie meno ako prvý, vyhráva a berie si porazeného hráča do svojho družstva.

Vhodné je, aby sa v týchto aktivitách predstavil alebo sa do nich zapojil aj lektorský tím. Po aktivitách lektorský tím predstaví aj svoje roly, napríklad na koho sa obrátiť v prípade logistických otázok (strava, ubytovanie), kto je zdravotník, pedagogický dozor a pod.

### Metodické poznámky

Lektor môže zaradiť viac zoznamovacích aktivít než len jednu.

### Príprava

V závislosti od výberu aktivít (napr. Human Bingo) si treba vopred pripraviť a vytlačiť materiály, usporiadať stoličky do kruhu a pod.

### Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

# Očakávania, obavy, pravidlá

1. školenie

1. deň



## Ciele

Zistiť motiváciu účastníkov zúčastniť sa na školení, aké sú ich očakávania a obavy a prípadne tomu prispôsobiť program. Rozptýliť obavy a naladiť príjemnú a bezpečnú atmosféru.



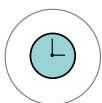
## Kompetencie, ktoré rozvíjame

–



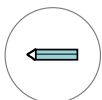
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

15 minút



## Materiál

- flipchart
- fixy pre každého účastníka
- post-ity (samolepiace papieriky) 3 rôznych farieb, z každej farby aspoň jeden pre každého účastníka

## Stručný popis bloku

Krátky blok zameraný na zistenie očakávaní prípadne obáv, práca s celou skupinou.

## Podrobný popis bloku

### AKTIVITA OČAKÁVANIA

Každý účastník dostane niekoľko post-itov minimálne dva v 3 rôznych farbách, pričom každá farba symbolizuje niečo iné.

Napríklad:

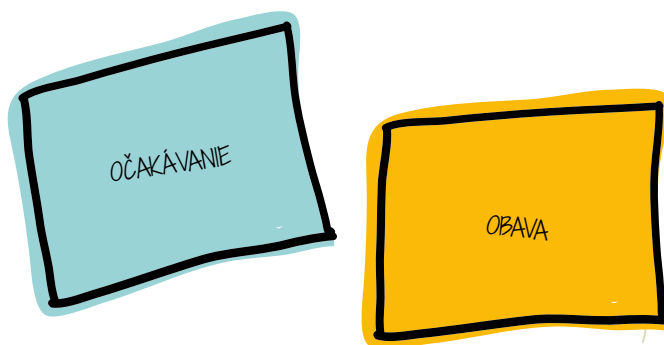
- zelená symbolizuje očakávania od víkendu a celého školenia (čo by sa chceli naučiť, dozvedieť);
- červená symbolizuje obavy;
- žltá môže symbolizovať, čím by chceli prispieť k dotvoreniu príjemnej atmosféry v skupine.



Účastníci majú cca 4 minúty na zamyslenie sa a zapísanie myšlienok. Následne ich lektor požiada, aby postupne prečítali, čo majú na post-itoch napísané a nalepili ich na vopred pripravený flipchart.

Na záver lektor všetko zhrnie, pokúsi sa reagovať na prípadné obavy a rozptýliť ich a účastníkom poďakuje za to, čím chcú prispieť.

V ďalšom kroku sa lektor dohodne so skupinou na pravidlách fungovania, pri nepľnoletých však jasne nastaví hranice, čo môžu a čo nie (napr. alkohol).



### Metodické poznámky

Lektorský tím sa tiež môže zapojiť do aktivity a zdieľať svoje očakávania a obavy.

Tento blok je tiež možné zasadiť do legendy hrdinstva, napríklad čo by si účastníci zbalili do batôžka na cestu – „aké kúzelné veci“ by chceli mať v batôžku so sebou na cestu (očakávania), akých nástrah sa na ceste obávajú (obavy) a v čom je ich sila (čím by chceli prispieť). Zasadenie do legendy je vhodné skôr pre skupinu žiakov ZŠ, nie pre SŠ.

### Príprava

Je možné si vizuálne pripraviť flipchart, kde budú účastníci lepíť:

- očakávania;
- obavy;
- prípadne niečo, čím chcú prispieť.

### Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

Lektor vytvorí bezpečnú atmosféru, aby mali účastníci pocit, že môžu povedať aj svoje obavy a lektorský tím ich zohľadní.

# Predstavenie projektových zámierov

1. školenie

1. deň



## Ciele

Predstaviť projektové zámery, s ktorými účastníci prišli na školenie za účelom realizácie projektu.

Blok prispieva k naplneniu cieľov:

**2.1.2.** Účastníci sú schopní pomenovať niektoré problémy vo svojej komunite a vyhodnotiť ich riešiteľnosť vlastnými silami, prípadne s pomocou.

**2.4.2.** Účastníci poznajú základné princípy prezentačných zručností a vedia si podľa nich pripraviť krátku prezentáciu svojho projektu.

**2.5.1.** Účastníci vedia pomenovať svoje vnútorné zdroje motivácie pre projekt a pracovať v nich.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie spoločenská zodpovednosť:

### Zručnosť

Účastníci sú schopní pomenovať niektoré problémy vo svojej komunite a vyhodnotiť ich riešiteľnosť vlastnými silami, prípadne s pomocou.

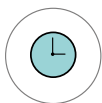
### Postoj

Účastníci majú dôveru v seba samého ako človeka schopného ovplyvniť dianie vo svojej komunite.



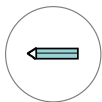
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

70 minút



## Materiál

- projektor, počítač, reproduktor
- 1 balík flipchartových papierov
- mikrofón (môže byť aj napodobenina)
- 3 balíky fixiek
- 2 balíky farebných ceruziek
- 20 bielych papierov

- 5 nožníc
- 5 lepidiel
- 2 balíky farebných papierov
- 20 pier
- kostýmy (niečo charakteristické pre moderátorov)
- USB kľúč

### Stručný popis bloku

Prezentácie projektových nápadov účastníkov školenia.

### Podrobný popis bloku

#### ÚVOD – ZISTENIE STAVU PRÍPRAVY PROJEKTOV

Účastníci sa postavia na pomyselnú škálu v miestnosti. Jedna strana miestnosti vyjadruje „*presne vieme, čo budeme robiť, prípravu máme hotovú*“. Druhá strana miestnosti vyjadruje „*vôbec nevieme, čo budeme robiť*“. Úlohou účastníkov je, aby sa každý individuálne postavil na túto pomyselnú škálu. Účastníci následne maximálne dvoma vetami predstavia svoj projektový nápad, lektori si popritom zapisujú poznámky. Na základe tohto predstavenia sú účastníci rozdelení medzi lektorov tak, aby s ich podporou našli problém, ktorý chcú riešiť a pripravili sa na prezentáciu svojich projektových zámerov.

#### AKTIVITA PRÍPRAVA PREZENTÁCIE

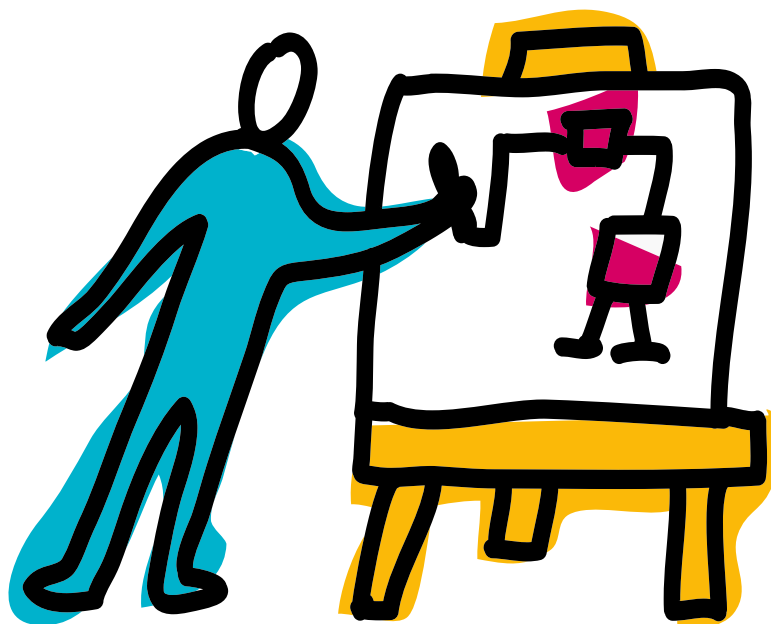
Účastníci (v projektových tímoch) dostanú cca 30 minút na prípravu max. 2-minútovej prezentácie, v ktorej predstavia svoj projektový nápad. Obsah by mal byť zameraný na to, aký problém vo svojej komunite vidia a ako by ho chceli vyriešiť, teda čo chcú zrealizovať a s akým zámerom. Forma, akou projektový zámer predstavia, je na nich. Lektori, ktorí boli priradení k projektovému tímu, sú tímom podporou aj počas prípravy prezentácie. Vďaka spolupráci s účastníkmi majú lektori lepší prehľad o aktuálnom stave projektov ako aj o fungovaní projektového tímu.

#### AKTIVITA PREZENTÁCIA PROJEKTOVÝCH ZÁMEROV

Po ukončení prípravy sú účastníci privítaní na podujatí (simulácia zábavného podujatia, ktoré moderujú lektori v kostýmoch), na ktorom sú prezentované problémy mladých hrdinov, nápady na ich riešenie ako aj budúce hrdinské skutky. Moderátormi podujatia sú dvaja lektori, ktorí postupne vítajú hrdinov s ich prezentáciami. Po skončení každej prezentácie majú účastníci a lektori možnosť pýtať sa otázky k danej prezentácii ako aj poskytnúť spätnú väzbu. Zámerom spätnej väzby je, aby bola pozitívna a motivujúca, na konštruktívnu osobnú spätnú väzbu bude priestor počas ďalšieho dňa.

#### Metodické poznámky

Celý blok je zasadený do veselej, radostnej a podpornej atmosféry, aby mohli byť projektové tímy na svoje nápady už teraz pyšné. V tejto fáze účastníci dostávajú iba pozitívnu spätnú väzbu. V úvode je potrebné zdôrazniť, že každý projekt je v inej fáze rozpracovania a je to tak úplne v poriadku, keďže na dopracovaní projektu budú účastníci pracovať počas celého školenia.



Na udržanie ticha počas prezentácie lektor používa „zázračný mikrofón“. Zázračný mikrofón je zázračným vďaka tomu, že je počuť iba toho, kto doň rozpráva. Preto tento mikrofón používajú moderátori, projektový tím, ktorý práve prezentuje ako i zvyšok účastníkov, ak chce niekto niečo povedať. Pre udržanie funkčnosti „zázračného mikrofónu“ je potrebné dodržiavať pravidlo, že ak účastník/lektor povie niečo bez mikrofónu, nepočuť ho. Druhý lektor môže upozorniť rozprávajúceho lektora alebo účastníka napríklad slovami: „Vidím, že sa ti hýbu ústa, no nepočujem, že by z nich vychádzali slová“ a zároveň podať danej osobe mikrofón.

### **Príprava**

Upraviť sedenie vhodné na prezentovanie, pripraviť techniku a pod.

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

Účastníci nemusia mať dostatočne rozpracovaný projektový nápad, nemusia mať skúsenosť s prezentovaním. Táto situácia sa dá ošetriť vhodnou prácou s motiváciou, podporou na prekonanie spomenutých rizík.

# Motivační večer

1. školení

1. den



## Cíle

Cíl, který program pomáhá naplňovat:

**2.1.1.** Účastníci si uvědomí svou roli a zodpovědnost v rámci demokratického uspořádání společnosti.



## Kompetence, které rozvíjíme

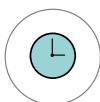
### Postoj

Účastníci získají důvěru v sebe sama coby člověka schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.



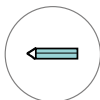
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

60 minut



## Materiál

- příběhy hrdinů vytištěné na barevné papíry a rozstříhané tak, aby celkový počet ústřížků odpovídal počtu účastníků
- papírky s vytištěnými otázkami (taky barevné, aby měl lektor přehled o tom, který papírek které skupině již předal)

## Stručný popis bloku

Účastníci si skrze diskuzi o příbězích hrdinských skutků z historie pojmenují, co je to hrdinství a proč je ve společnosti důležité. Následuje diskuze o tom, kdo může být hrdinou a jak to vypadá. V další části se účastníci zamýšlejí nad rolí aktivní mládeže ve společnosti a definují vlastní hrdinský potenciál.

## Podrobný popis bloku

Účastníci si vylosují útržky textů a spojí se do skupinek podle barev papíru, na kterých mají svůj text. Takto vytvořené skupinky mají za úkol poskládat dohromady příběh jednoho z hrdinů (např. August Landmesser, Rosa Parks, Lucie Myslíková) a příběh společně pročíst, porozumět mu.

Lektor nechá skupinkám dostatečné množství času, aby mohly o příběhu diskutovat. Jakmile skupina skončila diskuzi, předá jim lektor papírek s otázkou. Otázek je celkem pět, instruktor je skupinám dává postupně, aby podpořil sdílení názorů a prohloubil diskusi.

### **Otázky mají následující pořadí:**

*V čem byl daný čin hrdinský, proč vyžadoval odvahu?*

*Jak se asi hrdina v danou chvíli cítil, co prožíval?*

*Co hrdina riskoval?*

*Koho daný čin inspiroval, pro koho byl daný čin prospěšný?*

*Vyplatilo se to?*

Následně lektor vrátí pozornost do celé skupiny. Další postup uvede tím, že nyní diskutovali v menších skupinkách a každá měla jiný příběh, ale ty příběhy mají něco společného. A to hrdinství v čase, kdy to nebylo snadné. Vybídne skupinky k tomu, aby s ostatními postupně sdílely svůj text, jeho podstatu a o čem nad ním přemýšlely. Lektor se může doptávat, aby zástupce skupiny přivedl k co nepřesnější formulaci toho, v čem byl daný skutek hrdinský a jaké bylo asi hrdinovo poselství. Představování každého příběhu může zakončit otázkou, zdali se při probírání otázek objevilo ještě něco zajímavého.

Následuje diskuze o tom, jak vypadá hrdinství v dnešní době a koho můžeme dnes považovat za hrdinu. Tuto část je možno uvést následovně: Teď jsme se dlouho bavili o těch, kteří prokázali své hrdinství v minulosti, ale i dnes můžeme být hrdiny. Okolnosti jsou jiné, ale jistě jste i vy ve svém okolí někdy viděli někoho, koho jste považovali za hrdinu. Následuje série otázek, ve které lektor se skupinou prochází téma novodobého hrdinství a role mládeže ve společnosti.

### **Možné okruhy:**

*Stalo se vám to někdy, že jste potkali někoho, koho jste v tu chvíli považovali za hrdinu?*

*V čem to hrdinství spočívalo, co ten člověk dělal?*

*Proč myslíte, že to udělal? Co v tu chvíli považoval za důležité?*

*Jak by se ta situace odvíjela, kdyby ten člověk nezasáhl?*

*Udělalí byste to stejně? Jak byste se v tu chvíli zachovali vy?*

Zároveň je vhodné, aby lektor reagoval na témata skupiny a odpovědi účastníků. Skupina může a nemusí být na tuto diskusi o novodobém hrdinství připravena. Instruktor by tedy neměl skupinu tlačit někam, kam nechce, což se dá poznat podle toho, jak reaguje na otázky.

### **Příprava**

Připravit příjemné prostředí v místnosti.

### **Bezpečnost'**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2



### Cíle

Zjistit, jak je skupina naladěna po předchozím dni, jak jí vyhovuje nabízený formát a zda je vše v pořádku s ubytováním a stravou.



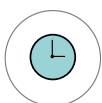
### Kompetence, které rozvíjíme

–



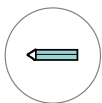
### Skupina

Všichni účastníci



### Délka

30 minut



### Materiál

- připravená místnost (židle v kruhu nebo místo pro sezení na zemi)
- materiál dle zvolených technik reflexe – obrázkové karty, mluvící předmět aj.

## Stručný popis bloku

Servis je zařazován na začátek dne proto, aby skupina začala den společně a aby lektor zjistil náladu a energii ve skupině.

## Podrobný popis bloku

Servis má několik fází, jejichž poskládání může být libovolné. V jeho průběhu by měl lektor zjistit několik věcí:

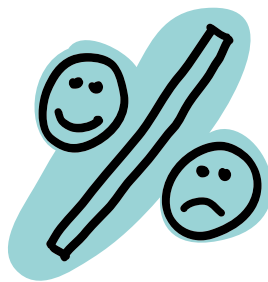
1. Probuzenost skupiny a její naladění (dobré je zařadit v této části aktivitu na rozproudění energie, tzv. energizer). Na zjištění nálady/stavu skupiny můžeme využít následující metody:

- **Teploměr:** účastníci zavřou oči, lektor instruuje velký nádech a výdech, následně mají účastníci ukázat zvednutím ruky nebo svým postavením, kolik mají energie – „*Pokud je ruka až nahoře, značí to hodně energie a chuť jít dneska do akce, naopak pokud cítíte, že chcete klid a mírnější programy, nechte ruku úplně u země.*“ Teploměr můžeme použít stejně i na současnou náladu, spokojenost ve skupině apod.

- **Signál:** např. palec nahoru/rovně/dolů; případně prsty (1 = super nálada, 5 = nejsem tu spokojený/á).
- **Jedno slovo:** každý účastník má jedním slovem vyjádřit svou současnou náladu či převažující dojem.

2. Reakci skupiny na programy z předcházejícího dne. Některé individuální i skupinové procesy doznívají delší dobu a pro úplné uzavření je vhodné, aby se lektor vrátil k předešlým událostem a ověřil, že z žádného tématu nezůstaly nezpracované negativních pocity, a nebude tedy bránit přínosům nových aktivit. K ověření může lektor zvolit jednu z mnoha metod, například:

- **Prostor k volnému vyjádření:** lektor otevře časově omezený prostor, do kterého nezasahuje (ani v případě ticha) a každý z účastníků může přinést jakékoliv téma. Tento blok je možné uvést vstupní otázkou (např. *Jaké dojmy ve mě doznívají ze včerejška? Co nového jsem se o sobě včera dozvěděl?*).
- **Obrázkové karty:** lektor rozmístí na zemi mnoho karet s obrázky a zadá k nim otázku (např. *Jaký pro mne včerejší den byl? Jak využiji to, co jsem se naučil, ve svém životě?*). Každý účastník si vybere kartu s obrázkem, který mu s daným tématem nějak rezonuje. Následně účastníci po kruhu sdílejí, jakou si vybrali kartu a proč (co ona karta znázorňuje a jak ji vykládají).



3. Není-li nějaká oblast, která účastníkům způsobuje diskomfort na kurzu. Často se stává, že účastníky trápí nějaká banální technická záležitost, která ale snižuje komfort účastníka, a tím ohrožuje jeho plné zapojení do programu (např. v noci mi byla zima, chybí ručník, nedostávám nahlášené vegetariánské jídlo, potřebuji delší pauzy, mám nějaké zdravotní potíže). Je dobré se na tyto drobnosti zeptat přímo, aby účastníci tato témata pak nepřinášeli v situacích, kdy lektor potřebuje jejich plné soustředění na jiné aktivity. Doporučujeme potřeby skupiny zapsat a řešit, aby skupina věděla, že když přijde s podnětem, je tento podnět vyslyšen.

## Příprava

Lektor si musí předem rozmyslet, na co potřebuje vzhledem k vzdělávacím cílům reflexi zaměřit (spolupráce ve skupině, individuální posun, přenos zkušenosti do praxe atd.). Na základě toho lektor zvolí techniky a osobu, která skupinu servisem provede.

## Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

Otevírání některých témat může být pro účastníky bolestivé. Je třeba skupinu sledovat a jedince, kteří se chovají náhle jinak, ošetřit individuálně.





## Ciele

Motivovať účastníkov, predstaviť im pravidlá celodenného programu a fungovania počas dňa. Úlohou účastníkov bude prejsť počas dňa všetkými stanovišťami (t. j. blokmi) na mape, a získať tak čo najviac informácií, ktoré im ako hrdinom pomôžu pri realizácii ich skúšky – hrdinského skutku.



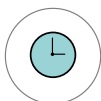
## Kompetencie, ktoré rozvíjame

-



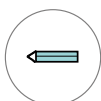
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

10 minút



## Materiál

- 1 mapa do každého projektového tímu (flipchartový papier, na ktorom sú napísané názvy všetkých stanovišť (t. j. blokov, ktoré účastníkov v daný deň čakajú); pri každom stanovišti má tím uvedené poradie, v akom sa bude po jednotlivých stanovištiach presúvať
- 1 balík materiálu pre každý projektový tím (1 nožnice, 1 lepidlo, 4 fixy, 2 perá, 5 papierov)
- 1 vytlačený text s úvodnou rečou lektora
- vytlačené Laswellove otázky pre každý projektový tím
- gong alebo iné zvukové znamenie
- názvy stanovišť v jednotnom dizajne
- kostým pre „sprievodcov výcvikom“ (odporúčané)
- futuristická hudba
- prehrávač hudby s reproduktorom

## Stručný popis bloku

Simulácia zameraná na vzbudenie záujmu účastníkov o ďalšie aktivity, ktoré sú pre nich počas celého dňa pripravené. Vysvetlenie pravidiel, ako jednotlivé bloky v projektových tímoch absolvujú.

## Podrobný popis bloku

Účastníci vychádzajú pred budovu, v pozadí hrá futuristická hudba. Keď sú všetci účastníci vonku, prídu všetci lektori v kostýme/v role „Rady sprievodcov výcvikom“. Jeden z lektorov vážne, zreteľne a nahlas prečíta vyhlásenie:

*„Radi vás vidíme na výcviku hrdinov X21. Vaša cesta sa už začala, splnili ste už viaceré úlohy. Hrdina však potrebuje vedieť omnoho viac. Preto je súčasťou dnešného výcviku niekoľko ďalších úloh, ktoré vám pomôžu pripraviť sa na vašu skúšku ešte lepšie. Pomôckou počas výcviku vám bude mapa, ktorú dostanete do každého tímu (ďalší lektor ukáže pripravené mapy, jednu mapu ukáže ako príklad). Na každej mape je znázornené, aké jednotlivé úlohy a v akej postupnosti sú pre vás pripravené.*

*Signálom pre začiatok ako i koniec úlohy (pozn. začiatok a koniec bloku) je tento gong (ukážka zvukového znamenia). Začiatok úlohy je sprevádzaný jedným úderom, koniec dvomi údermi. Po zaznení dvoch úderov je potrebné sa do 5 minút presunúť na iné stanovište, kde budete riešiť ďalšiu úlohu. Pozorne gong vnímajte, aby ste stihli prejsť všetkými stanovišťami s úlohami. Každú úlohu vedie niektorý z členov Rady sprievodcov (ukáže na zvyšných lektorov). Bližšie inštrukcie dostanete priamo na mieste daného stanovišta.*

*Rada sprievodcov má právo odporučiť hrdinov a hrdinky vo výcviku na zloženie skúšky, ktorou je realizácia hrdinského skutku. Pozor! Na skúšku budete odporučení iba vtedy, ak prejdete celým výcvikom so všetkými stanovišťami, ktoré sú na vašej mape a zvládnete ich. Za niektoré zvládnuté úlohy dostanete od sprievodcov indíciu pre svoju ďalšiu cestu (indíciou sú Laswellove otázky). Ak na ceste stretnete ďalších hrdinov vo výcviku, neváhajte s nimi spolupracovať, ak tak hovorí mapa. Na svojej ceste budete potrebovať výstroj (ukáže na balík s pripraveným materiálom), naložte s ním múdro, nech vás sprevádza celou cestou. Pomôže vám aj pri príprave prezentácie, ktorá vás bude čakať neskôr (zroluje papier s vyhlásením a pokračuje).*

*Je vám jasné, ako sa budete na úlohy presúvať? Máte nejaké ďalšie otázky? Nezabudnite, gong označuje začiatok i koniec každej novej úlohy na ďalšom stanovišti. Po zaznení gongu už začíná plynúť váš čas. Dosť už bolo rečí, tu sú vaše mapy a potrebný materiál na výcvik. Veľa šťastia!”*

Po prečítaní textu odznie gong, účastníci sa presúvajú na prvé stanovište (blok Ciele projektu), ktoré je spoločné pre celú skupinu, no je pripravené na inom mieste.

### **Stanovišta (bloky), ktoré sa nachádzajú na mape:**

Ciele projektu, Aktivity projektu, Zdroje projektu, Časový plán projektu, Osobná spätná väzba, Tímová spolupráca, Prezentačné zručnosti

### **Metodické poznámky**

Lektori majú k jednotlivým blokom zameraným na tvorbu projektu pripravené vytlačené Laswellove otázky. Na každom z týchto blokov dostane projektový tím za splnenie úlohy indíciu vo forme Laswellovej otázky. Indíciu si vždy nalepia na svoju mapu k príslušnému stanovištu (bloku), na ktorom ju získali. Odpovede na otázky si zapíšu do mapy.

## Laswellove otázky:

**KTO?** Kto je vo vašom tíme? (blok Tímová spolupráca)

**ČO?** Čo je cieľom vášho projektu? Čo chcete dosiahnuť?  
(blok Ciele projektu)

**AKO?** Akými aktivitami dosiahnete váš cieľ? (blok Aktivity projektu)

**ZA KOLKO?** Aké zdroje potrebujete, aby ste mohli realizovať aktivity a dosiahnuť tak váš cieľ? (blok Zdroje projektu)

**KOMU?** Pre koho budete projekt realizovať? (blok Zdroje projektu)

**KEDY?** V akom časovom rozpätí budete aktivity realizovať?  
Kedy podniknete potrebné kroky? (blok Časový plán projektu)



## Odporúčanie pre študentov SŠ

So žiakmi stredných škôl netreba až toľko vnášať príbeh hrdinov a hrdinstva. Stačí im v úvodnom bloku povedať zopár motivujúcich slov:

*„Dnes vás čaká náročný deň. Sme radi, že máte motiváciu a odhodlanie ísť a pretvárať svoje okolie a robiť našu spoločnosť lepšou. Čoskoro vás čaká realizácia projektu, no na to, aby ste to zvládli, si potrebujete ešte veľa vecí premyslieť a pripraviť. A my vám v tom dnes pomôžeme. V priebehu dňa sa odrazíme od problémov, ktoré ste včera prezentovali pri nastavovaní cieľov projektu.*

*V úvodnej časti pomenujete, akú zmenu chcete svojím projektom priniesť. Potom budeme pokračovať cez aktivity – teda čo sú najvhodnejšie cesty na plánovanú zmenu a pozrieme sa aj na to, čo z toho je reálne za mesiac stihnúť. Pri zdrojoch si povieme, čo všetko budete na svoj projekt potrebovať a kde to môžete získať. Všetky tieto informácie usporiadate do konkrétneho časového plánu, teda naplánujete, čo sa kedy má udiť. Ku koncu dňa sa dotkneme aj tímovej spolupráce, osobnej spätnej väzby a prezentačných zručností. Na konci dňa budeme mať niekoľko konkrétnych projektov, v ktorých budete vedieť, čo a kedy urobiť, čím začať a ako to zvládnuť.*

*Každá časť bude mať vonkajšiu aktivitu na úvod, spojenú s témou, ktorej sa budeme venovať. Táto aktivita vám pomôže pripraviť sa na prácu na vašom projekte a za jej splnenie dostanete pomocné otázky k vašej príprave (Laswellove otázky). My budeme v tomto procese s vami, budeme vám pomáhať a podporovať vás v tom, čo budete potrebovať. Kým to celé spustíme, sú ešte nejaké otázky?”*

## Príprava

Pred začiatkom bloku je potrebné pripraviť mapy pre každý projektový tím s názvami stanovišť (blok) a číslovanie podľa toho, ako sa cez ne daný tím bude posúvať. Pripraviť balíčky pre každý tím – papiere, fixky, perá, nožnice (závisí od aktivít na stanovištiach). Vytlačiť papier s čítaným textom.

## Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 1



## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľa:

**2.2.1.** Účastníci sú schopní plánovať postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu na základe projektovej logiky.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k získaniu kompetencie Projektové myslenie:

### Vedomosť

Účastníci poznajú projektovú logiku od analýzy potrieb až po vyhodnotenie a šírenie výsledkov projektu (východisková situácia, ciele (ŠMRnc), aktivity, akčný plán projektu, zdroje, tím, propagácia projektu, nastavenie 1-2 indikátorov, aby zistili, či boli úspešní).

### Zručnosť

Účastníci sú schopní plánovať, zrealizovať a vyhodnotiť postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu a podľa projektovej logiky.

### Postoj

Prijatá postupnosť krokov projektovej logiky ako vhodný model k úspešnej realizácii svojho projektu.



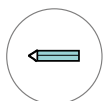
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

50 minút



## Materiál

- lano (cca 8 metrov)
- stopky
- farebné papiere
- flipchart
- flipchartový papier

## Stručný popis bloku

Spoločná skupinová aktivita s lanom, ktorá pokračuje prednáškou o stanovovaní projektových cieľov a prácou na vlastnom projekte.

## Podrobný popis bloku

### AKTIVITA S LANOM (cca 20 minút)

Na úvod prídu účastníci na stanovište, kde bude pred nimi lano s 3-4 klasickými uzlami, ktoré budú od seba v dostatočnej vzdialenosti. Na stanovisku dá lektor účastníkom nasledovnú inštrukciu:

*„V živote nás na ceste často čakajú úlohy, ktoré vyzerajú veľmi zložito, nerozlúsknuteľne a zamotane. Niektorí ľudia pri pohľade na takýto problém radšej volia ľahšiu cestu. Hrdinovia však napriek zložitosti vyskúšajú tieto situácie riešiť, lebo vedia, že pri tom získavajú silu. Teraz musíte splniť jednu úlohu, aby ste mohli získať indíciu. Vypočujte si najprv pozorne pravidlá.“*

**Pravidlá:** Každý účastník sa chytí lana jednou rukou. Úlohou celej skupiny je rozviazať uzly na lane v časovom limite 15 minút. Každá ruka však ostáva celý čas na tom istom mieste, nikto nesmie meniť polohu ruky, presúvať sa po lane, prechytávať si ruky alebo meniť poradie s inými. Nie je to dovolené ani počas prípadnej prípravnej fázy, ak by si účastníci chceli úlohu najprv nanečisto vyskúšať.

Účastníci po inštrukcii rozmotávajú uzly, lektori povzbudzujú účastníkov, aby to zvládli a v prípade potreby im poradia. Dôležité totiž je, aby sa účastníkom podarilo úlohu splniť. Po rozpletení uzlov účastníci získajú indíciu v teoretickej časti.

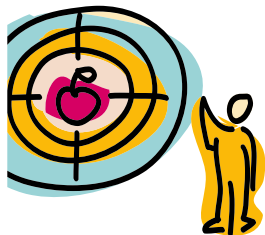
### TEORETICKÁ ČASŤ (cca 10 minút)

Indícia, ktorú lektor odovzdá účastníkom, je „cieľ“. Vyzve ich, nech skúsia vlastnými slovami opísať, ako slovu „cieľ“ rozumejú. Lektor môže doplniť: *„Cieľ v projekte je to, čo chceme zmeniť, zlepšiť. Zadefinovanie cieľa nám pomáha na ceste projektom a stráži naše smerovanie. Cieľ slúži ako taký maják, ktorý nás vedie k tomu, čo chceme dosiahnuť. Je to vlastne cieľová rovinka, na ktorú chceme ísť.“* Lektor ďalej pokračuje, že tak, ako účastníci vyriešili situáciu s lanom, tak aj na problémy, ktoré vidia vo svojom okolí, existuje určité riešenie. A preto je potrebné, aby si účastníci najprv stanovili ciele, teda ČO môžu s týmto problémom urobiť. Lektor môže využiť aj Laswellovu otázku *„Čo chcete dosiahnuť?“*

Lektor ďalej vysvetľuje, že ciele musia mať svoje špecifiká, že musia mať „ŠMRnc“. ŠMRnc, to znamená, že sú:

- **ŠPECIFICKÉ**  
Čo konkrétne chcete dosiahnuť, urobiť.
- **MERATELNÉ**  
Mali by ste byť schopní povedať, či ste ich naplnili.
- **REALISTICKÉ**  
Ste schopní ich zrealizovať.

# ŠMRnc



špecifické  
merateľné  
realistické

Charakteristika cieľov vychádza z publikácie T-Kit Projektový manažment<sup>1</sup>, je však upravená a zjednodušená pre potreby cieľovej skupiny žiakov základnej školy.

Lektor uvedie pár príkladov vhodných cieľov, napríklad: skrátiť čakanie v radoch na obed, skrášliť priestor školského dvoru, informovať žiakov o dianí v škole na mesačnej báze a pod.

**Ak by sme vzali prvý cieľ „skrátiť čakanie v radoch na obedy“, na to, aby cieľ bol ŠMRnc, musí spĺňať nasledovné:**

- **Š** – musí byť špecifický: nestačí uviesť „skrátiť čakanie v radoch“, ale účastníci musia byť konkrétni, že ide o čakanie „v rade na obed“, aby bolo jasné, že nejde o rady napríklad na toaletu;
- **M** – merateľný: teda o koľko chcú účastníci rad skrátiť a vedia to odmerať, vedia, koľko rad trvá teraz a ako dlho by sa v ňom podľa nich malo čakať;
- **R** – realistický: nie je možné, aby sa čakanie skrátilo na 1 sekundu, lebo to je nereálne – napr. kuchárka nestihne za taký čas naberať porciu, nemá priestor na odloženie vecí.

**V prípade cieľa „skrášliť priestor našej triedy“ bude cieľ ŠMRnc vtedy, ak :**

- **Š** – bude špecifický: je treba upresniť, čo znamená „skrášliť“, napríklad skrášliť lavice v triede, skrášliť celkový interiér, skrášliť prednú časť triedy, skrášliť zadnú časť triedy;
- **M** – bude merateľný: môže sa napríklad odmerať, koľkým ľuďom sa daná vec/priestor páči teraz a koľkým ľuďom sa bude páčiť po úprave;
- **R** – bude realistický: v tomto prípade by to znamenalo, že účastníci majú dostatočné zdroje na skrášlenie, napr. maľovanie alebo búranie priečok, majú povolenie od školy.

Lektor tiež upozorní účastníkov na chybu, ktorá sa pri stanovovaní cieľov v projektoch často vyskytuje, a to je zameňanie cieľa a aktivít projektu. „Aktivity sú prefíkané a prezliekajú sa za cieľ, pozor na ne! Aktivity sa niekedy tvária, že sú cieľ a môžu nás zviest' z našej cesty.“ Lektor uvedie aj nejaký konkrétny príklad, napr. „vytvoriť nástenku v škole alebo vymalovať triedu“ je aktivita, teda AKO to účastníci spravia. Na tomto stanovišti sa však účastníci majú sústrediť na to, ČO chcú zmeniť – skrášliť priestor. Až na ďalšom stanovišti sa budú venovať tomu, AKO to spravia (napr. môžu vymalovať, polepiť, priniesť vankúše, namalovať lavice, priniesť obrazy – to všetko sú aktivity). Lektor vysvetlí, že teraz majú účastníci myslieť na to, prečo chcú zmenu

<sup>1</sup> T-Kit, Řízení projektů. Dostupné na: [https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261200/TKit3\\_cs.pdf/30009bd1-ef65-469d-9b23-c0062ae5e237](https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261200/TKit3_cs.pdf/30009bd1-ef65-469d-9b23-c0062ae5e237)

spraviť – lebo sa im nepáči trieda, a teda sa rozhodnúť, ČO chcú spraviť – chcú skrášliť triedu a to je ich cieľ. Účastníci sa teraz nemajú sústrediť na to, AKO budú triedu skrášľovať – to všetko sú už aktivity. Lektor si následne na pár príkladoch overí, či účastníci porozumeli a či majú nejaké otázky.

### **PRÁCA NA PROJEKTE (cca 20 minút)**

Lektor vyzve účastníkov, aby sa rozdelili do svojich projektových tímov. Ich úlohou je zadefinovať si 2-3 ciele pre svoj problém. Od lektora dostanú indíciu: *ČO? Čo je cieľom vášho projektu? Čo chcete dosiahnuť?*

Každý tím potom konzultuje svoj cieľ s lektormi, aby sa vyhol prípadným problémom neskôr (namiesto cieľa má tím zadefinovanú aktivitu a pod.). Skonzultované ciele si môžu zapísať na slepú mapu (flipchart), ktorú získali v bloku *Úvod do dňa (výcvik hrdinov X21)*.

### **Metodické poznámky**

Aktivita s lanom – lano by malo byť také dlhé, aby sa ho všetci účastníci mohli držať a pritom sa na seba príliš netlačili. Čím viac uzlov je na lane, tým je aktivita zložitejšia. Pri menších (napr. 10 a menej členných) skupinách je vhodné zvoliť viac uzlov. Lektor môže spraviť aktivitu s lanom vonku a po jej ukončení presunúť účastníkov dovnútra, kde im odovzdá indíciu a pokračuje s nimi v teoretickej časti.

Práca na projekte – je dobré, aby lektorský tím s projektovými tímami konzultoval, či si ciele dobre stanovili. Nie je vhodné na účastníkov tlačiť, mali by mať dosť času na to, aby si svoje ciele dobre premysleli – čo chcú dosiahnuť, čo chcú zmeniť a či je to v ich schopnostiach. Napríklad či to nie je príliš finančne náročné, či budú mať na to povolenia od mesta, či sú na to vhodné podmienky alebo či to stihnú zrealizovať do druhej fázy školenia.

V prípade, ak si niektoré skupiny účastníkov nestíhajú projektové ciele zadefinovať v časovom limite, je dobré, aby s nimi lektor pracoval individuálne a v procese im pomohol, prípadne im nechal čas napríklad počas obeda, aby si ciele a jednotlivé kroky poriadne premysleli. Pred začiatkom ďalšieho programu je však potrebné si s projektovým tímom ich ciele prejsť.

### **Odporúčanie pre študentov SŠ**

Pri skupine študentov stredných škôl je namiesto ŠMRnc možné využiť zložitejší model stanovovania projektových cieľov, napríklad SMART.

### **Príprava**

Lektor pripraví lano s uzlami a nájde vhodné miesto na túto aktivitu.

Môže si pripraviť aj flipchart s teoretickou časťou na farebné papiere (nie je to však nevyhnutné).

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 2

Dozerať na bezpečnosť najmä pri aktivite s lanom.

Psychické riziko: 1 – 2

Môže sa objaviť u skupín účastníkov pri praktickej časti, kedy si uvedomia, že problém, na ktorý chcú reagovať, nie je reálny, alebo ho nechcú riešiť, pretože nevychádza z ich skutočných potrieb. V takých prípadoch môže nastať menšia frustrácia, preto je potrebné, aby lektor tím povzbudil a prípadne smeroval k zadefinovaniu si vhodných cieľov.



## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľov:

**2.1.2.** Účastníci sú schopní pomenovať niektoré problémy vo svojej komunite a vyhodnotiť ich riešiteľnosť vlastnými silami, prípadne s pomocou.

**2.2.1.** Účastníci sú schopní plánovať postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu na základe projektovej logiky.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k získaniu kompetencie Projektové myslenie:

### Vedomosť

Účastníci poznajú projektovú logiku od analýzy potrieb až po vyhodnotenie a šírenie výsledkov projektu (východisková situácia, ciele (ŠMRnc), aktivity, akčný plán projektu, zdroje, tím, propagácia projektu, nastavenie 1 – 2 indikátorov, aby zistili, či boli úspešní).

### Zručnosť

Účastníci sú schopní plánovať, zrealizovať a vyhodnotiť postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu a podľa projektovej logiky.



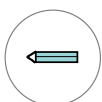
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

60 minút



## Materiál

- vytlačené zadanie hrdinského skutku/projektu, pre každý tím v inej farbe
- vytlačené a postrihané papieriky s aktivitami, pre každý tím na rozdielnom farebnom papieri (cca 30 pre každý tím)
- papiere, kam si budú tímy aktivity lepiť a rozdeľovať do dvoch kategórií
- čísla na označenie miest, kde sú uložené aktivity hrdinského skutku – počet čísel závisí od počtu miest, na ktorých budú aktivity uložené
- euroobaly, pripínáčky – počet závisí od množstva zavesených vecí
- dynamická hudba
- prehrávač hudby s reproduktorom



## Stručný popis bloku

Outdoorová aktivita vo forme súťaže v menších skupinkách, teoretická časť a práca na projekte.

## Podrobný popis bloku

### ÚVOD

Účastníci prichádzajú na tento blok (stanovište na mape) po skončení bloku *Ciele projektu*. Podľa projektovej logiky sú práve aktivity projektu ďalšou zastávkou. Lektor privíta účastníkov ako člen Rady sprievodcov. Víta ich na mieste, kde sa budúci hrdinovia učia, ako naplniť svoje hrdinské skutky.

### AKTIVITA (cca 20 minút)

Účastníci pracujú v piatich rôzne pomiešaných tímoch, nie sú iba s členmi svojho projektového tímu. Rozdelenie do tímov prebieha náhodne – účastníci si vytiahnu farebný papierik vo farbe tímu. Každý tím dostane zadanie hrdinského skutku. Všetci majú rovnaké zadanie, každý tím v inej farbe.

Zadanie pre účastníkov obsahuje názov hrdinského skutku/projektu, popis problému, na ktorý projekt reaguje a cieľ projektu.

#### Príklad zadania:

**Názov:** Zachráňme výcvikovú školu

**Problém:** Výcviková škola pre hrdinov má finančné problémy. Navštevuje ju málo žiakov a žiačok, ktorí si nemôžu dovoliť platiť za školné viac ako doteraz. Škole preto hrozí, že bude od ďalšieho školského roku zatvorená.

**Cieľ:** Navrhnuť spôsob, vďaka ktorému bude môcť byť škola otvorená aj ďalší rok a skončí finančne v pluse.



Hrdinskému skutku/projektu zo zadania však chýbajú aktivity. Úlohou každého tímu je preto čo najrýchlejšie zozbierať všetky papieriky s aktivitami vo farbe svojho tímu. Zbieranie aktivít je nastavené ako súťaž. Papieriky s aktivitami sú rozmiestnené v priestore a zavesené na miestach (napr. stromoch), ktoré sú označené číslom. Každý tím môže z označeného miesta brať iba papieriky vo farbe svojho tímu. Zbierať papieriky môžu všetci členovia tímu naraz. Papierikov s aktivitami je cca 30 pre každý tím (aktivity sú rovnaké pre všetky tímy).

Príklady aktivít:

- Osloviť všetkých ľudí na svete a vypýtať si od nich pomoc a podporu.
- Porozprávať sa s vedením výcvikovej školy, aké má škola problémy.
- Nájsť ďalších hrdinov, ktorí chcú tiež zachrániť výcvikovú školu.

Na začiatku sú účastníci odštartovaní z jednej štartovacej čiary. Čiara je v blízkosti tímových stanovišť. Účastníci si vyzbierané papieriky odkladajú na svoje tímové stanovište, z ktorého už voľne vybiehajú pre ďalšie papieriky. Pri každom výbehu môže jeden účastník priniesť späť do tímového stanovišta iba jeden papierik s aktivitou. Po zozbieraní všetkých aktivít je súťaž vyhodnotená.

Lektor následne zadá tímom úlohu roztriediť aktivity, ktoré vyzbierali, na realistické a nerealistické/súvisiace a nesúvisiace s cieľom/resp. na aktivity, ktoré naplnia alebo nenaplnia cieľ. Po skončení tímovej práce na triedení aktivít prebehne spoločná diskusia o cca desiatich aktivitách a ich vhodnosti pre cieľ.

### **TEORETICKÁ ČASŤ (cca 10 minút)**

V tejto časti lektor účastníkom predstaví aktivity projektu ako súčasť prípravy a realizácie projektu, ktorá je úzko prepojená na cieľ a podporuje jeho naplnenie. V tomto krátkom teoretickom bloku lektor zdôrazní, že pri aktivitách treba zvážiť, ako podporujú naplnenie cieľa a nakoľko sú realistické – z pohľadu času, miesta, ľudí, financií alebo iných zdrojov (viac o zdrojoch sa účastníci dozvedia neskôr v inom bloku). Lektor účastníkom odovzdá indíciu: *AKO? Akými aktivitami dosiahnete váš cieľ?*

### **PRÁCA NA PROJEKTE (cca 30 minút)**

Účastníci už následne pracujú vo svojich projektových tímoch. Majú cca 30 minút na spísanie si vlastných aktivít k ich projektu tak, aby aktivity napĺňali cieľ. Na tomto zadaní už pracujú vo svojich projektových tímoch podľa zadania z formulára projektového zámeru za pomoci a konzultácie s lektorom.

### **Metodické poznámky**

Pri vytváraní vzorových aktivít je dôležité dbať na rôzne aspekty vyhodnocovania vhodnosti zvolených aktivít (či podporujú cieľ, či sú reálne v danom časovom období, či je na ne dostatok zdrojov).

Pre lepšie pochopenie vhodnosti aktivít vyberie lektor na diskusiu rôznorodé aktivity, aby sa dali jasne vysvetliť rozdiely vo vhodných a nevhodných aktivitách.

Pre väčšiu dynamiku pri úvodnej súťaži je vhodné použiť dynamickú hlasnú hudbu ako motiváciu pre účastníkov.

### **Odporúčanie pre študentov SŠ**

Aktivita na úvod – pri zadaní nie je nevyhnutné pracovať s témou hrdinstva, ale skôr nájsť príklady blízke realite účastníkov.

### **Príprava**

Rozstrihané aktivity na farebnom papieri lektor rozdelí do euroobalov tak, aby v každom euroobale bola tá istá aktivita vo farbe každého tímu. Euroobaly s aktivitami a číslami na označenie miest lektor roznesie po okolí tak, aby boli čísla dostatočne viditeľné zo stanovíšť jednotlivých tímov. Lektor pripraví techniku na spustenie hudby.

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 3

Trasu, po ktorej účastníci behajú, je potrebné vybrať tak, aby nebola príliš hrboľatá. Lektor účastníkov vopred informuje, aby si účastníci obuli obuv na behanie. Pri behu účastníkom treba pripomenúť, aby dbali na bezpečnosť svoju i ostatných účastníkov.

Psychické riziko :1

# Časový plán projektu

1. školení

2. den



## Cíle

Cíl, který program pomáhá naplňovat:

**2.2.1.** Účastníci jsou schopni plánovat postup jednotlivých kroků v rámci svého projektu na základě projektové logiky.



## Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence projektové myšlení.

### Znalost

Účastníci znají projektovou logiku od analýzy potřeb až po vyhodnocení a šíření výsledků projektu (zdrojová situace, cíle (ŠMRnc), aktivity, akční plán projektu, tým, nastavení indikátorů, propagace projektu).

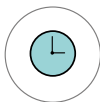
### Dovednost

Účastníci jsou schopni plánovat, realizovat a vyhodnotit jednotlivé kroky svého projektu dle projektové logiky.



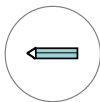
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

40 minut



## Materiál

- vzorový časový plán modelového projektu – vytisknout pro každý tým a rozstříhat na jednotlivé aktivity
- prázdný časový plán – vytisknout pro každý tým
- připínáčky či provázky na rozmístění aktivit
- tužky či pastelky pro každý tým
- desky pro každý tým

## Stručný popis bloku

Venkovní drobná aktivita zaměřená na pochopení principu časové osy následovaná individuální prací v projektových týmech.

## Podrobný popis bloku

### ÚVOD

„V této chvíli je na vás, abyste se seznámili s někým, kdo může být v projektu vaším přítelem či nepřítelem, podle toho, jak si ho umíte ochočit. Kdo to je, můžete poznat z následující hádanky: Nevidíš to, necítíš to, křídela to nemá a přeci to letí. (čas) Teď vám nabídnu otěže, které vám pomohou letící čas zkrotit. Je jimi časová osa projektu.“

### ÚKOL ČASOVÁ OSA (cca 15 minut)

Každý účastník (případně dvojice, pokud jich je na stanovišti více) dostane jednu z aktivit vzorového projektu. Poté má celá skupina za úkol se seřadit do zástupu tak, jak jdou jednotlivé aktivity za sebou. Když to zvládnou, určí se jeden bod, který znamená začátek měsíce a druhý bod, který znamená konec měsíce. Ve skupině se pak mají rozestavit tak, aby aktivitu za měsíc stihli - pohybují se stále na své úrovni v zástupu, aby mohly některé aktivity běžet paralelně. Pokud aktivita trvá jeden den, stojí člověk s upaženými rukama, pokud je aktivita delší, rozpaží, aby naznačil, že zabírá delší časový úsek. Pokud zabírá větší časový úsek, než umí ukázat rukama, pomůže mu někdo další.

### REFLEXE

V reflexi lektor se skupinou diskutuje o následujících otázkách:

*Připadá vám plán, který jste vytvořili, realistický?*

*Co pro vás bylo snadné začlenit do plánu a co obtížné?*

*Jak jste naložili s činnostmi, které bylo obtížné zařadit?*

*Které činnosti jste dali paralelně a proč?*

*Co to znamená pro personální obsazení úkolů?*

*Kde mohou být úzká místa (co se může zpozdit aj.) a jak byste na to reagovali úpravou plánu?*

### TEORIE

Lektor společně se skupinou shrne zásady pro tvorbu časového plánu, které zazněly v reflexi, a případně doplní tipy, které nezazněly.

### PRÁCE NA PROJEKTU

Následně se skupina rozdělí do projektových týmů a v nich navrhnu časovou osu svého projektu (cca 25 minut). Od lektora dostanou indici: *KDY? V jakém časovém rozpětí budete aktivity realizovat? Kdy podniknete potřebné kroky?*

### Metodické poznámky

Některým týmům může časová osa trvat déle, protože chtějí rovnou pracovat s diáři (s přesným časem, kdy se sejdou aj.). V tomto případě je možné rozdělanou činnost přerušit a věnovat se dopracování časové osy v nedělním dopoledním bloku.

### Příprava

Vybrat místo na stanoviště a připravit si na něj materiál.

### Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 1

Tato aktivita nemá bezpečnostní rizika, pokud je realizována na vhodném rovném terénu.



## Ciele

Cieľ, ktorý blok pomáha napíňať:

**2.2.1.** Účastníci sú schopní plánovať postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu na základe projektovej logiky.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok pomáha nadobudnúť kompetenciu projektové myslenie:

### Vedomosť

Účastníci poznajú projektovú logiku od analýzy potrieb až po vyhodnotenie a šírenie výsledkov projektu (zdroje).

### Zručnosť

Účastníci majú skúsenosť s plánovaním zdrojov (ľudských i finančných) v rámci svojho projektu.

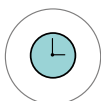
### Postoj

Účastníci prijímajú postupnosť krokov projektovej logiky ako vhodný model k úspešnej realizácii svojho projektu.



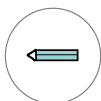
## Skupina

Skupina je rozdelená na cca polovicu (účastníci ostávajú počas aktivity v projektových tímoch)



## Dĺžka

40 minút



## Materiál

- nožnice
- krepová lepiaca páska
- papier pre každý projektový tím
- perá
- obrázky ku zdrojom (je potrebné vytvoriť)

### Stručný popis bloku

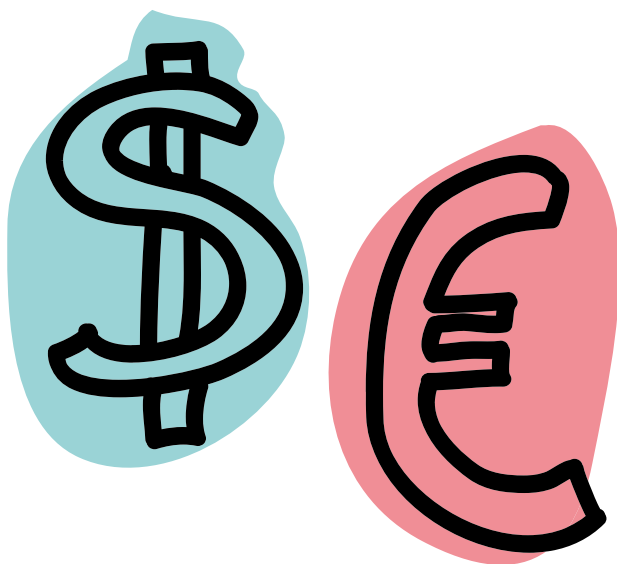
Tento blok je zameraný na plánovanie ľudských, finančných a materiálnych zdrojov. Je logicky rozdelený na štyri časti t. j. príbeh, aktivita, teoretická časť a práca na projekte.

### Podrobný popis bloku

#### ÚVOD (cca 5 minút)

Lektor uvedie tento blok krátkym rozprávaním: „Hrdina by sa nemal ľahko vzdať. Mal by vedieť čeliť problémom a hľadať riešenia, mal by mať aj bystrý rozum a trochu logického myslenia.

*Napriek tomu, že to tak nevyzerá, na hrdinský čin hrdinovia potrebujú aj nejaké zdroje. Nemusia to byť len financie. Môže to byť ich čas, energia, ktorú do projektu dajú, či materiál, ktorý sa im podarí sponzorsky získať.“*



#### AKTIVITA (cca 10 minút)

Lektor následne uvedie aktivitu: Po miestnosti sú schované ilustračné obrázky aj so sumou alebo vyčísleným časovým údajom (minimálne 15 obrázkov), ktoré sa viažu k zdrojom projektu, napr. obrázky mladých ľudí (symbolizujú lídra projektu, fotografa a iné pozície...), miestnosť (symbolizuje prenájom miestnosti), kancelárske potreby, potraviny (symbolizujú občerstvenie) a pod. Úlohou účastníkov je roztriediť ilustračné obrázky do jednotlivých kategórií a následne všetky položky spočítať a uviesť výslednú sumu, prípadne čas, ktorý je na projekt potrebný.

Príklady kategórií:

- ľudské zdroje, teda tím, ktorý bude projekt realizovať
- občerstvenie
- služby
- materiál

Následne si lektor overí výsledok, koľko ľudí na projekte pracovalo, koľko materiálu bolo potrebné zabezpečiť, či v akej sume bolo potrebné spraviť nákup. Výsledok môže byť napríklad:

1. ľudské zdroje/tím: 3 ľudia budú projekt realizovať 8 týždňov a 1 deň
2. materiál: 11 €
3. občerstvenie: 9,5 €
4. služby ako sponzorské dary

Na projekt sú potrebné financie vo výške 20,5 €

### TEORETICKÁ ČASŤ (cca 10 minút)

Lektor účastníkom vysvetlí, že existujú aj iné kategórie zdrojov ako tie, s ktorými počas aktivity pracovali. Ani vo všetkých projektoch účastníkov nemusia byť všetky vymenované kategórie. Lektor tiež upresní, čo sa myslí pod ľudskými zdrojmi – v tomto prípade ide o realizačný tím, ktorí tvoria samotní účastníci. Do tímu si však môžu prizvať aj ďalších kamarátov a spolužiakov.

Je tiež potrebné, aby lektor jasne vysvetlil rozdiel medzi cieľovou skupinou projektu (nepatrí do kategórie ľudských zdrojov) a realizačným tímom. Cieľová skupina projektu predstavuje ľudí, pre ktorých účastníci projekt robia. Od lektora dostanú indíciu: *KOMU? Pre koho budete projekt realizovať?*



Úlohou účastníkov totiž bude v ďalšom kroku špecifikovať, aké zdroje budú pri realizácii svojho projektu potrebovať. Od lektora dostanú indíciu: *ZA KOLKO? Aké zdroje potrebujete, aby ste mohli realizovať aktivitu a dosiahnuť tak váš cieľ?*

Lektor môže odporučiť, aby si zdroje zadefinovali v rámci vyššie spomenutých kategórií (nie každý projekt však musí mať zdroje v každej kategórii, napr. na občerstvenie nemusia potrebovať žiadne zdroje). Dôležité je, aby si účastníci uvedomili, čo všetko budú na projekt potrebovať a vyššie spomenuté kategórie im môžu slúžiť iba ako pomôcka či kontrolný zoznam, aby na nič potrebné nezabudli.

Lektor si následne overí, či účastníci porozumeli, čo všetko je súčasťou zdrojov projektu a zodpovie prípadné otázky.

### **PRAKTICKÁ ČASŤ (cca 15 minút)**

Lektor zadá účastníkom, resp. jednotlivým projektovým tímom, úlohu, aby si najprv cez brainstorming zadefinovali, čo všetko potrebujú na aktivity, ktoré chcú v rámci projektu realizovať. Potom majú vyčíslit materiál a služby, prípadne sa zamyslieť, koho z priateľov by ešte do projektu mohli zapojiť. Tiež by mali popísať, čo si vedia zohnať bez využitia finančných zdrojov a vypočítať finálnu sumu rozpočtu, ktorú potrebujú na realizáciu aktivít.

Lektor si potom s jednotlivými projektovými tímami prejde ich plán zdrojov a skontroluje, či ich projekt nie je finančne príliš náročný. Rozpočet ich projektu by nemal presiahnuť viac ako 20 €. Ak je rozpočet vyšší než 20 €, lektor im odporučí, aby si plán zdrojov skúsili prehodnotiť, alebo aby si naozaj premysleli, odkiaľ peniaze získajú a zhodnotili, či je to realistické.

### **Metodické poznámky**

V prípade dostatku času môže lektor v závere otvoriť tému hľadania zdrojov/sponzorov.

### **Príprava**

Vytlačiť ilustračné obrázky k rozpočtu so slovenskou aj českou menou, aby v prípade česko-slovenského školenia boli obrázky zrozumiteľné pre všetkých účastníkov.

Ilustračné obrázky poschovávať/polepiť po miestnosti.

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 1

Môže sa zvýšiť, ak budú papieriky náročne poschovávané, ak budú musieť účastníci použiť napr. stoličku a podobne.

Psychické riziko: 1





## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľa:

**2.4.3.** Účastníci poznajú základné princípy osobnej spätnej väzby ako nástroja na rozvoj a poznajú pravidlá jej dávania a prijímania.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie osobná spätná väzba:

### Vedomosť

Účastníci poznajú základné princípy osobnej spätnej väzby ako nástroja na rozvoj a poznajú pravidlá jej dávania a prijímania.

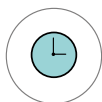
### Zručnosť

Účastníci majú skúsenosti s dávaním a prijímaním spätnej väzby.



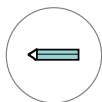
## Skupina

Účastníci sú rozdelení do dvoch skupín



## Dĺžka

40 minút



## Materiál

- prezentácia
- počítač a dataprojektor
- vytlačené a rozstrihané prípadové situácie (jedna pre každého účastníka) označené symbolmi na rozdelenie do tímov

## Stručný popis bloku

Prednáška, po ktorej nasleduje cvičenie.

## Podrobný popis bloku

### ÚVOD

Účastníci sú privítaní na tréningu komunikačných zručností, podpory spolupráce a rozvoja.

## TEORETICKÁ ČASŤ<sup>1</sup>

Lektor predstaví teóriu k osobnej spätnej väzbe prezentáciou.

Pri účastníkoch zo ZŠ stačí, ak lektor vysvetlí iba nižšie uvedené princípy. Pri študentoch SŠ je možné ísť viac do hĺbky.

### Základné pravidlá pri prijímaní a dávaní SV

Osobná spätná väzba (ďalej len spätná väzba-SV) je ako dar. Spätnú väzbu dávame so zámerom rozvíjania prijímateľa spätnej väzby, nie jeho urážania.

#### Dávanie SV

- Spätnú väzbu dávame, keď je vyžiadaná. V prípade, že si ju človek nevyžiadala, môžeme za daným človekom prísť a spätnú väzbu mu ponúknuť. Ak ponuku na SV prijme, dohodneme si vhodný čas a priestor, kedy bude daný človek na vypočutie SV pripravený.
- Počas spätnej väzby nehodnotíme správanie, ale popisujeme, ako sme sa v danej situácii cítili, a ako daná situácia vyzerala z nášho pohľadu. Nepovieme napr.: „*Správal si sa nevhodne.*” Pre prijímateľa SV je náročné porozumieť, čo pod slovom „nevhodne” vlastne myslíme. Môžeme povedať: „*V situácii, keď si prišiel a začal si z ničoho nič kričať po Andrejovi, som sa necítil dobre.*” Takáto formulácia dá jasnejšiu informáciu, ktoré správanie považujeme za nevhodné. Môžeme tiež vysvetliť, prečo dané správanie tak vnímame (napr.: „*lebo Andrej už odvtedy neprehovoril a nezapájal sa do aktivít.*”)
- Snažíme sa byť čo najkonkrétnejší. Nestačí napr. povedať: „*Tvoja prezentácia bola pekná.*” ale opíšeme, čo konkrétne sa nám na prezentácii páčilo, čo na nej oceňujeme.
- Snažíme sa o vyrovnanosť. Je dobré spomenúť, čo vnímame ako pozitívne ako aj to, kde vidíme priestor na rozvoj. Odporúča sa ukončiť SV pozitívne, ak ju myslíme úprimne a naše slová nie sú strojené. SV však nedávame iba vtedy, ak niečo nefunguje. Je to tiež výborný nástroj na motiváciu a podporu.

#### Prijímanie SV

- Na spätnú väzbu nereagujeme vysvetľovaním alebo sebaobhajovaním nášho správania či vysvetľovaním jeho dôvodov.
- Aktívne počúvame. Ak niečomu nerozumieme, pokojne sa spýtajme na bližšie informácie (napr. na konkrétne situácie, kedy sa opisované správanie udialo, či si ho ten človek všimol viac krát a pod.)
- Za spätnú väzbu poďakujeme – človek, ktorý nám spätnú väzbu dal, nám preukázal dôveru, že môže byť voči nám úprimný a zároveň nám ukázal konkrétny postup a možnosť, ako sa môžeme zlepšiť.
- Je len na nás, či si spätnú väzbu osvojíme alebo nie. Pracovať so spätnou väzbou ďalej je možnosť, nie povinnosť.

#### Ako správne formulovať SV

Lektor si pripraví formulácie SV na farebné papiere a vystaví ich tak, aby účastníci na ne videli, pretože ich budú potrebovať v praktickej časti.

---

<sup>1</sup> Bližšie informácie o osobnej spätnej väzbe je možné nájsť v publikácii Šlabikár neformálneho vzdelávania v práci s mládežou na: <https://www.slabikarnfveu>

Keď sa udialo ....., správval si sa .....

Pôsobilo to na mňa/cítil som sa/vnímal som to .....

Do budúcnosti by mi pomohlo, ak by .....

Lektor predvedie, ako správne formulovať spätnú väzbu na konkrétnom príklade. Príklady vhodne formulovanej SV:

- „Lucia, dnes ráno sme sa dohodli, že sa spoločne stretneme o pol ôsmej, aby sme si ešte pripravili bloky, no ty si meškala 15 minút. Cítila som sa nepríjemne, keďže som nevedela, či ťa mám čakať a či mám začať bez teba. Trošku ma to vyviedlo z rovnováhy a hneď ráno som sa cítila byť pod časovým tlakom. Ja s tebou veľmi rada spolupracujem, lebo viem, že máš dobré nápady, tak by mi do budúcnosti pomohlo, ak prídeš včas tak, ako sme sa dohodli alebo mi dáš vedieť, že meškáš.“



### AKTIVITA CVIČENIE

Po teoretickej časti nasleduje praktický nácvik – účastníci si vzájomne dajú spätnú väzbu. Zámerom je, aby si každý účastník aspoň raz vyskúšal dávanie spätnej väzby. Spätnú väzbu si účastníci dávajú na základe príkladov situácií, ktoré im rozdá lektor. Rozdelení sú v 2 až 3-členných skupinkách, ideálom je 3-členná skupinka, aby účastníci mohli zastávať nasledovné roly:

1. poskytovateľ spätnej väzby
2. prijímateľ spätnej väzby
3. pozorovateľ

Poskytovateľ spätnej väzby prečíta zvyšku skupinky situáciu a následne dá spätnú väzbu jej prijímateľovi. Pozorovateľ sleduje, ako celý proces prebieha. Po jeho skončení dá pozorovateľ poskytovateľovi „spätnú väzbu na spätnú väzbu“ – opíše, či bola SV poskytnutá v súlade s pravidlami. Následne si účastníci vymenia úlohy a proces sa začína znovu. Proces sa opakuje, až kým si všetci účastníci neprejdú všetkými rolami.

Rozdelenie účastníkov môže lektor urobiť vopred pripraveným papierikom so symbolom a s príkladom situácie. Týmto rozdelením lektor zabezpečí cielené rozdelenie účastníkov tak, aby tí, ktorí sa poznajú dlhšie, boli v rozdielnych skupinách.

## ZADANIE PRÍKLADOV RÔZNYCH SITUÁCIÍ

Pre každého účastníka je potrebné pripraviť jeden príklad situácie. Pri vytváraní situácií lektor dbá na to, aby situácia bola dostatočne konkrétna na dávanie spätnej väzby. Je vhodné použiť pozitívne príklady ako i príklady na rozvojovú spätnú väzbu.

### Príklad situácie:

S ..... ste sa dohodli, že sa stretnete o 14:00 pred Mestským úradom, aby ste u starostky dohodli detaily vami pripravovaného projektu. .... však prišiel o 30 minút neskôr, a tak vás starostka neprijala, lebo mala naplánované ďalšie stretnutie. Stáva sa mu to často, na porady chodí neskoro.

### Metodické poznámky

Pre správne porozumenie lektor vyhradí dostatok času na praktické cvičenie, v ktorom si každý účastník vyskúša, ako správne dávať a prijímať spätnú väzbu.

Cielené rozdelenie účastníkov do skupiniek, v ktorých sa príliš nepoznajú, má upriamiť pozornosť na samotné cvičenie dávania a prijímania SV a nie na osoby, ktoré sú do procesu zapojené.

Lektor v úvode aktivity zdôrazní, že ide o modelové situácie, ktoré sa nespájajú s konkrétnymi účastníkmi. Je totiž potrebné predísť situácii, že si niekto spätnú väzbu zosobní.

### Príprava

Lektor si pripraví na papier/flipchart princípy, ako správne formulovať SV.

Lektor si pripraví prezentáciu a dataprojektor.

Na mieste si lektor pripraví vytlačené, rozstrihané prípadové situácie. Na prípadové situácie urobí symboly, ktorými rozdelí účastníkov do skupín.

### Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 3

Pre niektorých účastníkov môže byť časť modelových situácií veľmi náročná, lebo pre nich môže byť problém niekomu povedať, že urobil niečo „zlé“, prípadne nevhodné.



## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľov:

**2.3.1.** Účastníci poznajú základné tímové roly a sú schopní stanoviť tú svoju a na základe toho si určiť svoje úlohy v projekte.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie tímová spolupráca:

### Vedomosť

Účastníci poznajú tímové roly „ponorka-buldozér-sanitka“ podľa hnutia Brontosaurus (ZŠ).

Účastníci poznajú tímové roly podľa Belbina (SŠ).

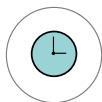
### Zručnosť

Účastníci sú schopní pomenovať, v ktorej role sa cítia prirodzene dobre a na základe toho si určiť úlohy v projekte.



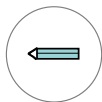
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

90 minút



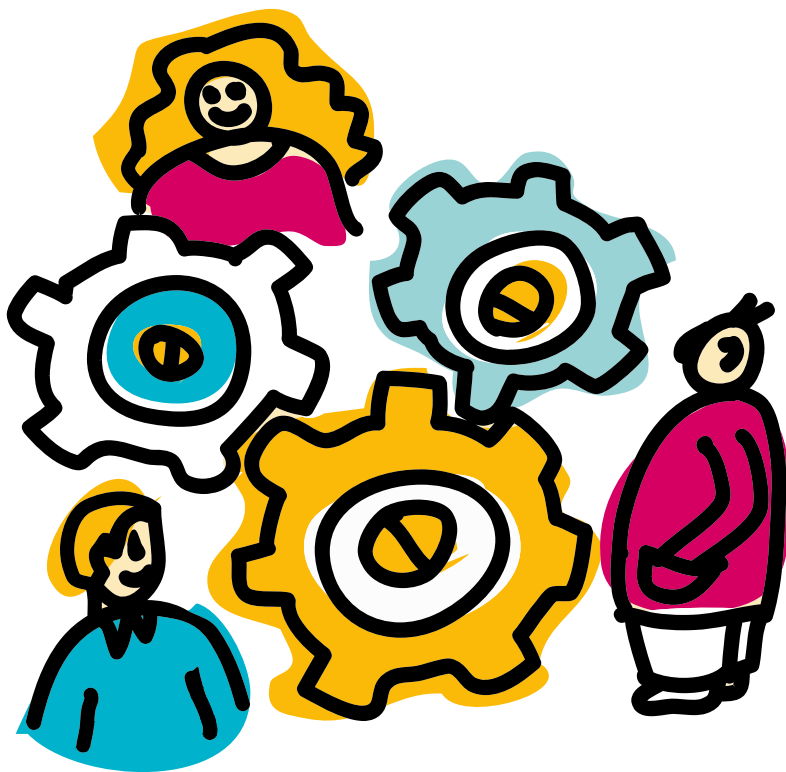
## Materiál

- špagát
- lepiaca páska
- vajce pre každý projektový tím
- perá a papiere pre každého účastníka
- obrázky: buldozér, sanitka, ponorka (ZŠ)
- materiál k Belbinovej teórii tímových rolí (SŠ)

## Stručný popis bloku

Blok je kombináciou skupinovej práce v projektových tímoch, reflexiou a prednáškou v rámci celej skupiny. Prvou časťou je aktivita „Vajcostroj“ s reflexiou, ktorá je zameraná na tímovú

spoluprácu. Druhá časť je zložená z teoretickej prednášky o tímovej spolupráci a následnej praktickej časti, počas ktorej si účastníci plánujú rozdelenie rolí v rámci svojho projektového tímu.



### Podrobný popis bloku

#### ÚVOD (cca 5 minút)

Lektor na úvod motivuje účastníkov k aktivite a zasadí ju do legendy hrdinstva.

*„Žiaden hrdina nikdy nie je sám, často má svojich pomocníkov (Batman má Robina, Superman má Lois...). Aj každodenní hrdinovia môžu mať ľudí, ktorí im s ich hrdinstvami pomáhajú. A tak aj vás čaká skúška tímovej spolupráce a odvahy, aby ste sa posilnili a naučili, ako v tíme fungovať. Preto máme pre vás pripravenú malú aktivitu.“*

#### AKTIVITA VAJCOSTROJ (25 min)

Lektor zadá účastníkom úlohu zostrojiť funkčný stroj na vrhanie vaječ.

#### Parametre, ktoré musí stroj spĺňať:

- mať čo najdlhší dostrel;
- vajíčku musí dať energiu nejaká časť stroja (energiu mu nemôže dať človek – napr. odpáliť ho nejakou pálkou);
- musí byť mobilný (tak, aby ho tím mohol svojpomocne preniesť na štartovaciu čiaru);

Účastníci dostanú k dispozícii lepiacu pásku a špagát. Akýkoľvek ďalší materiál si musia pozháňať z vlastných zdrojov a z toho, čo nájdu. Pokiaľ si niečo požičajú, musia o to požiadať vlastníka. Materiál, ktorý si požičajú, nemôžu zničiť.

Hodnotí sa dostrel, design a prezentácia stroja. Tú si musia pripraviť v rozsahu max. 2 minút a prednesú ju na veľtrhu vrhacích strojov.

Účastníci sú rozdelení do menších tímov (buď projektových alebo na základe akéhokoľvek iného kľúča) a majú 20 minút na prípravu a zostrojenie vrhacích vajcostrojov. Po uplynutí tohto času sú požiadaní, aby ukončili prácu. Je však potrebné, aby každá skupina mala svoj prototyp hotový.

### REFLEXIA (cca 10 min)

Lektor následne vedie krátku reflexiu v rámci celej skupiny.

#### Otázky na reflexiu:

- *Ako sa vám spoločne pracovalo?*
- *Bol vo vašom tíme niekto, kto tomu velil/koordinátor? Ako to pomohlo/nepomohlo procesu?*
- *Áké úlohy ste v tíme mali? Robili ste všetci to isté, alebo ste si úlohy nejako rozdelili?*
- *Čo si myslíte, že vám v spolupráci fungovalo?*
- *Čo si myslíte, že by vám pomohlo úlohu nabudúce spraviť lepšie?*

### TEORETICKÁ ČASŤ (cca 10 min)

Po krátkej reflexii lektor vysvetlí teóriu tímovej spolupráce a základné tímové roly a funkcie. Tím, po anglicky team, znamená, že spolu dosiahneme viac – „*together everyone achieves more*“. A hoci každý člen tímu robí niečo iné, dôležité je, že spoločne sledujú jeden cieľ. Pôsobenie v rozličných tímoch sa môže meniť v závislosti od počtu osôb, povahy členov alebo doby trvania členstva. V rámci tímu má väčšinou každý svoju rolu a funkciu. Je dobré sa v skupine spoločne dohodnúť, kto čo preferuje robiť (akú bude mať funkciu) a prečo, ale tiež prihliadať na to, čo je ľuďom prirodzené (rola).

Lektor vysvetlí rozdiel medzi rolou a funkciou:

Rola – obvyklý spôsob správania

Funkcia – prijatá „rola“, ktorá sa môže zmeniť

#### Rola môže byť:<sup>1</sup>

- sanitka – obrusuje hrany pri konfliktoch v tíme, stará sa aj o účastníkov, je empatická, vyhýba sa konfliktom. Najdôležitejšie je pre ňu udržať pohodu v tíme.
- buldozér – má svoju predstavu a tú sa snaží presadiť, nevyhýba sa konfliktom, je plný energie, nadšený, akčný, tlačí veci dopredu. Najdôležitejšie je pre neho dosiahnutie cieľa.
- ponorka – snaží sa uchopiť podstatu, prehovorí, len ak chce povedať niečo zásadné. Je to zväčša nenápadný človek v pozadí.

---

<sup>1</sup> Hnutí Brontosaurus [online]. [cit. 2019-5-21]. Dostupné na: <https://www.brontosaurus.cz/kurzy-a-prednasky>

### **Funkcia v rámci tímu môže byť:**

- koordinátor – človek, ktorý prerozdeľuje úlohy a koordinuje celý projekt;
- promotér – človek, ktorý má na starosti propagáciu projektu a marketing;
- materialista – človek, ktorý má na starosti materiál;
- finančák – človek, ktorý má na starosti financie;
- dokumentarista – človek, ktorý má na starosti dokumentáciu projektu – fotografie, videá;
- zdravotník – človek, ktorý má na starosti bezpečnosť počas projektu;
- časový koordinátor – človek, ktorý dohliada na to, aby boli dodržané termíny a pod.

Funkcie sa môžu meniť v závislosti od projektu, vyššie uvedené funkcie môžu slúžiť ako príklady.

Lektor si overí, či účastníci porozumeli všetkému z teoretickej časti.

### **AKTIVITA PONORKA-BULDOZÉR-SANITKA (cca 15 min)**

Nasleduje aktivita, počas ktorej účastníci zistia, aká rola je z pohľadu ostatných účastníkov pre nich prirodzená. Lektor rozdá účastníkom pripravené papiere A4 (pre každého účastníka jeden), na ktorých je nakreslený veľký trojuholník a v jednotlivých rohoch trojuholníka je napísané ponorka, buldozér, sanitka (každá rola je vždy v rovnakom rohu). Lektor potom každému účastníkovi papierovou lepiacou páskou nalepí na chrbát jeden papier s trojuholníkom. Keď budú mať všetci účastníci papiere na chrbtoch, lektor ich vyzve k tomu, aby na základe toho, ako dobre ostatných účastníkov poznajú (alebo ako doteraz na nich pôsobili), spravili ceruzkou/perom čiarku do rohu s rolou, ktorú podľa nich nositeľ papiera predstavuje – teda zaznačia, či ho vnímajú ako ponorku, buldozér alebo sanitku. Na túto úlohu majú zhruba 5 minút.

Následne si každý účastník prezrie svoj papier a zistí, ako ho ostatní vnímajú a ktorú rolu mu označili najčastejšie. Lektor položí skupine nasledujúce otázky:

### **KRÁTKA REFLEXIA S TEÓRIOU (cca 10 min)**

- *Aká rola vám vyšla?*
- *Vidí ťa skupina rovnako, ako sa vnímaš ty sám/sama? Čo to vypovedá?*
- *Koho výsledok prekvapil a v čom?*
- *Ako to vyzerá so skladbou rolí vo vašom projektovom tíme a čo to podľa vás pre váš tím znamená? Aké sú výhody a riziká vášho zloženia?*

### **Je dobré vysvetliť nasledovné:**

Ideálne je, aby zastúpenie v tíme bolo čo najpestrejšie, lebo sa môže stať, že keď budú mať v tíme iba ponorky, tímu bude chýbať iskra a schopnosť prevziať iniciatívu. Ak budú mať iba samé buldozéry, je možné, že v tíme bude dochádzať k výraznejším stretom.

Lektor spomenie, že všetky roly sú dôležité a potrebné a majú svoje výhody a nevýhody, žiadna nie je vyslovene pozitívna alebo negatívna. Zároveň tieto roly neplatia raz a navždy. Naopak, sú dynamické v závislosti od osobného vývinu či od tímu, v ktorom pracujete a od toho, ako sa tímu prispôbíte.

Tiež je dobré pamätať na rovnomerné zastúpenie mužov a žien v tíme.



Indícia, ktorú projektové tímy v tomto bloku dostanú, je: *KTO? Kto je vo vašom tíme?*

Lektor spomenie účastníkom pár tipov a trikov pre fungovanie tímu, napríklad:

- snažte sa byť konštruktívni, teda nedovoliť, aby vás problém rozdelil;
- každý má právo povedať svoj názor;
- informujte sa navzájom (ukladajte si informácie o projekte, dohadujte si ďalšie stretnutia...);
- zaujímajte sa o seba;
- rešpektujte sa navzájom;
- pýtajte sa, ak niečomu nerozumiete;
- pochváľte sa navzájom.

### **PRÁCA NA PROJEKTE (cca 15 min)**

Lektor požiada účastníkov, aby sa rozdelili do skupiniek na základe projektových tímov. Ich úlohou je na základe aktivít (Aktivity projektu) a časového plánu (Časový plán projektu) pomenovať úlohy a rozdeliť si, kto za ne bude zodpovedať. Rovnako si rozdelnia aj funkcie, prípadne zväžia, koho ešte by mohli osloviť na spoluprácu.

### **Odporúčanie pre študentov SŠ**

Namiesto modelu ponorka-sanitka-buldozér je možné využiť aj Belbinov model rozdelenia tímových rolí. Namiesto aktivity ponorka-buldozér-sanitka si môžu študenti vyplniť Belbinov test tímových rolí.

### **Príprava**

Pripraviť materiál na vajcostroj.

Vopred si pripraviť na papier veci k teórii, napr. obrázky – buldozér, sanitka a ponorka.

Pre každého účastníka pripraviť papier s trojuholníkom a rolami.

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

Je prítomné v prípade aktivity s trojuholníkom na chrbte. Môže sa stať, že niekto, kto sa považuje za sanitku, je ostatnými označený ako buldozér a opačne.



## Cíle

Cíle, které program pomáhá naplňovat:

**2.1.2.** Účastníci jsou schopni pojmenovat některé problémy ve své komunitě a vyhodnotit jejich řešitelnost vlastními silami, případně s pomocí.

**2.2.1** Účastníci jsou schopni plánovat postup jednotlivých kroků v rámci svého projektu na základě projektové logiky.

**2.4.2** Účastníci znají základní principy prezentačních dovedností a umí si dle nich připravit krátkou prezentaci svého projektu.



## Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence prezentační dovednosti.

### Znalost

Účastníci znají základní principy úspěšného prezentování svého projektu.

### Dovednost

Účastníci si dokáží připravit krátkou prezentaci svého projektu s využitím principů prezentačních dovedností a jednoho nástroje/formy.

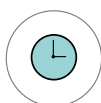
### Postoj

Účastníci si uvědomují, že prezentace je primárně pro posluchače, a s tímto vědomím ji připravují a prezentují.



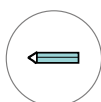
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

180 minut

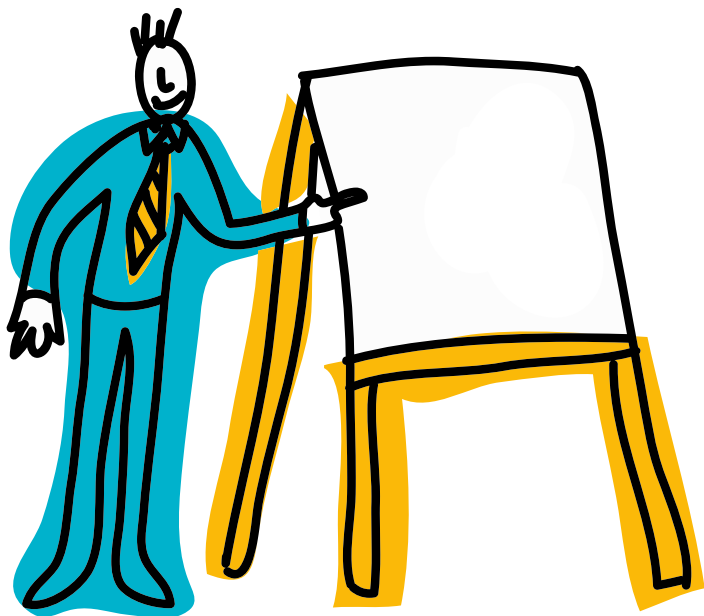


## Materiál

- vajíčka
- výzdoba místnosti na podvečerní prezentace
- počítač
- reproduktor
- flash disk na přenesení prezentací

## Stručný popis bloku

Účastníci se pomocí vyhodnocení předchozí aktivity (Vejcstroj) naučí zásady prezentačních dovedností a následně si je otestují při představování vlastního projektu. Na toto vystoupení dostanou zpětnou vazbu, která jim pomůže vidět potenciální hrozby a zároveň je motivuje k realizaci projektu.



## Podrobný popis bloku

### ÚVOD (cca 2 minuty)

*„Vítáme vás na veletrhu vrhacích zbraní. Objevilo se nám tu několik zajímavých projektů netradičních zbraní, jejichž náboji jsou vajíčka. Nyní uslyšíte prezentace autorů i s praktickou ukázkou dostřelu a bude na vás, kterému stroji (kromě vlastního), dáte svůj hlas.“*

### AKTIVITA VELETRH (cca 30 minut)

Jednotlivé týmy dostanou prostor na připravené prezentace svých střelných zbraní včetně ukázky jejich dostřelu. Prakticky to probíhá tak, že jeden tým vždy nejdříve odprezentuje, poté postaví svůj stroj na startovní čáru a vystřelí. Rozhodčí označí místo dostřelu. Po představení všech zbraní jsou týmy bodově ohodnoceny za dostřel, design a prezentaci. Body za design a prezentaci přidělují ostatní týmy (svůj stroj nehodnotí). Po vyhodnocení vítěze probíhá reflexe.

### REFLEXE (cca 25 minut)

V reflexi lektor s účastníky diskutuje nad následujícími otázkami:

- *Co se vám na prezentacích líbilo, co fungovalo?*
- *Co moc nefungovalo a co byste udělali jinak?*
- *Kdybyste měli dát dohromady desatero efektivní prezentace, jaké body byste určitě zařadili?*

## TEORIE (cca 5 minut)

Během tvorby desatera v reflexi instruktor jednotlivé body rozvádí a dává k nim příklady a tipy, jak na to (např. účastníci zmíní, že je dobré používat gesta, a lektor to rozvede – jaká gesta jsou vhodná, kde před tělem by měla být situována, jak trénovat, když člověk gesta doteď nepoužíval apod.). V závěru skupina vybere tři nejdůležitější doporučení k obsahu prezentace a tři k řečnickovu jednání.

## PRÁCE NA PROJEKTU (cca 30 minut)

Následně si projektové týmy chystají prezentace vlastních projektů dle zmiňovaných zásad. Forma prezentace je zcela volná (mohou použít techniku). Účastníci si vyberou, pro jaké publikum prezentaci připravují (dle typu projektu to může být starosta, ředitel školy, vedoucí domova pro seniory apod.) a zbytek týmů jim pak dané publikum při samotné prezentaci zahraje. Jedinými podmínkami je délka 3 minuty a slovo předávané mezi všemi členy týmu. Instruktoři jsou na místě k dispozici, kdyby někdo potřeboval pomoci.

## AKTIVITA PREZENTACE PROJEKTOVÝCH NÁVRHŮ (cca 90 minut)

Dle počtu přihlášených týmů proběhne přesné načasování bloku (obecně cca 10 minut na tým):

- prezentace projektového návrhu – max. 3 minuty,
- dotazy publika (v roli) – cca 3 minuty,
- předěl – končí hraní na starosty, ředitele škol atd. a všichni už jsou zase sami za sebe a začíná zpětná vazba,
- zpětná vazba k projektu – cca 2 minuty, doporučeno je požádat o ZV max. 2 lidi,
- zpětná vazba k prezentaci – cca 2 minuty, doporučeno je požádat o ZV max. 2 lidi.

Týmy na začátku prezentace oznámí, kdo jsou lidé v publiku, komu prezentují. Dle toho si publikum chystá otázky.

## Metodické poznámky

Na začátku bloku je potřeba představit nové osoby, pokud přibyli (např. večerní host).

Je vhodné, aby moderátor striktně odděloval části po prezentaci, ať v tom není zmatek (aby lidé nemíchali dotazy např. v roli ředitele a do toho zpětnou vazbu k projektu za sebe).

## Příprava

Vytvoření prostoru pro vrhání vajec (ideálně venku v trávě – skořápky se posbírají, vajíčko se vucne do trávy). Příprava techniky na prezentace (počítač, reproduktor).

## Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 3

Aktivita může být riziková po stránce psychické pro plaché účastníky. Problém mohou instruktoři předjímat (během dvou dnů již skupinu stačili poznat) a pokud někoho vyhodnotí jako rizikového, mohou při přípravě nenápadně ověřit, jak příprava týmu jde. Pokud by onen člen týmu vypadal ve velké nepohodě, je dobré ho podpořit, případně s ním vymyslet adekvátní řešení.



## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľov:

1. Účastníci si zvýšia dôveru v seba samého ako aktívneho hýbateľa schopného ovplyvňovať dianie vo svojej komunite.
- 2.5.1. Účastníci si vedia pomenovať svoje vnútorné zdroje motivácie pre projekt a pracovať s nimi.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie projektové myslenie:

### Vedomosť

Účastníci vedia, že v priebehu projektu môžu nastať zmeny a vedia, ako na ne reagovať. (Je potrebné ich pripraviť na to, že je v poriadku, ak niečo nevyjde podľa plánu a ponúknuť im podporu vo forme mentoringu).

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie zapojenie sa do aktivít komunity a osobnostný rozvoj:

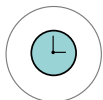
### Vedomosť

Účastníci si vedia pomenovať svoje vnútorné zdroje motivácie pre prácu na projekte.



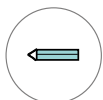
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

60 minút



## Materiál

- notebook
- dataprojektor

## Stručný popis bloku

Prezentácia alebo rozhovor s mladým inšpiratívnym človekom.

## Podrobný popis bloku

Lektor uvedie hosta. Mal by to byť mladý človek, ktorý vo veku podobnom účastníkom realizoval nejakú aktivitu pre komunitu. Cieľom je vypočuť si inšpiratívny príbeh iného mladého človeka – rovesníka, ktorý má podobnú skúsenosť s realizáciou projektu/hrdinských skutkov. Host porozpráva o svojej skúsenosti, úspechoch či prípadných výzvach. Lektor môže viesť s hostom rozhovor alebo host bude samostatne prezentovať, záleží od preferencie hosta.

Rozhovor/prezentácia by mala obsahovať tieto informácie:

- *Predstavenie hosta*
- *Čo host spravil, o akú aktivitu išlo?*
- *Ako sa to všetko začalo? Čo ho motivovalo sa do realizácie pustiť?*
- *Kto všetko bol súčasťou tímu? Ako mali rozdelené úlohy?*
- *S akými výzvami sa stretli a ako ich vyriešili?*
- *Čo považujú za najväčšie úspechy?*
- *Positívny odkaz na záver/želanie novým hrdinom*

Prednáška alebo rozhovor by nemala trvať dlhšie ako 30 minút.

Motivačný host môže následne otvoriť diskusiu otázkou, čo chcú robiť účastníci a prečo si vybrali práve taký projekt.

Na oslovenie vhodného hosta je možné využiť kontakty zo školení Pilot, Aktiv alebo bývalých účastníkov projektov KomPrax a Klíčení, prípadne dobrovoľníkov miestnych organizácií a pod.

## Metodické poznámky

Lektor si vopred prejde scenár bloku a rozhovor s motivačným hosťom absolvuje ešte pred samotným školením, napr. cez skype. Lektor hostovi odporučí, aby porozprával aj o prípadných problémoch. Je však dôležité, aby vstup hosta bol zakončený pozitívnym odkazom.

Ideálne je, aby si host pripravil aj sprievodnú prezentáciu, alebo vzal so sebou ilustračné fotografie, čo účastníkom pomôže vytvoriť si o aktivite lepší obraz.

V prípade, že nie je možné, aby host prišiel osobne, je možné s ním spraviť skype rozhovor.

Host môže byť aj starší ako účastníci (stále by však malo ísť o mladého človeka). Podmienkou však je, aby z veku podobného účastníkom mal skúsenosť s realizovaním aktivity pre komunitu.

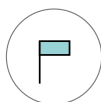
## Príprava

Prejsť si s hosťom scenár bloku a pripraviť si dataprojektor a počítač.

## Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 1



## Ciele

Blok prispieva k naplneniu cieľa:

**2.2.1.** Účastníci sú schopní plánovať postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu na základe projektovej logiky.



## Kompetencie, ktoré rozvíjame

Blok prispieva k nadobudnutiu kompetencie projektové myslenie:

### Zručnosť

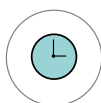
Účastníci sú schopní plánovať, zrealizovať a vyhodnotiť postup jednotlivých krokov v rámci svojho projektu a podľa projektovej logiky.

Účastníci majú skúsenosť s plánovaním zdrojov (ľudských i finančných) v rámci svojho projektu.



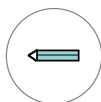
## Skupina

10 – 20 účastníkov



## Dĺžka

150 minút



## Materiál

- notebook pre každý projektový tím (prípadne vytlačený formulár Hrdinský skutok)
- formulár Hrdinský skutok
- špagát so 4 uzlami pre každý projektový tím
- nožnice pre každého lektora

## Stručný popis bloku

Skupinová práca s projektovými tímami zameraná na finalizáciu projektov. Účastníci majú priestor na dopracovanie svojho projektového zámeru a jeho častí.

## Podrobný popis bloku

Lektori si rozdelia jednotlivé časti z formulára Hrdinský skutok tak, aby všetky projektové tímy prešli finálnym dopracovaním a kontrolou všetkých častí formulára. Na každom stanovišti je jeden lektor s jednou časťou formulára.

### Stanovištia:

- Ciele projektu
- Aktivity projektu
- Zdroje projektu
- Časový harmonogram projektu

V úvode dostane každý projektový tím cca 15 cm dlhý špagát so 4 uzlami. Každý uzol reprezentuje jedno stanovište. Odmenou za vyplnenie jednotlivých častí formulára je rozstrihnutie uzla lektorom. Úlohou účastníkov je prejsť všetky stanovištia a zbaviť sa tak všetkých uzlov.



Účastníci začínajú okruh v stanovišti Ciele. Na tomto stanovišti sa okrem cieľov kontroluje aj vymedzenie cieľovej skupiny. Účastníci sú tiež motivovaní k tomu, aby si stanovili aj 1-2 indikátory, vďaka ktorým budú vedieť, že pri realizácii projektu boli úspešní (napr. počet účastníkov, miera spokojnosti s projektom).

Následne sa presunú k stanovištu Aktivity. Po tomto stanovišti si už projektové tímy sami volia, ako budú postupovať ďalej, musia však prejsť aj stanovištia Zdroje a Časový harmonogram. Na poslednom stanovišti, ktoré navštívia, sa skontroluje aj názov ich tímu a jeho zloženie.



V prípade, ak niektorá zložka formulára nie je dostatočne dopracovaná, lektor motivuje projektový tím k jeho doplneniu, aby sa predišlo prípadným nedorozumeniam v projekte a projektový tím mal jasno v tom, čo presne ide realizovať.

Pre dodržanie časového harmonogramu bloku lektor podľa počtu projektových tímov vopred rozpočíta, koľko času je možné na stanovišti venovať jednému tímu.

Výsledkom bloku je kompletne vypracovanie formulára Hrdinský skutok (projektové tímy si môžu pomôcť svojou mapou, na ktorej majú napísané všetky indície a prípadné poznámky) a jeho odsúhlasenie lektorským tímom.

### **Príklad časti formulára Hrdinský skutok:**

- *Názov hrdinského skutku* (Ako budete váš projekt nazývať, keď o ňom budete hovoriť ostatným ľuďom?)
- *Zloženie tímu* (Uveďte, kto je vo vašom tíme – aj ľudia mimo tohto školenia, ktorí sú súčasťou tímu. Uveďte meno, priezvisko, mobil, email)
- *Cieľ/e hrdinského skutku* (Aký cieľ má váš projekt?)
- *Cieľová skupina* (Pre koho budete projekt realizovať?)
- *Aktivity ako dosiahnuť hrdinský skutok* (Akými aktivitami dosiahnete váš cieľ?)
- *Zdroje* (Aké zdroje potrebujete, aby ste mohli realizovať aktivity a dosiahnuť cieľ?)
- *Časový plán* (V akom časovom rozpätí budete aktivity realizovať? Kedy podniknete potrebné kroky?)
- *Indikátory* (Ako budete vedieť, že sa vám podarilo cieľ dosiahnuť?)

### **Metodické poznámky**

Lektori s účastníkmi konzultujú jednotlivé časti ich projektu, jeho vypracovanie je však len na nich. Na ďalšiu konzultáciu môže tím ísť až po tom, ako dopracuje časť formulára z predchádzajúceho stanovišta. Vhodná metóda na podporu samostatnej práce je využívanie koučingových otázok.

Odporúčame lektorom, aby si formuláre s projektovými zámermi uložili online na jedno miesto, aby k nim mali kedykoľvek prístup.

### **Odporúčanie pre študentov SŠ**

Nie je potrebné pracovať s témou hrdinstva v takom rozsahu.

### **Príprava**

V školiacom zariadení je potrebné nájsť miesta pre jednotlivé stanovišta, kde budú projektové tímy chodiť na konzultáciu.

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2

Rizikom môže byť, ak účastníci nemajú dostatočne dopracovaný projektový zámer. Tento stav je možné riešiť individuálnym prístupom podľa aktuálnych potrieb a následným mentoringom.



## Cíle

Cíl, který program pomáhá naplňovat:

1. Účastníci si zvýší důvěru v sebe sama coby aktivního hybatele schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.



## Kompetence, které rozvíjíme

### Postoj

Účastníci věří, že svůj projekt zvládnou realizovat.



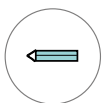
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

45 minut



## Materiál

- 2x pc na skype
- dataprojektor
- papíry na zapsání k mentorům
- tužky pro účastníky

## Stručný popis bloku

Zhodnocení celého víkendu, jeho uzavření, výběr mentorů a motivace účastníků k realizaci projektů.

## Podrobný popis bloku

### ÚVOD – SKYPE S CHARLIEM (cca 10 minut)

Na závěr prvního víkendu se s účastníky opět spojí tajemný Charlie a řekne jim zhruba následující řeč. Ideálně když bude reagovat na to, co se přes víkend dělo):



*„Drazí hrdinové, máte za sebou tři náročné dny, během kterých jste nejednou dokázali, že umíte čelit překážkám, přemýšlet nad problémy okolo sebe a máte chuť věci měnit k lepšímu. Jste krásným příkladem toho, že hrdinové nejsou jenom ti, kterým se staví sochy nebo které oslavují davy. Hrdinou může být každý, kdo má odvahu vykonat svůj první hrdinský skutek a pak další a zase další. Čím více každodenních hrdinů v naší společnosti bude, tím lépe se nám všem bude žít. Vždycky okolo nás bude spousta věcí, které se nám nebudou líbit. Buď na ně můžeme nadávat, nebo můžeme aktivně přispět k tomu, aby se změnily k lepšímu. Každý má tu možnost přispět a já jsem moc rád, že jste se rozhodli chytit příležitost za pačesy. Vznikly tu zajímavé projekty a já věřím, že stejně, jako jste se tu prali s jejich vymyšlením, nalijete energii i do jejich realizace. Nebojte se, že byste v tom byli sami. Každý tým dostane za chvíli příležitost vybrat si svého mentora z řad průvodců na cestě tímto víkendem. Ten s vámi bude v kontaktu. Nebojte se na něj obrátit, když se něco nebude dařit. I sebenaplánovanější projekty naráží na překážky a není ostuda si přiznat, že se nám nedaří, je ale ostuda nepožádat o pomoc. Využijte tedy všech dostupných zdrojů, včetně svých rádců, k tomu, aby se vám podařilo uskutečnit, co jste si naplánovali. A nastavte si spolupráci tak, aby to nebyla jen práce, ale i zábava a aby vám bylo v týmu dobře. Ať vás provází síla.“*

Po ukončení skypu lektor zarámuje, kde se skupina nachází v konceptu cesty hrdiny. Účastníci čeká nejtěžší zkouška. Během této zkoušky možná nepůjde vše tak, jak si naplánovali, a to je zcela běžné a v pořádku. K dispozici budou mít mentora z řad lektorů, který je bude podporovat.

## **AKTIVITA VÝBĚR MENTORA (cca 5 minut)**

Následně proběhne výběr mentorů.

### **Možnost č.1:**

Mentori se rozestaví po místnosti, napřáhnou ruce a zavřou oči. Týmy dostanou papíry, na které napíší název svého projektu. Na vyzvání pak vybranému mentorovi vloží do rukou papír s názvem svého projektu. Jakmile je rozebráno, mentori otevírají oči, zjistí, které projekty mají mentorovat, a domluví se s týmy na spolupráci.

### **Možnost č.2:**

Projektové týmy seřadí lektory podle toho, s kým by nejraději spolupracovali (č.1) až po toho, s kým nejméně (č.4). Lektori se následně pokusí najít kompromis tak, aby měl každý tým jako mentora někoho, koho napsal na prvních místech.

Pravidla komunikace si každý mentor nastaví sám. Rámcově by mělo platit:

- s mentorem si tým nastaví kanál komunikace (fb/mail),
- po klíčových bodech se tým ozve, zda je vše ok,
- mentor má u sebe časový plán týmů, a když se tým neozve, ozve se sám, primárně by aktivita měla být ale na týmech,
- pokud tým funguje, mentor ho nechá být a jen sleduje postup,
- pokud se týmu nedaří, mentor ho aktivně kontaktuje, motivuje, pomáhá mu tak, aby si všechny týmy nakonec zažily pocit úspěchu.

## **ZÁVĚR (cca 20 minut)**

Instruktoři si projdou s účastníky „kolečko“, co si kdo z kurzu odnáší za dojem/pocit/dovednost, jaké to pro ně bylo. Lektori se kolečka účastní též a využijí ho k poděkování skupině.

Účastníci následně vyplňují zpětnovazební dotazník (cca 10 minut) – možno ho dát k obědu.

### **Příprava**

Technická příprava skype.

Příprava Charlieho řeči odrážející události celého víkendu.

### **Bezpečnost**

Psychické riziko: 1

Fyzické riziko: 1



# Medzifáza medzi prvým a druhým víkendom

Posledný deň prvej časti školenia si projektové tímy účastníkov vyberú, kto z lektorského tímu bude ich mentorom v medzifáze. Cieľom mentoringu je mať prehľad o tom, ako projektový tím funguje, a ako prebieha príprava a realizácia projektu. Účastníkom treba vopred vysvetliť, že v ich projekte môžu nastať zmeny a preto je dobré ich pripraviť na to, ako na ne reagovať, aby nezostali demotivovaní. V prípade problematickejších situácií je vhodné, aby lektor pomohol problémy riešiť, či už priamou intervenciou alebo konzultáciami a radami. Netreba tiež zabúdať na občasné povzbudenie či motivovanie účastníkov v medzifáze.

Účastníci tiež potrebujú včas dostať praktické a logistické informácie o mieste konania druhého víkendu. Spolu s nimi však dostanú aj úlohu – pripraviť prezentáciu ich projektu. Prezentácia by nemala byť dlhšia ako 10 minút a mala by obsahovať nasledovné informácie:

## Prezentácia



1. Názov projektu
2. Miesto a dátum realizácie projektu
3. Realizačný tím – kto všetko pomáhal s realizáciou projektu (konkrétne mená, prípadne koho ďalšieho presvedčili, aby sa do tímu pridal)
4. Ako projekt nakoniec vyzeral (čo spravili, koľko ľudí sa zúčastnilo...)
5. Čo boli najväčšie zmeny oproti pôvodnému plánu, alebo čo by v budúcnosti spravili inak
6. Čo považujú za najväčšie úspechy
7. Aké boli reakcie okolia na projekt

Počas školení Aktiv a Pilot zrealizovali mladí ľudia – účastníci školenia rôzne typy projektov. Pre inšpiráciu uvádzame niekoľko príkladov:

- projekty realizované v škole: skrášlenie školskej jedálne, bylinková záhrada, prednášky v praxi, triedenie odpadu v škole, prezentácia o zdravom životnom štýle, športový deň, chillout zóna v škole, fotenie absolventov školy, volejbalový turnaj so zbierkou na útulok;
- projekty realizované s materskými školami: hudobný deň, skrášlenie okolia škôlky;
- projekty realizované s domovom dôchodcov: zbieranie príbehov z domova dôchodcov, spoločenské hry, rozhovory so seniormi;
- environmentálne projekty: čistenie Váhu, čistenie parku a výroba krmítka, šitie látkových tašiek, workshop o ekológii, premietanie videa a diskusia o palmovom oleji, triedenie odpadu v škole, čierne skládky v meste, Deň Zeme;
- kultúrne, informačné a vzdelávacie projekty: informačné aktivity o prínosoch EÚ, debatné

stretnutia, informačná aktivita o závislostiach na technológiách, handicap nie je prekážka, informačná aktivita zameraná na spoločenské problémy dnešnej doby umeleckou formou;

- iné komunitné projekty: renovácia vyhliadky, vytvorenie komunitnej klubovne, rekonštrukcia lavičiek, vysádzanie kvetov na námestí, kino žije, pečenie s deťmi z detského domova.



2. časť školenia

Aktiv

V tejto kapitole predstavíme program 2. víkendového školenia Aktiv. Samozrejme, je na každom lektorovi, aby vzal ohľad na prípadné špecifiká účastníckej skupiny, jej potreby a program podľa nich upravil (napr. pridal prestávku, energizér).

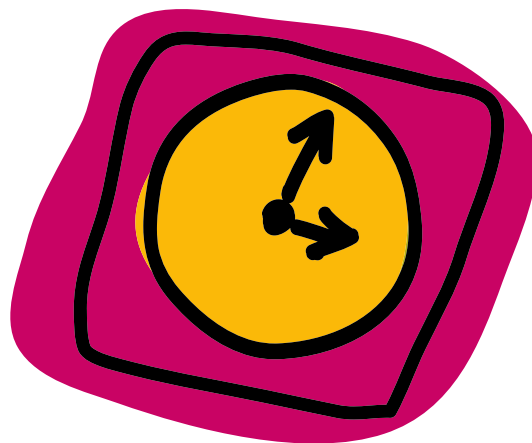
1. deň		
Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
13:00 – 14:00	Obed, ubytovanie	60
14:00 – 15:30	Privítanie, tímové aktivity, úvod	90
15:30 – 15:45	Prestávka (čas na prezlečenie)	15
15:45 – 17:45	Predstavovanie projektov	120
17:45 – 18:45	Večera	60
18:45 – 19:45	Minútová výzva	60

2. deň		
Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
7:30 – 8:30	Raňajky	60
8:30 – 9:00	Servis	30
9:00 – 10:30	Vyhodnotenie projektov vrátane tímovej spolupráce a komunikácie	90
10:30 – 10:45	Prestávka, desiata	15
10:45 – 12:15	Vyhodnotenie projektov vrátane tímovej spolupráce a komunikácie	90
12:15 – 12:45	Mission impossible	30
12:45 – 13:45	Obed	60
13:45 – 16:45	Režim	180
16:45 – 17:00	Prestávka	15
17:00 – 18:15	Režim – reflexia + diskusia	75
18:15 – 19:15	Večera	60
19:15 – 20:15	Čajovňa	60



### 3. deň

Čas	Názov bloku	dĺžka (v minútach)
7:30 – 8:30	Raňajky	60
8:30 – 9:00	Servis	30
9:00 – 10:00	Reflexia vlastných kompetencií po projekte (a čo s nimi ďalej)	60
10:00 – 11:00	Kráľova reč	60
11:00 – 11:15	Prestávka, desiata	15
11:15 – 12:00	Záver – zakončenie druhej fázy školenia	45
12:00 – 13:00	Obed	60





#### Cíle

Vytvořit příjemnou atmosféru školení.  
Zopakovat si jména.  
Zjistit naladění skupiny na nadcházející školení.



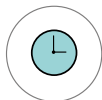
#### Kompetence, které rozvíjíme

–



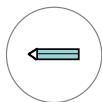
#### Skupina

10–20 účastníků



#### Délka

90 minut



#### Materiál

- báseň na svitku
- nápisy na stanoviště (viz popis níže)
- červený krepový papír
- dataprojektor
- flipcharty s projekty účastníků
- lano s uzly
- vytištěné cíle účastnických projektů
- dlouhá tyč či koště
- krabice na doplňky
- papírové doplňky (motýlky, kravaty, květiny aj.) pro účastníky

#### Stručný popis bloku

Účastníci absolvují krátkou procházku, během které se naladí na školení, zopakují si jména, připomenou si cestu hrdiny a dozví se, co se bude dít.

#### Podrobný popis bloku

Při obědě dostanou účastníci instrukci, že ve 13:00 se všichni sejdou venku v oblečení na spíše statickou aktivitu.

## ÚVOD (cca 5 minut)

Když je skupina na stanovišti kompletní, jeden z instruktorů jim předá svitek s instrukcí a hned zmizí.

*Po čase jste se tu sešli zase,  
vy, již svými činy měníte svět,  
hledme, co stalo se na vaší trase,  
na vaši dosavadní cestu pohlédněme zpět.*

*Kdo by sobě nevěděl si rady,  
hledá v prostoru červené znamení.  
Teď už ale netvrďte tady,  
kdo stojí na místě, časem zkamení.*

## AKTIVITA RETROSPEKTIVNÍ CESTA (cca 55 minut)

Dle pokynů v básni se skupina vydává na cestu značenou červenými krepovými papíry. Na krátké trase mají připraveno několik zastavení, která jsou samoobslužná či s instruktorem. Popis jednotlivých stanovišť:

**1. zastavení** – na tomto stanovišti je nápis Volání k dobrodružství. Je zde naaranžovaná jejich mapa cesty hrdiny a miska s modrými a červenými bonbony. A u ní nápis: *Vzpomínáte? Doufáme, že nelitujete, že jste si vzali červený bonbon... Můžete si připomenout jeho chuť (nabídněte si) a pokračujte dále.*

**2. zastavení** – nápis Setkání s rádcem. U tohoto stanoviště je instruktor, připomene jim, že na cestě potkali spoustu rádců, ať už z řad svých spoluhrdinů nebo z řad průvodců (instructorů). Následně se zeptá, jestli si všichni pamatují všechna jména. Všichni si zavřou oči a přihlásí se každý, kdo si nepamatuje jméno alespoň jednoho člověka ze skupiny. Přihlásí-li se většina, nechá je instruktor oči otevřít, ještě když se hlásí. Přihlásí-li se jen pár lidí, nechá skupinu otevřít oči, až když jsou ruce zase dole. Pro zopakování jmen si zahrají hru Žabka.

### Hra Žabka

Účastníci stojí v kroužku (včetně některých instruktorů) a mají si posílat imaginární žabku. Žabka je kluzká, proto ji nikdo neudrží v ruce moc dlouho a posílání musí být svižné. Samotná hra probíhá tak, že předávající naváže oční kontakt s tím, komu chce poslat žabku, řekne jeho jméno a pohybem jako by si čistil dlaň směřující vzhůru od drobků, mu posílá žabku. Ten ji posílá komukoliv v kruhu dále a proces se neustále zrychluje.

**3. zastavení** – nápis Překročení prahu. Na stanovišti je jakýkoliv artefakt (např. fotky na dataprojektoru, část kostýmu moderátorů připomínající představování projektů) a cedule s nápisem: *Od této chvíle nebylo cesty zpět... Vaše hrdinská mise začala.*

**4. zastavení** – nápis Zkoušky, spojenci, nepřátelé. Zde jsou rozvěšené účastnické flipy, kam si tvořili první draft projektu (pokud si je na školení nedovezli, postačí flip s připomenutím jednotlivých položek, nad kterými se během vytváření projektu zamýšleli). U toho je cedule s nápisem: *Tvrdě jste makali, abyste naplánovali svůj velký hrdinský skutek... Nebylo to*

*vždy snadné, bojovali jste se spoustou nových poznatků, s různými pohledy na věc v rámci týmu, s výzvami, které jsme vám předkládali...*

**5. zastavení** – nápis Přiblížení se. Zde stojí instruktor, drží provázek, na kterém jsou čtyři uzle (jako vzpomínka na ustříhávání provázku). Po jejich příchodu účastníkům připomene, že než se jako skupina rozešli, přiblížili se svému cíli finalizací svých projektových záměrů. A přečte cíle jednotlivých hrdinských činů, které si vytvořili.

**6. zastavení** – nápis nejtěžší zkouška. Před místností, kde pak proběhne představování projektů, je na dveřích nalepený plakát jako do kina – upoutávka na česko-slovensko má hrdinu. A u toho nápis „*Jak to dopadlo se brzy dozvíte...*“

**7. zastavení** – rozcestník s dalšími částmi cesty, s počtem hodin, které účastníky čekají k jejich dosažení (jako ukazatele v horách – Odměna, Cesta zpět, Nový život, Návrat s elixírem, Každodenní realita, Volání k dobrodružství). U rozcestníku stojí instruktor a vysvětlí jim, co je čeká v rámci druhého víkendu. Zde s nimi také probere očekávání a obavy a osvěží pravidla fungování skupiny.

Zde ohlédnutí končí a instruktor skupinu posílá rozehrát se na plnění dalších hrdinských úkolů.

### **AKTIVITY NA ZNOVUPROPOJENÍ SKUPINY (cca 30 minut)**

Účastníky čeká série aktivit, která jim má pomoci se rozehrát, aby byli připraveni se vrhnout zase do práce. Je možné využít jakékoliv krátké aktivity označované v metodických publikacích většinou jako tzv. icebreakery. Instruktor ukáže účastníkům krabici a řekne jim, že když všechny aktivity zvládnou, čeká je první drobná odměna (uvnitř krabice je společenský doplněk na nadcházející představování projektů – papírový motýlek nebo kravata, květina pro dámy).

#### **Příprava**

Vybrat trasu a označit ji červenými fáborky.

Připravit jednotlivá stanoviště.

Připravit pomůcky na aktivity na znovupropojení skupiny.

#### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 2

Trasu je třeba značit tak, aby účastníci nemohli zabloudit.

Při výběru trasy je dobré myslet na bezpečnost terénu (skupina může popobíhat).

Psychické riziko: 1



## Cíle

Cíle, které program pomáhá naplňovat:

**2.4.2.** Účastníci znají základní principy prezentačních dovedností a umějí si dle nich připravit krátkou prezentaci svého projektu.

**3.** Účastníci získají první zkušenost s tím, že jsou schopni dění ve své komunitě aktivně ovlivnit, resp. reflektují to, že jsou schopní ovlivnit dění ve své komunitě.



## Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence prezentační dovednosti:

### Znalost

Účastníci znají základní principy a nástroje/formy prezentování svého projektu.

### Dovednost

Účastníci si umějí připravit krátkou prezentaci svého projektu na základě principů prezentačních dovedností s využitím jednoho nástroje/formy.

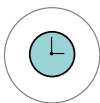
### Postoj

Účastníci si uvědomují, že prezentace je primárně pro posluchače a s tímto vědomím ji připravují a prezentují.



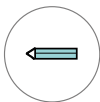
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

120 minut



## Materiál

- vytvořené video se zadáním pro prezentaci
- prezentace vytvořená na míru dané skupině – je v ní vždy oznámení kategorie (např. ekologické projekty) a k ní dva vymyšlené projekty, ideálně zábavné (např. úspora vody pitím vlastní moči) a jeden reálný našich účastníků
- dataprojektor
- reproduktory
- PC
- konfety
- vhodné oblečení pro moderátory a odbornou porotu
- „Oskar“ (jakýkoliv zajímavý předmět pojmenovaný Oskar)

### Stručný popis bloku

Show à la Česko-Slovensko má superhrdinu, ve které účastníci představí své realizované projekty a užijí si ocenění a pocit výjimečnosti.

### Podrobný popis bloku

Prezentace projektů je zasazená do legendy předávání výročních cen Hrdina 21 (takové předávání Oskarů).

Účastníci po realizaci svého projektu dostanou v mezifázi od svého mentora video se zadáním pro přípravu. Ve videu se dozvědí, že si mají připravit prezentaci svého projektu a zaměřit se v ní zejména na to, co se podařilo (viz str. 80).

Hned po příjezdu na kurz si lektori prezentace od účastníků vyberou, aby si je během oběda stihli stáhnout do počítače.



### ÚVOD

Show se odehrává v místnosti, ve které je připraveno sezení jako v divadle s uličkou uprostřed pro průchod oceněných. Moderují ji dva moderátoři, aby to bylo živé a dynamické, ostatní instruktoři tvoří odbornou porotu. Atmosféra je velkolepá a odlehčená. Moderátoři vítají účastníky na galaodpoledni Česko-Slovensko má superhrdinu, poté přecházejí k vysvětlení, jak bude probíhat organizace. Je dobré instrukce zabalit do legendy, že za chvíli začíná živý přenos a na ten musí být vše perfektní, proto je třeba si nejprve vše natrénovat nanečisto.

Moderátoři vysvětlí průběh show:

- Nejprve se odtajní nominace v dané kategorii.
- Poté je vyhlášeno první místo.
- Vítězný tým si přichází převzít cenu – Oskara. V této chvíli ukazují moderátoři publiku Oskara.
- Publikum tleská (variabilně může udělat na pokyn moderátora mexickou vlnu – trénuje se).
- Vítězný tým představí svůj projekt.
- Když skončí prezentace, poctí publikum vítězný tým potleskem ve stoje (trénuje se) a zahází konfetami.
- Odborná porota vyzdvihne na projektu jeho klady.
- Oskara si tým prozatím bere k sobě, ale jakmile se přečtou další nominace, přichází někdo z předchozích vítězů přečíst vítěze nového a Oskara jim předat, neb je to Oskar putovní.

Po vysvětlení průběhu je dobré postup natrénovat na modelovém příkladu.

### **AKTIVITA PŘEDÁVÁNÍ OSKARŮ**

Poté už běží show na ostro, vždy je vyhlášena kategorie (například ekologické projekty) a dále se postupuje dle schématu výše. Jednotlivé kategorie na sebe plynule navazují.

#### **Metodické poznámky**

Pokud vytvoří lektori tlak na to, aby si týmy Oskara opravdu užili, dokud ho mají, vnáší to zajímavou dynamiku (týmy mají tendenci se s ním opravdu mazlit a fotit).

Úzký bod show může být přepínání mezi prezentací s nominacemi a prezentacemi účastníků. Ideální je přehrát všechny prezentace do jedné nominační, aby nedocházelo k technickým pauzám, které kazí plynulost.

Potleskem ve stoje je třeba šetřit opravdu až na finále po prezentaci projektu. Pokud publikum vstává při každém potlesku, brzy se to „přeje“ a ke konci už to ztrácí dynamiku.

Odborná porota se musí držet striktně ocenění (nedostatky budou rozebírat až následující den a je škoda si tím kontaminovat atmosféru). Zároveň je třeba si hlídat čas a nemluvit dlouze.

#### **Příprava**

Nachystat místnost – sezení, techniku (pc, dataprojektor, ozvučení).

Vybrat od účastníků při příjezdu prezentace.

#### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 1

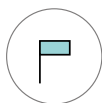
Psychické riziko: 2

Je dobré ošetřit dopředu týmy, kterým se projekt nepovedlo realizovat dle plánu a motivovat je k tomu, aby projekt prezentovali i v neúplném stavu (s akcentem na to, co se povedlo).

# Minutová výzva

2. školení

1. den



## Cíle

Cílem je společná zábava, upevnění tvůrčí a radostné nálady ve skupině.



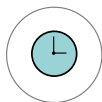
## Kompetence, které rozvíjíme

–



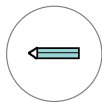
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

60 minut



## Material

- 4 balíčky slaných tyčinek
- 30 umělohmotných kelímků
- 4 pingpongové míčky
- 1 balíček kulatých sušenek
- 4 nafukovací balónky
- 8 desek (např. na dokumenty s klipem)
- 4 krabičky lentilek
- 4 banány
- 4 citrony
- 1 provázek
- 1 papírová páska
- 4 stejné plakáty rozstříhané na kousky
- 4 stejné balíčky libovolných karet
- flipchartový papír s názvy aktivit
- bláznivý kostým pro moderátory
- cena pro vítěze (ideálně něco, co si může užít celá skupina, např. dort)

## Stručný popis bloku

Program navazující na předchozí blok je oslavou projektů, které účastníci realizovali. Účastníci plní sérii zábavných úkolů (na každý mají 1 minutu) a v závěru jsou oceněni za svou dosavadní cestu v projektu.



## Podrobný popis bloku

### ÚVOD

Účastníci jsou rozděleni do 4-členných skupin tak, aby se promíchaly projektové týmy napříč. V těchto skupinách zůstávají celý večer a soutěží v úkolech, které trvají přesně jednu minutu. Pro každý úkol vyhláší moderátor, kolik zástupců z každého týmu má přijít plnit daný úkol (některé úkoly mohou dělat všechny týmy zároveň, některé aktivity jsou pro dvojice z týmů – vše záleží na materiálu a prostoru, který je k dispozici).

Zástupci týmu se musejí obměňovat tak, aby každý během večera alespoň dvakrát soutěžil. Bodování je po celou dobu stejné - první tým získává 4 body, druhý tým 3 body, třetí tým 2 body a poslední tým získává 1 bod. Bodování zapisuje moderátor po každém úkolu na vylepený flipchartový papír.

### AKTIVITA MINUTOVÁ VÝZVA

Hra vyžaduje spolupráci moderátorů, jeden vždy uvádí aktivitu a druhý chystá aktivitu následující. Po vyhlášení bodů jedné disciplíny se rovnou přechází k druhé disciplíně.

Jednotlivé úkoly jsou zde (na internetu lze najít pod pojmem „Minute To Win It“ mnoho dalších příkladů):

**Pyramida** – 1 zástupce z každého týmu postaví s jednou rukou za zády pyramidu z 15 kelímků a zase ji složí.

**Foukaná** – 1 zástupce z každého týmu dofouká pingpongový míček z bodu A do bodu B co nejrychleji.

**Shazovaná** – 1 zástupce z každého týmu za pomoci vzduchu z nafouknutého balónku shodí co nejvíce kelímků, které jsou rozestaveny podél hrany stolu. Balónek je možné dofukovat a vzduch znova využít ke shazování. Vyhrává ten, co nejdříve shodí všechny kelímky, nebo ten, co v daném čase shodil kelímků nejvíce.

**Skládaná** – 1 zástupce z každého týmu složí rozstříhaný plakát do původní podoby.

**Třídění** – 1 zástupce z každého týmu s jednou rukou za zády roztřídí balíček karet podle hodnot na různé kupky (např. hodnoty 1–4 se dávají na jednu kupku, 5–8 na jinou atd).

**Trefovaná** – 1 zástupce z každého týmu stojí několik kroků od stolu a musí v daném čase shodit pomocí vzduchu vypouštěného z nafouknutého balónku co nejvíce karet. Karty jsou přichyceny na výšku do zobáček kolíčků na prádlo, které postavíme na nožičky.

**Posouvaná** – 1 zástupce z každého týmu si položí na čelo sušenku a jen mimickými pohyby si ji posune do pusy.

**Házená** – 2 zástupci z každého týmu – jednomu se na kolena, břicho a z boku loktů přilepí páskou kelímky. Ve vzdálenosti cca 3m od něj vyznačí lektor páskou na zemi čáru, za kterou stojí druhý člen týmu, který se snaží v daném čase naházet co nejvíce pingpongových míčků do kelímků.

**Zubní** – 2 zástupci z každého týmu drží dva provázky tak, aby z nich vznikly „koleje“ a jejich úkolem je po těchto kolejích přepravit zubní kartáček z jednoho konce na druhý tak, aby kartáček ani jednou nespádl.

**Pinkaná** – 2 zástupci z každého týmu musí za pomoci páru desek dopravit míček do koše na konci vyznačené trasy. Jejich úkolem je přepinkávat si míček mezi sebou tak, aby každý pinkl vždy jen jednou (střídají se).

**Tříděná** – 1 zástupce z každého týmu musí co nejrychleji roztřídit balíček lentilek podle barev.

**Suchý hvizd** – 1 zástupce z každého týmu musí co nejrychleji sníst balíček slaných tyčinek a zřetelně písknout bez prskání.

**Banánová** – 1 zástupce z každého týmu musí s banánem přivázaným kolem pasu dostrkat citron za vyznačenou čáru.

**Stolovaná** – 1 zástupce z každého týmu musí dofoukat míček z jedné „kapsičky“ (had z papírové pásky ve tvaru U nalepený na desku stolu) do protější „kapsičky“. Stůl je z jedné strany podepřen, aby byl nakloněný. Pokud míček spadne na zem, začíná člověk zase od začátku, pokusů má neomezeně.

Po poslední aktivitě proběhne krátké a dynamické vyhlášení výsledků, skupina společně pográtuluje vítězům. Moderátoři následně zdůrazní, že v této aktivitě vyhrál jen jeden tým, ale celá skupina si zaslouží odměnu, protože dokázala v rámci svých projektů velké věci. Druhý moderátor mezitím zapálí svíčky na dortu, zhasne a předá dort všem účastníkům. Atmosféra je ke konci večera spíše neformální, radostná a oslavná.

## Příprava

Před hrou je potřeba vytvořit hromádky s materiálem na každou jednotlivou aktivitu (např. banán, provázek, citron, lepicí páska), aby moderátor, který chystá další aktivitu, stihl vše připravit.

Připravit flip s předepsanými názvy disciplín tužkou a k disciplínám kolonky na zapisování bodů jednotlivých týmů. Pro případ, že bude chtít lektor celý blok zkrátit, není vhodné mít všechny aktivity vypsané předem.

Pokud je to možné, domluvit si před hrou jednoho pomocníka z řad lektorů, který pomůže stopovat čas, chystat disciplíny, uklízet průběžně materiál atd. Připravit dort se svíčkami.

## Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 1

# Vyhodnocení projektů včetně týmové spolupráce a komunikace

2. školení

2. den



## Cíle

Cíle, které program pomáhá naplňovat:

1. Účastníci si zvýší důvěru v sebe sama coby aktivního hybatele schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.
- 2.2.2. Účastníci vědí, že mohou v průběhu jejich projektu nastat změny a jak na ně reagovat.
- 2.3.2. Účastníci jsou schopni na základě zkušenosti ze svého projektu pojmenovat, čím oni sami přispívají k týmové práci a co potřebují, aby se jim v týmu dobře pracovalo.
- 2.4.3. Účastníci znají základní principy zpětné vazby a mají zkušenosti s jejím dáváním a přijímáním.
4. Účastníci získají první zkušenost s tím, že jsou schopni dění ve své komunitě aktivně ovlivnit.



## Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence týmová spolupráce:

### Dovednost

Účastníci jsou schopni na základě zkušeností ze svého projektu pojmenovat, čím oni sami přispívají k týmové práci a co potřebují, aby se jim v týmu dobře pracovalo.

### Postoj

Účastníci vnímají výhody týmové spolupráce.

Blok přispívá k získání kompetence efektivní komunikace:

### Dovednost

Účastníci mají zkušenost s komunikací v rámci týmu, umějí reflektovat, jak jim to fungovalo a co fungovalo dobře.

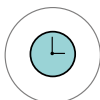
### Postoj

Účastníci vnímají důležitost komunikování tak, aby byli všichni dostatečně informováni o realizaci projektu a aby každý mohl vyjádřit svůj názor s tím, že bude vyslechnut.



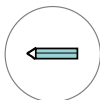
### Skupina

10–20 účastníků



### Délka

180 minut



### Material

- flipové papíry
- pastelky
- fixy
- čísla s indikátory modelového projektu
- vytištěné terče
- novinové výstřižky
- sobolí šlacha (jakýkoliv předmět vhodný k házení, např. smotané lano)

## Stručný popis bloku

Reflexivní pásmo prokládané aktivitami směřujícími k uvědomění si klíčových prvků projektu a vyvození doporučení pro příště.

Týmy si vyhodnotí realizovaný projekt z pohledu nastavených cílů, časového plánu, zdrojů a aktivit. Stanoví si indikátory, které naplnily. Účastníci si dají navzájem zpětnou vazbu na svou práci v týmu, vyhodnotí si, co jim fungovalo a co ne. Na závěr bloku si zahrají komunikační hru a na jejím pozadí si upřesní pravidla efektivní komunikace.

## Podrobný popis bloku

### ÚVOD

Účastníci se dozvědí, že se podíváme blíže na jejich nejtěžší zkoušku na cestě hrdiny podrobněji. Je jim představena myšlenková mapa (viz např. kniha Tony Buzan – Myšlenkové mapy) jako nástroj záznamu a vysvětlení její výhody.

### AKTIVITA INDIKÁTORY

Lektoři představí indikátory jako ukazatele, které týmům pomohou se ujistit, jestli projekt plní tak, jak si naplánovali. Jako příklad je dobré použít indikátory modelového projektu. Na kartičkách rozmístěných po místnosti jsou napsaná čísla, lektor přečte název indikátoru a účastníci se postaví k číslu, které mu podle jejich mínění odpovídá. Poté instruktor prozradí, zda se trefili.

### Příklady indikátorů:

20 návštěvníků tanečního dne  
300,- Kč sesbíraných v tombole  
5 namalovaných obrázků

Následně si týmy zkusí napsat do své myšlenkové mapy indikátory, které naplnily ve svém projektu.

### AKTIVITA VYHODNOCENÍ CÍLŮ

Účastníci dostanou terč a musí ve svém projektovém týmu zvážit, jak daleko od středu v naplňování cílů byli – šel jejich projekt přímo do černého, nebo byl od něj kousek vzdálený? Udělají si tam značku a terč si nalepí do mapy.

Poté vytvoří instruktor pomyslný střed terče uprostřed místnosti a účastníci se rozestaví v týmech kolem něho podle toho, jak daleko od středu si označili tečku. Poté každý tým krátce okomentuje, proč stojí tam, kde stojí.

### AKTIVITA ČASOVÝ PLÁN A ZDROJE

Účastníci si otevřou svůj projektový formulář a prodiskutují následující otázky:

- *Dodrželi jsme časový plán?*
- *Pokud ano, co nám pomáhalo?*
- *Pokud ne, co bychom potřebovali udělat jinak?*
- *Využívali jsme pouze ty zdroje, které jsme si naplánovali? Potřebovali jsme nakonec zdrojů více? Které jsme objevili, že je potřebujeme, až v průběhu realizace?*



Po diskuzi si z novinových výstřižků najdou obrázky, které odrážejí jejich práci s časovým plánem a zdroji (2 odlišné obrázky) a nalepí si je do myšlenkové mapy. Poté výběr obrázků krátce okomentují pro ostatní.

### AKTIVITA AKTIVITY PROJEKTU

V této části si projektové týmy odpovídají na otázku, jak aktivity, které si naplánovali, pomohly naplnit stanovený cíl. Nejprve toto téma krátce diskutují a následně sdílí se skupinou.

### AKTIVITA SOBOLÍ ŠLACHA

Je dobré zařadit do takto hutného bloku nějakou dynamickou aktivitu venku, jako je např. Sobolí šlacha.

Hra je motivovaná tím, že ji hrají severské národy pro zahřátí. Jedná se o tradiční hru, ve které nepoužívají k házení míč, ale sobolí šlachu. Hráči se rozdělí na dvě stejná družstva. Jedno družstvo hodí co nejdál jakýkoliv předmět, který představuje sobolí šlachu (např. svázané lano) a bezprostředně po odhozu se shluknou do chumlu (co nejvíce se na sebe ve skupině namačkají). Jeden člen týmu začne skupinu obíhat, instruktor mu počítá oběhy (obíhající hráči se mohou střídat). Mezitím druhé družstvo běží pro šlachu. Jakmile ji jeden hráč uchopí, snaží se ji tím dopravit k obíhající skupince, a to tím stylem, že si ji podávají v zástupu vždy jednou pod nohama a jednou nad hlavou. Kdo podal šlachu, obíhá řadu a staví se nakonec. Jakmile se šlacha dotkne chumlu, odhazuje ji druhý tým a takto se střídají až do ukončení časového limitu. Vyhrává to družstvo, které má po domluveném limitu větší množství oběhů.

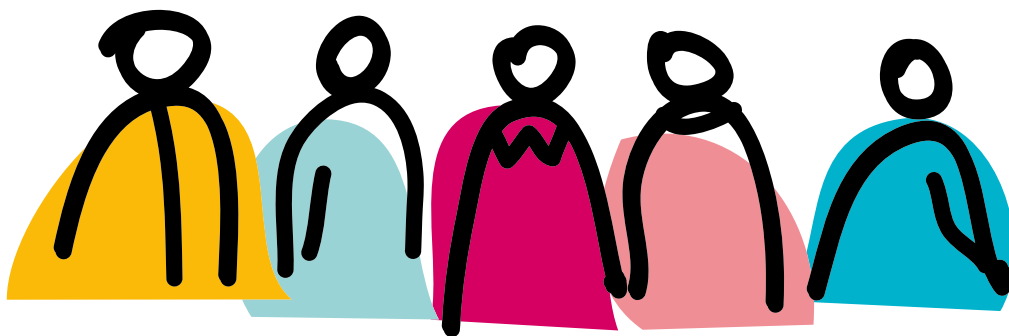
## AKTIVITA TÝMOVÁ SPOLUPRÁCE

V první části bloku jsou připomenuta pravidla zpětné vazby (viz blok Zpětná vazba v prvním víkendu).

Pro tuto chvíli jim lektor nabídne přesnou strukturu:

- Na tom, jak jsi fungoval/a během projektu, oceňuji...
- Když jsi dělal/říkal ... (konkrétně), působilo to na mě/měla jsem z toho pocit...
- Příště by mi pomohlo/udělalo radost/ulehčilo spolupráci, kdyby bylo to a to (konkrétně!) jinak (jak).

Následně týmy dostanou prostor pro zpětnou vazbu. Lektori obcházejí skupinky, když to některé nejde, proces facilitují. Cílem je, aby dal každý každému uvnitř projektového týmu zpětnou vazbu.



Po tomto procesu si týmy nakreslí do své mapy nějaký piktogram, který odráží jejich dosavadní spolupráci. K němu si v týmu formulují tři věci, které by v rámci spolupráce zachovali, protože fungovaly, a tři věci, které by dělali jinak.

V další fázi přichází část sdílení, kdy se probírá, co se v rámci týmové spolupráce během realizace projektu dařilo a co ne a jaké ponaučení z toho pro příště plyne.

## AKTIVITA KOMUNIKACE

Ve zpětné vazbě je již mnohé o komunikaci řečeno, cílem tohoto bloku je dát dohromady komunikační pravidla, aby nezapadla.

Na začátku bloku dostanou účastníci komunikační úkol. Je jim odvyprávěn příběh s morálním dilematem (možné je využít např. Krokodýlí řeka<sup>1</sup>, pro mladší děti pak příběh na podobném

<sup>1</sup> [https://cs.wikipedia.org/wiki/Krokodýlí\\_řeka\\_\(hra\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Krokodýlí_řeka_(hra))

principiu). Následně si mají nejdříve každý sám pro sebe zapsat pořadí postav, podle toho, jak se zachovaly (na prvním místě ten, kdo se zachoval nejlépe, na posledním ten, kdo se zachoval nejhůře). Poté dostanou instrukci, že mají vytvořit jedno pořadí za celou skupinu. Jak se domluví, je na nich. Po skončení hry s nimi instruktor probírá:

- *Co fungovalo, abyste se domluvili?*
- *S jakými obtížemi jste se potýkali?*
- *Narazili jste na obdobné obtíže při komunikaci v týmu? Jak jste je řešili? Co ještě by mohlo pro řešení fungovat?*

Poté má skupina za úkol vytvořit komunikační desatero, které by předala dalším týmům, které by chtěly realizovat podobné projekty.

## ZÁVĚR

Po skončení reflektivní části projde celá skupina „kolečko“, kde každý za sebe řekne jedno slovo reprezentující výsledný pocit, který ze svého projektu má.

### **Alternativní závěr:**

Je možné uzavřít tuto dopolední část i pomocí principů poradního kruhu. Ideálně v jiné než seminární místnosti vytvořit příjemné sezení na zemi v kruhu (ideálně v místě s kobercem), kde se vytvoří klidná atmosféra. Je možné připomenout, co všechno mají již účastníci za sebou formou imaginace jejich dosavadní hrdinské cesty. V jejím závěru lektor upozorní na to, že nejtěžší zkoušku mají za sebou a je důležité si pojmenovat, co je pokladem, který si z této hrdinské cesty odnášejí. Co je to, co se naučili, v čem se na základě této zkušenosti změnili.

Po imaginaci je v kruhu vytvořen prostor pro sdílení těchto zkušeností. S tím, že nejsou dobré nebo špatné odpovědi, každá odpověď je správná.

Takto se dá uzavřít kapitola projekty a pohled zpět, od nynějška se další program zaměřuje do budoucna. Při využívání tohoto závěru je třeba upravit část programu sebereflektivní cesty, aby se otázky neopakovaly. Tento závěr je tedy vhodný např. pro případ, kdy je zřejmé, že počasí nedovolí pěknou procházku se zamyšlením v závěru kurzu.

## Příprava

Najít terén na sobolí šlachu.

### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 3

Sobolí šlacha může být velmi dynamická, je dobré vybírat dobrý terén bez výmolů.

Psychické riziko: 4

Zpětná vazba může být pro účastníky emočně obtížná (obzvláště pokud se podává necitlivě). Instruktoři proto skupinky obcházejí a případně proces facilitují tam, kde to týmům nefunguje.



#### Ciele

Aktivizovať účastníkov, rozprúdiť v nich energiu a navodiť odľahčenú atmosféru po predchádzajúcom bloku.



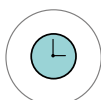
#### Kompetencie, ktoré rozvíjame

–



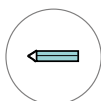
#### Skupina

10 – 20 účastníkov



#### Dĺžka

30 minút



#### Materiál

- 1 balenie farbičiek pre celú skupinu,
- vytlačená mandala, prípadne iný obrázok pre celú skupinu
- papierová krepová páska na označenie dĺžky šnúry na oblečenie
- časovač
- notebook
- dataprojektor
- zadanie úloh pre celú skupinu účastníkov
- zvučka mission impossible počas trvania časomierey (prípadne iná dynamická, burcujúca hudba)
- reproduktor
- kostým agenta pre lektora

#### Stručný popis bloku

Dynamická aktivita pre celú skupinu.

#### Podrobný popis bloku

Úlohou účastníkov je v časovom limite 20 minút splniť zoznam zadaných úloh. Úlohy sú kombináciou individuálnych úloh, úloh pre menšie skupinky ako aj pre celú skupinu. Lektor, ktorý aktivitu zadáva, je po celý čas s účastníkmi, aby mohol sledovať, či boli všetky úlohy



splnené. Čas si účastníci sledujú sami vďaka viditeľnej časomiere. V závere aktivity lektor zrekapituluje, ktoré úlohy sa podarilo splniť a ktoré nie. Účastníkov povzbudí a poďakuje im za aktívne nasadenie.

### **Príklady úloh pre účastníkov:**

- každý účastník obehne 3x areál, jedno polovičné kolo musí obehnúť s niekým na chrbte;
- celá skupina spoločne zaspieva dve strofy piesne (pieseň si môžu vybrať);
- vytvorí šnúru z oblečenia podľa vyznačenej dĺžky (môžu použiť aj oblečenie, ktoré majú na izbe);
- musia zistiť tieto údaje: koľko majú dokopy rokov, koľko majú súrodencov v prepočte na jednu osobu, koľko nôh majú dokopy ich domáce zvieratá, ako sa volá rodič s najdlhším menom (rozhoduje počet písmen krstného mena a priezviska);
- musia spraviť celkovo 200 klikov;
- vytvorí 5 rôznych fotiek na tému „náš spoločný víkend na školení“ (každý z účastníkov musí byť na fotke aspoň raz);
- musia vytvorí ľudskú pyramídu (z vlastných tiel), pričom na zemi môže byť práve 10 nôh (zapojiť sa musí každý);
- musia dať na jednu kopu 20 vecí, ktoré sa začínajú na písmeno P (rovnaký druh vecí sa nemôže opakovať);
- musia vymalovať mandalu, ktorú dostali.

### **Metodické poznámky**

Na vytvorenie dynamickej atmosféry je potrebné pustiť hudbu dostatočne hlasno, aby ju bolo počuť pri plnení väčšiny úloh.

Na posilnenie motivácie a zapojenia účastníkov lektor zadá úlohy ako agent v kostýme (napr. oblek, sako, košeľa).

### **Príprava**

Lektor si pripraví hudbu a viditeľnú časomieru, ktorá bude odpočítavať 20 minút.

Lektor pomocou krepovej papierovej pásky vyznačí dĺžku šnúry, ktorú majú účastníci vytvorí z oblečenia (cca 50 metrov).

### **Bezpečnosť**

Fyzické riziko: 2

V úvode lektor upozorní účastníkov na bezpečnosť pri plnení úloh, špeciálne na nosenie na chrbte, beh a ľudskú pyramídu.

Psychické riziko: 2

Ak účastníci nestihnú splniť úlohy, lektor v závere vyzdvihne ich snahu a zapálenie pre splnenie úloh. Zároveň poukáže na prepojenie s projektom – „Aj pri realizácii projektu sa vám môže stať, že niektoré úlohy nestihnute. Dôležité je však pokračovať ďalej k vášmu cieľu.“



#### Cíle

Cíl, který program pomáhá naplňovat:

**2.1.1.** Účastníci si uvědomí svou roli, možnosti a zodpovědnosti v rámci demokratického uspořádání společnosti.



#### Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence společenská zodpovědnost:

##### Znalost

Účastníci umějí pojmenovat (alespoň 3) výhody demokratického uspořádání společnosti a svoji úlohu v tomto zřízení.

##### Postoj

Účastníci získají důvěru v sebe sama coby člověka schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.



#### Skupina

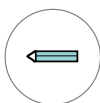
10–20 účastníků



#### Délka

Cca 180 minut na hru: cca 10 minut úvod, 2-3 herní roky v totalitním režimu (roční období 10 minut, celý rok 40 minut plus bezčasí 5–10 minut), cca 3 roční období v demokracii.

Reflexe po hře cca 75 minut



#### Materiál

- kostýmy pro lektory – na Osud, Superúředníka (v barvách strany), Straníka (v barvách strany) a Disidenta
- jmenovky na vkládání papírů pro každého účastníka s bílým papírem na začátku
- tužka pro každého účastníka do bezčasí
- seznam účastníků s kolonkou na připsání herního jména – výtisk pro každého lektora
- otáčecí kolo s vyznačením ročních období
- cedule s názvy volnočasových stanovišť
- vytištěná role pro každého účastníka
- vytištěné zásahy osudu
- vytištěné finanční karty pro každého účastníka
- vytištěné Knihy osudu pro každého účastníka (preložená A4 s nápísem Kniha osudu)
- vytištěná pravidla práce po převratu

- vytištěná pravidla získání bytu
- 40x prázdné papíry na stanoviště úředníka
- razítka (alternativně fixy v 5 různých barvách) na stanoviště bytových úřadů
- vytištěné zprávy, které čte úředník na začátku práce
- lepicí páska pro Disidenta
- mapy pro Disidenta
- prázdné velké i malé papíry pro Disidenta na výrobu letáků
- barevné fixy pro Disidenta na výrobu letáků
- zahraniční knihy pro Disidenta
- vytištěné stranické letáky
- vytištěné nabídky dovolených po převratu
- 60 volebních lístků
- legitimace pro každého účastníka
- stranické jmenovky na fialový papír pro každého účastníka
- seznam majetku ke koupi po převratu
- vytištěný nápis Hranice
- počítač s totalitními hity a reprobedna na diskotéku
- počítač se starými filmy a reprobedna do kina
- vlasové doplňky a laky na nehty do salónu krásy
- nudné knihy do knihovny do totality a zajímavé po převratu
- nářadí na práci pro straníka
- seznam možností investic po převratu

### Stručný popis bloku

Hra, ve které si účastníci zažijí nejprve život v totalitním režimu a následně přerod do demokracie. Cílem je dovést je k přemýšlení nad výhodami demokracie a jejich roli v její ochraně a spoluvytváření.

### Podrobný popis bloku

#### PŘED HROU

Během dopoledne se na středisku (v jídelně, školících prostorách, chodbách, toaletách apod.) objevují nápisy odkazující ke svobodě a rozhodování. Příklady nápisů: *Máš to ve svých rukou? Zjistíš brzy. Jsou věci takové, jaké se zdají být? Zjistíš brzy.*

#### Lektorské obsazení:

STRANÍK – připravuje a zajišťuje bezobslužná i obsluhovaná stanoviště ve volném čase pracovníků.

DISIDENT – organizuje si disent, zve na tajná setkání směřující k revoluci.

SUPERÚŘEDNÍK – vítá účastníky v realitě, vysvětluje jim práci a bydlení, před prací čte noviny, dělá stranickou agitaci, organizuje práci, po práci se změní na úředníka a řeší bydlení.

OSUD – řídí hru, hlídá čas, mění roční období, sbírá informace od Straníka, Disidenta a Superúředníka, rozdává zásahy osudu.

Je-li k dispozici lektor navíc, hlídá ticho během bezčasí, pozoruje skupinu a v případě potřeby poskytuje krizovou intervenci.

## ÚVOD

V úvodu se setkájí hráči s Osudem, který jim vážným hlasem sdělí:

*„Každý dostáváme od osudu nějak namíchané karty a teď si vyzkoušíte, jak by to vypadalo, kdybyste je dostali namíchané jinak. Za chvíli si každý ode mě vylosujete svoji novou totožnost, kterou si teď vyzkoušíte. Následně vás pošlu na svět, kde je vše trochu jinak než, jak znáte. Rok trvá 40 minut – každé roční období 10 minut. Budete žít běžný život – jen místo školy už budete chodit do práce, ale ve volném čase je na vás, jak ho strávíte. Žijte svůj náhradní život tak, abyste byli šťastní, to je to, o co každý usiluje. Když se budete rozhodovat, přemýšlejte, jak by se rozhodl někdo s osudem, který jste si vypůjčili. Cokoliv se vám v životě stane, musí se objevit ve vaší knize osudu. Na záznam máte pauzu po skončení roku, kdy se na 5 minut zastaví čas. V tomto bezčase s nikým nemluvejte. Máte nějaké otázky?“*

Následně proběhne losování rolí a k tomu dostanou hráči jmenovku postavy na bílém papíře.

Popis role vypadá následovně:

*„Vítej mezi pracujícím lidem. Společnosti budeš pomáhat svou prací v konzervárnách jako vedoucí směny. Tvoji rodiče udělali dobře, že vstoupili do strany. Je vidět, že jim na budoucnosti naší země opravdu záleží.“*

*„Vítej mezi pracujícím lidem. Společnosti budeš pomáhat jako kuchař/ka v místní jídelně. Tvoje matka se občas stýká s nevhodnými lidmi, a to ti brání postoupit v práci výš.“*

Každý má roli jinou, z hlediska dynamiky hry se nám osvědčilo mít cca 2/3 postav, jejichž rodinní příslušníci inklinují ke straně a 1/3, jejichž nikoliv.

Následně dává osud poslední instrukce:

*„Pokud budete mít během prožívání svého vypůjčeného života nějaký dotaz nebo problém s pojetím postavy nebo tím, jak v novém životě fungovat, obraťte se na mne, a vyřešíme to. Můžete vyrazit na svět, začínáte na úřadě, kde se dozvíte, jak to chodí s prací a co můžete dělat ve volném čase.“*

Všichni účastníci vyjdou ven, kde se jich nejprve ujímá Superúředník a následně Straník. Během tohoto vysvětlování již běží herní čas (tedy první roční období).

### Úvod do prvního roku – Superúředník

Celá skupina se sejde na úřadě, kde je vítá sympatický úředník a představuje jim jejich zářnou budoucnost (velký akcent na službu lidu). Pak je seznámí s tím, jak to chodí s prací, protože čerstvě vstupují do pracovního procesu.

Jak kvalitně vykonávat svou práci:

*„Jak je u nás zvykem, práci dostane každý. Na začátku každého ročního období si musíte odpracovat 1 minutu, a pak máte volno, které byste měli kvalitně využít. Jakmile zazní zvukový signál, seběhnete se do práce (ukáže kam), váš vedoucí vám pak vysvětlí, co je třeba dělat.“*

Bydlení:

*„Na začátku vašeho pracovního procesu je pro vás všechny k dispozici ubytovna. Chcete-li bydlet lépe, není nic snažšího, než zajít na úřad a požádat (ukázat, kde je úřad). Pravidla pro získání lepšího bytu jsou tam vyvěšena. Na získání bytu je třeba obejít 4 stanoviště s nápisem úřad a na každém si dát razítko na formulář, který obdržíte na úřadě.“*

### **Úvod do prvního roku – Straník:**

Seznamuje hráče s bezobslužnými stanovišti, tedy bez instruktora, které reprezentují běžný život – hospoda, herní klub, kadeřnictví, kino, knihovna apod. Tato stanoviště mohou hráči navštěvovat po skončení práce a za jejich absolvování si z finanční karty samostatně odečtou poplatek, který je na stanovišti viditelně napsán. Kromě toho Straník láká účastníky do strany.

Pak pískne Superúředník začátek pracovní doby a rozbíhá se hra.

### **AKTIVITA**

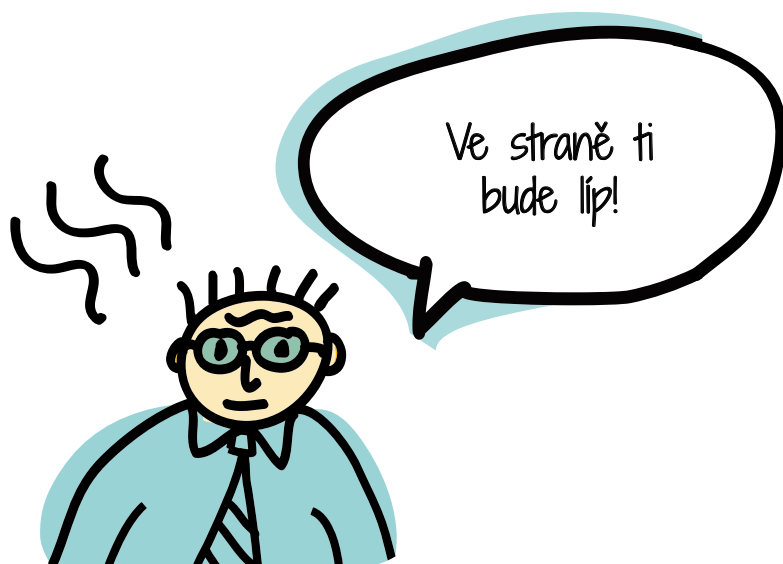
Roční období volně přecházejí jedno v druhé (každé má cca 10 minut, tak, aby hráči něco stihli prožít). Po skončení roku je cca 5 minut bezčasí, kdy jsou hráči odvedeni do místnosti, kde dostanou instrukci dolepit si události do své Knihy osudu a přemýšlet nad tím, jestli žijí svůj život tak, aby byli šťastní. Lektori mají zatím poradu, předávají si informace, kdo dostal jaký zásah osudu, kdo v práci plní normy, kdo je ve straně, kdo v disentu apod.

Na začátku každého ročního období jsou cca 2 minuty v práci. Minutu pracují (běhají z bodu A do bodu B), cca minutu trvá Superúředníkův plamenný projev o budování společnosti. Na



závěr Superúředník přidělí pracovníkům platy, které si zapisují do finanční karty. Straníci dostávají různé bonusy, lidem inklinujícím k disentu je naopak plat krácen. Přibližně 8 minut mají pak na trávení volného času a shánění lepšího bydlení. Přidělení bytu má ovšem háček, je pouze pro straníky. Kdo není ve straně, tomu je jen neurčitě přislíbeno místo v pořadníku.

V práci musejí hráči plnit měnící se normy, tj. předepsaný počet běhů během jedné minuty. Jejich zvýšení je vždy politicky vysvětleno např. tak, že „ukážeme rozvracečům společnosti, co dokáží uvědomějí pracující“. Kdo normy neplní, je veřejně kárán (pokud je ve straně, tak se to taktně přehlíží). Vedoucí (pozn. hraje ho Superúředník) si ho zapisuje do seznamu a s pomocí osudu za to může dostat nějaký trest. Straníci mohou dostávat finanční bonusy, extra volno apod. I v práci probíhá stranická agitace – čtou se novinové články odrážející dění ve hře, např. o prosperitě naší země a potlačení podvrtných živlů.



Ve volném čase Straníci lákají hráče na stranická setkání a stranické akce a snaží se je přesvědčit ke vstupu do strany. Kromě organizovaných akcí (např. čtení poezie, manuální práce, trénink na spartakiádu, stranické schůze) běží i bezobslužná stanoviště reprezentující běžný život.

Každý podzim se konají volby. Hráči obdrží lístky s názvem vládnoucí strany (Pospolitost), a tu mají zaškrtnout a lístek hodit do urny. Bez ohledu na to, kolik lidí hlasovalo a jak, se následně vyhlásí, že strana vyhrála s výsledkem 99,9% hlasů.

Během hry mezi hráči volně chodí Osud a přiděluje jim na míru zásahy osudu (lísteček, na kterém je napsáno, co se danému člověku stalo).

Příklady pozitivních zásahů (zejména pro straníky):

- Jako poděkování za příkladnou činnost ve straně tě strana posílá na rekreaci.
- V tomto ročním období si můžeš sednout zdarma do hospody a nic nedělat.
- Do práce nechod', ale zapiš si příjem, jako kdybys tam byl/a.)

Příklady negativních zásahů (pro ty, kteří inklinují k disentu):

- Strana tě podezřívá, že s ní nezastáváš stejné hodnoty, a nechala tě v příštím ročním období sledovat.

Pomocí těchto zásahů Osud moduluje celou hru. Je-li hodně straníků, osud je skrze své zásahy umí nasměrovat k disentu nebo naopak motivovat nerozhodnuté ke vstupu do strany. Je třeba mít zásahy osudu pestré (např. vyhození ze strany za to, že rodinný příslušník emigroval, u represí různé formy od toho, že jim strana nevěří, přes odposlouchávání, sledování, přeřazení na jinou pozici v práci, až po vězení, různé formy i u pozitivních zásahů) a to i za činy, které udělali rodinní příslušníci (ať pozitivní, že jsou ve straně, nebo negativní).

Příklad modulace hry pomocí zásahů:

V disentu je jen pár osob, je třeba ho posílit. Osud si vybere jednoho hráče s potenciálem ovlivňovat ostatní. Tomu dá nejdřív informaci, že mu strana nedůvěřuje, protože jeho sestra poslouchá nelegální rozhlas. Pokud ho to nenaláká do náruče disentu, pak dostane zásah osudu, že mu v souvislosti s aktivitami jeho rodiny strana odposlouchává telefon. Pokud ani to nezabere, bude v další fázi pomocí zásahu osudu ze strany vyloučen, neboť jeho sestra emigrovala. Tím je zaručen zajímavý vývoj jednoho osudu a vytvoření silného disidenta schopného vést odboj.

Když jsou hráči zorientovaní v tom, co se kdy děje a nestraníci dostanou první náraz na realitu ve formě nepřidělení bytu (cca ve druhém ročním období), vstupuje do hry postava Disidenta. Nabízí jim tajné setkání, kde probírají, jestli jsou spokojeni s tím, co se děje ve společnosti, a postupně jim nabízí možnosti, jak proti režimu vystupovat (např. sundávat letáčky strany, nenápadně vyvěšovat letáčky vlastní), a pomalu je směřuje k revoluci. Na to by si ale měli přijít sami, on jim pouze poskytuje prostor a materiál k tvoření. Když už se schyluje k revoluci, je Disident pomocí zásahu osudu zavřen do vězení, aby konečný impuls k vypuknutí revoluce nemohl přijít od něho. Forma revoluce je zcela na účastnících, měla by jich být ideálně víc než polovina a musejí hlasitě vystoupit proti straně. Když lektoři uznají, že revoluce proběhla (pozn. někdy udělají např. tři lidé takový pokus, který ač hlasitý, při jejich počtu za revoluci považovat nelze, a proto jsou za to potrestáni), vstupuje na scénu Osud a předává Straníkoví a Superúředníkovi lísteček (stejný jako zásahy osudu, které rozdává hráčům), ze kterého hlasitě přečtou, že byli odvoláni.

Pokud by revoluci neudělala skupina sama, pak jí po třech letech oznámí úředník skrz zprávy. Poté, co proběhne revoluce, jsou hráči odvedeni do bezčasu a instruktoři zatím změní scénu na 90. léta.

Na place hraje zahraniční hudba, najednou nejsou striktně daná pravidla, je možné si vydělat hodně peněz (nebo také žádné), skupovat majetek, investovat do fondů a kandidovat do politiky. Po cca půl roce v demokracii hra vrcholí meetingem nových demokratických stran (které založili hráči, k čemuž je motivuje hlavní disident) a prvními svobodnými volbami.

Poznámka k financím:

Hra je postavena jako bezhotovostní, všechny peněžní transakce si hráči sami zaznamenávají do karty financí, kde si po každé práci přičítají plat a na bezobslužných stanovištích odečítají poplatek.

## REFLEXE

Bezprostředně po hře lektori u hráčů zjišťují, jak byla jejich postava v životě šťastná (ukazují to na prstech ruky 1–10).

Následná reflexe má 2 části.

### 1. část reflexe

Rituální vystoupení z rolí (i instruktoři) zahozením předmětů symbolizujících roli (jmenovek) do kruhu.

Tajným teploměrem (se zavřenýma očima) se zjišťuje, jak se účastníci po hře cítí.

Účastníci kreslí piktogram, který vyjadřuje jejich životní cestu ve vypůjčeném osudu, a pak ho postupně každý krátce okomentuje. Při shrnutí je třeba zdůraznit, že každá postava měla jiné podmínky, na jejichž základě se rozhodovala, a proto se nedá jednání postav v této hře dělit na dobré a špatné. Hra je nastavená tak, aby tam vznikly dva tábory (straníci a disidenti), které podporují dynamiku hry a vytvářejí živnou půdu pro následnou diskuzi. Proto byly postavy prostřednictvím zásahů osudu k jedné nebo druhé straně manipulovány.

V závěru první části reflexe si každý s každým podá ruku na znamení, že příkopy jsou zasypány (jako na fotbale – dvě řady si podávaly ruce navzájem a potom ještě každá řada mezi sebou), a poděkují si za hru.

### 2. část reflexe

I druhá část reflexe má několik fází:

- Vytvoření časové osy – skupina shrnuje, co se ve hře ve společnosti dělo a lektor zakresluje události na časovou osu.
- Sdílení, jak postavy ve hře prožívaly převrat.
- Hledání paralel s rokem 1989 – co bylo na totalitě ve hře stejné a co jiné než ve skutečnosti, co se dělo v lidech v době převratu, komu vyhovovala doba po převratu a komu ne.
- Zviditelnění toho, že věci jsou málokdy černé či bílé – vytvoření skupinek a vymyšlení pozitiv a negativ totalitního režimu a pozitiv a negativ demokracie.
- Společná diskuze nad výhodami a nevýhodami obou režimů (začíná se výhodami totality, končí se nedostatkem demokracie).
  - Zásadní otázka – kdo jsou ti, kdo udržují totalitní režimy? A kdo jsou ti, kdo udržují fungující demokracii? (cílem je nasměřovat skupinu k tomu, že to jsou občané, tedy i oni).
  - Co mohou mladí lidé udělat pro to, aby demokracie dobře fungovala? Každý za sebe si píše nápady na malé samolepky a ty pak lepí na mapu ČR a SR a krátce okomentují.



- V závěru položí lektor otázku – A jak ty přispěješ k tomu, aby demokracie dobře fungovala? Volné psaní (vysvětlit tuto techniku) s myšlenkou, že zlu k vítězství stačí, aby dobří lidé nedělali nic.

### Metodické poznámky

Pokud si chtějí lektori připomenout atmosféru doby, kterou hra simuluje, a inspirovat se, jak srozumitelně předávat tyto informace mladým lidem, doporučujeme knihu *Stručné dejiny Slovenska pre mladých čitateľov*.

### Příprava

Připravit stanoviště.

### Bezpečnost

Fyzické riziko: 2

Psychické riziko: 5

Ve hře je zapotřebí neustále myslet na psychickou bezpečnost. Co může hru pomoci udržovat psychicky co nejbezpečnější:

- Na začátku je třeba hodně zdůraznit, že budou žít vypůjčený život (že to nejsou oni).
- Ke vstupu do rolí použít nějaký rituál, bránu, aby se z nich dalo zase touto „branou“ vystoupit.
- Osud zdůrazní, co může dělat ten, kdo už nechce ve svém vypůjčeném životě z nějakého závažnějšího důvodu být, např. přijít se poradit s Osudem o vystoupení ze hry, pokud není jiný lektor zcela mimo hru jako krizový intervent.
- Negativní situace vyvolává Osud – neodehrávají se tedy v interakci (nikdo není v práci ani jinde ostouzen, psychicky deptán, vysmíván).
- Zásahy osudu jsou přidělovány na míru. Pokud někdo vypadá hrou hodně zasažen, může Osud modulovat, co se mu stane tak, aby to pro něj nebylo náročnější, než zvládne.
- Osud sleduje, jak se kdo chová. Při podezření, že to někdo psychicky nezvládá, zakročí.
- Na závěr všichni vystoupí z rolí a instruktoři v reflexi berou angažované chování některých účastníků ve straně na sebe (respektive to svedou na hru, která je tak nastavená). Není cílem konfrontovat jednotlivce s jeho chováním, ale přivést skupinu k zamýšlení nad výhodami demokracie.



#### Ciele

Poskytnúť priestor na príjemné trávenie času po náročnom dni, po psychicky náročnej aktivite.



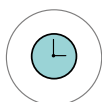
#### Kompetencie, ktoré rozvíjame

–



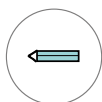
#### Skupina

10 – 20 účastníkov



#### Dĺžka

30-60 minút



#### Materiál

- nápoje (čaj, horúca čokoláda/kakao/mlieko)
- drobné občerstvenie
- materiál na dotvorenie príjemnej atmosféry (sviečky, malé svetielka, príjemná hudba, deky, vankúše)
- rýchlovarná kanvica/termoska s horúcou vodou
- prehrávač hudby s reproduktorom

### Stručný popis bloku

Neštrukturovaná skupinová aktivita zameraná na relax, uvoľnenie a vystúpenie z roly po aktivite Režim.

### Podrobný popis bloku

Po skončení reflexie a diskusie po predchádzajúcej aktivite vojdú účastníci do miestnosti. Lektor ich pustí dnu, až keď sú pred dverami všetci. V miestnosti sú zapálené sviečky, zapnuté malé svetielka, na zemi sú deky, vankúše, hrá príjemná hudba.

Lektor účastníkov privíta, ponúkne im občerstvenie a pozve ich, aby využili tento čas a priestor na oddych či rozhovory s ostatnými účastníkmi. Lektor stanoví čas, dokedy sa v priestoroch čajovne môžu zdržať a je len na účastníkoch, ako tento čas využijú.

### Metodické poznámky

Myšlienka prepojenia na hrdinu – aj hrdina si potrebuje oddýchnuť a načerpať novú silu, aby mohol byť naďalej hrdinom.

Lektor strávi s účastníkmi 20-30 minút, aby sledoval správanie skupiny. V prípade, že je niekto z kolektívu vylúčený kvôli jeho role počas aktivity Režim, lektor sa ešte vráti k predchádzajúcej časti programu. Skupine/účastníkovi vysvetlí, že počas aktivity Režim sme vystupovali v iných rolách, z ktorých sme však už vystúpili a teraz sme opäť sami sebou.

### Príprava

Na mieste je potrebné rozložiť deky, vankúše, dekoračný materiál ako i občerstvenie a zapojiť techniku. Príprava je časovo náročná a správny „wau efekt“ to má vtedy, keď je miestnosť pri vstupe účastníkov krásne pripravená a vyzdobená.

### Bezpečnosť

Fyzické riziko: 1

Lektor upozorní účastníkov na zapálené sviečky. Požiada ich, aby v ich blízkosti dávali väčší pozor a držali od sviečok potrebný odstup.

Psychické riziko: 3

Samotná aktivita psychické riziko nepredstavuje. Počas nej však môže doznievať aktivita Režim v podobe skupinkovania/nerozprávania sa s „donášačmi a straníkmi“.





## Cíle

Cíle, které program pomáhá naplňovat:

1. Účastníci si zvýší důvěru v sebe sama coby aktivního hybatele schopného ovlivňovat dění ve své komunitě.
4. Účastníci umějí po realizaci projektu zreflektovat úroveň svých kompetencí (společenská odpovědnost, projektové myšlení, týmová spolupráce, efektivní komunikace, sebemotivace) a umějí určit kompetence, které by bylo užitečné pro jejich další aktivity ještě rozvinout.



## Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence zapojení do aktivit komunity a osobnostního rozvoje:

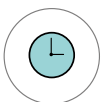
### Znalost

Účastníci umějí po realizaci projektu zreflektovat úroveň svých kompetencí (společenská odpovědnost, projektové myšlení, týmová spolupráce, efektivní komunikace, sebemotivace) a umějí určit kompetence, které by bylo užitečné ještě rozvinout vzhledem k jejich dalším aktivitám.



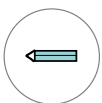
## Skupina

10–20 účastníků



## Délka

60 minut



## Materiál

- papíry s otázkami (vhodné je otázky napsat ručně a ozdobně, ať mají účastníci změnu)
- provázky na pověšení otázek
- fáborky (nastříhané kousky krepáku)
- desky jako podložka pro psaní pro každého účastníka
- papír na poznámky pro každého účastníka (je-li pěkně ozdoben, aby měl své kouzlo, je to jedině dobře)
- tužku pro každého účastníka

## Stručný popis bloku

Individuální reflexe hrdinské cesty účastníka, ve které si zvědomí kroky své dosavadní cesty, skrze procházku lesem, během které potkává otázky odkazující na různé fáze cesty hrdiny.

## Podrobný popis bloku

Aktivita má formu individuální procházky lesem, během které účastníci postupně nacházejí otázky a do deníku či na papír si píšou odpovědi na ně. Cesta terénem je vedena ideálně v kruhu, aby končila zase blízko střediska.

Formulace i pořadí otázek kopíruje Cestu hrdiny:

- Obyčejný svět: *Co tě přimělo vydat se na tuto cestu?*
- Volání po dobrodružství: *Co byla tvá největší motivace během projektu? Co tě hnalo kupředu?*
- Setkání s rádcem: *Kdo ti byl na tvé cestě pomocníkem? Kdo tě nejvíc podpořil?*
- Překročení prahu: *Jak ses cítil/a, když jsi odjížděl/a z minulého víkendu s naplánovaným projektem? Věřil/a jsi, že projekt dotáhnete do konce?*
- Zkoušky, těžkosti, spojenci: *Co tě na celém projektu bavilo nejvíc?*
- Nejtěžší zkouška: *Co bylo v přípravě projektu na cestě nejtěžší? Jak jsi to zvládl/a?*
- Odměna: *Jak ses cítil/a, když jsi projekt dokázal/a realizovat?*
- Návrat s elixírem: *Co ses o sobě na cestě dozvěděl/a? Co nového ses na cestě naučil/a?*

Po návratu na středisko je vhodné každému dopřát několik minut na zachycení myšlenek či podnětů z cesty.

## Metodické poznámky

Část skupiny může během začátku tohoto bloku balit věci, aby se vytvořily rozestupy.

## Příprava

Předepsat papíry s otázkami, zabalit do folie, vyznačit cestu fáborky.

## Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Lektor zajistí, že trasa v lese je čitelná a nelze se na ní ztratit.

Psychické riziko: 2

Je vhodné sledovat účastníky po návratu z cesty – pokud by někdo vypadal rozrušeně, poskytnout mu individuální péči.



#### Cíle

Cíle, který program pomáhá naplňovat:

5. Účastníci znají možnosti svého dalšího zapojení do života v komunitě.
6. Účastníci jsou motivováni se zapojit do aktivit ve svém okolí.



#### Kompetence, které rozvíjíme

Blok přispívá k získání kompetence společenská angažovanost:

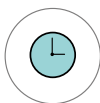
#### Postoj

Účastníci vidí smysl ve své další angažovanosti ve vlastním okolí.



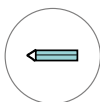
#### Skupina

10–20 účastníků



#### Délka

60 minut



#### Materiál

- hrdinský plášť – červená látka či deka s velkým ozdobným špendlíkem na zapnutí
- trůn – vyvýšené křeslo potažené látkami
- královská koruna

### Stručný popis bloku

Sdílecí aktivita, která uzavírá celé školení.

### Podrobný popis bloku

Tento blok přímo navazuje na závěr bloku reflexe získaných dovedností, ve kterém si účastníci definují, jak budou společnosti nadále prospěšní. Svůj konkrétní závazek si zapíší formou proslovu krále ke svému lidu. Na přípravu mají cca 20 minut.

Po přípravě probíhá samotná králova řeč, ve které postupně předstupují coby králové a královny před lid svého království a z trůnu veřejně přednesou závazek, který si pojmenovali na individuální reflexi. Je důležité představit, co má král v plánu, jak bude svých předností konkrétně využívat pro dobro společnosti. Pořadí je vhodné nechat na účastnících, aby každý

měl možnost jít přednést proslov až tehdy, kdy je opravdu připravený. Pokud nějaký účastník předstoupit nechce, není dobré ho nutit, ale a priori je aktivita předkládána jako „pro každého“. Aktivita má slavnostní atmosféru, respektující a přející.

### **Metodické poznámky**

Atmosféru pomáhá vytvářet prostředí – je-li to možné, je skvělé, aby účastník, který sdílí s ostatními stál někde na vyvýšeném místě a dostal k tomu coby odznak hrdinství nějakou rekvizitu (např. hrdinský plášť, korunu).

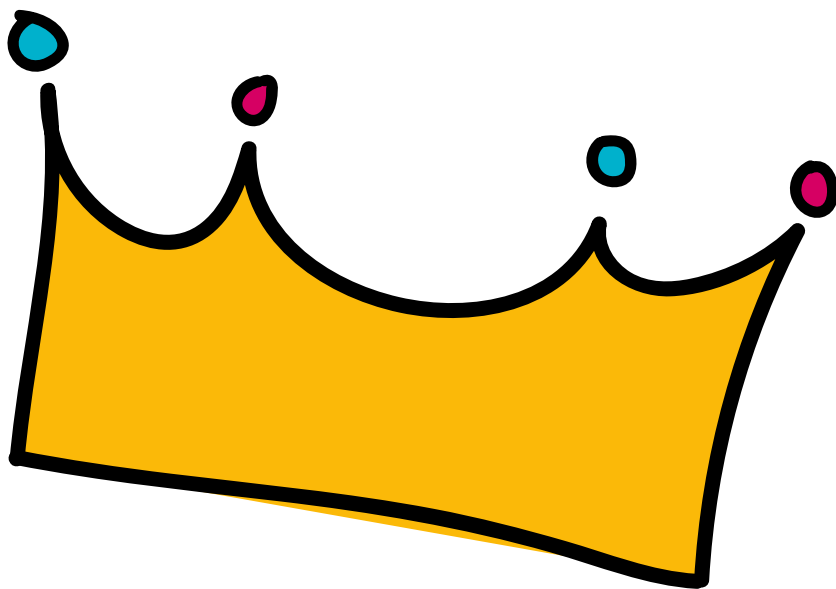
### **Příprava**

Příprava hrdinského pláště, trůnu a koruny.

### **Bezpečnost**

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2





#### Cíle

Uzavřít školení.



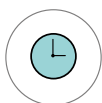
#### Kompetence, které rozvíjíme

–



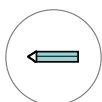
#### Skupina

10–20 účastníků



#### Délka

45 minut



#### Materiál

- vytištěné zpětnovazební dotazníky (nebo připravená online verze)
- tužka pro každého účastníka

### Stručný popis bloku

Shrnutí kurzu, tvorba motivačního videa pro další účastníky a závěrečná administrativa.

### Podrobný popis bloku

Závěr má několik částí:

#### AKTIVITA TVORBA VIDEO DALŠÍM GENERACÍM (cca 30 minut)

Na začátku jsou účastníci požádáni, aby natočili krátké video (na svůj telefon) jako vzkaz pro další účastníky projektu nebo mladé lidi jejich generace, kteří uvažují, že by něco podobného chtěli také dělat, ale nemají na to zatím odvahu. Díky tomu si mohou uvědomit, co všechno dokázali, a ještě více se tím podpoří pocit, že mají ostatním co dát.

**Zadání k videu:** Natočte video na jeden záběr. Video nemůže být delší než 1 minutu a všichni se musíte do jeho realizace nějak zapojit.



### ZÁVĚR (cca 15 minut)

Vzhledem k tomu, že je během dne rekapitulujících aktivit vícero a předchozí aktivita je sama o sobě emotivní tečkou, může být závěr civilní – každý řekne, s čím odjíždí, každý z instruktorů i pedagogický doprovod je povzbuďí a poděkuje jim.

### VYPLNĚNÍ ZPĚTNOVAZEBNÍCH DOTAZNÍKŮ (cca 5 minut)

Je možné je vyplnit online během oběda.

### Bezpečnost

Fyzické riziko: 1

Psychické riziko: 2





## Poděkování

Rádi bychom poděkovali všem, kteří přispěli svým dílem k tomu, aby tato příručka mohla vzniknout:

**Lektorům** všech kurzů, kteří při realizaci vytvořili mnohé inovace a svými zkušenostmi, a zápalem pro věc tak pomáhali tvořit finální podobu programů, které jste měli možnost číst.

**Logistům**, kteří zajišťovali hladký průběh kurzu komunikací se střediskem, a bez jejichž úsilí bychom nedosáhli takových výsledků.

**Pracovníkům s mládeží**, kteří se účastnili kurzu Štartér. Za to, že jste s otevřenou myslí a nadšením převzali tuto metodiku, s neuvěřitelnou pílí a nasazením studovali všechny programy a následně je při realizaci kurzu předávali dalším mladým lidem. Vaše připomínky k programům nás obohatili a vidět vás pak školit byla radost. Jsme rádi, že jsme mohli být průvodci na této cestě zrovna vám.

Všem **mladým lidem**, kteří se účastnili našich kurzů. Nedá se slovy popsat, co jsme prožívali, když jsme viděli probouzet váš potenciál. Když jste odcházeli z kurzu ne jako děti ze základní nebo střední školy, ale jako mladí lidé vědomí si toho, co všechno umějí a co mohou ve svém okolí ovlivňovat a motivovaní pokračovat v této práci. Děkujeme za čas, který jsme s vámi mohli strávit a za hrdinské skutky, které jste pro své okolí vykonali a které ještě vykonáte.

**Zástupcům měst a obcí v Trenčianském a Zlínském kraji** za to, že podporují práci s mládeží a že podpořili svou záštitou i konkrétní pomocí naše mladé hrdiny, když se na ně obrátili.

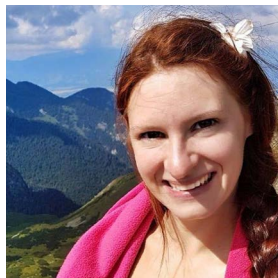
**Všem dalším**, kteří podpořili tuto myšlenku a umožnili mladým lidem účastnit se tohoto vzdělávání, zejména rodiče a školy, které uvolnily žáky v čase vyučování.

Naš velký dík patří také mnoha očím, které text po jeho napsání četly a přispěly tak velkým dílem k jeho jazykové splavnosti i správnosti. Naším milým **recenzentům i korektorkám**. A v neposlední řadě také naší **grafičce**, která svou snahou o dobrý výsledek dalece přesáhla rámec své profese a přispěla mnohými cennými radami i k jeho obsahu.

A vám, **čtenářům této příručky**, za to, že hledáte inspiraci a že pomáháte mladým růst. Přejeme mnoho úspěchů ve vaší další práci.



## Autorky a autor



### **Ludmila Houdková, Prázdninová škola Lipnice**

Miluje metodu zážitkové pedagogiky, které zasvětila svou disertační práci, od roku 2014 zkoumá její možnosti a limity v otevřeném a inspirativním prostředí Prázdninové školy Lipnice a používá ji i v rámci firemního vzdělávání. Věří, že mladí lidé mají obrovský potenciál ovlivňovat svět kolem sebe, baví ji být jim na části jejich cesty průvodkyní a ukazovat tyto možnosti i dalším lidem (učitelům a pracovníkům s mládeží). Má představu, že jak někdo okusí plody zážitkové pedagogiky a partnerského přístupu k rozvoji mládeže, už nemůže jinak.



### **Alena Tomanová, YouthWatch**

Neformálnemu vzdelávaniu v oblasti práce s mládežou sa venuje od roku 2008. Pracovala v slovenskej Národnej agentúre pre program Mládež v akcii/ Erasmus+, kde mala na starosti medzinárodnú školiacu stratégiu. Rada vytvára a realizuje rôzne projekty a aktivity zamerané na rozvoj mladých ľudí a tých, čo s nimi pracujú. Okrem neformálneho vzdelávania sa nadchla aj pre zážitkové vzdelávanie. Baví ju tiež školiť, mentorovať, vymýšľať a skúšať stále niečo nové.



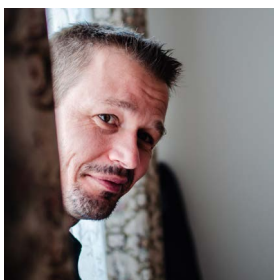
### **Lucia Szórád, YouthWatch**

Z účastníčky školenia KomPrax sa postupne stala pracovníčka s mládežou neformálneho vzdelávania a zážitkovej pedagogiky. Sama sa najlepšie učí skúšaním nových vecí, „hodením do vody“ a diskutovaním. Tento prístup rada uplatňuje aj na školeniach pre mládež, ale i pre pracovníkov s mládežou. Skúsenosti zo sektoru neformálneho vzdelávania prináša do medzinárodnej spoločnosti, kde sa venuje vzdelávaniu facilitátorov a vytváraniu soft-skillových kurzov pre finančných analytikov.



### **Michaela Vyležíková, Prázdninová škola Lipnice**

Od roku 2012 je hrdou členkou Prázdninové školy Lipnice, ve které se postupně angažovala v přípravě několika zážitkových kurzů. Tam si také oblíbila využití hry pro učení dospělých, učitelů, žáků i pracovníků s mládeží. Tyto zkušenosti nějakou dobu využívala i pro občanské vzdělávání ve školách, rozvoj občanských kompetencí žáků a metodických dovedností pedagogů. Ráda tráví čas v jesenických horách a v ženských kruzích, které sama organizuje.



### **Tomáš Pešek, YouthWatch**

Už takmer dve desaťročia sa venuje rozvoju potenciálu mladých ľudí a tých, čo s nimi pracujú. Rád veci vymýšľa, skúša ich priamo s mladými ľuďmi, a to, čo funguje, posúva ďalej. Rozumie si so zážitkovým vzdelávaním, neformálnym vzdelávaním, profesionálne sa venuje koučingu a v poslednej dobe aj rozvoju učiteľov. Zaujíma ho, čím žije mladá generácia, ale aj aké sú nové a inovatívne prístupy v rozvoji mladých.



# Organizácie zapojené v projekte



## **YouthWatch, Bratislava, Slovensko**

YouthWatch je slovenské občianske združenie nezávislých odborníkov na prácu s mládežou a mládežnícku politiku. Poslaním združenia je prispievať k zvyšovaniu kvality práce s mládežou a mládežníckej politiky sledovaním trendov, prinášaním inovácií a rozvojom mladých ľudí a tých, ktorí s nimi pracujú. Hlavné oblasti, ktorým sa združenie venuje, sú mládežnícka politika, kvalita práce s mládežou a neformálne vzdelávanie v práci s mládežou, podpora iniciatívnosti a aktívneho občianstva mládeže, trendy a potreby mládeže.

Hoci bola organizácia založená v roku 2015, jednotliví jej členovia naberali skúsenosti už od konca 90. rokov. Odborné znalosti členov YouthWatch zapojených do prezentovaného projektu súvisia s ich dlhodobým zapojením do metodologickej podpory, do koncepcných a strategických aktivít spojených s transformáciou a rozvojom sektora práce s mládežou či výskumom mládeže.

Viac informácií na [www.youthwatch.sk](http://www.youthwatch.sk)

V projekte je YouthWatch okrem iného garantom pre oblasť neformálneho vzdelávania a prináša tak do metodiky sledovanie stanovených vzdelávacích cieľov, rôznorodosť metód a prízvuk na všetky štýly učenia sa.



Prázdninová škola  
LIPNICE



OUTWARD BOUND  
CZECH REPUBLIC

## **Prázdninová škola Lipnice, Praha, Česká republika**

Posláním Prázdninové školy Lipnice je náročnými výzvami motivovať a mobilizovať v človeku odvahu a tvořivosť, ktoré jsou nezbytné pro aktivní nabývání zkušeností. Podporuje takovou zkušenost, která vede k pozitivní změně, nárůstu sebevědomí a odpovědnému přístupu k vlastnímu životu, druhým lidem a světu.

Patří do mezinárodní komunity vzdělávacích organizací Outward Bound, které se zaměřují na zážitkové učení v přírodě. Od Austrálie, přes Asii až po Evropu a Ameriku je spojuje stejný cíl: pomáhají lidem objevit a rozvinout vlastní potenciál a schopnost zasadit se za sebe, za druhé a za svět kolem. Rozvíjí odvahu, leadership, odolnost, soběstačnost, spolupráci a další dovednosti pro život, posilují smysl pro službu a pomoc bližnímu a akcentují zodpovědnost vůči společnosti a životnímu prostředí.

Přes 40 let vytváří jedinečnou metodu zážitkové pedagogiky, kterou nabízí široké veřejnosti, školám a neziskovému sektoru. Ukazuje, že učení může být jiné a zábavné. Pracuje ve vzácné symbióze dobrovolníků a profesionálů a jako neziskovka vrací všechny příjmy zpátky do rozvoje metody.

V projektu má PŠL roli garanta v oblasti zážitkové pedagogiky, a přináší tak do metodiky hravost a zároveň přesné směřování k pedagogickým cílům.

Více informací na [www.psl.cz](http://www.psl.cz)



### **Regionálne centrum mládeže Trenčín, Trenčín, Slovensko**

Regionálne centrum mládeže pôsobí ako podporná organizácia pre oblasť rozvoja práce s mládežou a mládežníckej politiky na území celého Trenčianskeho kraja. Má úzko rozvinutú spoluprácu s Trenčianskym samosprávnym krajom, mestami, obcami, inštitúciami a organizáciami pôsobiacimi v oblasti rozvoja práce s mládežou v tomto regióne.

Okrem koordinácie naplňovania mládežníckej politiky na území kraja realizuje množstvo projektov a pri ich realizácii napomáha aj rôznym občianskym združeniam. Centrum tiež informuje o možnostiach a trendoch v oblasti práce s mládežou, rozvíja spoluprácu, informovanosť a partnerstvá nielen na území kraja, ale aj s ďalšími inštitúciami a organizáciami pôsobiacimi na národnej a medzinárodnej úrovni.

Cieľom centra je prinášať informácie a „know how“ z medzinárodnej a národnej úrovne do miest a obcí na území Trenčianskeho kraja, a tak pomáhať rozvoju práce s mládežou. Centrum sa tiež snaží sieťovať aktérov v oblasti mládeže a mapovať potreby mladých ľudí žijúcich alebo pôsobiacich na území Trenčianskeho kraja a tieto podnety a potreby prenášať na regionálnu a národnú úroveň.

V projekte má RCM Trenčín najmä rolu garanta koordinácie aktivít v Trenčianskom kraji. Prináša teda prepojenie mládeže, pracovníkov s mládežou so zástupcami samospráv a ďalšími kľúčovými hráčmi v regióne. Organizácia spoluvytvára príručku „SAMO“ ako návod pre samosprávy na systematickú prácu s mládežou. Pomáha tiež pri vytváraní pracovnej pozície „koordinátor práce s mládežou“ v mestách v Trenčianskom kraji.

### **Atmosféra, Zlín, Česká republika**

Zapsaný spolek Atmosféra je spolek zajímající se o zdravý životní způsob, výchovu přírodou a zážitkovou pedagogikou. S pomocí prostředků zážitkové pedagogiky a zkušenostního učení se v programech zaměřuje především na rozvoj v oblasti osobnostně-sociální, environmentální a mediální výchovy. Jejich cílem je poskytnout prostor k celistvému rozvíjení žáků a třídních kolektivů, a podpořit tak školy v naplňování jejich cílů.

Od svého založení v roce 2003 nabízí zapsaný spolek Atmosféra programy lanových aktivit, především pro střední a základní školy, dále pak školní výlety, seznamovací a adaptační kurzy, sportovní kurzy, programy na sněžnicích a lukostřelbu a od roku 2013 i příměstské tábory. Těžištěm činnosti spolku jsou adaptační pobyty určené žákům a studentů základních, středních a vysokých škol. Náplní těchto pobytů je seznámení se, budování dobrých vztahů, týmová spolupráce, dovednost vzájemné komunikace, nastavení pozitivního směřování skupinové dynamiky. Našimi programy se podílíme na prevenci rizikového chování u dětí a mládeže a napomáháme školám při plnění širšího vzdělávacího programu.

Náš spolek disponuje kvalifikovanými instruktory s akreditovanými licencemi, které z velké části sami vzděláváme.

V projektu má Atmosféra zejména roli garanta koordinace aktivit ve Zlínském kraji, zajišťuje tedy většinu školení realizovaných v České republice.



## Závěr

A to je vše, dočetli jste naši metodickou příručku až do konce. Před dvěma lety jsme se vydali na naši cestu hrdiny. Přáli jsme si přispět svým střípkem k tomu, aby se mladí lidé nebáli angažovat se ve svých komunitách. Aby věřili, že mají ostatním co dát, a aby věděli, že to, jak se žije nejen v jejich městě, ale i státě, koneckonců i planetě, mohou svým chováním přímo ovlivňovat. Že to nejsou věci, které se dějí a rozhodují někde daleko, ale že každý z nás má mnoho možností, jak přispět k tomu, aby se nám žilo dobře a aby naše společnost fungovala. A že mladí lidé nejsou výjimkou. Že nemusejí čekat, až budou starší, zkušenější, budou pracovat, mít rodiny. Chtěli jsme jim předat poselství, že jsou pro společnost platnými jedinci přesně tak, jak jsou – se svým mládím, nadšením, se svými svěžími pohledy na věc. Přáli jsme si mladé lidi podpořit a ukázalo se, že je to proces oboustranný. I my jsme se vrátili ze své cesty obohaceni o různé zkušenosti a metodické přístupy, o nadšení, které na nás mladí přenesli, o stvrzení, že to má smysl. Nic se nevyrovná zážitku, při němž stojí „dítě“ ze základní školy před ostatními a říká, že si uvědomuje, že budoucnost má ve svých rukou a už věří tomu, že má ostatním co dát, a ví přesně, co bude jeho další krok v přispění své komunitě. A moc bychom si přáli, abyste to zažili také. Máte-li pocit, že nemáte dostatek zkušeností s mladými lidmi, nevěšete hlavu. Nejsou malí, není potřeba jim říkat věci polopatě, šetřit je a urputně přemýšlet, jak jim věci co nejvíce zjednodušit. Naopak, šli jsme do toho s partnerským přístupem, respektem a vírou, že zvládnou mnohem víc, než si umějí představit. A mnohokrát se nám to potvrdilo. Nešetřili jsme je v náročnosti aktivit ani v následných diskuzích a oni prokázali, že se umějí zapálit a nalézt v sobě skryté zdroje.

Takže bychom vás chtěli pozvat na hrdinskou cestu s námi. Nenechte si inspiraci z této příručky na „až někdy“ a vyslyšte své volání po dobrodružství. Najděte si podobně naladěné lidi a zkuste obdobný kurz realizovat také. Dáváme ruku do ohně za to, že se vám vložená energie mnohonásobně vrátí. A chcete-li na své cestě podporu, neváhejte nás kontaktovat, rádi podáme pomocnou ruku tam, kde to bude třeba.

Na cestu bychom vám rádi popřáli mnoho sil, dechberoucích zážitků a ať je ten váš poklad, který si odnesete, ušitý přesně na míru tomu, co teď potřebujete.





## Použité zdroje a užitočné linky

- KOŠŤÁLOVÁ, Lucia a ORAVEC, Dávid. *Analýza dopadov vzdelávania školenia AKTIV na rozvoj mládeže* [online]. Bratislava: Youthwatch, 2019. [cit. 2019-6-30]. Dostupné na: <http://www.youthwatch.sk/znalostne-centrum>
- ŠTEFÁNIKOVÁ, Silvia a KANTOR, Peter. *SAMO – Príručka pre samosprávy* [online]. Bratislava: Youthwatch, 2019. [cit. 2019-6-30]. Dostupné na: <http://www.youthwatch.sk/znalostne-centrum>
- *Hero's journey* [online]. Wikipedia 2019. [cit. 2019-6-30]. Dostupné na: [https://en.wikipedia.org/wiki/Hero%27s\\_journey](https://en.wikipedia.org/wiki/Hero%27s_journey)
- PEŠEK, Tomáš; ŠKRABSKÝ, Tibor; NOVOSÁDOVÁ, Monika a DOČKALOVÁ, Jolana. *Šlabikár neformálneho vzdelávania v práci s mládežou* [online]. [cit. 2019-6-30]. Dostupné na: <https://www.slabikarnfv.eu>
- HANUŠ, Milan, et al. *Inštruktorský slabikár*. Praha: Grada, 2016. ISBN: 978-80-270-0476-8.
- Kolektív autorov. *Do Európy hrou I-IV* [online]. [cit. 2019-4-19]. Dostupné na: [https://www.iuventa.sk/sk/Publikacie.alej?s\\_parentCategoryId=EQS855573](https://www.iuventa.sk/sk/Publikacie.alej?s_parentCategoryId=EQS855573)
- Kolektív autorov. *T-kit 3: Řízení projektů* [online]. [cit. 2019-4-19]. Dostupné na: [https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261200/TKit3\\_cs.pdf](https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261200/TKit3_cs.pdf)
- *Malé sociální skupiny* [online]. Hnutí Brontosaurus. [cit. 2019-4-19]. Dostupné na: <http://vzdelavani.brontosaurus.cz/pro-organizatory/sociologie/101-male-socialni-skupiny.html>
- YouthWatch – [www.youthwatch.sk](http://www.youthwatch.sk)
- Prázdninová škola Lipnice – [www.psl.cz](http://www.psl.cz)
- Atmosféra – <http://www.atmosfera-zs.cz/>
- Regionálne centrum mládeže Trenčín – <https://www.facebook.com/rcmtrencin/>



## Impressum

**Vydavateľ:** YouthWatch

**Autori:** Lída Houdková, Alena Tomanová, Lucia Szórád, Michaela Vyležíková, Tomáš Pešek

**Poradie vydania:** prvé

**Rok vydania:** 2019

**Tlač:** Ultra Print, s.r.o.

**Grafická úprava:** Andrea Sihelská

**Ilustrácie:** <https://creativemarket.com/Crowhouse>

**ISBN:** 978-80-973031-8-1

**EAN:** 9788097303181

Publikácia vznikla vďaka finančnej podpore z programu Európskej únie Erasmus+ pre oblasť mládeže a športu.

Publikácia vyjadruje iba názor autorov a Európska Komisia nie je zodpovedná za akékoľvek použitie informácií v nej obsiahnutých.



Erasmus+

