

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Třídnické hodiny jako součást školní strategie podporující pohodu a pocit
bezpečí žáků na základní škole

Form lessons as a part of school strategies supporting contentment and
safetyfeeling in primary school pupils

Bc. Nikola Hypšová

Vedoucí práce: PhDr. Miroslava Kovaříková, PhD.

Studijní program: Učitelství pro střední školy

Studijní obor: N BI-VZ

2022

Odevzdáním této diplomové práce na téma Třídnické hodiny jako součást školní strategie podporující pohodu a pocit bezpečí žáků na základní škole potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně, za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha 12.4.2022

Chtěla bych vyjádřit obrovské poděkování vedoucí mé diplomové práce PhDr. Miroslavě Kovaříkové, Ph.D., za její přístup, ochotu, nápady, cenné rady a trpělivost. Zároveň bych chtěla velmi poděkovat celé své rodině za podporu a pomoc. A v neposlední řadě patří velké díky Základní škole Zdice, která mi ve všem vyšla ochotně vstříc.

ABSTRAKT

Diplomová práce je zaměřena na významnost správně vedených třídnických hodin, z hlediska jejich vlivu na budování dobrých vztahů ve třídě a vytvoření příjemného prostředí na základní škole. Věnuje se jejich funkci, důležitosti a přínosu pro jednotlivce, potažmo pro celý kolektiv, včetně třídního učitele. Obsah této práce se také například zabývá správným sestavením třídnických pravidel, která přispívají k vytvoření důvěrné a pohodové atmosféry ve třídním kolektivu, v němž se žáci nebojí promluvit a spolupracovat. Dále práce objasňuje, proč a jakým způsobem by měly být třídnické hodiny uskutečňovány a jaká témata jsou vhodná zařazovat do jejich tematických plánů.

Hlavním cílem práce je zjistit, zda třídnické hodiny přispívají k vytvoření bezpečného a pohodového prostředí na Základní škole Zdice u Berouna. K ověření tohoto cíle využiji kvalitativní metody, a to strukturované pozorování žákovských kolektivů při třídnických hodinách a strukturované rozhovory. Obě kvalitativní metody proběhnou na půdě ZŠ Zdice. Rozhovory povedu s učiteli, kteří konají pravidelné třídnické hodiny a s vybranými žáky, s nimiž jejich učitelé tyto hodiny praktikují. Pro učitele i pro žáky jsou vytvořeny dvě odlišné sady otázek.

V závěru práce vytvořím návrhy třídnických hodin, jejichž témata budou vycházet ze zjištěných výsledků této práce. Bude se jednat výhradně o témata, která navozují příjemnou atmosféru ve třídě, seznamují žáky s psychohygienou, podporují vztahy mezi žáky a přispějí k vytvoření pocitu bezpečí žáků v jejich třídě. Návrh třídnických hodin bude vytvořen pro Základní školu Zdice, na které probíhal i samotný výzkum pro tuto diplomovou práci.

KLÍČOVÁ SLOVA

škola, žáci, třída, vztahy, třídnické hodiny, třídní učitel, bezpečí, pohoda, podpora, empatie, přátelství, kolektiv, problémové dítě

ABSTRACT

The diploma thesis is focused on the importance of properly managed classroom classes, in terms of their impact on building good relationships in the classroom and creating a pleasant environment in primary school. It deals with their function, importance and benefit for individuals, and therefore for the whole team, including the class teacher. The content of this work also deals, for example, with the correct compilation of class rules, which contribute to the creation of a confidential and relaxed atmosphere in the class team, in which students are not afraid to speak and cooperate. Furthermore, the work clarifies why and how class classes should be held and what topics are appropriate to include in their thematic plans.

The main goal of the thesis is to find out whether the classroom classes contribute to the creation of a safe and relaxed environment at the Elementary School Zdice u Berouna. To verify this goal, I will use qualitative methods, namely structured observation of students' groups during class classes and structured interviews. Both qualitative methods take place on the grounds of Zdice Elementary School. They will conduct interviews with teachers who hold regular classroom classes and with selected pupils with whom their teachers practice these classes. Two different sets of questions are created for both teachers and students.

At the end of the work, I will create classroom lessons, the topics of which will be based on the results of this work. It will be exclusively topics that create a pleasant atmosphere in the classroom, acquaint students with psychohygiene, support relationships between students and contribute to creating a sense of security for students in their classroom. The design of class classes will be created for the Zdice Elementary School, where the research for this diploma thesis took place.

KEYWORDS

school, pupils, class, relationships, class teacher, safety, well-being, support, empathy, friendship, team, problem child

Obsah

Úvod	9
1 Strategie rozvoje MŠMT 2030+	11
1.1 Well-being na českých školách.....	12
1.2 Pedagogicko-psychologické poradenství.....	13
1.3 Školní poradenská pracoviště	15
1.4 Výchovní poradce	18
1.5 Školská poradenská zařízení	19
1.5.1 Pedagogicko-psychologické poradny	19
2 Třídnické hodiny.....	21
2.1 Třídnické hodiny v kontextu vzdělávání.....	23
2.2 Kompetence školy k uskutečňování třídnických hodin	24
2.3 Struktura třídnické hodiny	25
2.4 Třídní učitel.....	27
2.5 Třídní klima	30
2.6 Měření kvality třídního klimatu	32
2.7 Třídní kolektiv	33
2.7.1 Kolektiv jako proměnná v čase	34
2.8 Třídní pravidla	35
2.9 Problémové chování.....	37
3 Třídnické aktivity	40
3.1 Komunitní kruh.....	42
3.2 Typy aktivit.....	43
3.3 Slepé uličky a jejich řešení	45
3.4 Závěrečná reflexe.....	46

4	Výzkumné šetření	48
4.1	Výzkumný cíl.....	48
4.2	Metodologie šetření	49
4.2.1	Pozorování	49
4.2.2	Rozhovor	49
4.3	Výzkumné předpoklady	50
4.4	Analýza školního prostředí ZŠ Zdice	50
4.5	Analýza ŠVP a preventivního programu ZŠ Zdice.....	51
4.6	Pozorování	53
4.6.1	1. pozorovaná hodina.....	54
4.6.2	2. pozorovaná hodina.....	56
4.6.3	3. pozorovaná hodina.....	58
4.6.4	4. pozorovaná hodina.....	61
4.7	Shrnutí výsledků pozorovaných hodin.....	63
5	Výsledek rozhovorů s vybranými učiteli.....	64
5.1	Otázky rozhovoru s učiteli	64
5.2	Rozhovory s učiteli	65
5.3	Vyhodnocení rozhovorů s učiteli	73
5.4	Shrnutí výsledků rozhovorů s učiteli	77
6	Výsledek rozhovorů s vybranými žáky	79
6.1	Otázky rozhovoru s žáky:	80
6.2	Rozhovory s žáky.....	80
6.3	Vyhodnocení rozhovorů s žáky	88
6.4	Shrnutí výsledků rozhovorů s žáky.....	91
6.5	Shrnutí výzkumné práce	92

7	Výstup pro pedagogickou praxi.....	94
	Inspirační zdroje:	115
	Závěr.....	116
	Seznam použitých informačních zdrojů	118
	Seznam příloh.....	121

Úvod

Tuto diplomovou práci zaměřenou na třídnické hodiny a jejich efektivitu jsem se rozhodla psát na základě svých zkušeností s třídnickými hodinami. Na mé základní škole probíhaly třídnické hodiny pro naši třídu pouze stylem odevzdávání písemných potvrzení o absenci na hodinách a řešení nastávajícího plánu školního roku. Třídnické aktivity, které by měly vést k utužování kolektivu, či individuální pomoci žáků, kteří jsou vyloučeni, nebo do kolektivu nezapadli, proběhly na této základní škole velmi sporadicky. Domnívám se, že i z toho důvodu jsme měli v našem kolektivu i dva žáky, kteří nezapadali a nebyli kolektivem přijímáni. Dále byla naše třída rozdělena do několika soudržných skupinek, které stály proti dalším skupinkám, a tudíž třída nikdy nemohla fungovat jako dynamický a soudržný celek. Proto jsem se rozhodla psát tuto práci, která v sobě zahrne funkčnost, důležitost a efektivnost třídnických aktivit, které jsou, nejen na základní škole, velmi důležitou součástí výuky.

Je tedy více než vhodné, aby každý třídní učitel znal význam třídnických hodin a věděl, že to nejsou hodiny zaměřené pouze na práci s třídní knihou, ale že je potřeba na těchto hodinách s žáky pracovat, rozvíjet jejich potenciál, či podat pomocnou ruku těm, kteří učitelovu pomoc potřebují. V teoretické části této práce objasním, co je náplní třídnických hodin, v čem spočívá jejich význam, jak by se s žáky mělo na těchto hodinách pracovat, nebo co je vhodné na třídnických hodinách realizovat (témata, hry, diskuse). Neméně důležitá kapitola se bude dále zabírat tvorbou třídnických pravidel a jejich dodržováním celou třídou, a případně jak řešit situace, kdy žáci pravidla nedodržují (omluva, cvik). Zároveň zmíním i školní poradenské pracoviště, na které se mohou, nejen učitelé, obrátit v případě výskytu složité situace ve třídě, kterou je vhodné prodiskutovat, či řešit s osobou pověřenou – se školním psychologem, metodikem prevence nebo s výchovným poradcem. V rámci praktické části této diplomové práce se budu zabývat zejména tím, zda třídnické hodiny přispívají k pocitu bezpečí a pohody nejen u žáků, ale i u samotných učitelů na vybrané základní škole. Výsledky výzkumné části této práce budu opírat o své pozorování třídnických hodin, na kterých se zaměřím například na účast žáků na jednotlivých aktivitách, či na realizaci závěrečných reflexí třídním učitelem. Následně povedu rozhovory s oběma stranami vzdělávacího procesu, a to s učiteli i žáky, v čem vnímají

smysl třídnických hodin, proč je vhodné jejich zařazení do běžného školního roku, zda mají ve svých třídách nastavená třídnická pravidla, nebo jaká témata diskusí, nebo her, jsou nejčastěji zařazována do náplně třídnických hodin.

1 Strategie rozvoje MŠMT 2030+

Je oficiální název dokumentu, vydaného Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, který je zaměřen na efektivní zlepšování českého školství. Obecným cílem Strategie 2030+ je vytvořit takový vzdělávací systém, který umožní žákům a studentům reagovat na měnící se podmínky a přizpůsobovat se novým proměnám. V rámci tohoto systému je snaha učit žáky a studenty nejen novým znalostem, ale i dovednostem, a zejména podporování jejich postojů a názorů k různým situacím, které hojně využijí i v osobních životech. Z těchto důvodů je potřeba cílit na změny ve formách a metodách vzdělávání a snažit se vždy o vytvoření bezpečného a spravedlivého prostředí, kde se budou všichni vzájemně respektovat. Dalším stěžejním bodem této strategie je snaha o zajištění rovnosti ve vzdělávání pro všechny, bez ohledu na socioekonomický status jedinců, nebo rozdíly mezi jednotlivými školami. V současné době je Česká republika jedním ze států, kde jsou přítomny největší vzdělávací rozdíly. Důvodů je mnoho – nedostatek kvalifikovaných pedagogických pracovníků v dílčích částech ČR, sociální a ekonomický status rodin žáků, nedostatečné vybavení škol (rozdíl mezi městskými a venkovskými školami) či motivování žáků k lepším výsledkům. Ministerstvo školství chce tyto důvody eliminovat a nastavit inovace, které vedou ke kvalitnímu vzdělávání všech žáků bez ohledu na jejich status. Cílem je tedy: *zvýšit kvalitu vzdělávání ve všech regionech ČR, individualizace žáků a rozvoj potenciálu každého z nich, zavedení formativního hodnocení (hodnocení by se mělo zaměřovat na studijní výsledky žáka, ne na jeho osobu), aplikace finančních injekcí do škol v chudších regionech, nebo do škol, kde je vyšší procento žáků z problematických poměrů (př. podpůrná opatření) a snaha o zkvalitnění výuky, která by předcházela odchodům žáků na víceletá gymnázia.*

V rámci cílů této strategie je i inovace v oblasti předškolního vzdělávání, které se jeví jako velmi vhodné. Dětem toto rané učení otevírá lepší predispozice pro budoucí úspěch ve vzdělávacím procesu. Neméně důležitým faktem je spolupráce s rodinou žáků. Vzhledem k tomu, že rodič je součástí vzdělávacího procesu svých dětí, získává tím nejen svá práva, ale i povinnosti. Pro kvalitní vztahy mezi rodinou a školou je podstatná efektivní a pravidelná komunikace a informovanost mezi oběma stranami, které představují *rodič – učitel* (Strategie 2030+, 2020).

1.1 Well-being na českých školách

Felcmanová ve své práci označuje well-being jako: „*Wellbeing jako respektování jednotlivce a podpora jeho bio-psycho-socio-spirituálního vývoje.*“ (Felcmanová, 2020, s. 4).

Můžeme tedy well-being volně přeložit jako jakýsi pocit bezpečí a pohody na školách. Každý žák by se měl cítit v prostředí školy přijímán a respektován. Škola a pedagogičtí pracovníci by se měli snažit o to, aby každý jednatel mohl v rámci vzdělávacího procesu zakusit pocit úspěchu, nehledě na to, zda se jedná o žáka nadprůměrného, nebo žáka se specifickými poruchami učení (ADHD, dysgrafie, dyskalkulie apod.). Mělo by se dbát také na to, aby škola byla prostředím, do kterého žáci chodí rádi, nebojí se ho a které jim nepřináší nadbytečný stres. Zároveň můžeme well-being vnímat i jako nehmatatelné prostředí, které žákům, ale i učitelům přináší pocit bezpečí, sounáležitosti, otevřenosti a schopnosti respektování názorů druhých. Velká tíha spadá právě na učitele, který by měl být schopen takového prostředí vytvořit, samozřejmě ve spolupráci se svými svěřenými žáky. V tomto prostředí by měl vyniknout potenciál každého žáka bez rozdílu. V dobře vytvořeném prostředí panuje klid, otevřenost, příjemná atmosféra a příznivé klima třídy, potažmo školy, pokud je snaha o aplikaci well-beingu na celé škole. K pocitu bezpečí a pohody na školách silně přispívají i vztahy na pracovišti mezi jednotlivými pedagogickými pracovníky, taktéž vztahy mezi pedagogickými pracovníky a rodinami žáků. Dále vybavení školy (projektoři, ICT tabule, počítačové místnosti, internetové připojení, alternativní vybavení pro žáky z chudších poměrů apod.), či výuka, která operuje s chybou, učí žáky, aby se z chyb ponaučili, výuka, která není naplněna žákovským strachem a nervozitou, ale která v sobě nese motivační charakter a zároveň i krátkodobý „motivační stres“.

Velmi silně k pocitu bezpečí na školách přispívá také přítomnost kvalifikovaných metodiků prevence, výchovných poradců či školních psychologů, kteří jsou zde pro všechny bez výjimky a jsou schopni poradit a pomoci ve složitých situacích (Felcmanová, 2020).

Vládní dokument Strategie 2030+ reaguje na potřebu zanést do vzdělávacích plánů oblast duševního zdraví, jehož podpora silně přispívá k naplnění well-beingu na školách.

Z dlouhodobých průzkumů se ukazuje, že čeští žáci školní prostředí nenavštěvují rádi. Cítí

z něho strach, nudu a necítí se v něm dobře. Čím dál častěji se na školách potýkají žáci s problémy duševního charakteru od počínajících úzkostí, až po sebevražedné sklony. Z těchto důvodů je potřeba do rámcových vzdělávacích plánů a školních vzdělávacích plánů zanést i problematiku psychohygieny. Věnovat se více duševnímu zdraví žáků, seznamovat je s pocity, se kterými se potýkají například v nelehkém období dospívání, a zejména se snažit, aby školní prostředí nebylo označováno za něco *stresujícího, kam nechodíme rádi*, ale za místo, kde se *dozvídáme nové informace, cítíme se zde dobře a nově nabyté informace a dovednosti nám neslouží pouze k profesnímu životu, nýbrž i k životu osobnímu*.

V rámci Strategie 2030+ se do RVP dostanou témata jako je psychohygieny, psychosomatika, sociální a duševní zdraví a další, která budou implementována do vzdělávacího procesu. Pomocí těchto témat se může také zamezit rozvoji rizikového chování, které se na nejen na českých školách často objevuje.

Větší důraz bude kladen na žákovskou samostatnost. Žáci se stanou taktéž aktéry různých záležitostí školy či jejích akcí, což povede k rozvoji komunikace, sebepoznání, otevřenosti názorů, respektování názorů druhých a pocitu sounáležitosti a důležitosti ke škole a k životu (Strategie 2030+, 2020).

1.2 Pedagogicko-psychologické poradenství

Současná podoba a náplň práce školských poradenských pracovišť byla přijata v roce 2005 a je spravována Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy. Jejich pomocná a poradenská činnost je mířena k žákům, studentům, zároveň i osobám zainteresovaných do procesu školství – rodiče žáků nebo studentů (popřípadě jiní zákonní zástupci) či pedagogičtí pracovníci. Poradenská pracoviště poskytují své služby na základě školského zákona (zákon č. 561/2004 Sb.) (Knotová, 2014).

V 40. letech minulého století tehdejší politický systém předpokládal, že není třeba poradenských pracovišť, a proto se pozornost poutala do jiných směrů. Tehdejší vláda se domnívala, že změna politického režimu s sebou přinese i zlepšení situace na školách a nebudou se zde vyskytovat problémové situace jako doposud. Problémové situace se ale vyskytovaly i nadále a bylo potřeba tyto situace začít patřičně řešit. Na základě těchto okolností vznikla v 50. letech, konkrétně v roce 1958, první dětská psychologická poradna

v Brně, která nebrala v potaz pouze žáky základních škol, nýbrž i studenty středních a vysokých škol, dokonce se zabývala i dospělou populací. Pedagogicko psychologické poradny pořádaly spoustu seminářů a přednášek na pedagogická témata, která byla určena primárně výchovným poradcům, dále pedagogickým pracovníkům a také rodičům.

Ve školách začínalo fungovat školní poradenství formou vyškolených „poradců-učitelů“ pro volbu povolání, to byla první činnost, která spadala pod jejich jméno.

Následně, na základě vzrůstajících školních problémů a událostí, které bylo potřeba odborně řešit, došlo ke zřízení funkce výchovného poradce. Tento pracovník pracoval nejen s problémovými žáky, ale taktéž s žáky nadanými a plnil i roli „kariérního“ poradce. K podpoře vykonávání složité funkce výchovného poradce a k čerpání různých tipů do praxe vycházel časopis *Výchovný poradce*. Nápad pro vytvoření tohoto periodika vznikl v Bratislavě (O. Blaškovič), ale jeho první vydání bylo v Praze a prvním hlavním redaktorem se stal J. Doležal. Po jeho smrti se periodika ujala M. Klímová, která velmi silně ovlivnila vývoj poradenských pracovišť (bojovala za odpovídající název *poradenská pracoviště* místo propagovaného názvu na Slovensku *psychologická výchovná pracoviště*, což může vést k ovlivnění osobnosti dítěte a vyzdvihování psychologie na úkor pedagogické praxe). Svě místo v tomto periodiku mělo i psychologické poradenství, které vnášelo psychologii do školské praxe. Stěžejním tématem byly vývojové úlohy v průběhu života a problémy, které s sebou tyto období nesou. Téměř každý se setkává s těmito problémy a musí, popřípadě měl by být schopen, si s nimi poradit – viz nástup do školských zařízení, vnímání a respektování autorit, výchova, vzdělávání, volba budoucího zaměstnání, partnerství, rodičovství, stárnutí...

Až 60. léta minulého století přinesla úlevu tehdejším výchovným poradcům, kdy tehdejší ministerstvo školství vydalo pokyn pro zřizování pedagogicko-psychologických poraden. Například v roce 1967 na půdě Pedagogické fakulty UK v Praze vznikla Laboratoř sociálního výzkumu mládeže a výchovného poradenství. V roce 1976 byla vydána vyhláška *Instrukce o soustavě výchovného poradenství v oboru působnosti Ministerstva školství ČSR*, která napomohla začlenění většího množství pedagogů do školního poradenství, a ve které se poprvé používá pojem Pedagogicko-psychologické poradny. V průběhu let se v poradnách začaly specializovat různé problémové okruhy a s nimi i specializovaní poradci. Mezi hlavní okruhy, kterými se PPP v svých počátcích zabývaly,

patřily: *psycho-didaktické problémy* (např. intelektová zdatnost, připravenost na školní docházku, různorodost žáků ve školském prostředí, efektivnost výukových metod aj.), *psychosociální nepřizpůsobení se* (např. deprese, úzkosti, nesouznění se svým zvoleným oborem...), *psychosociální vztahy* (př. vztahy na pracovišti, ve škole i mimo školu, klima třídy a klima školy, ovlivňování žáků autoritou...) a *problematická výchova k povolání a ke studiu* (př. pozorování dovedností a talentu žáka, jeho směřování, úspěšnost/neúspěšnost v oboru...). Na povědomí se v této době dostává i pojem *problémová mládež*, kam byli zařazeni žáci s lehkými mozgovými disfunkcemi, s disociálním a antisociálním chováním, intelektově zaostalí, jedinci tělesně postižení aj. (Kohoutek, 1998).

Posun v koncepci školního poradenství přinesl rok 1994. V tomto roce došlo k založení Institutu pedagogicko-psychologického poradenství (IPPP) Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Institut sdružuje nejen pedagogické a psychologické oblasti, nýbrž také speciálně pedagogickou oblast a kariérní poradenství. V roce 2007 se IPPP stal hlavním středobodem školního poradenství. To se změnilo v roce 2011, kdy byl Institut přesunut pod Národní ústav pro vzdělávání (Knotová, 2014).

1.3 Školní poradenská pracoviště

V základním stavu poskytuje poradenské služby na školách výchovný poradce a metodik prevence. V případě, že je na škole vytvořeno školní poradenské pracoviště, jeho členy jsou vedle metodika prevence a výchovného poradce, školní psycholog, speciální pedagog a dále i třídní pedagogové, a popřípadě učitelé zabývající se ve svých předmětech otázkami spadajícími do výchovy, ve kterých lze s danými tématy dobře pracovat (př. Výchova ke zdraví, Občanská výchova, Rodinná výchova aj.) (Valentová a kol., 2013).

Problémem je fakt, že ne všechny školy mají k dispozici školního psychologa, byť alespoň na pár hodin týdně. Ve většině škol tuto roli přebírá metodik prevence (pedagog plnící tuto funkci má plný pracovní úvazek bez úlev), popřípadě výchovný poradce (má snížení pracovní úvazek o pár hodin týdně – 3 až 4 hodiny), kteří ale nemají takovou úroveň vzdělání jako školní psycholog.

Dalším problémem jsou dlouhé čekací doby v pedagogicko-psychologických poradnách, a tak se řešení problematického chování protáhne na dlouhý časový úsek. Tomuto problému, který představuje časové vytížení PPP by se dalo zabránit. Adekvátním řešením by bylo,

kdyby na každé škole byl přítomen školní psycholog. Ten by na základě svého vzdělání mohl diagnostikovat problematické nebo rizikové chování, které by se řešilo pouze na území školy. Následně by navrhl odpovídající režim a efektivní metody, kterými se pokusí zabránit rozvoji rizikového chování, popřípadě vzniklý problém aktivně řeší. Tím by se eliminovala potřeba kontaktovat PPP, snížila by se jejich vytíženost, což by umožnilo řešit pouze těžké případy rizikového či patologického chování (Knotová, 2014).

Problémem ještě stále zůstává nekvalitně vypracované finanční ohodnocení školních psychologů, kteří byli a stále ještě jsou placeni od výkonu a počtu školních projektů, které vycházejí z předem vytvořených šablon. Zároveň z toho plyne nejistota v udržení či získání práce školního psychologa (Gleichová, 2021).

V letošním roce 2022 by se mělo ale financování školních psychologů změnit. Školní psychologové budou placeni ze státního rozpočtu, stejně jako ostatní pedagogičtí pracovníci. Další velmi podstatnou a radostnou zprávou je, že každá škola v České republice od září tohoto roku, sčítající více než 180 žáků, získává nárok na jedno trvalé pracovní místo pro školního psychologa. Školám s menším počtem žáků by měl být zajištěn taktéž školní psycholog, který ale bude docházet do škol, a to alespoň 1x týdně (Mačí, 2022).

Dále se nový ministr školství Gazdík zaobírá ostatními podpůrnými pozicemi na školách a jasně definoval jejich důležitou roli: „*Kdyby na chleba nebylo, tak na tyto pozice bude muset být.*“ (Gazdík, Každá škola nad 180 žáků dostane peníze na psychologa, plánuje Gazdík, 2022).

Třídní učitelé mohou provádět intervenci výchovného poradenství přímo na hodinách, a to zejména při třídnických hodinách, kdy je na tyto aktivity prostor – může se jednat o pouhý rozhovor se třídou, konzultování situací, aktivity na řešení problému „simulace problému“ a jeho následný rozbor aj.

Odpovídající osobou ve zřizování poradenských služeb na školách jsou ředitelé škol, včetně nastavení pravidelnosti třídnických hodin. Poradenské služby jsou poskytovány zadarmo (žákům, studentům, rodině dětí, pedagogům) a jsou zaměřeny na primární prevenci vzniku patologických jevů a dalších problémů se školním prostředím souvisejících. Dále se zaměřují na kariérové poradenství, spolupráce se žáky s IVP a se speciálními vzdělávacími potřebami, práce s nadanými žáky, podporování v zažití úspěchu

každého žáka bez výjimky, podpora vztahů a atmosféra na pracovišti, snaha o začlenění žáka se zdravotním postižením do kolektivu žáků a tak dále.

Čím dál více se ukazuje, že činnost výchovného poradenství ve školách má blahodárný vliv na pozitivní třídní, ale i školní klima, a to zejména tam, kde spolu odborníci (metodik prevence, školní psycholog, výchovný poradce, ale i obecně pedagogové) spolupracují a podílejí se na nápravě jedince, či na jeho zpětné začlenění do kolektivu (zhoršení známek, nadměrné snažení v hodinách, šikana aj.). Velmi důležitá je i jednotnost pedagogického sboru a jeho úsudku. Stejný kázeňský problém by neměl být řešen na jedné škole rozdílně, ale měl se řídit obecně nastavenými směrnici.

Primární prevence může být žákům poskytnuta formou seminářů, přednášek, besed s odborníky na různá témata – náležitá hygiena, reprodukční zdraví, prevence vzniku závislostí na návykových látkách, prevence rizikového chování, psychohygiena a další (Knotová, 2014).

Hlavním posláním poradenské činnosti na škole je pomoc žákovi. Nabídnout mu pomocnou ruku v podobě vyslechnutí, poskytnutí rad a náležité řešení jeho situace. Jednat ale musíme v souladu s touto tezí: „*Vaším úkolem není být amatérským terapeutem. Vy máte v první řadě poskytnout žákovi podporu, vyjádřit mu své pochopení a zvážit, jak nejlépe by v tomto stresovém období mohla pomoci škola.*“ (Kyriacou, 2005, s. 24)

Při odkrývání příčin problematického chování žáků musí poradce dále ctít obecné zásady, kterými se zvyšuje pravděpodobnost získání co největšího množství informací. Jsou jimi:

- klást otevřené otázky vedoucí k rozmluvení – žák by měl sám chtít informace sdělovat;
- minuty ticha – vedou k přemýšlení žáka a k ucelení informací, se kterými se chce podělit;
- navrhnout opatření, která budou v souladu s žákovskými potřebami a postoji;
- poradcovi osobní hranice – znalost, kam mohu jako poradce zajít a kam bych již měl povolát jinou pomoc, zůstat na pomyslné hladině problému a nenechat se stáhnout;
- neslibovat mlčení – v některých případech je nutné informace sdělovat dalším odpovědným osobám (viz zneužití či týrání dítěte)

Vhodný intervenční postup při řešení problémových situací vychází z poradenského kruhu, který se skládá ze 3 částí. První z nich je naslouchání, kde je zásadní, aby se žák uvolnil a v klidném prostředí sdělil vše, co ho trápí a s čím si neví rady. Tato část slouží k vytvoření uceleného obrazu o žákovské situaci. Následující druhá část kruhu spočívá v odkrytí okolností, které vedly ke vzniku této situace a získání nových informací (od rodiny, od dalších institucí). Třetí fáze plynule navazuje na zjištěné informace o případu a na základě nich se vytvoří takový postup, který bude zohledňovat konkrétní žákovské potřeby a postoje a žák by tento plán měl pozitivně přijmout (Kyriacou, 2005).

1.4 Výchovný poradce

Výchovný poradce je součástí školních poradenských pozic nejen na školách základních, ale i středních. Pro výkon této funkce je nutné absolvovat studium, které je zaměřeno právě na činnost výchovného poradce, které sčítá minimálně 250 vyučovacích hodin.

Nepostačuje tedy pouhé absolvování vysoké školy. Zároveň je zapotřebí, aby člověk, který se chystá vykonávat pozici výchovného poradce byl důvěryhodný, ochotný, vstřícný, empatický a šel příkladem nejen žákům, ale i svým kolegům. Neméně důležité je i dodržování a ctění Etického kodexu a nesdělování soukromých věcí nepatřičným lidem (Knotová, 2014).

Základní funkce výchovného poradce spadají do těchto oblastí:

- a) poradenská oblast – kariérové poradenství i pro žáky cizince; tvorba IVP a jiných návrhů pro lepší efektivitu procesu učení a začlenění žáků do kolektivů (včetně žáků s tělesným postižením + zajištění vhodných podmínek pro učení, asistent pedagoga/žáka; intervence pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami; kooperace se školskými poradenskými pracovišti; konzultace se zákonnými zástupci žáků a jiné činnosti.
- b) informační a metodická oblast – odborné informace o žácích se SVP; návrhy pro tvorbu IVP; konzultační činnost pro učitele; nové metody pedagogické diagnostiky; vedení příslušné dokumentace o žácích vyžadující vyšší péči a intervenci; vedení dokumentace o vlastní činnosti výchovného poradce (obsah činností, projekty, podpůrná opatření) (Valentová a kol., 2013).

Tyto oblasti jsou definovány velmi široce a udávají spíše obecný rámec problematiky, kterým by se měl výchovný poradce zabývat. Je proto vhodné, aby se na školách vždy vytvořil takový plán činností výchovného poradce, který bude vycházet z konkrétních potřeb školy a výchovný poradce bude mít jasně definovaná svá práva a povinnosti, oblasti jeho zájmu a odpovědnost za jeho činnost. K tomu je vhodné, vedle nezbytné konzultace o plánu činností s vedením školy, využít například dotazníkového šetření, které bude určeno nejen pro žáky a kolegy, ale i pro rodičovskou veřejnost. Toto šetření podá zpětnou vazbu o očekávání respondentů od výchovného poradce. Na základě toho může výchovný poradce stanovit harmonogram konkrétních činností pro aktuální školní rok.

Co se týče platového ohodnocení je výchovný poradce řazen nejčastěji do 12 platové třídy. Dále se od počtu žáků na konkrétní škole odvíjí i regulace přímé pedagogické činnosti výchovného poradce – například na škole, kde se vyskytuje 550 žáků se jeho přímá činnost snižuje o 3 hodiny týdně, na škole s počtem žáků více než 800 se snižuje pedagogická činnost o 5 hodin a tak dále (Knotová, 2014).

1.5 Školská poradenská zařízení

Podle školského zákona jsou školská poradenská pracoviště definována takto: „*Školská poradenská zařízení zajišťují pro děti, žáky a studenty a jejich zákonné zástupce, pro školy a školská zařízení informační, diagnostickou, poradenskou a metodickou činnost, poskytují odborné speciálně pedagogické a pedagogicko-psychologické služby, preventivně výchovnou péči a napomáhají při volbě vhodného vzdělávání dětí, žáků nebo studentů a přípravě na budoucí povolání. Školská poradenská zařízení spolupracují s orgány sociálně-právní ochrany dětí a orgány péče o mládež a rodinu, poskytovateli zdravotních služeb, popřípadě s dalšími orgány a institucemi.*“ (Školský zákon 564/2004 Sb., § 116). Mezi poskytovatele poradenských služeb patří pedagogicko-psychologické poradny a speciálně pedagogická centra. Tyto instituce úzce spolupracují s dalšími složkami, které se podílí na jejich činnosti. Jedná se o součinnost s policií ČR, OSPOD, SVP, s lékaři, terapeutickými pracovníky, a psychology atd. (Knotová, 2014).

1.5.1 Pedagogicko-psychologické poradny

Funkce pedagogicko-psychologických poraden je řízena podle zákona č. 564/1990 Sb., o státní správě a samosprávě ve školství, poskytují poradenské služby na základě školského

zákona (zákon č.561/2004 Sb.) Ke správnému a legálnímu fungování této školské instituce je zapotřebí informovaný souhlas zákonného zástupce k provádění šetření na konkrétním dítěti. Kontaktovat PPP mají možnost pedagogové, kteří mají podezření na výskyt patologického chování dítěte, problematického začlenění žáka do kolektivu či jiných neobvyklých okolností vedoucí k zamyšlení a diagnostice u odborníků, a to pouze tehdy, mají-li souhlas zákonného zástupce dítěte. Rodiče dítěte mají právo samostatně, bez souhlasu či předchozí domluvy se školou, kontaktovat pedagogicko-psychologickou poradnu.

Mohlo by se mylně zdát, že pomocnou ruku podává PPP až dětem mladšího školního věku, kde se začínají vyskytovat první náznaky problematického chování, ale často se v PPP pracovníci setkávají i s mnohem mladšími předškolními dětmi, kde se již varovné náznaky taktéž vyskytují.

Hlavní činností pedagogicko-psychologických poraden je *pozorování* konkrétních dětí, *analýza* jejich chování, pojmenování problému – *diagnóza*, *intervence* – jaké činnosti povedou ke zlepšení současného stavu a *prevence* navrácení či opakovatelnosti patologického jednání/chování. Toto působení mohou provádět pouze zkušené a odpovědné osoby, tj. psychologové, speciální pedagogové či sociální pracovníci. Intervence probíhá nejčastěji ambulantně (individuálně nebo skupinově) v prostředí poradny nebo na škole, kam klient dochází.

Veškerá činnost poraden je soukromou věcí klientů a jejich rodin. Informace o klientovi jsou sdělovány pouze v případě informovaného souhlasu klienta třetí straně (třetí stranu představuje i škola a je na zákonných zástupcích dítěte, zda informace zpřístupní). Respektuje se ochrana práv a osobních údajů klienta (Knotová, 2014).

2 Třídnické hodiny

V této kapitole se zaměřím na popis třídnických hodin a jejich podstatu ve školním prostředí. Třídnické hodiny definují například Lidická a Šmatláková jako: „*Třídnické hodiny pojaté jako chvilka sdílení, možnost ventilace toho, co nás trápí, z čeho máme radost, jsou potom velmi účinným nástrojem, jak dát studentům najevo, že máme i my zájem o ně jako o lidské bytosti, nikoliv jen jako o nádoby na vědomosti.*“ (Lidická, Šmatláková, 2018, s. 6)

Jedná se tedy o vzácně strávený čas mezi učitelem a žáky, při kterém nedochází k předávání učiva podle školního vzdělávacího programu, ale k předávání a sdílení vlastních témat, které chtějí žáci řešit a prodiskutovat. Na třídnických hodinách není potřeba vymýšlet pouze složité aktivity. Na těchto společných hodinách jde o více – žáci se učí sociálnímu vnímání (Lidická, Šmatláková, 2018).

Dubec (2007) uvádí: „*Necháme-li žáky pravidelně sdělovat, co se jim ve třídě líbí a co ne, vede k tomu, že se podaří podchytit a často i vyřešit řadu problémů, které jinak často přerostou do takřka neřešitelných problémů.*“ (Dubec, 2007. s. 4)

Ve řadě případů se počínající problémy v kolektivu dají pomocí třídnických hodin odstranit nebo začít aktivně řešit, a může se zamezit jejich rozvoji. Často stačí, aby žáci, potažmo studenti, pouze sdělili své starosti a názory, které je trápí. Toto sdělení silně napomůže k vytvoření a utužení atmosféry bezpečí a důvěry ve školním kolektivu a posílí vztahy mezi jednotlivci, a i vztah třídy s učitelem, který se o kolektiv aktivně zajímá. Není potřeba vždy všechno vyřešit, často stačí pouhé naslouchání a pochopení. Pocit sounáležitosti, sdílení stejných i opačných názorů nebo naslouchání situací ostatních přináší pocit, že daný problém neovlivňuje pouze konkrétního jednotlivce, ale že podobné problémy sdílí další jedinci, a i oni se s nimi musí určitým způsobem vypořádat. I k tomu mohou sloužit třídnické hodiny, na kterých se mohou sdílet nápady ostatních spolužáků, jak daný problém nebo situaci vyřešit.

Pro učitele je velmi přínosné konat třídnické hodiny. Nejen že prokazují zájem o žáky a dozvídají se tak podstatné informace o své třídě, které by v rámci běžné hodiny získali jen těžko, ale zároveň pokud na chvíli opustí roli učitele a stanou se součástí „komunitního kruhu“, bude pro žáky přijatelnější přijmout jejich role v kolektivu. Třídnické hodiny

mohou i pozitivně přispět k sestavování pravidel kolektivu, které mohou napomoci při řešení vzniklých neshod ve třídě. Zároveň správně vedené třídnické hodiny pomohou vytvořit pocit důvěry ke svému třídnímu učiteli, ke kterému se mohou přijít vypovídat, sdílet své radosti nebo trable, či ho brát jako někoho, komu se žáci nebojí říct i bolavá témata (Lidická, Šmatláková, 2018).

Třídnické hodiny jsou tedy nedílnou součástí společného času žáků a učitelů, při nichž by mělo docházet k rozboru připomínek, problémů či jiných podstatných okolností, které se v kolektivu objevují. Tyto hodiny by se měly pravidelně uskutečňovat, protože jejich význam nespočívá pouze v hraní různých her a odpočínutí si od probírané látky. Tyto hodiny a připravené aktivity napomáhají překonat překážky, které mohou způsobit vážné školní i mimoškolní problémy. Díky pravidelnosti a správnosti vedení třídnických hodin se můžeme jako třídní učitelé zaměřit na řadu důležitých faktorů – například prevence sociálně patologických jevů, schopnost samostatně se vyjadřovat a komunikovat se spolužáky, podporovat vztahy ve třídě, dále vést žáky ke schopnosti formulovat a představit svůj názor před kolektivem, včetně učitele. Tudíž správně vedené třídnické hodiny nepopíratelně rozvíjejí osobnosti žáků společně s jejich dovednostmi a podporují zdravé způsoby chování ve třídním kolektivu i mimo něj (Skácelová, 2012).

Pravidelné sdílení žákovských názorů a postojů k určitým okolnostem, které se dějí ve třídě, vede k otevřenosti mezi jednotlivci a přináší možnost řešit aktuální problém v jeho počátku. Tímto způsobem je možné vyvarovat se vzniku neřešitelných situací, které mají počátek vzniku v kolektivu již hluboce zakořeněn a bude velmi obtížné, ne-li zcela nemožné, tento problém vyřešit. Každé škole se pomocí těchto hodin otevírají možnosti řešení problémových situací, do kterých spadá například šikana, rasismus, vyloučení dítěte (OMJ, Romové, cizinci) z kolektivu atd. Všechny tyto vyjmenované situace nejsou raritou a vzácností, naopak se vyskytují ve školském prostředí čím dál častěji, a je zapotřebí, aby o nich pedagogové a školní pracovníci věděli a znali možné postupy, kterými mohou zamezit rozvoji těchto problémových situací (Dubec, 2007).

2.1 Třídnické hodiny v kontextu vzdělávání

Na otázku, proč je vhodné do školního plánu zařazovat právě třídnické hodiny, jsem vybrala odpovídající definici od Skácelové (2012): „*Protože dlouhodobá a systematická práce se jeví jako nejvhodnější a nejužitečnější.*“ (Skácelová, 2012, s. 9)

Mezi další odpovědi na tuto klíčovou otázku patří rozhodně i možnost zabránit rozvoji sociálně patologických jevů nebo eliminovat vznik problémů v třídním kolektivu. Dále třídnické hodiny vedou k posilování vztahů mezi jedinci ve třídě, k rozvíjení dovedností a osobnostních charakteristik žáků, učí žáky formulovat vlastní názory a respektování názorů druhých a vedou žáky k samostatnosti a převzetí zodpovědnosti za vlastní činy. Jedná se tedy o faktory ovlivňující pozitivní působení žáků ve třídě, které ústí ke zlepšování klimatu a atmosféry třídy (Skácelová, 2012).

Neméně důležitý význam mají třídnické hodiny i k plnění vzdělávacích cílů, které jsou formulovány v rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání (RVP ZV). Cíle, které lze naplňovat pomocí správně vedených třídnických hodin, jsou například:

- „*vést žáky k všestranné, účinné a otevřené komunikaci;*
- *rozvíjet u žáků schopnost spolupracovat a respektovat práci a úspěchy vlastní i druhých;*
- *připravovat žáky k tomu, aby se projeví jako svébytné, svobodné a zodpovědné osobnosti, uplatňovali svá práva a naplňovali své povinnosti;*
- *vytvářet u žáků potřebu projevit pozitivní city v chování, jednání a v prožívání životních situací; rozvíjet vnímavost a citlivé vztahy k lidem, prostředí a přírodě;*
- *vést žáky k toleranci a ohleduplnosti k jiným lidem, jejich kulturám a duchovním hodnotám, učit je žít společně s ostatními lidmi“ (RVP ZV, 2021, s. 9)*

Vzdělávací cíle RVP ZV jsou vytvořeny tak, aby za ideálních podmínek došlo u většiny žáků k osvojení náležitých všeobecně-vzdělávacích znalostí a dovedností. Zároveň kladou důraz na to, aby si žáci vstúpili i základní morální hodnoty a dokázali je využít a uplatnit v praxi. Vzdělávací cíle mají tudíž i přímou návaznost na rozvíjení klíčových kompetencí žáků i pomocí zařazovaných průřezových témat do školních vzdělávacích plánů (RVP ZV, 2021).

RVP ZV charakterizuje klíčové kompetence jako: „...*souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti.*“ (RVP ZV, 2021, s. 10).

V RVP ZV je uvedeno 7 základních klíčových kompetencí, včetně nově uznané klíčové kompetence digitální. Správné a promyšlené třídnické hodiny by měly rozvíjet zejména *kompetence k řešení problému, kompetence sociální a personální, kompetence občanské a kompetence komunikativní* (RVP ZV, 2021).

Třídnické hodiny nejsou určeny pouze žákům, ale i třídním učitelům, a to nejen kvůli informacím o třídě a o vztazích v kolektivu. Třídním učitelům tyto hodiny přináší i informace o postavení jejich osoby ve třídě. Ve třídě, kde se s žáky dobře znají a mají s nimi vybudovaný silný a pozitivní vztah, se jim i žákům bude lépe učit a celkově působit. Učitel, jehož cílem je pouze předat učivo žákům a nezaobírat se žákovskými pocity, potažmo názory, si uzavírá možnost s žáky kooperovat a domluvit se na kompromisu. Správný třídní učitel se stává jakousi „vrbou“, která nemusí komentovat žákovské názory a postoje, dokonce nemusí mluvit vůbec. Jeho role spočívá zejména v naslouchání a respektování názorů ostatních a nevnucování názorů svých. Může s nimi žáky obeznámit, ale rozhodně by je neměl nutit k přijetí jeho postojů (Lidická, Šmatláková, 2018).

2.2 Kompetence školy k uskutečňování třídnických hodin

V kompetenci každé školy, respektive ředitele, je pravomoc v nastavení počtu třídnických hodin a způsob jejich uskutečňování během školního roku. Třídnické hodiny mohou být, podle platného rámcové vzdělávacího programu, zavedeny dvěma možnostmi:

- 1) Ředitel školy je může začlenit do rozvrhu tříd, přičemž třídnímu učiteli je tato hodina započítávána do přímé pedagogické činnosti (22 hodin týdně). Při zavedení třídnických hodin platí pro pedagoga povinnost připravit si adekvátní náplň této hodiny společně s doprovodnými aktivitami.
- 2) Třídnické hodiny jsou na škole uskutečňovány nepravidelně, například 1x měsíčně. O jejich konání musí být s předstihem obeznámeni žáci, i rodiče a tyto hodiny

nespadají do přímé pedagogické činnosti učitele, nýbrž jsou hrazeny stejným způsobem jako například školní dozor (Fialová, 2017).

2.3 Struktura třídnické hodiny

Každou třídnickou hodinu je zapotřebí řádně promyslet, včetně její náplně, průběhu a vhodných alternativ činností. Jednotlivé aktivity by měly být zvoleny z určitého důvodu, například na podporu mezilidských vztahů, při podezření na šikanu ve třídě nebo se ve třídě vyskytuje odstrkovaný žák. Neméně podstatná je tedy učitelova znalost jeho třídy, jednotlivých žáků a situací, ke kterým ve třídě došlo. Zvolené aktivity by měly respektovat žákovské potřeby a měly by se setkat i se sympatiemi učitele, aby je byl schopen správně a efektivně předat svým žákům (Schmidová, Šmejkalová, 2012).

Před zahájením jakékoliv aktivity je zapotřebí žáky obeznámit s tím, co budeme na hodině dělat a k čemu jim vybraná aktivita bude. Zároveň neopomeneme žákům připomenout platná pravidla třídy, která nyní platí stejně jako kdykoliv jindy – neskáče se do řeči, to, co se zde dozvíme, zůstane mezi námi apod. Připomenutí těch nejdůležitějších bodů z desatera třídních pravidel může úzkostlivějším žákům pomoci se zbytku třídy otevřít a otevřeně hovořit o problému, nebo se alespoň zúčastnit aktivity. Úspěšnost vybraných metod a aktivit závisí na schopnosti třídního učitele vzbudit u žáků motivaci k účasti. K tomu, aby se třídnické aktivity setkaly s úspěchem je potřeba začít už u místa konání, ve kterém budou probíhat. Nejtypičtěji se odehrávají ve školní třídě. Nikde ale není psané pravidlo, že se nemohou konat venku, na školní zahradě, v tělocvičně, nebo na místě, kde to mají žáci rádi. Ne vždy je možné třídnické aktivity praktikovat venku nebo kdekoli jinde, a tak se zaměřím na školní třídu. V domovské třídě je zapotřebí, aby byla opravdu „třídní“. Měla by být vyzdobena dekoracemi nebo obrázky, které vytvořily samy děti, včetně materiálů, které vzniknou při třídnických aktivitách. V žácích tyto maličkosti vyvolají pocit bezpečí a snáze se dokážou vcítit do aktivit. Na druhou stranu máme-li ve třídě přítomné dítě s ADHD, či jinou podobnou diagnózou, budou je různé výzdoby rozptylovat a budou bránit v jejich koncentraci.

Náplň třídnické hodiny se ve školním prostředí musí většinou vejít do 45 minutových celků, přestože ideálním časem pro aplikaci třídních aktivit je minimálně 90 minut. I přesto

se s tímto časem dá vystačit.

Obecná struktura třídnické hodiny se rozložena do tří etap:

1. Úvod „*Naladění se na sebe*“ – seznámení se s aktivitou, rozehrívání, připomenutí pravidel, rozehrívací aktivity
2. Hlavní aktivita – aplikace vybrané aktivity
3. Závěrečná reflexe – prostor pro závěrečnou diskusi, dotazy, připomínky, zpětná vazba k žákům

První etapa by měla trvat přibližně 7-10 minut, což závisí na pravidelnosti třídnických hodin. Při pravidelnosti se čas rozehrívacích aktivit může zkrátit, ale aktivita bude i tak efektivní. Během tohoto časového úseku se praktikují nejčastěji pohybové hry nebo aktivity na zklidnění, které přispívají k navození veselého a bezpečného prostředí. Proto by neměly být tyto aktivity opomíjeny, a to zejména z toho důvodu, že se dítě nemusí tak snadno vcítit do připraveného hlavního programu a může tak selhat i sebevíc perfektní plán třídnické hodiny.

Druhá etapa představuje hlavní program hodiny. Měla by jím být aktivita, která žákům přinese nové zkušenosti, a zároveň i jejich pohled na věc a možná řešení. Žáci mohou pracovat ve dvojicích, v menších skupinkách nebo jako celý kolektiv dohromady. Před zahájením určité činnosti musí učitel žáky k aktivitě motivovat, vysvětlit její podstatu a pravidla. Následně nechá žáky samostatně (nebo ve skupinkách) pracovat a učitel funguje jako mentor a průvodce činností (Fialová, 2017).

Třetí etapa představuje prostor pro závěrečnou diskusi, sdělení názorů a myšlenek vzešlých z konkrétní činnosti. Každý jedinec, který je členem komunitního kruhu, by měl, pakliže neodmítne, vyjádřit své myšlenky, které ho u aktivity napadly. Zmínit, co nového si odnáší nebo co ho překvapilo, a jaké nové zkušenosti si pomocí této aktivity zvnitřnil.

V závěru je i prostor pro nové nápady a připomínky žáků ohledně průběhu činnosti pro příští hodiny (Dubec, 2007).

Jedná se o zpětnou vazbu žáků k učiteli. Je velmi důležité mít na paměti, že bez řádně ukončené aktivity není možné dosáhnout požadovaného cíle, a proto by se měla závěrečná diskuse upřednostňovat nad hlavní aktivitou. Učitel musí také počítat s tím, že určité hry/aktivity povedou k hlubšímu zamyšlení jedinců a budou si chtít důvěrněji s učitelem

pohovořit. Učitel by měl být pro žáky vždy oporou a neměl by před jejich problémy zavírat oči. Je ale podstatné, aby při řešení individuálních problémů žáků zůstaly zachovány pevné hranice ve vztahu učitel/žák (Fialová, 2017).

Pedagogické klíčové kompetence, jako například komunikační dovednosti, schopnost naslouchání, empatie, role podporovatele, ale i diagnostika jsou velmi důležité pro zachování vřelých vztahů mezi učitelem a žákem. Pokud jsou tyto dovednosti naplněny, umožňují žákům se více otevřít a otevřeně o problému hovořit. Z toho plynoucí emoce a pocity mají rozhodně své místo při konání třídnických hodin. Jako učitelé ale nesmíme žáky do emočních stavů nutit, potažmo jim aktivitami cíleně ubližovat. Stejně tak se učitelé nemohou pouštět do psychologických intervencí a terapií, protože většinou nemají adekvátní vzdělání. Mnohem lepší je kontaktovat příslušnou osobu (školní psycholog, metodik prevence), která má vzdělání na to, aby provedla případnou psychologickou diagnostiku (Schmidová, Šmejkalová, 2012).

2.4 Třídní učitel

Již v 16. století uvádí Jana Amos Komenský ve svém díle Velká didaktika nedílnou a nepostradatelnou činnost jednoho učitele ve skupině dětských jedinců. V příručce Jak být dobrý učitel se uvádí, že: „*V současném školském systému se od třídních učitelů podle oficiálních zdrojů očekává především plnění koordinačních a integračních funkcí.*“ (Hermochová, 2009, s. 4)

Do těchto třídnických funkcí bychom zařadili například péči o kolektiv dětí, budování kvalitního a důvěrného klimatu ve třídě, rozvoj kooperace a týmových prací v kolektivu, aktivního přístupu dětí k učivu i k problémům, komunikace s rodinami žáků, motivace jedinců a podobně. Všechny tyto funkce vyžadují aktivní přístup učitele, včetně snahy inovovat, vymýšlet nové způsoby, jak žáky motivovat k lepším výsledkům, lepší spolupráci, nebo zkoušet nové metody řešení různých problémů.

Třídnictví, jak by se na první pohled mohlo zdát, nekončí za dveřmi třídy. Třídnictví přesahuje hranice třídy, potažmo školy, protože třídní učitel musí pracovat nejen se „svými“ dětmi, ale taktéž s jejich rodinami. Byť se jedná o různé souhlasy, podpisy či různé formální/neformální podávání informací. Dále třídní učitel spolupracuje s vedením

školy a je zodpovědný za události, které se v jeho třídě odehrávají (Hermonchová, 2009). Formálně se třídním učitelem může stát jakýkoliv člen pedagogického sboru a jeho pověření je v přímé pravomoci ředitele školy. Náplň práce třídního učitele je rozdělena do dílčích částí. První částí je *Vzdělávání ve třídě a řízení výchovy*, kam spadají například péče o žáky, sledování a hodnocení vývoje jednotlivců, tvorba důvěrného a klidného klimatu třídy, s čímž souvisí i řešení vzniklých problémů. Třídní učitel spolupracuje a komunikuje s ostatními členy pedagogického sboru, se kterými konzultuje případné kázeňské postupy (navrhuje výchovná opatření) a včasně informuje zákonné zástupce žáků o vzniklých problémech. Zároveň má třídní učitel možnost spolupracovat s metodikem prevence či školním psychologem. Do této oblasti dále spadá také kompetence třídního učitele, který může doporučit konkrétním žákům vyšetření v pedagogicko-psychologické poradně. Další oblastí, která spoluvytváří náplň práce třídního učitele, jsou *organizační záležitosti*. Do této oblasti spadá například obecná informovanost třídního učitele o pokynech a novinkách pocházejících od vedení školy. Mezi další organizační záležitosti patří schopnost vytvářet a organizovat mimoškolní aktivity, organizovat a vést třídní schůzky + individuální konzultace s rodiči, a připravovat třídnické hodiny, včetně jejich uskutečnění ve školním roce. Pravidelnost třídnických hodin se odvíjí většinou od vlastního uvážení třídního učitele.

Co dále musí třídní učitel splňovat je *dokumentace*, která spočívá zejména ve vedení třídní knihy – zapisování absencí, známek, omluvených hodin aj., dále vedení výkazu o třídě a v neposlední řadě by měla existovat složka, ve které jsou veškeré podstatné informace o jeho žácích (včetně zdravotního stavu, informace o specifických poruchách dítěte, informace o OMJ žácích či jakékoliv poznámky ke konkrétnímu dítěti). *Materiální oblast* – ta seznamuje třídní učitele o jejich zodpovědnosti za třídnickou místnost (pořádek ve třídě, majetek, výzdoba, ale i ICT vybavení či jiné vybavení sloužící k výuce, např. učebnice, pracovní sešity, materiály k výuce aj.). V neposlední řadě leží třídním učitelům na bedrech *péče o zdraví a bezpečnost svých svěřených žáků*. Třídní učitel musí konat pravidelné poučení žáků o bezpečnosti na škole, i mimo ni (postup při požáru, postup při mimořádných událostech aj.). Dále žáky seznamuje s pravidly školy, školním řádem, chováním ve škole během přestávek, hodin, školních akcí, a i během školních prázdnin. V rámci konání třídnické práce a vytváření dobrého a důvěrného klimatu ve třídě, by měl

třídní učitel, jakožto člověk, který tráví velký časový úsek se svými žáky, rozpoznat také symptomy rizikového chování a včas jej podchytit. To je také důvod, proč by měl třídní učitel spolupracovat nejen s metodikem prevence, ale také například s výchovným poradcem, nebo školním psychologem, je-li na škole přítomen (Třídní učitel a jeho role ve výchovně-vzdělávacím procesu).

K tomu, aby se pedagog stal dobrým třídním učitelem, nestačí dodržovat pouze výše uvedenou náplň jeho práce. Mimo obecných pedagogických povinností a pravomocí, by měl správný třídní učitel disponovat *specifickými kompetencemi*. Mezi první patří *komunikační schopnosti*. Ty jsou založeny na empatii, porozumění a naslouchání. Třídní učitel musí být schopen komunikovat nejen se svými žáky, ale i s rodiči, s ostatními pedagogickými pracovníky či s vedením školy. Jeho vstřícný a vnímavý přístup ke všem stranám je základním pilířem pro vytvoření pozitivních vztahů a vytvoření přátelské a důvěrné atmosféry, potažmo atmosféry bezpečí. Další kompetencí třídního učitele je *psycho-didaktická pravomoc*, která spočívá zejména ve tvorbě pozitivního klimatu třídy. V řešení kritických situací a usměrňování jednotlivců. Dále by v rámci této pravomoci měl třídní učitel plnit roli opory pro žáky a být zde pro ně v případě, že potřebují vyslechnout nebo podržet. To, jak žáci vnímají svého třídního učitele, velmi silně ovlivňuje atmosféru ve třídě – pokud z něho necítí oporu ani podporu v krizových situacích, nemůže se dobré klima třídy nikdy vytvořit. Role *diagnostická a intervenční*, další kompetence, která umožňuje třídnímu učiteli udělat si obrázek o nově vznikajícím kolektivu, popřípadě i o již vzniklém kolektivu a za pomoci pedagogických zkušeností a znalostí tento soubor jedinců pozorovat. Adaptační kurzy, exkurze, školní výlety a další akce jsou vhodné pro rozvíjení této kompetence. V rámci těchto aktivit má třídní učitel možnost poznat své žáky z jiného pohledu, než je zná ze školních lavic – všímá si vztahů mezi jednotlivci, má možnost vypozorovat náznaky šikany, ostrčených dětí nebo jiných výchovných problémů. V případě, že objeví některé výchovné, kázeňské, morální či jiné problémy, měl by je náležitě řešit, například za pomoci různých třídnických aktivit zaměřených na konkrétní téma – začlenění neoblíbeného žáka, podchycení šikany, vysvětlení morálních hodnot aj. *Poradenská kompetence* se částečně odvíjí od kompetence komunikační. V rámci této schopnosti se správný třídní učitel jeví jako poradce nejen pro žáky, ale i pro rodiče. Měl by být schopný navrhnout adekvátní řešení vzniklých problémů, popřípadě vědět a poradit

rodičům, na koho se mají v konkrétní situaci obrátit (PPP, školní psycholog aj.). Co se v poslední době ukazuje jako velmi podstatné je udržování častého kontaktu s rodiči problematických dětí, aby se situace řešila průběžně, a ne 2x ročně na třídních schůzkách. Poslední, ale rozhodně neméně důležitou specifickou pedagogickou kompetencí je *sebereflexe*. Ta není důležitá pouze při procesu učení a zhodnocení, zda se mi jako učiteli hodina povedla či nikoliv. Sebereflexi by měli učitelé pravidelně aplikovat. Pozorovat své jednání při řešení krizových, ale i obyčejných situací, hodnocení svých činů a rozhodnutí vede k sebereflexi. Ta může pedagogy obecně, nejen třídní učitele, posouvat dále a poukázat na chyby, které dříve udělali. *Chybami se člověk učí*, a to platí nejen pro žáky... (Hermochová, 2009).

Vedle náplně práce třídního učitele a jeho specifických kompetencí se v jeho činnosti uplatňuje zejména jeho osoba. Jeho natura, to, jak se staví k žákům, jak je empatický, vstřícný, milující, zodpovědný nebo naopak přísný, nepřející, direktivní, který svým žákům nic neodpustí. Osobnost třídního učitele se promítá do jeho činností, a přestože nepřející učitel bude plnit náplň své práce do puntíku správně, nikdy nedosáhne takového úspěchu a pocitu sounáležitosti od žáků, jako učitel, který je k žákům milý, vstřícný a žáci z něho cítí oporu. Obecný recept „jak na žáky“ a jak získat přirozenou autoritu neexistuje. Můžeme se ale nechat vést tímto návodem: „*Co však platí vždy, bez ohledu na osobnost třídního, a platí to jak při výchově v rodině, tak při výchově ve škole, je toto: 1. stanovení pravidel, 2. důslednost, 3. respektování osobnosti každého žáka.*“ (Třídní učitel a jeho role ve výchovně-vzdělávacím procesu, s. 5)

2.5 Třídní klima

Většina lidí si pod pojmem třídní klima představí zejména pocit bezpečí, sounáležitosti a respektu ve třídě. To je nesporné, avšak je potřeba vědět, jaké faktory se na klimatu třídy podílejí. Je možné je rozdělit do dvou skupin, a to na fyzikální faktory, kam spadá například osvětlení třídy, dobře vyvětraná místnost nebo vybavení třídy. A druhou skupinou jsou psychosociální faktory. Sem patří vztahy ve třídě nebo přítomnost aktuálních či dlouhodobých problémů.

Zde je potřeba ujasnit rozdíl mezi klimatem ve třídě a atmosférou třídy. Klima představuje dlouhodobý stav, ve kterém se třídní kolektiv nachází – dobré vztahy, problémové vztahy,

vzájemný respekt aj. Naopak atmosféra třídy ukazuje pouze aktuální stav třídního kolektivu – řešení současného problému, krize v kolektivu aj. Atmosféra třídy není tedy trvalým stavem, a proto je možné, že se v tomto období ve třídě proměňují vzájemné sympatie a antipatie mezi jednotlivými členy. Zejména vztah žáků k učiteli, pakliže řeší aktuální a vážný problém, z čehož vyplývají nepříjemné sankce pro jednotlivce. Pokud je ale učitel ve třídě oblíben a přispívá průběžně k dobrému klimatu třídy, bude čelit antipatiím ze strany žáků nejspíše jen krátkou chvíli (Čapek, 2010).

Třídní klima se neustále formuje a na jeho rozvoji se podílejí členové kolektivu průběžně vědomě i nevědomě. Vytváří se nejen ve školním prostředí, ale také na školních akcích nebo výletech. Cizí pozorovatel nedokáže, ani pomocí tabulek, či zapisováním do připravených archů, posoudit kvalitu třídního klimatu. Nejlépe dokáže popsat třídní klima právě ten, kdo je jeho opravdovou součástí, a to jsou žáci společně s učitelem.

Některé zdroje uvádějí, že na klimatu třídy se nejvíce podílejí žáci. Ať už se jedná o spokojenost jedinců ve třídě, schopnosti pomoci druhému, respektování názorů ostatních, nebo jaká panuje vzájemná rivalita mezi jedinci. Další zdroje zastávají spíše názor, že největším tvůrcem třídního klimatu je učitel. Ten se na utváření klimatu podílí svými názory, vedením žáků, nastavením pravidel, které se dodržují nejen ve školním prostředí a které žákům pravidelně vštěpuje, například při různých didaktických hrách (Dubec, 2007). Obecný závěr je takový, že na utváření klimatu třídy se podílejí obě složky – jak učitel, tak žáci a obě strany jsou za něj zodpovědné.

Dobré klima ve třídě přispívá k celkové spokojenosti všech jedinců, nebo dále v lepší motivovanosti žáků k lepším výkonům. Žáci se před sebou nebojí mluvit otevřeně, respektují názory druhých, pomáhají si.

K tomu, aby ve třídě panovalo příjemné klima je zapotřebí ctít základní zásady:

Pro žáky i učitele:

- Podporovat se navzájem a vzájemně se motivovat (komunikace)
- Respektovat třídní pravidla, mít je umístěné na viditelném místě ve třídě
- Být odpovědní za své činy, potažmo chování
- Příjemné a bezpečné prostředí (výzdoba třídy „útulný prostor“; psychická i fyzická bezpečnost + řešení problémových situací)

Pro učitele:

- Nezvyhodňování jednotlivých žáků – rovný přístup ke všem
- Vedení žáků k lepším výkonům – dobře zadané úkoly, posouvání hranic znalostí
- Projevovat zájem o svůj obor a obeznámit žáky o jeho praktickém využití v životě

Pro učitele, zejména pro třídní učitele, je stěžejní, aby svou třídu znali a věděli, jak řešit problémové situace a na koho se, popřípadě obrátit. Správný učitel by měl žáky vést k lepším studijním, ale i mezilidským výsledkům (respekt k druhému, naslouchání, nestydět se za své názory apod.). Dále žákům přenechá volnost a zodpovědnost v situacích, ve kterých si dokážou sami poradit. To vede ke zlepšování schopnosti samostatně jednat a dobrat se k tíženému výsledku bez pomoci druhé osoby. Tím napomáhá žákům v seberealizaci (Čapek, 2010).

2.6 Měření kvality třídního klimatu

Jak jsem již uvedla v předchozí kapitole, nejlépe svůj kolektiv a jeho klima znají jeho tvůrci – žáci a učitel. I přesto je dobré zkoumat třídní kolektiv nejen pocitově a vizuálně, ale i pomocí kvalitativních či kvantitativních metod. Tyto metody pedagogům, pomohou zjistit, co se ve třídě děje a jestli se vyskytuje nějaký problém. Nejlepší metodou pro zjišťování kvality třídního klimatu je kvalitativní metoda rozhovoru, mezi čtyřma očima. Může se jednat o rozhovor učitelem vyvolaný (s žákem, u kterého si učitel všimne jisté změny v chování) nebo iniciovaný žákem, který svého učitele vyhodnotil jako adekvátního pro řešení stávajícího problému.

Další metodou zjišťování je skupinový rozhovor. Ten se může uskutečnit například v rámci třídnické hodiny, kde se učitel zaměří na konkrétní problém, na který má ve třídě podezření (učitel může vycházet z předem vytvořených a žáky vyplněných dotazníků). V rámci třídnické aktivity se připomenou pravidla třídy a umožní se každému promluvit, uvést svůj názor a vyjádřit se k věci. Díky tomuto zásahu, ať rozhovoru soukromému, či „diskusi“ se může problém podchytit v jeho základech a nemusí se rozvinout.

K měření kvality třídního kolektivu se mohou využít dále i kvantitativní metody – dotazníky. V dotaznících je dobré využít pestrou paletu otázek: otevřené, uzavřené, uzavřené s možností volby, obrázkové, nebo kreslicí. U malých dětí se doporučuje více

obrázků, na úkor textu.

K dispozici je několik typů dotazníků, například:

- **dotazníky B3 a B4**, vytvořené R. Braunem. Tyto dotazníky zkoumají zejména vztahy mezi vrstevníky ve třídě. Jsou poměrně složité, a tak je potřeba je důkladně žákům vysvětlit.
- **Dotazník MCI** (my class inventory) – tento dotazník sleduje třídní klima panující pouze na jednom vybraném předmětu. Je vytvořen pro žáky 3. až 6. tříd základních škol a zkoumají se například otázky vztahující se k soutěživosti ve třídě, obtížnost látky, soudržnost ve třídě a další faktory;
- **Dotazník CES** – dotazník pro žáky 7.-9. tříd ZŠ a 1.-4. ročníky SŠ; je zaměřen na zkoumání vztahů ve třídě, vstřípení třídních pravidel, role učitele ve třídě a schopnosti žáků vyznat se v zadaných úkolech (Čapek, 2010).

2.7 Třídní kolektiv

„Třídní kolektiv je dětská sociální skupina, která se vyznačuje vnitřní strukturou a hierarchií a také dynamikou. Jsou v ní děti přibližně stejného věku, rostou a vyvíjejí se.“ (Fialová, 2017, s. 14).

Jedná se tedy o malou sociální skupinu, v níž probíhají různé sociální procesy. Například ujasňování rolí ve společnosti, interpersonální komunikace, motivace k výkonům/ demotivování a jiné. Všechny členy této sociální skupiny spojuje společný cíl – dokončit úspěšně studium. Uvnitř této sociální skupiny si postupem času jedinci svým chováním a jednáním získávají pozice ve třídě – vedoucí, podřízení či osoby mimo stojící. V průběhu času se ale tyto pozice mohou měnit, s přibývajícimi rozumovými vlastnostmi, postoji, názory či obměnou kolektivu. Tento proměnlivý jev označujeme termínem skupinová dynamika.

Třídní kolektiv vzniká 3 nejčastějšími způsoby:

- náhodně – nerozlišuje se podle znalostí, dovedností, nejčastěji rozhoduje abeceda a věk dětí
- diferenciovaně – rozhodují specifické schopnosti dětí

- výběrově – kolektiv je tvořen dětmi, které disponují určitou dovedností, např. vynikající plavec se dostane na prestižní sportovní gymnázium (Fialová, 2017).

2.7.1 Kolektiv jako proměnná v čase

Třídní kolektiv a klima v něm se v průběhu školních let formuje, mění a získává jinou podobu. Souvisí to s aktuálním děním ve třídě, mentální úrovní žáků, podporou učitele a celkovými vztahy mezi jedinci.

Žáci jsou velmi významnými tvůrci svého kolektivu a převážně oni se podílejí na jeho dynamice. Role učitele, jako spolutvůrce dobrého třídního kolektivu, se v průběhu školních let mění. U žáků mladšího školního věku je role učitele v kolektivu nezastupitelnou.

Mladší žáci přijímají svého třídního učitele za velmi důležitou osobu v jejich životě a nepopírají jeho autoritu. V tomto období má učitel (učitel na 1. stupni) obrovskou zodpovědnost za formování a správné fungování kolektivu a za sociální rozvoj jedinců, kteří ho tvoří. Je schopen svou třídu ovlivňovat jak pozitivně, tak negativně ve smyslu podcenění vážnosti situace, nemotivování žáků k utváření pozitivních vztahů ve třídě nebo motivace k lepším studijním výsledkům či nadržování jednotlivcům. Šikana a nepřijímání některých jedinců do kolektivu je v tomto věku velmi častým problémem. Šikanovaným nebo odstrčeným dítětem může být žák s odlišným mateřským jazykem, jiné barvy pleti, odlišné tělesné konstituce apod., které přispívají k vyřazení jedince z kolektivu. Důležité je mít na paměti, že u žáků mladšího věku se nespokojenost a pocity úzkosti ze školního prostředí promítají do psychosomatických problémů – nechut' k jídlu, bolesti břicha, hlavy, zamyšlenost, plačtivost a podobně. Správný učitel by si měl těchto jevů všimnout a pracovat s kolektivem tak, aby eliminoval výskyt nenávisti vůči odlišným jedincům a vzbudil v žácích empatii, solidaritu a schopnost kooperace se spolužáky.

Učitel by měl žáky dále vést k samostatnosti, ke zlepšování sociálních dovedností a zejména by se měl snažit, aby jeho role ve třídě byla pouze „průvodcovská“. Je to ta osoba, která se pokusí zakročit v krizové situaci nebo dovysvětlí látku, která nebyla pochopena, ale vždy se snaží, aby se na řešení podíleli i žáci samotní.

U žáků středního školního věku (9-12 let) trochu ochabuje absolutní podřízenost a respekt k autoritě učitele, i přesto je ale učitel velmi důležitou součástí kolektivu a na formaci a vedení školní třídy se podílí velkou měrou.

V tomto časovém období si žáci začínají uvědomovat svou roli ve společnosti, formují se jejich názory a postoje k určitým situacím. Vytváří se pevnější vztahy mezi jednotlivci, zejména dvojice a menší party. Kolektiv většinou není tvořen soudržnou skupinou žáků, ale je diferenciován na menší skupinky. Učitel může k formování dobrého kolektivu již v tomto věku napomoci různými třídnickými aktivitami, které vedou k utužování interpersonálních vztahů, dále k řešení problémů, nebo poznávání sebe samých. Starší školní věk (12-15 let) bývá nejsložitějším obdobím ve formování kolektivu a celkového bytí. Chlapci a dívky nejsou na stejné mentální úrovni. Dále vývoj každého jedince v kolektivu je odlišný a je spojen s pubertálním obdobím. Tyto jedince ale spojuje spousta společného, například snaha zažít pocit úspěchu, schopnost samostatně se rozhodovat, být úspěšný aj. (Čapek, 2010).

Učitel v tomto období čelí spoustě překážek. Žáci vidí jeho chyby i nedostatky, kterými učitel disponuje a patřičně mu dávají najevo jejich nesoulad s nimi. V této etapě jejich života jsou schopni, pakliže mají společný cíl (byť je jím odpor vůči autoritě učitele), vytvořit kompaktní celek, který si jde za svým. I když by se mohlo zdát, že v tomto věku žáci netouží po autoritě, lépe řečeno, ji odmítají, není tomu tak. Jedinci v tomto věku hledají osobu, ke které by mohli vzhlížet. Bude jím osoba, která je pro ně zajímavá, chytrá, vzbuzující respekt, a z které cítí lásku vůči jejich osobě (Kohoutek, 2005).

2.8 Třídní pravidla

Aby mohly třídnické hodiny probíhat v uvolněné a klidné atmosféře, ve které se ani žáci ani učitel nebude bát promluvit a svěřit se, je zapotřebí, aby byla dodržována základní kolektivní pravidla. Je téměř nezbytné, aby se na třídních pravidlech podíleli žáci dané třídy. Žáci budou na pravidla, které si sami ustanovili, brát větší zřetel. Budou se je snažit dodržovat, protože i oni sami si přejí, aby se určitý nepříjemný jev v jejich třídě nevyskytoval. A v případě, že někdo ze třídy některé z pravidel poruší, bude připraven trest (ideálně také žáky vymyšlen). Může se jednat o týdenní službu ve třídě, mytí tabule nebo trest v podobě tělocvičného prvku – 30 kliků/dřepů a podobně, které navíc ještě osvěží atmosféru ve třídě (Fialová, 2017).

Třídní pravidla by se měla nejlépe nastavovat právě na začátku školního roku a během třídnických hodin, kdy je čas a prostor na vymýšlení pravidel. Třídní učitel musí žáky

obeznámit o tom, k čemu tato pravidla budou sloužit, jaký smysl mají a proč je vlastně ve třídě nastavují. V třídních pravidlech by se měly odrážet žákovské potřeby, a proto při jejich tvorbě necháme žákům určitou volnost. Při finální formulaci pravidel dbáme na pořekadlo „méně je více“, to znamená, že počet pravidel by neměl překročit číslovku deset, protože se vzrůstajícím počtem pravidel, klesá schopnost zapamatovat si je všechna a pro žáky bude obtížné je dodržovat. Dalším důležitým bodem je konkrétní formulace pravidla, např. *oslovujeme pouze křestním jménem nebo neprovokuji spolužáka, když vidím, že se mu mé chování nelíbí*. Je tedy potřeba, aby formulace byla jasná a pro žáka představovala jasnou definici nevyžádaného chování (Schmidová, Šmejkalová, 2012).

Při nastavování pravidel ve třídě je nutné taktéž zformulovat možné kázeňské postihy pro provinilce, kteří pravidla porušují. V neposlední řadě by měl učitel dbát na pochopení a adekvátní vysvětlení daného pravidla žákům, což napomůže jejich zvnitřnění.

V ideálním případě, když se na tvorbě třídních pravidlech budou žáci osobně podílet a sami je budou vymýšlet, bude pro ně jednodušší jejich dodržování.

Nejčastěji se ve třídách praktikuje *Desatero naší třídy*, které zahrnují například tyto pravidla:

- mluví vždy pouze jeden a to ten, který má slovo
- respektuji osobní prostor každého spolužáka
- každý má právo na svůj vlastní názor
- každý má právo říct NE aktivitě, která by narušovala jeho pocit bezpečí
- názory nebo připomínky druhých nezesměšňuji
- ...

K tomu, aby tato pravidla byla dodržována si je nestačí pouze zformulovat nahlas a jednou zapsat na tabuli. K dlouhodobému dodržování poslouží například kreativita žáků – můžeme žáky rozdělit do deseti skupinek, přičemž každá skupinka dostane za úkol ztvárnit jedno pravidlo na papír. Všech deset papírů se zakreslenými pravidly se následně vyvěsí na viditelné místo ve třídě a každý se je bude moct pravidelně přečíst.

Zároveň je vhodné udělat správce (jednotlivec, skupinky žáků) jednotlivých pravidel, kteří budou své pravidlo ve třídě střežit a dbát na jeho dodržování. Díky tomu nebude veškerá zodpovědnost za potrestání kvůli porušení pravidel na učiteli, ale sami žáci upozorní, že

spolužák porušil to nebo ono pravidlo.

V rámci efektivního dodržování pravidel je vhodné, když žáci názorně uvidí, jak by vypadalo dodržování nebo naopak porušení pravidel a jaká by následovala odměna či trest. Na třídnických hodinách je prostor pro takovou aktivitu – hraní rolí. Dvojice dostanou za úkol sehrát scénku, při které buď porušují nebo dodržují pravidlo a zbytek třídy musí přijít na to, o jakém pravidle je řeč a navrhnout řešení dané situace.

Důležitým a často opomíjeným faktem je, že tato pravidla, neplatí pouze ve třídě, ve které jsou vyvěšena a zejména nejsou limitována prostorem školy. Je důležité žákům vštěpovat fakt, že jimi nastavená pravidla k dobře fungujícímu kolektivu neplatí pouze v jejich třídě, ale i například v tělocvičně, na školním výletě, školní akci nebo na škole v přírodě (Fialová, 2017).

2.9 Problémové chování

V současné době se čím dál častěji objevuje fenomén zvaný problémové chování u dětí. Objevuje se nejen na školách, ale i v rodinách, u lékaře v čekárně, v obchodech a dále. Ve školách se stává velmi častým rušivým elementem ve výuce, který brzdí činnost učitele i dětí a snižuje pozornost a efektivitu jejich práce. Již běžnou situací, se kterou se setkávají nejen školy ale i rodiny, je odmítavý přístup žáků k plnění úkolů, za něž nepřichází náležité ocenění (například zvýšení kapesného, získání lepší známky aj.) (Navrátil, 2011). Pod problémovým chováním si člověk asi nejčastěji představí nekázeň, nepozornost či vyrušování při hodinách. Patří sem ale i velmi známá šikana nebo záškoláctví... Je toho ale mnohem víc, co spadá do kategorie problémového chování. Svě místo zde má i zármutek, stres, zneužití dítěte nebo kriminalita mládeže. S těmito jevy se učitelé setkávají velmi často a je potřeba, aby byli dostatečně vzdělaní a byli schopni tyto a spoustu dalších problémových situací řešit, včetně včasného kontaktování příslušného orgánu/osoby, nebo zákonného zástupce dítěte. Mezi základní pedagogickou vybavenost učitele by měla patřit právě schopnost rozpoznat počínající, potažmo již probíhající problém a zahájit vhodnou intervenci, v rámci ní by měl být schopen žáka/žáky vyslechnout a být jim oporou a rádcem. Mezi nejtypičtější obranné strategie chování u žáků, které by měly pedagoga upozornit na neobvyklou situaci jsou: lhostejnost, agrese a agresivita, nesoustředěnost, popření skutečnosti nebo nezájem. Zpozornit by měl i při drobných, ale častějších změnách

v chování žáků, u kterých se předtím nevyskytovaly žádné problémy s chováním. Většina výše zmíněných negativních problémů s chováním žáků lze vhodnými pedagogickými prostředky odstranit, pokud je včasné zahájen intervenční postup. Může se ale stát, že u některých jedinců může silný a dlouhodobý stres přivodit poruchy chování (porucha emocí, porucha chování) u nichž už je zapotřebí lékařské péče (kliničtí psychiatři a psychologové, krizová centra). Je tedy potřeba dokázat odlišit problémové chování od poruch chování (poruchy autistického spektra, ADHD a jiné), které nelze vyřešit pouhou pedagogickou intervencí, ale je zapotřebí terapií a náležité léčby (Kyriacou, 2005).

K řešení problémových situací můžeme jako třídní učitelé využívat právě i třídnické hodiny. Ty by měly být, v případě potřeby, zaměřeny na konkrétní problémy, které se v kolektivu buďto za a) vyskytují, za b) má na ně učitel pouhé podezření, či za c) si toto téma pedagog vybral jako vhodnou primární prevenci před vznikem problémového jednání svých žáků. U žáků je třeba rozvíjet mezilidské vztahy a situace, komunikaci – asertivní jednání, podporovat empatii a naslouchání druhým, respektování názorů ostatních, zvyšovat povědomí o svých právech a povinnostech, posilovat schopnost odolávat manipulaci od okolí a včasné si ji uvědomovat. Ke vštípení správných vzorců chování je zapotřebí žáky učit mimo-volním aktivitám, které alternují skutečné životní situace a na základě nichž si žáci osvojí adekvátní jednání. Aktivity na podporu správného chování, musí odpovídat žakovským znalostem, dovednostem a věkové kategorii žáků. Tyto činnosti cílí v první řadě na sociální vlastnosti jedinců, viz na žakovské postoje, normy, vzorce chování, názory a zájmy. Druhé významné působení je na rozvoj sociálních vlastností jedinců. Rozhodně by se neměl opomínat rozvoj charakterových vlastností jedince, jako například svědomitost, pečlivost či odpovědnost.

Samotný akt předvádění činnosti by měl názorně demonstrovat jednotlivé kroky, kterými bude situace řešena. V rámci předvádění vybraných situací jsou žáci vyzváni, aby vyhodnotili, zda byla situace vyřešena správně či chybně. Cílem aktivit je přimět žáky, aby byli schopni odhalit chybu v cizím či svém jednání a opravit ji. V případě, že situaci vyřeší žáci správně, mělo by přijít pozitivní a motivující hodnocení od mentora aktivity (učitel, vychovatel). Pro obě strany, jak pro žáky, tak pro mentora aktivit platí obecně nastavená pravidla. Mentor by neměl vyjednávat a ustupovat. Pokud toto nedodrží, žáci nabydou dojmu, že se takto mohou chovat i v reálných situacích a každá situace půjde vyřešit i jinak.

Zároveň je podstatné, aby byl mentor žákům neustále na blízku a žáky činnostmi prováděl, radil, popřípadě poskytl zpětnou vazbu a v případě špatného jednání žáky vyzval k opakování situace s jiným modelem chování (Navrátil, 2011).

Intervenovat nemusí jen třídní učitel, tuto činnost mohou vykonávat i ostatní pedagogové na konkrétní škole a účastnit se tak výchovného procesu. Je důležité, aby každý pedagog znal své hranice a odpovědnost za své konání, aby svými činy situaci ještě více nezhoršil a nezkomplikoval. Je tedy vhodné se raději poradit nebo rovnou zkontaktovat poradenské služby školy, respektive metodika prevence a další, kteří jsou do této problematiky zasvěceni a poskytnou vhodný intervenční zásah (naslouchání a empatie, zjišťování okolností vzniku problematického chování a návrh ideálního postupu) (Kyriacou, 2005).

3 Třídnické aktivity

V této kapitole se zaměřím na samotnou náplň třídnických hodin. Pomocí třídnických aktivit mohou učitelé žáky seznamovat, povzbudit, protáhnout, vyzkoušet si mezilidskou komunikaci, řešit problematické situace v životě, potažmo ve třídě, nebo se díky nim podaří vyřešit počínající problémy v třídním kolektivu. Aktivit a možností, které se mohou na třídnických hodinách praktikovat je nepřehledné množství. Měly by však podléhat školnímu vzdělávacímu programu, či preventivnímu programu školy. Zároveň je potřeba brát zřetel na okolnosti, které se ve třídě dějí právě teď a vybírat aktivity i podle aktuálních potřeb žáků a upřednostňovat je nad stanoveným harmonogramem (Skácelová, 2012). Pokud se jedná o novou třídu je vhodné začít s aktivitami seznamovacími, při nichž se jednotliví žáci poznají navzájem a vytvoří se první vztahy. Při seznamování a utváření nového kolektivu se učitelé musí zaměřit na společnou tvorbu pravidel, která se budou dodržovat v konkrétním kolektivu nejen při třídnických hodinách, nýbrž po dobu celého školního roku. A s pravidly jde v ruku v ruce i vytvoření adekvátních trestů za porušení pravidel (viz dřepy, kliky, třídní služba a jiné).

Mezi další důležité aktivity se řadí činnosti na podporu dobrých mezilidských vztahů nebo činnosti zaměřené na řešení problémů (viz hraní různých problematických situací z běžného života, při kterých si žáci trénují, jak vhodně jednat – agresivně, pasivně, asertivně, kdy si říct o pomoc nebo, jak se vyhnout zbytečným konfliktům). Během třídnických hodin by rozhodně neměly chybět ani činnosti, které jsou třeba jen zábavné a většinou pro žáky velmi atraktivní. Žáci si protáhnou těla od dlouhého sezení v lavicích a odpočinou si na chvíli od běžné formy vyučovací hodiny. Zábava je ve školách vítaná a je potřeba ji intenzivně využívat nejen na třídnických hodinách, ale i v běžných hodinách. Poznatky, dovednosti či zkušenosti, které jsou spojené s jakýmkoliv emočním zážitkem si žák zapamatuje mnohem snadněji a rychleji než obyčejné fráze při monologickém výkladu. Tato možnost se hojně využívá zejména při aktivitách zaměřených na parodování vybraných problematických situací ze skutečného života. Pomocí nich má žák možnost si situace vyzkoušet „na nečisto“ v bezpečném prostředí.

Mezi vhodná témata, která by měla být rozebírána na třídnických hodinách, a která napomáhají mimo jiné i rozvoji klíčových kompetencí žáků, patří:

- *sebezpoznání, sebeuvědomění* (hry: první dojem, face to face)
- *podpora sebevědomí, sebejistota* (hry: moje nebe)
- *pospolitost mezi lidmi, vztahy ve třídě/škole* (hry: společný dům, moje osobní hranice)
- *podpora pozitivních vztahů mezi lidmi/žáky, mezilidské vztahy* (hry: ruka, vzkaz na záda, rozstříhané obrazce)
- *zvládání agresivity a agrese, zvládání emocí*
- *respekt vůči ostatním lidem, etické jednání*
- *práva a povinnosti jednotlivce*
- *možnost volby, schopnost říct NE*
- *duševní hygiena a relaxační techniky, péče o zdraví*
- *vědomí manipulace* (Dubec, 2007).

Příprava na každou třídnickou hodinu musí být dobře naplánovaná. V rámci příprav na hodinu je potřeba zaznamenání: cílů aktivit (kognitivní, psychomotorické a afektivní cíle), klíčových kompetencí, časové dotace, odpovídající věková kategorie žáků, pomůcek, činnosti učitele a žáka a předběžná náplň hodiny, včetně hlavního programu a závěrečné reflexe (učitel by měl mít připravené vhodné otázky, které pomohou žákům k uvědomění, o čem aktivita byla, co by si z ní měli odnést a hlavně by díky ní mělo dojít k dosažení cílů aktivit; otázky by měly být otevřené, aby se žáci rozmluvili). Vhodné je mít také připravené různé alternativní aktivity, kdyby se zvolená hlavní činnost nesesetkala s úspěchem nebo ji již žáci znali (Schmidová, Šmejkalová, 2012).

Velmi důležitou poznámkou je, že třídnické aktivity se neprovozují nebo by se správně neměly praktikovat pouze, když se v kolektivu vyskytne problém. V tomto případě nemůže být intervence nikdy dostatečná, zejména z toho důvodu, že žáci nejsou zvyklí na kolektivní rozpravu nad problémy, nemají k sobě patřičnou důvěru a nevnímají jako potřebné problém řešit veřejně. Třídnické hodiny, a potažmo občasné aktivity, by měly být praktikovány pravidelně. Velkou roli v uskutečňování třídnických hodin nese vedení školy a jeho postoj k jejich konání (Dubec, 2007).

3.1 Komunitní kruh

Samotný akt třídnické hodiny by měl správně probíhat v komunitním kruhu. Ten je vytvořen pomocí židlí nebo podsedáků, sedí-li se na zemi. Všichni na sebe dobře vidí a mají o sobě přehled, včetně učitele. Nikdo nesmí sedět mimo tento kruh. Lavice jsou přesunuty ke zdem místnosti, aby nenarušovaly komunitní kruh. Způsobovaly by zbytečné bariéry a mohly by pokazit průběh či dokonce samotný cíl aktivity (Fialová, 2017).

Komunitní kruh napomáhá vytvářet pocit bezpečí, sounáležitost a pospolitost ve třídě a umožňuje lepší propojení jednotlivých členů kruhu. Uvnitř kruhu dochází k řešení běžných školních situací, ale i závažnějších problémů, včetně šikany. Komunitní kruh také snižuje možné projevy agrese a hádky mezi spolužáky a umožňuje každému se svobodně vyjádřit a být vyslechnut. V rámci tohoto kruhového uskupení platí pravidla. Ta by měla být učitelem na počátku třídnické hodiny vždy připomenuta. Na jejich formulaci by se opět měli podílet zejména žáci. Měla by být umístěna na viditelném místě, aby se narušitelé mohli pouze ukázat konkrétní porušované pravidlo (uvědomění a nenarušení probíhající činnosti).

Jsou 4 základní, přičemž nejdůležitějšími jsou první dvě pravidla:

1. Právo mluvit – slovo má jen ten, kdo byl vyzván nebo obdržel například míček, kámen (iniciála k mluvě); do monologu jedince nikdo neskáče a nevyrušuje ho, ani učitel;
2. Právo říct ne – každý má právo neúčastnit se kterékoliv aktivity, která není přijatelná pro jeho osobní pocit bezpečí; díky tomuto pravidlu se dítě naučí odmítat věci, které mu nejsou příjemné (viz mluvit před celou třídou o osobních věcech) a ostatní žáky tím učíme respekt k druhému a k jeho postojům

Mezi 2 zbylá pravidla patří vzájemná úcta, díky které se žáci naučí vzájemně se před ostatními neshazovat a neposmívat se druhým za jejich názory a postoje. K uvědomění těchto špatných rysů chování žáky navedeme pomocí otevřených otázek typu: „*Jak se cítíte, když se Vám někdo posmívá před ostatními?*“ „*Jak by Vám bylo, kdyby někdo kritizoval vaše názory, za kterými si ale pevně stojíte?*“ Díky následné otevřené diskusi, ve které budou žáci odpovídat na to, jak by jim bylo, můžeme definovat třetí pravidlo o vzájemné úctě a o tom, jak se správně chovat nejen v komunitním kruhu. A poslední,

neméně důležité pravidlo spočívá udržení tajemství. Celý princip tohoto pravidla leží na bedrech mlčenlivosti. To, o čem se diskutuje v komunitním kruhu, by nemělo nikdy opustit jeho hranice. Jedná se o intimní zpovědi jednotlivců, které by se měly chránit příslibem mlčenlivosti, což přispívá k individuálním pocitům bezpečí a schopnosti se spolužákům otevřít.

V komunitním kruhu neplatí pouze obecná pravidla, ale i zásady komunikace. To je důležité hlavně pro učitele, kteří jsou většinou průvodci aktivitou.

Mezi nejpodstatnější zásady se řadí:

- obecná formulace otázek – v 1. pádě množného čísla (například obecní oslovení děti nebo žáci) vyhýbáme se tím individuálnímu oslovení jedinců. V případě, že chceme oslovit pouze jedince, mělo by se jednat o pozitivní oslovení (př. „*Petře, děkuji za tvůj názor, byl velmi obohacující, necháme prostor ještě někomu dalšímu.*“).
- prostor pro vyjádření svých názorů, emocí či postojů, neskákat druhým do řeči
- nepřímé řešení problému – řešíme-li problém, který se ve třídě vyskytuje, nikdy na jedince neodkazujeme, ale snažíme se otázkou problém zobecnit př. „*Proč někdo vyrušuje ostatní tým, že vykřikuje?*“
- řešení problému navrhnou první žáci – přispívá to k osobnostnímu rozvoji žáků, kteří jsou schopni řešení situace nalézt sami, učitel svůj postoj vyjadřuje až jako poslední;
- pochvaly – na konci aktivity pochválíme žáky za aktivní účast, za jejich názory a postoje
- NIKDY aktivitu na konci nehodnotíme (Skácelová, 2012).

3.2 Typy aktivit

Třídnické aktivity se velmi silně podílí na tvorbě bezpečného a příjemného prostředí pro žáky i pro učitele. Pomocí vhodně umístěných aktivit do průběhu školního roku je možné pomoci novému kolektivu se společně poznat a vytvořit si vzájemné pouto. V průběhu školního roku se mohou aplikovat aktivity zaměřené na hlubší poznání jednotlivců v kolektivu nebo dále aktivity zaměřené na řešení problémů (stávajících nebo již probíhajících). Při řešení problémů je potřeba si dávat pozor na pravidla, která jsou obecně

platná v komunitním kruhu – neoslovovat přímo, obecné formulace a podobně (Dubec, 2007).

Typů na třídnické aktivity je velké množství. Někomu mohou návody her vyhovovat k tomu, aby aktivitu uskutečnil přesně podle návodu, někomu slouží návrhy činností pouze pro inspiraci a následně vytváří i nová zadání a rozšiřuje tak spektrum aktivit. Velmi pěkně vypracovala společnost Odyssea jednotlivé projekty na podporu třídnických hodin, ve kterých zpracovali odborníci velké množství lekcí, včetně návodů a tipů do třídnických hodin. Mezi výčet jednotlivých metodik patří například lekce: *Umíme se soustředit; Prožíváme, vyjadřujeme a zvládáme své emoce; Učíme se uvolnit a obnovit své síly; Učíme se být v pohodě každý sám sebou; Pečujeme o dobré vztahy; Tvořivě řešíme mezilidské situace* a další. V těchto lekcích proběhne seznámení s lekcí, popis probíraného tématu, návodné otázky a hry, včetně ukázky závěrečné reflexe. Nechybí zde ani nastavené cíle hodiny, praktické části lekce, návodné otázky pro učitele a obrazové ukázky z komunitního kruhu. Jedná se o tzv. průvodce učitele třídnickou hodinou (Odyssea – lekce OSV).

Dalším výborným zdrojem různých her do třídnických hodin je *Velká kniha her* od Petra Gottharda, který tento sborník sestavoval od roku 1995 do roku 2001 a je neustále otevřen novým tipům od ostatních kolegů, kteří do něho mohou přispívat svými nápady (www.informacnik.cz). V této publikaci se nalézají seznamovací a poznávací aktivity, pohybové činnosti, psychologické aktivity, tipy na hry do přírody a na školy v přírodě (postřehové, pohybové hry), popřípadě hry v průběhu vyučovací hodiny, která probíhá ve venkovních prostorech. Velkou výhodou této knihy jsou i přílohy, které poskytují tipy na aktivity zaměřené na konkrétní vyučovaný obor – botanika, zoologie, matematika a logika, staročeská přísloví, jazykolamy, zeměpis aj.

Na komunikaci zaměřené hry zpracovala ve své závěrečné práci *Interakční techniky pro nácvik jasné komunikace* J. Nečasová, která vybrala aktivity a hry, které povzbuzují správně vedenou mezilidskou komunikaci nejen verbální, ale i neverbální, včetně uvědomění si důležitosti sdělovat navzájem své názory a postoje, nesoudit druhého s opačným názorem či naučit se empatii a naslouchání druhých. Do neverbálních zařadila například hru *Data narození* (Děti jsou rozděleni do dvou skupin a mají se neverbálně seřadit podle dat jejich narození, pouze pomocí posunků. Hra vede ke kohezi skupiny, podpoře spolupráce a rozdělení rolí ve skupině – někdo řadí, někdo se jen nechá vést).

Z aktivit, ve kterých žáci mohou mluvit, vyzdvihnu ku příkladu hru *Kamarád* (Žáci mají za úkol napsat na lepící papírek jednu vlastnost, kterou by měl mít nejlepší kamarád.

Následně je dobrovolník požádán, aby se obkreslila jeho postava na velký papír. Poté učitel vyvolává jednotlivé žáky k tomu, aby zmínili jednu vlastnost, kterou má mít nejlepší kamarád, ale není napsaná na jejich papírku. Pokud tuto vlastnost někdo ve třídě má zapsanou na lístečku, nalepí ji do obrysu postavy. Po vyčerpání všech lístečků, proběhne reflexe, kdy učitel poukáže na „postavu z lístečků“ a oznámí žákům, že tyto vlastnosti by měl mít každý správný nejlepší kamarád a je důležité si těchto vlastností patřičně vážit.

Díky této aktivitě si žáci uvědomují podstatu a důležitost těchto charakterových vlastností).

Dalším vhodným zdrojem, odkud je možné čerpat inspiraci na aktivity, je kniha od Z.

Šimanovského nesoucí název *Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Aktivity jsou zde rozdělené do tematických celků – viz *hry rozehrívací a aktivizující* (př. Molekuly, Akční pozdravy), *hry na soustředění a zklidnění* (př. Rozplétačka, Naslouchání), *poznávací a výukové hry* (př. Zrcadlo, Pyramida hodnot) nebo *hry pro zdravé sebevědomí* (př. Ne, nechci, Mám rád, nemám rád).

3.3 Slepé uličky a jejich řešení

Jako každá situace, i třídnické aktivity mohou s sebou přinést určitá úskalí. S některými je možné počítat dopředu a být na ně připraven, některé se ale objeví v průběhu aktivit a je potřeba vědět, jak postupovat. Mezi nejtypičtější problém, se kterým se mohou učitelé setkat, je *neaktivita žáků*, potažmo sabotování aktivity/nechuť cokoliv dělat. Důvodů pro sabotáž může být mnoho: špatná známka z minulého předmětu, pošmourné počasí za oknem, únava, neznalost třídnických aktivit nebo jen prostá nechuť se zapojit. Nejlepším řešením je zahájit diskusi s žáky a otevřeně se zeptat, co se děje, proč se do aktivity nechtějí zapojovat a podobně.

Další potíží může představovat *zaseknutí se v reflexi* aktivity. Reflexe aktivity je bezpochyby nejdůležitější na zvolených aktivitách a rozhodně by se neměla opomíjet. Zároveň je potřeba, aby reflexe byla svižná, byli do ní zapojeni ideálně všichni žáci a byla plodná. V momentu, kdy jeden (klidně i učitel) nebo pár dalších hovoří dlouho, valnou většinu již jejich rozhovor přestává zajímat a reflexe a celá aktivita se stává nenaplněnou. Z toho důvodu je potřeba, aby učitel rozpoznal tuto situaci, utnul ji a místo ní vyzval

všechny žáky k ohodnocení aktivity pomocí palců nebo metodou semaforu (připravené barevné papíry).

S čím se můžeme setkat dále jsou *problematické situace* jako hádky, agrese nebo pláč. Všechny tři situace vyžadují zastavení aktivity a důkladný rozbor toho, co situacím předcházelo a proč k nim došlo. V případě pláče je vhodné nabídnout dotyčnému žáku/žákyni možnost si promluvit buď nyní v komunitním kruhu nebo individuálně (k pláči nemusí dojít pouze z důvodu, že někdo někoho urazil nebo uhodil, často se může stát, že se aktivita dotkne citlivého místa). Pokud se jedná o hádku, která vyústila v agresivní chování nebo zůstala na úrovni slovní přestřelky, aktivitu je na místě ukončit. Měla by následovat reflexe, proč k situaci došlo, co jí předcházelo, kdo ji inicioval a zapojit do reflexe celý kolektiv. Tyto vyhocené situace mohou být využity i pozitivně, k otevření dalších témat třídnických aktivit, jako například *jak řešit agresivní chování* (Dubec, 2007).

3.4 Závěrečná reflexe

Nedílnou součástí třídnických aktivit je závěrečná reflexe. Stěžejním důvodem, proč reflexi neopomenout, je fakt, že si žáci musí o proběhlé situaci pohovořit. Sdílet si své pocity, emoce, které při činnosti cítili a zda pro ně aktivita byla přínosnou nebo naopak pozbyla na důležitosti. Ke správné reflexi musí žáky navést učitel vhodnými, ideálně otevřenými otázkami. Uzavřené otázky nejsou samozřejmě zakázány, ale nikdy nepřinesou takovou zpětnou vazbu učiteli, jako otázky otevřené. Žák by se u nich měl rozprávět, měly by vést k hlubšímu zamyšlení nad aktivitou. Zároveň otevírají dveře dalším připomínkám nebo otázkám ze strany učitele i spolužáků.

Při dobře vedené třídnické hodině musí být vhodně rozvržen časový harmonogram aktivit zahrnující i závěrečnou reflexi. Nikdy nesmí dojít k ukončení aktivity bez závěrečné reflexe. Žáci zažili určitou situaci, z níž vyvstává spousta otázek, dotazů, emocí a je proto potřeba raději zkrátit aktivitu a věnovat se závěrečnému povídání. Neméně důležité je mít na paměti, že cílem není psychologická analýza žáků, nýbrž analýza pedagogická.

Nesnažíme se žáky rozebrat po psychické stránce, to učitelům nepřísluší, protože učitelé nejsou psychoterapeuti. Pedagogickým cílem závěrečné reflexe by mělo být získání cenných informací o konkrétní třídě, včetně aktuálně probíhajících problémů, které je

možné včas podchytit (Dubec, 2007).

Učitel zaujímá při diskusi důležitou roli mentora. Účastní se nejen rozboru aktivity pomocí ideálně otevřených otázek, ale učitel se snaží o vytvoření komunitního kruhu, ve kterém budou žáci komunikovat a aktivně se účastnit závěrečné reflexe. V tomto kruhu by měli mít všichni stejné podmínky – stejné židle, nikdo nesedí v jiné řadě nebo mimo kruh, nikdo nemá v ruce telefon/sluchátka v uších apod. K tomu napomáhají také nastavená pravidla třídy, která je dobré opakovat v momentě, kdy žáci vyrušují nebo nejednají v souladu s nimi. V případě vyrušování je dobré diskusi pozastavit a chvíli počkat, či oslovit rušícího jedince jménem, využít gesto symbolizující ticho (předem určené gesto) nebo žáka přesadit (Schmidová, Šmejkalová, 2012).

„I když se někdy zdá snazší vyrušování některých žáků ignorovat, nedělejte to. Zajištění tohoto pravidla vám hodně usnadní práci se třídou a samo o sobě rozvíjí dobré vztahy mezi žáky. Každý žák musí mít během diskuze právo se vyjádřit a být slyšen.“ (Schmidová, Šmejkalová, 2012, s. 15).

4 Výzkumné šetření

4.1 Výzkumný cíl

Výzkumným cílem této diplomové práce bylo zjistit, zda třídnické hodiny přispívají k vytvoření pocitu bezpečí a pohody u žáků na ZŠ Zdice. Ve školním vzdělávacím plánu vybrané školy je snaha o zajištění této zkoumané problematiky implementována i do úvodních bodů, které si škola klade na svá bedra. Jsou jimi například:

- *„připravovat žáky k tomu, aby se projevovali jako svébytné, svobodné a zodpovědné osobnosti, uplatňovali svá práva a naplňovali své povinnosti;*
- *vést žáky k toleranci a ohleduplnosti k jiným lidem, jejich kulturám a duchovním hodnotám, učit je žít společně s ostatními lidmi;*
- *učit žáky aktivně rozvíjet a chránit fyzické, duševní a sociální zdraví a být za ně odpovědný“ (ŠVP ZŠ Zdice, 2021, s. 2)*

Dále je mé zkoumání opřeno také o nastavené cíle základního vzdělávání v ŠVP na ZŠ Zdice, které jsou cíleny na zkoumanou problematiku, viz:

- *rozvíjet u žáků schopnost spolupracovat a respektovat práci a úspěchy vlastních i druhých;*
- *vytvářet u žáků potřebu projevovat pozitivní city v chování, jednání a prožívání životních situací;*
- *vést žáky k všestranné, účinné a otevřené komunikaci;*
- *pomáhat žákům orientovat se v digitálním prostředí a vést je k bezpečnému, sebejistému, kritickému a tvořivému využívání digitálních technologií při práci, při učení, ve volném čase i při zapojování do společnosti a občanského života; (ŠVP, 2021, s. 9)*

Dílčím cílem této práce bylo také sledování vybraných faktorů při třídnických hodinách. Pomocí strukturovaného a zjevného pozorování obsahu vybraných třídnických hodin jsem zkoumala zapojení žáků do aktivit/diskusí, doporučenou organizaci třídy (komunitní kruh), realizaci závěrečných reflexí a časové rozložení hodiny.

4.2 Metodologie šetření

K dosažení výzkumného cíle a předpokladů této práce využiji metody kvalitativní, konkrétně strukturované a zjevné pozorování třídnických hodin, a následně strukturované rozhovory. Veškeré šetření proběhne na Základní škole Zdice.

4.2.1 Pozorování

Jednotlivým rozhovorům bude předcházet zjevné a strukturované pozorování třídnických hodin ve vybraných třídách ZŠ Zdice a jejich následná analýza, kterou zaznamenám do mnou vytvořených zápisových archů. V rámci pozorování se zaměřím například na tvorbu komunitního kruhu, na intenzitu žákovského zapojení do třídnických aktivit, her, diskuse nebo na závěrečné reflexe.

V publikaci *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách* (2014) je dále uvedeno, že:

„Pozorování je vhodné pro studium školní třídy, protože nijak zásadně nenarušuje schéma sociální interakce a edukačních procesů ve škole.“ (Švaříček, Šedřová a kol., 2014, s. 143)

Kolektiv žáků, u něhož bude probíhat toto pozorování, bude upozorněn na mou přítomnost na jejich třídnické hodině. Žákům bude dále sdělena pouze skutečnost, že zkoumám obecně třídnické hodiny, aby nedošlo k ovlivnění výsledků práce. V rámci pozorování se zaměřím na intenzitu žákovského zapojení do třídnických aktivit, her nebo diskuse, dále na činnosti učitele během třídnické hodiny (viz příprava na hodinu, uvedení do tématu a odůvodnění jeho výběru, sdělení cílů hodiny, role průvodce nebo direktora, navození příjemné atmosféry, kladení otázek rozvíjejících diskusi, neopomenutí závěrečné reflexe hodiny aj.) a na časový harmonogram hodiny.

4.2.2 Rozhovor

Rozhovory, tj. interview, jsou velmi častou metodou kvalitativních výzkumů. Vyznačují se rozhovorem dvou a více lidí, kteří jsou vedeni tazatelem, který řídí rozhovor a klade otázky. V *Pedagogickém slovníku* popisují autoři metodu rozhovorů takto: *„Výzkumný prostředek používaný při dotazování, spočívající v přímé ústní komunikaci výzkumného pracovníka s respondentem či informantem. Je zaznamenáván na magnetofon či jinak, a pak analyzován z hlediska obsahu rozhovoru, chování respondentů aj.“* (Průcha, Walterová, Mareš, 2001, s. 203)

Metoda rozhovorů bude následovat po uskutečněném pozorování třídnických hodin.

Rozhovory povedu s učiteli konajícími pravidelné třídnické hodiny a s vybranými žáky, pro které jsou třídnické hodiny určeny. Vytvořila jsem proto dvě sady otázek. První z nich je určena pedagogům, druhá sada je určena žákům. Obě se ale zaměřují zpravidla na zkoumané předpoklady z pohledu učitele, a dále pak žáka. Rozhovory budu se souhlasem respondentů nahrávat na diktafon, aby přenos dat mohl být autentický a co možná nejkonkrétnější. Rozhovory s učiteli i žáky povedu v soukromí, aby nedošlo k vzájemnému ovlivňování odpovědí. Cílem pozorování a rozhovorů bude zejména získat odpovědi na mnou stanovené výzkumné předpoklady této práce a zjistit, jaké postoje zaujímají vybraní jedinci k třídnickým hodinám.

4.3 Výzkumné předpoklady

Pro pozorování třídnických hodin jsem si stanovila 4 předpoklady, na které se budu při hodinách zaměřovat.

1. Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu.
2. Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách.
3. Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují.
4. Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň.

4.4 Analýza školního prostředí ZŠ Zdice

Základní škola Zdice je umístěna ve stejnojmenném městě Zdice, nedaleko okresního města Berouna. Jedná se o spádovou školu i pro okolní vesnice jako jsou například obce Bavoryně, Chodouň, Levín a další. ZŠ Zdice je dvoustupňová škola s maximální kapacitou žáků, která činí 680 míst. Žáci jsou rozděleni většinou do dvou až tří tříd v ročníku, přičemž kapacita jednotlivých tříd dosahuje v průměru 23 žáků. Žáci mohou ve škole navštěvovat školní družinu a školní jídelnu. K dispozici je vlastní knihovna, dětské hřiště nebo tělocvična, školní dvůr se zelení, kuchyňka či školní dílna na pracovní činnosti. Pro potřeby výuky jsou zde počítačové učebny, moderní vybavení jednotlivých učeben, které disponují dataprojektorem či ICT tabulí. K vyučování je přizpůsoben i střešní prostor školy, tzv. střešní učebna.

Prostory školy jsou světlé a barevné, často obohacené o různé zajímavé prvky podle zaměření a vybavení konkrétní učebny, např. různá časová pásma nastavená na hodinách u

učebny zeměpisu.

Všichni pedagogové mají vlastní notebooky, které velmi intenzivně využívali zejména v covidové době. Díky materiálnímu zajištění pedagogů i žáků mohla distanční výuka probíhat bez větších obtíží a obě strany se poměrně dobře vypořádaly s novými podmínkami vzdělávání. Pedagogický sbor je převážně ženského pohlaví, který zpestřuje přítomnost 4 mužů. V rámci poradenských služeb působí na této škole dva výchovní poradci (výchovný poradce pro 1. stupeň a výchovný poradce pro 2. stupeň) a v oblasti prevence rizikového a problematického chování působí metodici prevence (Výroční zpráva ZŠ Zdice, 2021).

4.5 Analýza ŠVP a preventivního programu ZŠ Zdice

V následující kapitole se zaměřím na rozbor školního vzdělávacího programu ZŠ Zdice a preventivního programu téže školy, zejména s ohledem na zajištění pocitu bezpečí a pohody žáků na konkrétní škole.

ŠVP ZŠ Zdice nese název Společně za vzděláním. V úvodu tohoto dokumentu jsou čtenáři seznámeni se všeobecnými cíli vzdělávání na konkrétní škole. Pár bodů jsem již zmínila v úvodu k praktické části – jedná se nejen o rozvoj efektivních vzdělávacích návyků, jako je osvojení náležitých strategií učení, motivace k učení, dovednost logicky uvažovat a kriticky přemýšlet, zároveň má tato škola cíle zaměřené i na rozkvet osobností žáků, jejich správný vývoj, rozvíjení individuálních schopností žáků, vedení žáků k ohleduplnosti, zodpovědnosti a respektu k druhým nebo nácvik relaxačních technik, které žáky učí psychohygieně. Školní vzdělávací program informuje o realizaci celoškolských projektů, které má škola naplánované v průběhu školního roku. Ke každému projektu je vypracována hlavička s popisem cílů, činností a realizace konkrétního projektu. Mezi programy, které podporují well-being na této škole bych zařadila Akademii (spolupráce tříd i učitelů, aktivity na pobavení), Den dětí (den plný zábavy, aktivit, spolupráce, laskavé prostředí, zábava) nebo Divadelní den (dramatizace, aktivní vystupování před lidmi, komunikace). Zbývající projekty podporují jiné, taktéž důležité priority, například ekologické smýšlení (Den Země), chování při mimořádných událostech (Branný den) nebo rozvoj samostatného působení žáků (Žák učitelem). Velmi důležitou roli zde hrají i průřezová témata, která jsou buď implementována na dílčích předmětech nebo je jim

vyhrazen samostatný předmět. Předmět Osobnostní a sociální vývoj (OSV) je nejvíce zaměřen na zkoumanou problematiku této práce, a to na pocit bezpečí a pohody žáků jak ve škole, tak v běžném životě. Tento předmět vede žáky k samostatnosti v osobním životě, obecné spokojenosti, schopnosti navazovat a udržovat dobré mezilidské vztahy. Učí žáky spolupracovat v týmu, rozvíjí kreativitu jednotlivců a neopomíná na sebe-vnímání, viz sebeorganizace (organizace učiva, plánování dne a učení), sebepojetí (chování, zdravé vnímání sebe samého), sebezpoznání (vůle, motivace, sebekontrola) či morální rozvoj jednotlivců (etika, normy chování). V rámci tohoto průřezového tématu jsou vytvořeny dva projekty. Prvním z nich je projekt *Jsem to já*, do jehož tematického okruhu spadá: rozvoj schopnosti poznávání, kreativita, hodnoty, postoje a praktická etika, psychohygiena a další témata, která jsou rozvíjena pomocí diskusí, třídnických hodin, testů typu Typologie osobnosti, Silné a slabé stránky aj. *Jsme kamarádi* je název druhého projektu, který je zaměřen na poznávání lidí, efektivní komunikaci a spolupráci, který se uskutečňuje pomocí skupinových prací či skupinových cvičení na rozvoj individuálních vlastností při práci ve skupině (vůdčí typ, spolupráce, respektování názorů atd.). Tyto projekty mají vytvořené strukturované tabulky, ve kterých je stanoveno průřezové téma, tematický kruh, činnosti, organizační formy, ročník a realizace projektu. Náplň těchto projektů je realizována zejména pomocí třídnických hodin, které se praktikují pravidelně 1x měsíčně, místo předmětu Prvouka (1.-3. ročník ZŠ) a Výchova k občanství (8. ročník ZŠ). Jiné možnosti pro uskutečnění těchto projektů jsou školní výlety, školy v přírodě, nebo během výuky. Částečně bych se sem zařadila i projekt *Navštívil nás Malý princ*, který spadá do průřezového tématu Multikulturní výchovy, a který vede žáky k pochopení kulturních odlišností, tradic i vzhledu a podpoře dobrých lidských vztahů (ŠVP ZŠ Zdice, 2021). Základní škola Zdice má vytvořen i Preventivní program, který zpracovali metodici prevence působící na této škole (metodik prevence pro 1. a 2. stupeň). Hlavním cílem preventivního programu je schopnost každého jedince stát se právoplatnou součástí společnosti, osvojení základních morálních norem a vytvoření zdravého životního stylu žáků. Preventivní program ZŠ Zdice se skládá ze dvou částí – základu (pro každý rok stejný) a ročního plánu. V základu preventivního plánu mě velmi zaujala zmínka o etickém kodexu učitele na této škole, kam spadá několik bodů: rovnocenné chování ke všem žákům, úsměv jako hlavní komunikační prostředek, snaha žáky netrestat a hledat jiná

možná řešení, vytvoření důvěrné atmosféry, svobodné vyjadřování a respekt názorů druhých lidí a další body, které ale necílí na zkoumané téma této práce.

Roční plán aktivit obsahuje rozpis jednotlivých měsíců, k nimž je přiřazeno hlavní téma měsíce a další podtémata, včetně aktivit, které je možné uskutečňovat. Dále nechybí zdroj, odkud je možné čerpat informace nebo videa k tématům. Tato dílčí témata se rozebírají zejména na třídnických hodinách, ale také v předmětech prvouka (1. stupeň), výchova ke zdraví, výchova k občanství, informatika či přírodopis, potažmo na školních akcích nebo školách v přírodě. Pro letošní preventivní program jsou nastavena 2 hlavní témata: *Zdravý životní styl* (pohyb, zdravá strava, volnočasové aktivity, spánek) a *Být v pohodě sám se sebou* (sebepoškozování, PPP – anorexie, bulimie). Preventivní program je zaměřen zejména na podporu well-beingu a podporu bezpečí žáků na škole. Dokládají to i vybrané aktivity, které jsou přiřazené ke konkrétním tématům každého měsíce – např. hlavním tématem listopadu jsou *vztahy mezi spolužáky* (aktivity: Přechod přes lávku, Titanik, Valihrach a jiné). Prosinec se nese v duchu *umění myslet na druhé* (aktivity: Ulička důvěry, Mapa lásky a zlosti), leden se svými vybranými aktivitami zabývá technikami, které pomáhají *zvládat stresové situace* (aktivity: Lod', relaxační techniky) nebo například květen je zaměřen na ochranu jednotlivců před manipulací a zneužíváním (aktivity: Bingo, 10 věcí, které mám rád, Chatování) (Preventivní program ZŠ Zdice, 2021).

4.6 Pozorování

Pozorování třídnických hodin probíhalo během února a března roku 2022. V tuto dobu již byla situace ohledně onemocnění Covid-19 poměrně ustálená, a bylo možné uskutečnit pozorování těchto hodin mnou osobně. I přesto většina mnou oslovených škol odmítla pozorování třídnických hodin právě z důvodu přítomnosti nadbytečné osoby ve škole, zvýšeného rizika přenosu onemocnění nebo protože třídnické hodiny nepraktikují pravidelně. Nakonec jsem narazila na Základní školu Zdice, která třídnické hodiny praktikuje pravidelně, minimálně 1x měsíčně v každém ročníku. Jsou jim přizpůsobeny i rozvrhy jednotlivých tříd, kdy každé pondělí má třídní učitel svou třídu alespoň na jednu hodinu a je tedy možné ji využít pro uskutečnění třídnické hodiny.

Paní ředitelka neměla nejmenší problém s mou přítomností na hodinách a uskutečněním mého průzkumu. Vedení školy podporuje pravidelné třídnické hodiny a považuje je za

důležitou součástí školního vzdělávání. Pozorování probíhalo na půdě Základní školy Zdice.

4.6.1 1. pozorovaná hodina

První pozorování proběhlo na hodině Výchovy k občanství. Byla započata povinným testováním neočkovaných žáků, které trvalo cca 10 minut. Následně byli žáci vyzváni panem učitelem, aby vzali své židličky a vytvořily z nich komunitní kruh uprostřed třídy. Žáci bez váhání vzali židličky a kruh vytvořili. Je znát, že jsou na třídnické aktivity zvyklí. Pan učitel si vzal také židli a do kruhu se k žákům přidal. Řekl název aktivity Místa si vymění ti a připomněl pravidla hry – ty jsou taková, že v momentu, kdy žák odpoví na otázku kladně, musí si vyměnit místo s dalším spolužákem, který také odpověděl kladně, a poté přešel na jednotlivé otázky, které si připravil dopředu. Prvotní otázky byly hodně obecné, tudíž si místa vyměnila velká část třídy a aktivita byla zejména rozehrívací. V rámci otázek se pan učitel ptal například na to, kteří žáci již ví, na jakou školu chtějí po ZŠ jít a zvedlo se asi třičtvrtě třídy, což je pozoruhodné. Poté pan učitel vzal svou židli a upozornil žáky, že nyní ten, kdo se včas neusadí na volnou židli, musí vymýšlet otázky. Takto se vyměnili 3 žáci uprostřed komunitního kruhu a aktivitu pan učitel stopnul a vypíchl jednu otázku „Většina z vás si vyměnila místa, když jsem se ptal, jestli vás o víkendu něco pobavilo, co to bylo?“ nechal chvíli, aby si žáci rozmysleli odpověď a po chvíli odpověděli 4 žáci, z toho jeden velmi obsáhle. Následně pan učitel ukončil tuto aktivitu a plynule přešel na další Myslím si, že ano, myslím si, že ne. Vysvětlil pravidla hry – kdo s výrokem souhlasí postaví se úplně k tabuli, kdo je na vážkách doprostřed místnosti a kdo nesouhlasí na konec ohraničeného prostoru stoly. První téma bylo rozehrívací: kdo hraje počítačové hry? Kluci převažovali u tabule, dívky na opačném konci místnosti a jedna dívka stála až úplně za mnou mimo prostor, tak se ji pan učitel zeptal, zda je velmi výhradně proti PC hrám. Odpověděla, že netušila, že je prostor ohraničen. Dalším tématem byl trest smrti. Zde se názory žáků rozcházely, byli zde zástupci pro, i proti, a spousta žáků nerozhodných. Pan učitel se ptal na názory žáků pro trest smrti, i proti trestu smrti, a musel následnou diskusi korigovat míčkem, který dával slovo. Společně si vyjasnili, proč byl trest smrti zrušen – justiční omyl, nespravedlnost či zneužití těchto trestů (p. učitel připomněl případ M. Horákové za dob Komunistů). Posledním tématem byla

interrupce. Většina žáků, zejména chlapci argumentovali, že je jim to naprosto jedno, že je to rozhodnutí holky, a že například, kdy ji někdo znásilní, tak je pochopitelné, že na potrat půjde. Dívky byly spíše pro a argumentovaly podobně, jen více s ohledem na to, že dítě by vyrůstalo v nepříznivém prostředí a je tedy lepší, aby se vůbec nenarodilo. Pan učitel následně ukončil diskusi a sdělil žákům důvody, proč někteří potraty odmítají (křesťané nebo vymírající populace obyvatel, adopce apod.) ale i některé vhodné důvody pro interrupci (nezletilá dívka, znásilnění aj.).

Shrnutí:

Žáci se do průběhu aktivit velmi intenzivně zapojovali. Byl vidět zájem i zkušenost s třídnickými hodinami s jejich třídním učitelem. Nebáli se otevřeně diskutovat, sdělovat své názory před ostatními a poslouchat druhé, i když ke konci hodiny byla již pozornost nižší a pan učitel musel žáky občas tišit. Myslím si, že moje přítomnost na hodině nikterak neomezila žáky v jejich aktivitě ani otevřenosti.

Pan učitel měl hodinu obsahově i časově připravenou. Měl vytvořené dvě aktivity, první byla spíše rozehrívací a cílila navození příjemné atmosféry ve třídě, směřovala k uvolnění žáků. Druhá aktivita byla o subjektivních názorech na poměrně náročná témata. Myslím si, že by stačilo jen jedno z témat, a to následně vystřídat tématem zábavným, které rozptýlí atmosféru ve třídě. Celkově aktivity úplně postrádaly sdělení cílů a ukončení. Nebyla přítomna žádná reflexe aktivity – co si žáci z dnešní aktivity odnáší, jako například: byli pro žáky aktivity zajímavé, byly pro ně příjemné, uvědomili si díky nim něco a podobně. Aktivity byly ukončeny pouhou větou „*Děkuji za účast.*“ což je zásadní problém, protože žáci vlastně netuší, proč o daných tématech mluvili a proč se jich na ně pan učitel ptal. Zároveň ale probíraná témata *trest smrti* a *interrupce* spadají do obsahu předmětu výchovy k občanství, tudíž nebyly zvoleny nahodile.

Závěr:

Na této hodině došlo k naplnění tří výzkumných předpokladů, a to předpoklad č. 1. *Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu,* předpoklad č. 2. *Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách* a předpoklad č. 3. *Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují...* Žáci se zvolených aktivit účastnili, byli aktivní a respektovali navzájem své

názory. Závěrečná reflexe bohužel neproběhla, a důvod výběru témat nebyl upřesněn ani na začátku hodiny ani v jejím závěru. K předpokladu č. 4. *Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň* na této hodině nedošlo. Aktivity měl pan učitel dobře časově vyměřené a kontroloval, aby sled aktivit korespondoval s vymezeným časem.

4.6.2 2. pozorovaná hodina

Na druhém pozorování se konala aktivita Chat. Pan učitel se nejdříve žáků zeptal, zda s touto aktivitou mají zkušenosti. Téměř nikdo tuto hru ještě nehrál, proto pan učitel začal seznamovat s žáky s pravidly této aktivity. Žáci se během výkladu ještě dvakrát doptali, aby jim byla situace jasná a následně se rozdělili do dvojic a každý z dvojice obdržel lísteček, kde je napsáno, jako roli bude představovat. Jeden z dvojice hraje 30-letého muže, který se snaží dostat z 13-leté dívky její fotografie a adresu a následně se s ní potkat, má si ale opatrně počínat. Druhý z dvojice tedy představuje 13-letou dívku, která si chce najít přítele na internetu. Úkolem dvojic bylo vytvořit psanou konverzaci na papír, který si mezi sebou jednotlivci ve dvojicích posílali a museli přitom být potichu. Žáci měli ze začátku problém se do aktivity dostat, neustále se chichotali a mluvili. Potom se ale většina třídy ponořila do aktivity a jen občas byl slyšet smích. Pan učitel zasahoval do aktivity jen tehdy, když žáci vyrušovali. Jinak nechával žákům volnou ruku. Upozorňoval na fakt, že po skončení aktivity bude prostor pro reflexi, ve které si shrnou veškeré dojmy, a proto se mají nyní 100% věnovat aktivitě. Po přibližně 20 minutách vydal pan učitel pokyn, aby žáci dokončili poslední věty, vzali si židle a vytvořili komunitní kruh. Ten byl vytvořen bez váhání a zbytečné proluky. Uvnitř kruhu seděl pan učitel a měl připravený míček, kterým korigoval komunikaci. První otázka směřovala na žáky: o čem si myslí, že tato aktivita byla. Začaly se ozývat odpovědi: o pedofilii, abychom si nepsali s cizími lidmi, jak je velmi jednoduché získat od mladých dívek adresu i fotografie atd. Pan učitel pochválil žáky za jejich odpovědi a sympatizuje s nimi. Upozorňoval, že ne vždy se musí jednat o pedofilii, je ale potřeba, aby byli žáci obezřetní a psali si jen s tím člověkem, kterého alespoň trochu znají, popřípadě mu nemají posílat ihned citlivé informace. Následně pan učitel vyzval dva žáky, aby přečetli své role, které představovali, tudíž se díky tomu i ostatní dozví, s kým si

vlastně celou dobu psali (každá dvojice představovala stejné role – muž 30 let a dívka 13 let). Pan učitel vyzval další dobrovolné dvojice, které chtěly představit svůj příběh. První dvojice nerespektovala poslední větu a hned se 30letý muž zeptá na adresu a fotografie dívky. Druhá dvojice měla již propracovanější dialog, který opravdu vedl k tomu, že žák představujícího Lukáše (30 let) získal od dívky adresu, telefonní kontakt i intimní fotky. Na to konto pan učitel dvojici velmi chválil a zdůraznil, že mladé dívky by měly být ohledně komunikace na internetu lépe instruované. Dále se žáků ptal, zda viděli dokument V síti. Všichni tento dokument viděli, a tak se pan učitel žáků zeptal, jak mohou předejít tomu, že se seznámí s někým starším, i když se ten dotýká prezentuje mladistvou fotkou. Žáci přemýšleli, ale nevěděli. Ideálním řešením, které sdělil pan učitel je, aby se tento člověk vyfotil s dnešními novinami. Na to ale žáci reagovali tak, že v současné době nikdo nečte noviny a že je to nereálné. Pan učitel přikývnul, ale oznámil žákům, že je to nejúčinnější způsob, doporučený odborníky, a že je potřeba člověka, se kterým se seznámí na internetu, nutně nějakým způsobem ověřit. Pan učitel dal ještě žákům na závěr pár rad – chraňte si své soukromí, nikomu neposílejte své intimní fotky a až budou mít žáci jednu děti, chraňte jejich soukromí, regulujte čas strávený na mobilu a kontrolujete jejich aktivitu.

Shrnutí:

Hodina proběhla velmi dobře. Aktivita byla naplánovaná od začátku až po závěrečnou reflexi, která zde byla velmi potřeba a žáci se panu učiteli velmi otevřeli, a dokonce i po zvonění ještě stále seděli všichni v komunitním kruhu a dovyprávěli si příběhy. Panuje tu dokonalá atmosféra bezpečí a naslouchání. Nikdo se nikomu za nic nesměje, nenapadá ho. Do dvojic se téměř všichni rozdělili sami bez větších obtíží. Při aktivitě bylo pro žáky ze začátku obtížné udržet kamennou tvář a stále se chichotali. Po třetím upozornění pana učitele o tom, že bude závěrečná reflexe se třída ztlumila a pracovali na aktivitě. Bylo vidět, že je hra baví, že je zajímavá a žáci byli velmi tvořiví, dokonce do chatu na papír kreslili své portréty. Při závěrečné reflexi se předháněli, kdo svůj chat přečte a vystřídalo se cca 6 dvojic, některé byly povedené, jiné míň, protože nerespektovali pravidla aktivity (viz věta: počínej si nenápadně). Pan učitel žáky velmi pochválil za účast na této aktivitě, ale sám uznal, že je pro tyto žáky už možná pozdě tuto aktivitu dělat, a že by bylo

vhodnější ji praktikovat u menších dětí, u kterých toto riziko opravdu hrozí. Každopádně uznal, že ani osmému ročníku tato intervence a prevence neuškodí.

Závěr:

V rámci této hodiny došlo k potvrzení tří předpokladů, a to předpokladu č.1. *Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu*, dále k předpokladu č. 3. *Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují* a i předpokladu č. 4. *Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň*. Žáci se aktivity velmi ochotně účastnili, byl vidět zájem a zvědavost, proč takovou aktivitu dělají. Problémem byl zejména čas. Kdyby byla hodina o 15-20 minut delší, mohlo by dojít k vystřídání všech dvojic a zmínění jejich příběhů. Zároveň i v rámci závěrečné reflexe by více žáků zmínilo svůj názor a postoj k aktuálnímu tématu. Z čehož vychází i fakt, že předpoklad č. 2. *Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách*, nebyl na této hodině naplněn. Pan učitel měl připravené otázky pro závěrečnou reflexi a diskuse nad aktivitou proběhla velmi dobře.

4.6.3 3. pozorovaná hodina

Na třetí pozorovací hodině proběhlo povídání o současném dění na Ukrajině. Žáci byli vyzváni, aby vytvořili komunitní kruh. Nejprve byli žáci pobídnuti, aby sdělili, jak se měli o prázdninách (Jarní prázdniny ZŠ Zdice)...Poté uvedl pan učitel téma dnešní společné hodiny a následně nadhodil otázku: Jak to prožíváte? Jedna dívka se ihned vyjádřila, že ona to spíše nevnímá, ale její rodina docela ano, druhý žák sdělil, že poslali na Ukrajinu nějaké věci a třetí žákyně řekla: „Já se o to moc nezajímám, vím, že se to děje, ale třeba moje mamka...ta to prožívá úplně strašně. Se bojím o její mentální zdraví.“ V tuto chvíli se pár žáků zachichotalo. Další otázka pana učitele byla: Jak vnímáte současnou situaci, co se vlastně děje? „Putin ničí Ukrajinu, přeci. A je otázkou, kdy začne střílet i do civilistů!“ „Já si myslím, že někdy dříve Putin řekl, že nepřestane, dokud se Ukrajina nepřestane bránit...“ „Rusko se snaží obnovit bývalý Sovětský svaz.“ Když uhasla burza žákovských příspěvků, sdělil pan učitel žákům, o co zejména Rusku jde. Snaží se o to, aby se Ukrajina stala státem s loutkovou vládou, která by byla proruská – tedy, jednala by v zájmu Ruska. Poté pan učitel vyzdvihuje ukrajinské vojáky a civilisty, kteří jsou velmi stateční a silně odolávají ruskému tlaku. Zdůraznil, že mezi tyto statečné lidi patří také ruské obyvatelstvo,

jehož nemalá část také bojuje proti svému prezidentovi, ale jsou za to zavírání a trestání. Vyzdvihuje hlavně to, aby žáci neopovrhovali ruským národem. Za tímto cíleným útokem nestojí celý ruský národ, nýbrž jen jeho vedení. Upozornil žáky na to, že ruský lid je zmanipulovaný státními médii a někteří lidé tam opravdu věří, že Rusko Ukrajinu zachránilo...(upozorňoval na špatný vliv médií a dezinformace). „Já nechápu, proč jim nikdo prostě nepomůže!“ durdí se žákyně. „Svět jim pomáhá. Zejména finančně a humanitárně. Vojenská pomoc by ale znamenala rozpoutání 3. světové války, proto se nikdo nemůže do boje přidat“ objasnil situaci pan učitel. Diskusi dále pokračovala otázkou, zda si žáci myslí, že hrozí i nějaké riziko u nás v České republice „No já jsem někde četla, že jsme na seznamu nepřátelských zemí, snad ještě s Amerikou...“ řekne jedna žákyně a pan učitel se zeptá ostatních, proč si myslí, že jsme na tomto seznamu. Žáci netušili. Vysvětlil, že se nejspíše jedná o záležitosti v oblasti kauzy muničního skladu ve Vrběticích, a že na tomto seznamu je dalších X států. Upozornil žáky na to, že kdyby k nějakému napadení došlo, tak ČR je součástí NATO, a v tomto momentu by se přidala i pomoc od dalších států. Před závěrem hodiny se pan učitel snažil diskusi otočit: „Je něco dobrého a pozitivního na této válce? „No, nevím, jestli je na tomhle něco dobrého,“ řekl žák a ostatní mu přitakali a souhlasně pokyvovali. Nikoho nenapadlo, že tím pan učitel myslí obrovskou vlnu solidarity, humanity nebo například vznik různých sbírek pro Ukrajinu. Na to už žáci reagovali a vyjmenovávali místa ve vedlejších obcích, kde probíhají sbírky.

Na závěr řekl pan učitel žákům: „Snažme se nešílet. Oceňme bojovnost a odvahu Ukrajinského lidu. Doufejme, že tato situace brzy skončí a bude zase mír. Čekejme a nepropadejme panice. Kdyby měl někdo potřebu si se mnou o této situaci ještě promluvit, jsem kdykoliv k dispozici...“ a těmito slovy skončil dnešní hodinu, která přetáhla do přestávky.

Shrnutí:

Tato hodina byla zcela odlišná od předešlých dvou. Jednalo se o diskusi nad současnou krizí na Ukrajině, která postihuje prakticky celý svět. O této krizi je s žáky potřeba mluvit, aby sdělili své postoje, názory, strachy a podobně. Tato hodina byla ideální ukázkou toho, jak mají třídnické hodiny vypadat. Pan učitel vyhodnotil, že je potřeba aktuální situaci s žáky probrat a popřípadě osvětlit informace, které nejsou zcela pravdivé a zejména žáky

upozornit na spoustu dezinformací, na které mohou na internetu narazit. Ještě před zahájením hodiny si vzal pan učitel jednoho žáka ven ze třídy a vedli spolu rozhovor. Následně si zavolal mě, aby mi dnešní hodinu představil. Žák, kterého si vzal na chodbu, byl ukrajinské národnosti a pan učitel se ho ptal, zda mu nebude vadit, že se budou společně o dění na Ukrajině bavit. Žákovi to nevadilo, ale upozornil, že by byl rád, aby do konverzace nebyl přímo vtahován.

Na začátku hodiny žáci vytvořili, ihned po pokynu pana učitele, uskupení komunitního kruhu a čekali, jaké bude dnešní téma. V rámci diskuse se vystřídal pár žáků, často se opakovali ti samí a zbytek spíše naslouchal. Při této hodině panovala zvláštní atmosféra. Bylo cítit napětí i strach (*ČR na seznamu nepřátelských zemí a co to pro nás znamená a další otázky*) ze současné situace. Žáci situaci sledují a vnímají, co se děje. Mají spoustu zdrojů, odkud čerpají informace a velmi mě překvapil jeden žák, který panu učitel řekl, že on čerpá informace spíše s ověřených zdrojů, kdežto jeho maminka čte bulvární noviny a je kvůli nim velmi vyděšená. Jedná se o ukázkou informací, které nemusí být založené na pravdě, ale jen na domněnkách a vyvolávají umělý strach. Pan učitel apeloval na žáky, aby si pečlivě ověřovali zdroje informací a nenechali se ovlivnit dezinformacemi...

Závěr:

Během této třídnické hodiny došlo k potvrzení předpokladu č. 1. *Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu*, a předpokladu č. 3. *Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují*. Diskuse byla poměrně plodná, byť se jí účastnil menší počet žáků, ale ti se pravidelně střídali o slovo. Velmi důležité je, že během diskuse si nikdo neskákal do řeči, nikdo se nikomu nesmál a souhlasně žáci pokyvovali hlavami. Předpoklad č. 4. *Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň* se částečně naplnil, protože o této situaci by se dalo debatovat a vést konverzaci velmi dlouho. Hodina byla ukončena až chvíli po zvonění, až po zodpovězení všech žakovských otázek. Po skončení diskuse byli žáci panem učitelem upozorněni, že za ním mohou kdykoliv přijít a o situaci si ještě promluvit. Poslední, zbylý předpoklad č. 2. *Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách* se zde rozhodně nenaplnil. Hodina byla řádně ukončena a žákům se dostala i nabízená podpora učitele.

4.6.4 4. pozorovaná hodina

Poslední pozorovaná hodina byla zaměřena na utužování vztahů mezi žáky v kolektivu a zároveň byla cílena na odhalování toho, kolik toho o sobě žáci vědí. Pan učitel pro dnešní hodinu zvolil aktivitu jménem Papírová válka. Nejdříve se žáků ptal, zda hru znají. Žáci ji neznali a byla pro ně novinkou, a proto pan učitel nejdříve vysvětlil pravidla. Každý žák obdržel papírek, na němž bylo pár vět, na které měli žáci v krátkém čase odpovědět (Dnes po škole budu..., Za dvacet let budu..., Na pustý ostrov bych si s sebou vzal/a..., Mé nejoblíbenější jídlo je...atd.). Na vyplnění měli žáci cca 1 minutu, a poté měli papíry zmuchlat do kuličky a jít doprostřed třídy a rozdělit se na strany dívky/chlapci. Pan učitel upozornil, že se aktivity také zúčastní. Dal žákům pokyn k vyplňování a odpočítával minutu. Po minutě už většina žáků stála uprostřed třídy a vyčkávala na zbytek. Jakmile dokončil i poslední žák své odpovědi, vysvětlil pan učitel další část hry – žáci měli za úkol po sobě střílet své papírky „papírová válka“. To žáky velmi bavilo a ve třídě se rozezněl smích. Po chvíli byla válka ukončena a žáci měli co nejrychleji všechny papírky posbírat. Po sesbírání se všechny papírky spočítaly, aby se na nikoho následně nezapomnělo... Když jsou papírky všechny, měli si jít žáci sednout zpět na svá místa. Poté pan učitel začal rozbalovat jednotlivé papírové koule a předčítával odpovědi. Na základě nich měli žáci uhádnout, o kterého spolužáka se jednalo. U některých uhodli odpověď téměř hned – např. jednoho žáka uhodli ihned, jakmile se přečetl pojem Alcatraz, nebo druhou žákyni podle toho, že za dvacet let bude v zahraničí). Pana učitele poznali taktéž zejména podle toho, že půjde za dvacet let do důchodu. Na konci zbylo 5 lístečků, kde žáci neuhodli jejich majitele, a tak je pan učitel přečetl znovu. Nakonec se podařilo všechny uhádnout. Vždy k uhádnutí dopomohl určitý znak osobnosti žáka – hra na kytaru, oblíbené jídlo kebab, jízda na kole, tenis apod. Žáci byli poměrně dost negativní a pesimističtí ohledně své budoucnosti. Téměř všichni předpokládali, že budou za dvacet let „mrtví“... Po přečtení všech odpovědí se pan učitel žáků zeptal: „Dozvěděli jste se něco nového o svých spolužácích? Většina třídy přikyvovala, že ano. Například vůbec netušili, že spolužák chce být učitel nebo že spolužačka má z jídla nejraději halušky apod. Pan učitel řekl na konci žákům, že si jednotlivé papírky z této aktivity schová a ukážou si je společně za dvacet let na školním srazu a uvidí se, zda někteří svou budoucnost odhadli správně – spousta žáků se zasmála, protože většina řekla, že budou ve vězení Alcatraz nebo mrtví...

Shrnutí:

Pro mé poslední pozorování třídnických hodin byla zvolena aktivita Papírová válka, která je zaměřena na utužování vztahů ve třídě a vzájemné poznávání. Žáci se aktivitu velmi šikovně zhostili. Jen v zadních lavicích se chlapci aktivitě chvíli smáli a moc se jim do ní nechtělo. V momentu, kdy ale dostali papír na vyplnění, je aktivita poměrně pohltila a byli zvědaví, co se bude s papíry dít. Zejména v momentu, kdy měli papír zmuchlat, po sobě začali žáci nervózně a nechápavě koukat. Když byli vyzváni, aby po sobě začali papíry házet, úplně ožili a házeli jednu kouli za druhou. Ve třídě zavládl humor a smích. Aktivita se dá využít i jako rozehrívací či k zajištění příjemné atmosféry ve třídě. Co mě velmi překvapilo, byl pesimismus žáků, kteří nejčastěji na otázku „*Co budeš dělat za dvacet let?*“ odpovídali nejčastěji, že budou mrtví nebo že budou ve vězení. Pouze tři dívky uvedly pozitivní odpověď – jedna se stane úspěšnou ženou, druhá učitelkou a třetí bude pracovat v zahraničí. Zbytek vedle Alcatrazu a smrti uváděl, že neví, co budou dělat zítra ráno, natož za dvacet let. V závěru hodiny se žáci shodovali, že tato aktivita byla skvělá a zajímavá, a že se o svých spolužácích dozvěděli nové věci, které nevěděli. Zároveň si potvrdili, že se navzájem znají poměrně dobře.

Závěr:

Během této hodiny došlo k potvrzení výzkumného předpokladu č. 3. *Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují.* Zbylé tři předpoklady viz předpoklad č.1 *Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu,* předpoklad č. 2. *Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách* a předpoklad č. 4. *Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň* nebyly potvrzeny. Aktivita neprobíhala v komunitním kruhu, každý seděl při zpracování výsledků ve své lavici. Třídnická hodina nepostrádala závěrečnou reflexi, na níž došlo k zhodnocení této aktivity a žáci měli prostor pro vyjádření svých myšlenek a pocitů. Co se týče časového rozložení byla aktivita dobře promyšlená a časově naplánovaná.

4.7 Shrnutí výsledků pozorovaných hodin

Pro pozorování vybraných třídnických hodin jsem si nastavila 4 výzkumné předpoklady, které jsem zaznamenávala do pozorovacích archů. Tyto předpoklady měly za cíl sledovat organizovanost třídy a správnost vedení třídnických hodin.

Předpoklad, který se týkal zapojení žáků do třídnických hodin a otevřeného diskutování, se potvrdil na každé pozorované hodině. Žáci jeví o aktivity zájem a rádi o nich debatovali i po zvonění na přestávku. Závěrečné reflexe byly realizovány na 3 ze 4 pozorovaných hodin, což považuji jako velmi dobrý krok k tomu, aby si žáci mohli z hodiny odnést ucelené poznatky či názory k danému tématu. Zároveň se díky reflexím umožní probírané téma náležitě ukončit a žáci netápou, proč se bavili nebo hráli hru na téma, která jim nedává jasný smysl. Na realizaci komunitního kruhu jsem se zaměřila v dalším předpokladu. V tomto uskupení panuje mnohem důvěrnější a příjemnější atmosféra než-li v lavicích, které brání komunikaci a otevřenému diskutování. Zajímalo mě, zda vybraní učitelé praktikují tuto vyučovací formu. Až na jednu výjimku se třídnické hodiny uskutečnily v komunitním kruhu. Na jedné hodině k tomuto uskupení nedošlo a paradoxně si myslím, že je to velká škoda. Žáci hráli hru papírová válka. Po skončení házení papírků po sobě, byli vyzváni, ať se posadí zpět do lavic. Účelem této hry je poznat spolužáka, který je autorem odpovědí na zmuchlaném papíru. Myslím si, že v komunitním kruhu by tato aktivita probíhala mnohem efektivněji a s větší zábavou i z toho důvodu, že by třídní učitel neseděl za katedrou, ale byl by součástí kruhu. Poslední předpoklad, týkající se nedostatku času pro třídnickou hodinu se všemi jejími náležitými částmi, jsem předpokládala, že se potvrdí na každé hodině. Potvrdil se však pouze na 2 ze 4 pozorovaných hodinách. Předpokládám, že vše záleží na volbě aktivity, hry, popřípadě tématu pro třídnickou hodinu a projeveném zájmu žáků o téma.

5 Výsledek rozhovorů s vybranými učiteli

Na Základní škole Zdice jsem vedla strukturované rozhovory se třemi vybranými učiteli, kteří praktikují pravidelně třídnické hodiny se svými třídami. Rozhovor byl zaměřen na to, jak vybraní učitelé vnímají význam třídnických hodin a jejich vliv na třídní kolektiv. Dále se otázky rozhovoru zaměřují na přípravu učitele na tyto hodiny, včetně témat hodin, plánů aktivit či závěrečných reflexí. Tyto informace jsou sbírány s cílem zjistit, zda jsou na této škole třídnické hodiny efektivně zpracovávány a umožňují žákům cítit se ve svém kolektivu příjemně a bezpečně.

Rozhovory jsem realizovala v průběhu února a března 2022. Jednotlivé rozhovory probíhaly na půdě ZŠ Zdice a se souhlasem respondentů jsem je zaznamenávala na diktafon pro lepší a autentičtější přepis. Vybrané učitele budu uvádět pod smyšlenými jmény (učitel Martin, Josef a Veronika). Výsledky jednotlivých rozhovorů jsou vyhodnocovány jednotlivě. Souhrnné výsledky výpovědí respondentů jsou následně podrobněji analyzovány. Vybraní učitelé se ve svých odpovědích nikterak významně nelišili. Všichni přikládají třídnickým hodinám velký význam, nejen pro utváření bezpečného prostředí ve třídě, ale i prostoru, kde je možné s žáky otevřeně diskutovat, učit je mezi sebou spolupracovat a prohlubovat vztahy nejen mezi sebou, ale se svým třídním učitelem. V odpovědích se objevily například i skvělé návrhy třídnických pravidel, které mají učitelé s žáky nastavené nebo upozornění na důležitost třídnických hodin nejen z hlediska vytváření bezpečného prostředí, ale i místa, kde je možné žáky vést ke kladnému postoji k učivu a osvojování si nových poznatků, názorů či dokonce postojů. Vybraní učitelé se shodují, že je potřeba, aby třídnické hodiny byly na školách uskutečňovány, byly pravidelné a bylo na nich žákům umožněno otevřeně sdělit své myšlenky nebo názory. Velmi důležitý pro realizaci třídnických hodin je postoj vedení k těmto hodinám. Všichni dotazovaní učitelé jsou velmi vděční, že jejich vedení je třídnickým hodinám nakloněno a vnímá je jako důležité pro vytvoření bezpečné a pohodové atmosféry nejen ve třídách, ale i ve škole obecně.

5.1 Otázky rozhovoru s učiteli

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?
2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?
4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?
5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?
6. Jaký máte vztah se svými žáky?
7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?
8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků?
Kolik času by bylo ideálně potřeba?
9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?
10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?
11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě? Můžete uvést i příklad z vlastní zkušenosti?
12. Chtěl/a byste něco doplnit?

5.2 Rozhovory s učiteli

Rozhovor s 1. učitelem Martinem:

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

Učitel Martin považuje třídnické hodiny za velmi důležité, protože při nich mohou žáci otevřeně diskutovat, sdílet své pocity a budovat vztahy mezi sebou. Dále vnímá třídnické hodiny jako možnost žáky poznat i z jiného úhlu pohledu a i naopak.

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

Nejčastěji se snaží o komunitní kruh.

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

Čerpá z vlastních zkušeností, zejména z přípravných kurzů, kde měl možnost si různé hry vyzkoušet na vlastní kůži. Dále považuje za velmi vhodný zdroj metodiky Odyssey nebo Preventivní program ZŠ Zdice, na němž se sám podílel.

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

Po chvilce odmlky učitel Martin odpověděl, že se o třídnická pravidla dříve snažil. Ví, jak se mají tvořit, kolik jich má být, že nemají obsahovat zápory apod. Nyní je ve své třídě sice nemají nikde vystavená, ale mají tzv. nepsaná pravidla (kdo má míček, mluví; respektování názorů druhých aj.). Přikládá jim ale velkou důležitost a tvrdí, že jsou nezbytná, nejen pro efektivní třídnické hodiny.

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

Učitel Martin tvoří přípravy na hodiny. Vytváří hlavně osnovu hodiny a aktivity, včetně pomůcek, které jsou pro aktivitu potřeba. Zároveň vychází i z aktuálních potřeb své třídy a když zaregistruje problém, věnuje se jemu a snaží se ho se svou třídou rozebrat a vyřešit.

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

Považuje vztah s jeho třídou za dobrý, k čemuž se domnívá, že silně přispívají pravidelné třídnické hodiny, které vztahy podporují a utužují. Za důležitý faktor, v budování tohoto vztahu, pokládá i různé výlety nebo pobyty se svou třídou.

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

Závěrečné reflexe považuje učitel Martin za důležité a prospěšné. Ví, že by se měly praktikovat po každé aktivitě nebo na konci třídnické hodiny. Svůj názor opřel i to, jak by závěrečná reflexe měla vypadat (komunitní kruh, diskuse nad aktivitou apod.). Zároveň považuje realizaci závěrečných reflexí za obtížnou, zejména

z hlediska časové tísně a aktivit, které přímo závěrečnou diskusi nevyžadují. Zdůraznil, že pokud se jedná o aktivity, ve kterých jde o názory žáků, tak je závěrečná reflexe povinností a neopomíná ji.

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

Učitel Martin považuje 45 minutové celky za dostačující, ve kterých lze aktivitu nebo diskusi, stihnout. Horší je to se závěrečnou reflexí. Z toho důvodu by byl rád, kdyby měl možnost s žáky strávit více času, alespoň 90 minut. I tak je ale velmi vděčný vedení školy, že považuje třídnické hodiny za podstatnou součást vzdělávání a mají v rozvrzích vyhrazené místo pro pravidelné třídnické hodiny.

7a) Při pozorování jsem si všimla, že žáci poměrně vstřícně setrvávají v komunitním kruhu i po zvonění a chtějí sdělovat své myšlenky...

Souhlasí. Doplnuje, že v momentu, kdy žáci vyhodnotí téma jako důležité a zajímavé, tak je přestávka nezajímá a chtějí téma dokončit. Podobně je tomu tak, když se řeší nějaký větší problém, kdy například žáci hází „špínu“ na dotyčného a v tom momentě zazvoní. V takovém případě hodinu se zvoněním neukončí, ale pokusí se situaci vyřešit, i když se přetahuje do další hodiny nebo do přestávky.

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

Na základě svého pocitu se domnívá, že třídnické hodiny žáky baví a odnášejí si z nich dobrý pocit. Přispívá k tomu společné povídání a pravidelnost těchto hodin.

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

Téma hodiny se často odvíjí od aktuálního dění ve třídě (vyrušování, šikana) nebo ve světě (covid-19, válka na Ukrajině). Pro inspiraci témat čerpá v jeho osvědčené sadě her pro třídní kolektivy, které si sám na sobě vyzkoušel.

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě. Můžete uvést i vlastní příklad?

Třídnické hodiny vnímá jako určitou prevenci před vznikem problematického chování ve třídě. Považuje je za prostor, kde se mohou sdílet různé problémy nebo individuální trápení, a žáci zde mají možnost být vyslechnuti a problém začít včas řešit. Jako příklad uvedl problematiku rozjeté šikany ve své třídě. I přesto, že řešení trvalo poměrně dlouho, podařilo se ji odstranit.

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

Učitel Martin vyzdvihuje, jak moc potřebná je podpora vedení školy k tomu, aby se na třídnické hodiny bral zřetel. A dále také, aby byli učitelé průběžně zaučováni v problematice třídnických hodin a bylo jim vysvětleno, proč se mají tyto hodiny pravidelně konat.

Rozhovor s 2. učitelem Josefem:

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

Učitel Josef vnímá třídnické hodiny jako velmi důležité pro tvorbu příjemného klimatu ve třídě a pokládá za důležité je často praktikovat.

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

Při řešení důležitých témat upřednostňuje formu komunitního kruhu. V jiných případech záleží na typu aktivity na třídnické hodině.

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

Inspiraci do třídnických hodin čerpá od školního preventisty nebo od školního psychologa. Zároveň má také své osvědčené aktivity, které se svými žáky rád praktikuje. Poukazuje taktéž na sdílený disk, který mají pedagogové ZŠ Zdice k dispozici a odkud mohou čerpat typy do třídnických hodin, které vycházejí i

z Preventivního plánu školy.

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

Ve své třídě má nastavená pravidla. Po letech praxe se mu osvědčilo dělat jich spíše méně, spolupracovat na nich s žáky a dávat je dohromady společně. Pro příklad jmenoval respekt vůči sobě nebo zdržet se komentářů.

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

Hodiny vede spíše intuitivně než na základě pečlivé přípravy. Přípravy si tedy spíše nevytváří. Témata volí podle atmosféry ve třídě, podle aktuálních témat ze světa nebo z okolí školy. Dodává, že pokud má nějakou aktivitu dopředu vymyšlenou, je na ni patřičně připraven (včetně pomůcek).

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

Domnívá se, že vztah s jeho žáky je pozitivní a partnerský. Snaží se, aby se žáci v jeho přítomnosti cítili dobře a uvolněně.

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

Závěrečné reflexe realizuje a je přesvědčen, že jsou velmi důležitou součástí třídnických hodin. Nejen proto, že je důležité shrnutí hodiny nebo aktivity, ale taktéž proto, že tak žáci uslyší názory druhých na danou problematiku. Mají možnost si uvědomit, že každé téma může být pochopeno jiným způsobem. Na závěr podotýká, že jemu závěrečné reflexe napomáhají dozvědět se, co si žáci z hodiny odnáší.

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

Myslí si, že jedna vyučovací hodina je dostačující, ale ne vždycky je reálné stihnout vše zreflektovat. Z toho důvodu občas musí zkrátit hlavní aktivitu, z čehož není

úplně šťasten.

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

Setkává se s pozitivní zpětnou vazbou, což usuzuje na základě aktivity žáků na třídnických hodinách, otevřeností názorů při diskusích a zábavě, která po většinou na hodinách panuje. Domnívá se, že to může být dáno i tím, že témata a aktivity volí podle znalosti svého kolektivu a ví, co je baví a zajímá.

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

Vychází hlavně z témat, se kterými přicházejí žáci a které by byli rádi, aby s nimi probral. Dále z aktuálních témat (válka na Ukrajině, onemocnění covid-19) či z témat Preventivního plánu školy, která lze pomocí třídnických hodin realizovat.

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě? Můžete uvést i příklad z vlastní zkušenosti?

Učitel Josef je přesvědčen o pozitivním vlivu třídnických hodin pro kolektiv žáků, protože přispívají k vytvoření zdravého a bezpečného klimatu třídy. K čemuž přispívá i možnost otevřeně diskutovat o problému a zvolit adekvátní řešení.

V současné době řeší ve své třídě přílišný hluk a obtěžování několika žáků při hodinách, což ruší zbytek třídy. Problém ještě není zcela vyřešený, ale soudí, že je situace mnohem lepší, než byla na začátku.

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

Vyjadřuje vděčnost vedení Základní školy Zdice, že se aktivně podílí na realizaci třídnických hodin a že je považuje za důležitou součást školního života.

Rozhovor s 3. učitelkou Veronikou:

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

Učitelka Veronika vnímá význam třídnických hodin jako velmi zásadní pro tvorbu příjemného prostředí ve třídě. Nedokáže si představit, že by je se svými žáky nerealizovala. Uvádí, že při nich dochází k vzájemnému poznávání a trávení času společně.

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

Nejčastěji se snaží o vytvoření komunitního kruhu (kruhu ze židliček), u něhož dbá na to, aby si žáci nesedali za sebe a všichni byli rovnocennými částmi kruhu.

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

Čerpá zejména od svých kolegů, od školního psychologa a také od svých žáků. Dále uvádí jako zdroj Odysseu.

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

Učitelka Veronika má ve své třídě nastavená třídnická pravidla. Společně s žáky je tvořili ihned v září a společně o nich diskutovali. Zmínila také ukázkou pravidel, kterými jsou například 1x měsíčně společná snídane nebo každé pondělí si mezi sebou řeknou 3 vtipy. Považuje je za stmelovací prvek a důležitou součást třídy.

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

Často improvizuje a hodiny reagují na současné dění ve třídě nebo na aktuální potřeby žáků. Přípravy na hodiny si tedy spíše nedělá. V případě, že se chystá s žáky hrát osvědčenou hru, má připravené veškeré pomůcky a vše, co ke hře potřebuje (má osvědčené hry, které mají žáci rádi).

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

Vztah se svými žáky považuje přímo za skvělý. Je se svou třídou spokojená. Říká, že si od začátku sedli. Zároveň podotýká, že nebýt pravidelných třídnických hodin, kterými se všichni společně snaží o co „nejčistší“ klima ve třídě, by společný vztah nemusel být takový. Uvádí dále, že si vypráví společně vtipy, doporučují si knížky, filmy, přejí si k narozeninám a často se smějí. Smích a zábavu považuje za velmi důležitý faktor pro bezpečné a příjemné prostředí ve třídě.

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

Po chvíli přemýšlení definuje reflexi jako něco, co pomáhá shrnout aktivitu nebo třídnickou hodinu. Uvádí, že by si žáci měli, ideálně, při závěrečné reflexi utřídit myšlenky a odcházet z hodiny s novým poznatkem, názorem nebo dokonce novým postojem. Snaží se o jejich realizaci, ale z hlediska času je to velmi obtížné.

Zejména, když mají rozehranou aktivitu, která žáky opravdu baví a aktivně se jí účastní. V závěru říká, že se o jejich realizaci snaží, ale ne vždy je to možné stihnout.

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

Usuzuje, že reálné to je, ale ne při každé aktivitě. Přála by si při nejmenším, aby třídnická hodina měla alespoň 60 minut nebo ideálně 90 minut.

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

Ano. Myslí si, že jsou žáci rádi, že se třídnické hodiny, a hlavně hry na nich, konají. Domnívá se, že žáky náplň třídnických hodin velmi baví. Navíc, několikrát se jí stalo, že za ní žáci přišli a ptali se, jestli by si mohli zase zahrát konkrétní aktivitu.

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

Náplň třídnických hodin volí učitelka Veronika nejčastěji podle aktuálního dění ve třídě a snaží se, aby se případné problémy nebo konflikty, co nejdříve vyřešily.

Nechává se vést tematickým plánem svého předmětu Výchova k občanství, místo kterého se třídnické hodiny nejčastěji konají, a pokouší se téma předmětu implementovat do třídnické hodiny. To považuje za výhru.

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě? Můžete uvést i příklad z vlastní zkušenosti?

Ano. Třídnické hodiny vnímá jako nezbytnou součást práce třídního učitele a jako prostor pro odstranění konfliktů, podporování vztahů ve třídě či utužování vztahů s třídním učitelem a vytváření bezpečného prostředí třídy. Nejvíce oceňuje, že jsou žáci schopni za ní sami přijít a o třídnickou hodinu požádat, protože se něco ve třídě děje. Vnímá jejich důvěru v ní a označuje to souslovím „pedagogický ráj“.

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

Učitelka Veronika přiznává, že třídnické hodiny koná častěji, než by měla. Cítí, že jsou potřeba a cítí to i ze svých žáků. Zmiňuje, že má ve své třídě přítomnou asistentku pedagoga, která ji částečně informuje o situaci ve třídě. Velmi vděčná je také za školního psychologa, od kterého často čerpá rady do třídnických hodin a pro práci s žáky.

5.3 Vyhodnocení rozhovorů s učiteli

V rámci této kapitoly shrnu výsledky, které jsem získala pomocí strukturovaných rozhovorů s třemi vybranými učiteli ze Základní školy Zdice. Jednalo se o dva muže a jednu ženu. Jejich výběr byl podmíněn tím, zda konají pravidelné třídnické hodiny se svými žáky. Pro přehlednější a ucelenější analýzu získaných výsledků rozhovorů bude tato kapitola rozdělena do tří tematických oblastí – organizace třídnických hodin, vnímání významu třídnických hodin a kapitola zaměřená na činnost žáků při třídnických hodinách.

Organizace třídnických hodin

K dosažení hlavního cíle práce tj. ke zjištění, zda třídnické hodiny napomáhají tvorbě bezpečného a příjemného klimatu ve třídě, jsem v dotaznících připravila otázky dotýkající

se organizace hodiny, která se podstatně podílí na tvorbě příznivého klimatu ve třídě. Spadají sem otázky zaměřené na organizační formu třídy, realizaci závěrečných reflexí, tvorby příprav na třídnické hodiny, volbu témat a náplně hodiny či zdroje, ze kterých učitelé čerpají nápady a tipy (konkrétně se jedná o otázky č.2., 3., 5., 7., 8 a 10.). Velmi mě zajímaly odpovědi vybraných učitelů na otázku č. 7. *V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?* V teoretické části této práce jsem se na závěrečné reflexe zaměřila a popsala jejich průběh a podstatu. V prostudované literatuře přikládají autoři závěrečným reflexím obrovský význam a pokládají jejich realizaci za neodmyslitelnou součást třídnických hodin. Zajímalo mě proto pohled třídních učitelů, kteří třídnické aktivity konají v 45 minutových celcích (tedy v 1. vyučovací hodině), ve které se má stihnout úvod do hodiny, vybraná aktivita a následná diskuse a reflexe. Odpovědi všech tří učitelů se shodovaly v tom, že jsou závěrečné reflexe velmi důležité a je potřeba je realizovat, zejména, když se probírají náročná témata (odstrčený žák, rozjetý konflikt a jiné). V čem se následně shodovali už jen dva učitelé, učitel Martin a učitelka Veronika, byl fakt, že realizovat závěrečné reflexe je velmi obtížné v čase, který nabízí 1. vyučovací hodina. Z toho důvodu se občas stává, že se závěrečná reflexe nekoná. S tím, že oba zdůrazňují, že se nekoná pouze tehdy, když se nejedná o žádná složitá témata. V opačném případě je závěrečná reflexe povinností a nehledí se na čas. Všichni učitelé se následně shodují, že závěrečné reflexe napomáhají žákovi utřídit si myšlenky z hodiny, získat jiný pohled na věc (hodnotová orientace), slyšet názory ostatních a napomáhají bezpečnému klimatu třídy. Co mě velmi mile překvapilo, že všichni vybraní učitelé, praktikují komunitní kruh. V komunitním kruhu neexistují žádné bariéry, kterými jsou například stoly nebo židle před žáky, jako když sedí v typickém uspořádání třídy (tj. za sebou). Každý je právoplatným členem skupiny, ve které je možnost otevřeně diskutovat, sdělit své názory a sledovat reakce ostatních.

Překvapily mě odpovědi učitelů na otázku č. 5., zda si vytváří přípravy na hodiny. Očekávala jsem jednoznačnou odpověď od všech učitelů, že si přípravy vytváří, ale nebylo tomu tak. Učitelé se shodovali, že jejich třídnické hodiny reagují hlavně na aktuální dění v jejich třídě, potažmo na současnou situaci ve světě. V případě, že mají v plánu praktikovat s žáky různé aktivity, přípravu, v podobě diskusních otázek nebo pomůcek, mají samozřejmě dopředu připravenou.

Náplň a typy do třídnických hodin učitelé nejčastěji čerpají z metodik od Odyssey, od metodika prevence, školního psychologa, ze školního Preventivního plánu či ze svých ověřených a vyzkoušených zdrojů. Naopak odpovědi na otázku číslo 8, která se dotazovala na časovou dotaci třídnických hodin, tj. 45 minut, mě nepřekvapila. Učitelé se sice shodují, že 45 minut je rozhodně lepší než nic, ale rozhodně by uvítali, kdyby třídnické hodiny měly alespoň 60 nebo 90 minut. V rámci tohoto času by již nevznikal problém v realizaci závěrečných reflexí a ani by se nemusely předčasně ukončovat aktivity, kterých se žáci aktivně účastní.

Vnímání významu třídnických hodin

Druhá oblast, kterou jsem pomocí strukturovaných rozhovorů sledovala, se zajímala o chápání významu třídnických hodin v souvislosti s podporou příjemného, bezpečného a sdílného prostředí. Zajímal mě hlavně osobní přístup k třídnickým hodinám, zda je učitelé dělají rádi a přináší to i jim pohodu a příjemné bytí v jejich třídním kolektivu. Na tuto oblast se zaměřovaly otázky č. 1., č. 6. a otázka č. 11. Ihned v první otázce rozhovoru jsem se vybraných učitelů ptala, jak oni sami vnímají význam třídnických hodin. Odpovědi byli téměř identické. Učitelé se shodují, že třídnické hodiny jsou velmi prospěšné pro třídní kolektiv. Vedou děti ke spolupráci, respektování druhých, sdílení názorů a jsou ideálním místem pro řešení různých problémů, nejen třídních, ale i mimoškolních (viz válka na Ukrajině, onemocnění Covid-19 aj.). Další podstatný přínos, který učitelé uváděli, byl ten, že správně organizované a pravidelné třídnické hodiny napomáhají nejen vztahům mezi žáky ve třídě, ale podporují i vztahy mezi třídním učitelem a jeho třídou. Konkrétně budu citovat paní učitelku Veroniku: *„Nejvíc oceňuju, že za mnou žáci jsou schopni přijít a říct mi, že se ve třídě něco děje a že by potřebovali třídnickou hodinu... To je pedagogický ráj, vím, že ne ve všech třídách to tak funguje.“* Což je dokladem o důvěře, kterou žáci k paní učitelce mají. Jsou schopni za ní přijít v případě, že se ve třídě děje něco, s čím si nedovedou poradit sami a svěřit se jí.

Dále ve svých odpovědích uvedl pan učitel Martin, že se mu ve třídě povedlo odstranit šikanu v rozjetém stadiu. To je další důvod, proč je vhodné třídnické hodiny konat. Je jimi možné vyřešit složité problémy a konflikty ve třídě, jako například právě zmíněná šikana, odstrčený žák, krádeže nebo jiné. Za pomoci včasné intervence, pravidelných sezení a návrhů, jak situace řešit, je možné i tyto složité problémy odstranit.

Neméně podstatná byla otázka směřující k zjištění, jaký vztah mají vybraní učitelé se svými žáky. Všichni se domnívají, že vztah s jejich žáky je pozitivní, kamarádský až partnerský, což uvedl pan učitel Josef. Učitelé soudí podle toho, jak s nimi žáci mluví, zda se jim svěřují s osobními nebo třídními problémy nebo i podle toho, jak se účastní aktivit a diskusí na společných hodinách.

Paní učitelka Veronika demonstrovala i na konkrétních příkladech, proč si myslí, že vztah s jejími žáky je tak skvělý, jaký se domnívá: „*Vyprávíme si třeba často vtipy, naše zážitky, doporučujeme si knížky nebo filmy... (pomlka) a přejeme si k svátku i k narozeninám, a co je asi nejdůležitější, dost často se smějem.*“

Pan učitel Martin uvedl, že si myslí, že dobrému vztahu s jeho žáky napomáhá také čas strávený společně i mimo školu, viz různé výlety, lyžařské výcviky, cyklistické výcviky...

Činnost žáků na třídnických hodinách

Poslední oblast, na kterou jsem zaměřila své otázky rozhovoru, se zabývá i činností žáků na třídnických hodinách. Tohoto tématu se týkají otázky č. 4. a otázka č. 9. Ptala jsem se učitelů, zda mají ve svých třídách nastavená pravidla třídy a pokud ano, jestli mohou uvést příklad. Všichni vybraní učitelé se shodují, že jsou třídnická pravidla důležitá pro správně fungující kolektiv a jejich dodržování vede k vytvoření bezpečného a důvěrného prostředí. Ne všichni je však mají sepsaná a umístěná na viditelném místě. Pan učitel Josef a paní učitelka Veronika mají ve svých třídách nastavená a sepsaná pravidla třídy. Společně s žáky si je společně nadefinovali, prodiskutovali a uvedli v platnost. Jako příklad paní učitelka Veronika uváděla tato pravidla: *1x měsíčně společná snídane, každé pondělí si řeknou 3 vtipy, vzájemně si pomáháme.* Pan učitel Josef jmenoval: *respekt vůči sobě, zdržet se jakýchkoliv komentářů nebo pokud chci mluvit, přihlásím se o slovo.*

Názorově stejně se k pravidlům staví i pan učitel Martin, který ví, jak se pravidla mají správně definovat, zná vhodný počet pravidel (3 až 5) a neměly by to být například zákazy. Ve své třídě je ale vytvořená nemá, protože mu připadá, že jeho žáci nemají potřebu pravidla vymýšlet a většinou je tvoří pan učitel sám. Domnívá se, že by se měl v tomto směru zlepšit a se svou třídou si sednout a určitá pravidla třídy nastavit, protože jak sám řekl: „...*je určitě dobré třídní pravidla mít. Ale jak říkám, je to něco, v čem bych se měl asi zlepšit (smích) a vytvořit takovou aktivitu, abychom ty pravidla dali dohromady... Má to svůj smysl, já věřím na pravidla...*“

Z hlediska zpětné vazby od žáků, mají vybraní učitelé pocit, že žáky třídnické hodiny baví a rádi se jich účastní. Svědčí o tom zájem o hry, zejména o pohybové nebo poznávací a zapojení většiny žáků do diskusí či vysoká účast při různých hrách. Učitelé zdůrazňují, že se žáci rádi věnují i aktuálním tématům ze světa, které jim učitel může pomocí třídnických hodin vysvětlit a společně si mohou udělat obrázek, co se děje. O dobré zpětné vazbě svědčí také situace, kdy žáci aktivně vyhledají svého učitele a sami ho požádají o pomoc nebo se mu svěří se svým trápením.

5.4 Shrnutí výsledků rozhovorů s učiteli

Z odpovědí vybraných učitelů Základní školy Zdice vyplynulo, že považují třídnické hodiny za velmi podstatnou a ve školním prostředí neodmyslitelnou součást vzdělávání. Shodují se, že pomocí správně vedených třídnických hodin mohou vytvořit příznivé, milé, bezpečné a pohodové prostředí nejen pro své žáky, ale i pro sebe, protože i učitel sám, je součástí kolektivu a je potřeba, aby vztahy mezi žáky a učiteli, byly co nejlepší.

Jak z výpovědí vyplynulo, vztahy mezi žáky a vybranými učiteli jsou přátelské a otevřené. Žáci mohou za učiteli kdykoliv přijít, požádat je o radu, o třídnickou hodinu, potažmo o svěření problému.

Z hlediska témat, která se na třídnických hodinách probírají, se nejčastěji učitelé shodovali na aktuálních tématech, které před rokem představovalo hlavně onemocnění Covid-19, nyní se nejčastěji řeší válka na Ukrajině. Mimo to je u žáků velký zájem o aktivity pohybové, poznávací nebo aktivity na podporu dobrých vztahů ve třídě. Přípravy na hodiny si vybraní pedagogové většinou nedělají, protože vycházejí z aktuálních potřeb svých žáků nebo témat, která žáci navrhnou. Často jsou třídnické hodiny orientovány také pouze na dotazování, jak se žáci mají, co dělali o víkendu, jaké mají plány a tak dále, což příznivě ovlivňuje atmosféru ve třídě a probouzí to v očích žáků zájem učitele o jejich pocity a názory. Stejně tak sdělování těchto informací před svými spolužáky vede k větší otevřenosti, vystoupení z komfortní zóny či zjištění nových informací o svých kamarádech. Zapojení žáků do třídnických hodin, dle odpovědí učitelů, je vysoké a žáky aktivity a hry většinou velmi baví, rádi se jich účastní a nemají problém si o aktivity znovu požádat.

V čem spatřuji problém, je hodinová dotace na třídnické hodiny. Na této konkrétní škole se

k třídnickým hodinám staví velmi svědomitě a dbají na jejich pravidelné praktikování, které je povinné alespoň 1x měsíčně. To rozhodně není pravidlem na jiných školách a třídnické hodiny jsou nad rámec učitelova rozvrhu. Vybraní pedagogové ZŠ Zdice potvrzují, že třídnické hodiny praktikují i častěji, zejména, když je ve třídě přítomný nějaký problém. Z hlediska času by uvítali alespoň 60-ti či 90-ti minutové celky, ve kterých by se stihl udělat úvod do hodiny, samotná aktivita, ve které by bylo možné, aby se vystřídali všichni žáci a zejména by se zde otevřel prostor pro realizaci závěrečné reflexe, na kterou často nezbyvá, podle vybraných učitelů, čas.

6 Výsledek rozhovorů s vybranými žáky

Na Základní škole Zdice jsem vedla strukturované rozhovory se třemi vybranými žáky, s nimiž jejich třídní učitelé praktikují pravidelné třídnické hodiny. Jednalo se o dva chlapce a jednu dívku.

Rozhovory s žáky obsahují podobně orientované otázky jako dialogy s učiteli, abych získala informace týkající se stejného tématu i od žáků, pro které jsou třídnické hodiny určeny. Otázky rozhovoru jsou psané jazykem, který je blízký žákovi na 2. stupni základní školy. Žáci jsou dotazováni na pravidelnost třídnických hodin, organizační formu třídy při třídnických hodinách, přítomnost třídnických pravidel, na vnímání významu třídnických hodin, s čímž souvisí i otázky zaměřené na bezpečné klima ve třídě a schopnost otevřeně diskutovat před třídou.

Rozhovory jsem realizovala v průběhu března 2022. Před zahájením rozhovoru jsem se nejdříve s žáky seznámila a vyzvala je, ať se posadí a udělají si pohodlí. Rozhovory probíhaly v zasedací místnosti ZŠ Zdice, kde byl klid a prostor pro uskutečnění dialogů. Posléze jsem žáky obeznámila o tématu našeho rozhovoru a upozornila je, že nemusí na některé otázky odpovídat, nebude-li jim to příjemné. Zároveň jsem žákům sdělila, že si mohou odpovědi promyslet a až po chvíli odpovědět. Pro autentičtější záznam rozhovorů jsem si s jejich souhlasem, zaznamenávala jejich odpovědi na diktafon. Vybrané žáky budu dále uvádět pod smyšlenými jmény (1. žák Jan, 2. žák Petr, 3. žákyně Lucie). Výsledky jednotlivých rozhovorů jsou opět vyhodnocovány jednotlivě.

Z výpovědí vybraných žáků vyplynulo, že stejně jako jejich učitelé, považují třídnické hodiny za velmi prospěšné a důležité pro tvorbu příjemného klimatu své třídy. Shodují se, že se díky třídnickým hodinám lépe poznávají, zjišťují o sobě nové informace a více se ve škole smějí. Zároveň jsou moc vděční svým učitelům, že jim předávají informace o aktuálních tématech ze světa nebo z jejich okolí (nyní hlavně informace o válce na Ukrajině). Podrobnější výsledky všech otázek jsou zanalyzovány v souhrnné kapitole.

6.1 Otázky rozhovoru s žáky:

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?
(pokud **ano** – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud **ne** – chtěl/a bys, aby se třídnické hodiny prakticovaly častěji a proč?)
2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?
3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?
4. Ocenil/a bys více času na aktivity nebo je jedna vyučovací hodina dostačující?
5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky/ nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Pokud ano, co by se mělo změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?
6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?
7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?
8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)
9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?
10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?
11. Chtěl/a bys něco dodat?

6.2 Rozhovory s žáky

Rozhovor s 1. žákem Janem:

1. **Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?**
(pokud ano – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud ne – chtěl/a bys, aby se třídnické hodiny prakticovaly častěji a proč?)
Žák Jan souhlasí, že s nimi jejich třídní pan učitel dělá pravidelně třídnické hodiny. Nejčastěji je to místo předmětu Výchova k občanství. Upozorňuje na to, že v poslední době moc času na třídnické hodiny nezbývalo, protože se v ranním,

pondělním čase museli vždy testovat na covid-19, což zabralo velkou část hodiny. Dále říká, že jsou třídnické hodiny velmi příjemné, a že ho to dokáže doslova „*nakopnout, takhle v pondělí ráno*“. Občas se naskytne nějaká aktivita, která Jana baví méně, ale spíše ho aktivity baví. Zejména hodiny, ve kterých se dozvídá něco nového ze světa (nyní konkrétně o válce na Ukrajině).

2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?

Ne. Pravidla sestavená a sepsaná nikde nemají. Domnívá se, že díky tomu, že už jsou společně jako třída 8let, tak si určitá pravidla třídy nastavili postupem času. Uvádí, že se navzájem respektují a druhým se neposmívají, spíše je to na bázi legrace pro všechny než-li posmívání se jednotlivci.

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

Žák Jan udává, že je to různé a volba organizační formy třídnické hodiny se odvíjí od aktivit, které jsou zvoleny. Uvádí, že často sedávají v komunitním kruhu. Při hrách většinou nesedí vůbec nebo sedávají i v lavicích, ale to jen v případě, že se jich učitel ptá na to, jak se měli víkendů.

4. Ocenil/a bys více času na aktivity, nebo je jedna vyučovací hodina dostačující?

Stačí to, ale následně dodává, že by mu nevadilo, aby byly třídnické hodiny častější. Zároveň uvedl, že bývají třídnické hodiny i místo Hudební výchovy a dlouho už si společně nezazpívali.

5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky/ nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Pokud ano, co by se mělo změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?

Nestydí se a nemá problém své názory a myšlenky otevřeně sdělovat svým spolužákům. Uvádí však, že ve třídě jsou spolužáci, kteří se bojí, potažmo stydí své názory říkat nahlas.

6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?

Žák Jan vyjmenoval své kamarády ve třídě a následně i zmínil svého pana učitele třídního. Po chvíli zamyšlení ještě vyslovil jméno jednoho pana učitele z této školy, se kterým často řeší aktuální fotbalovou situaci. Za ním by také přišel, kdyby měl nějaký problém. Jan dodává, že on problémy žádné nemá, tak se nemusí na nikoho obracet.

7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?

Jan se domnívá, že třídnické hodiny mají za cíl stmelovat jejich kolektiv pomocí různých her nebo diskusí. Zároveň si myslí, že jsou podstatné i pro určitou orientaci v dění ve světě nebo v jejich okolí, protože na těchto hodinách často řeší aktuální situace nebo témata (viz válka na Ukrajině, onemocnění covid-19 aj.)

8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)

Jan se domnívá, že není třeba řešit žádný problém a ve třídě se nic problematického nevyskytuje. Dříve, když nějaký problém byl, tak si všichni sedli, včetně třídního pana učitele, a snažili se situaci vyřešit a nejčastěji to skončilo tak, že toho ten dotyčný zanechal. Zmiňuje ale, že je velmi rád za to, že s nimi pan učitel mluví o současných problémech (válka na Ukrajině), což nejenom jemu pomáhá situaci lépe pochopit a udělat si obrázek o tom, co se doopravdy děje.

9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?

Myslí si, že záleží na situaci, ale když hrají nějakou hru, nemá pocit, že by vycházela z aktuální situace ve třídě nebo že by měla určité poslání k jeho třídě. Pokud ale diskutují, tak téma diskuse reaguje na aktuální situaci ve třídě.

10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

Určitě. Domnívá se, že tyto hodiny zlepšují náladu v jeho třídě a pomáhají žákům se vzájemně lépe poznat. Dodává, že ho třídnické hodiny opravdu baví a napomáhají stmelovat třídní kolektiv.

11. Chtěl/a bys něco dodat?

Vyjadřuje pochvalu svému třídnímu panu učiteli. Je přesvědčen, že má hodiny pěkně zpracované. Měl by malou prosbu, aby se na těchto hodinách více promítaly filmy či videa, zaměřené na konkrétní tematiku, protože si díky tomu dokáže téma lépe představit.

Rozhovor s 2. žákem Petrem:

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?

(pokud ano – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud ne – chtěl/a bys, aby se třídnické hodiny prakticovaly častěji a proč?)

Petr uvádí, že se třídnické hodiny konají pravidelně. Nejvíce ho baví, když se hrají nějaké hry, např. *Místa si vymění ti*. Domnívá se, že se díky hrám dozví nové informace o svých spolužácích, a to se mu na třídnických hodinách moc líbí.

2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?

Žák souhlasně přikývnul. Uvedl, že mají určitá pravidla, která jako kolektiv dodržují. Například při aktivitách na třídnických hodinách sedí vždycky v komunitním kruhu, dále se nemají smát ostatním za jejich názory a mají si dotyčného vyslechnout a až následně reagovat (u čehož uvádí, že je to občas těžké vydržet), a na závěr si vzpomněl, že ještě společně 1x měsíčně snídají.

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

Ne. Nejčastěji sedí v komunitním kruhu.

4. Ocenil/a bys více času na aktivity, nebo je jedna vyučovací hodina dostačující?

Myslí si, že čas je dostatečný. Občas přetahují do přestávky, zejména když se k nějakému tématu, které se vztahuje k jeho třídě, chce vyjádřit více lidí.

5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky/ nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Pokud ano, co by se mělo změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?

Žák uvádí, že se při třídnických hodinách nebojí své názory sdělovat nahlas ostatním a myslí si, že je to fajn. To se ale neděje na běžných hodinách, kdy je raději potichu a nehlásí se. Odůvodňuje to tím, že si nemyslí, že by se mu ostatní posmívali, ale že se stydí a neví, jak se tohoto pocitu zbavit.

6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?

První volbou je jeho třídní paní učitelka, kterou charakterizuje jako velmi kamarádskou a bližší, než jsou všichni ostatní pedagogové na této škole a určitě by šel za ní.

7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?

Po chvíli rozmyšlení odpovědi uvedl, že třídnické hodiny a aktivity na nich, jsou zejména o tom, aby se žáci mezi sebou více poznali (žák uvedl například, že nyní zná oblíbené sporty nebo koníčky svých spolužáků) a hlavně se domnívá, že je to velmi prospěšné pro celou jeho třídu.

8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)

Petr uvádí, že neví o žádném tématu, které by bylo nutné nyní probrat v jeho třídě. Podotýká, že je velmi rád, že už se stále neřeší jen onemocnění covid-19. Následně

dodává, že nyní se pro změnu stále řeší válka na Ukrajině.

9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?

Myslí si, že ne a že paní učitelka volí témata nahodile. Nikdy, jako třída nevědí, co budou na třídnické hodině dělat. To se dozvídají až přímo na ní.

10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

Domnívá se, že ano, protože se na třídnických hodinách baví všichni se všemi a panuje tu příjemná atmosféra, ve které se cítí dobře.

11. Chtěl/a bys něco dodat?

Uvádí, že je vděčný za svoji třídu. Nesmějí se sobě navzájem a fungují jako jeden celek.

Rozhovor s 3. žákyní Lucií:

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?

(pokud ano – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud ne – chtěl/a bys, aby se třídnické hodiny praktikovaly častěji a proč?)

Ano, uskutečňuje. Lucie uvádí, že každé pondělí mají třídnickou hodinu, kde se baví o tom, co je u nich nového nebo co se děje ve světě. V současné době hodně společně řeší válku na Ukrajině. Témata třídnických hodin ji baví a získává díky nim informace o současném dění ve světě (například i informace ke covidu-19). Nejvíc ji ale baví různé hry, u kterých má možnost dozvědět se něco nového o svých spolužácích.

**2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách?
Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?**

Po chvíli zamyšlení sděluje, že nemají mluvit na hodinách sprostě a nemají se hádat, na čemž prý, panu učiteli velmi záleží. A dodává, že mají pravidlo o mluvení. Pokud chtějí něco říct, musí se přihlásit.

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

Na třídnických hodinách v lavicích vůbec nesedí. Vytvářejí vždy komunitní kruh, ve kterém probíhají aktivity i diskuse. Dále podotýká, že vytvoření tohoto kruhu je doprovázeno velkým rámusem (šoupáním židlí o podlahu).

4. Ocenil/a bys více času na aktivity nebo je jedna vyučovací hodina dostačující?

Lucie by ocenila více času na třídnické hodiny. Uvádí, že se často musí přetáhnout do přestávky, aby se mohlo dořešit aktuální téma a mohli se vystřídat všichni žáci.

5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky/ nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Pokud ano, co by se mělo změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?

Žákyně Lucie sděluje, že na těchto hodinách spíše mlčí a jen poslouchá ostatní spolužáky. Má strach, že to, co řekne, nebude správné a ostatní se ji za její chybu budou smát. Z toho důvodu se často nevyjadřuje. Kdyby měla jistotu, že se ji nikdo nebude smát nebo že se následně nebude cítit trapně, klidně by promluvila.

6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?

V případě problémů by se obrátila na svého třídního pana učitele, do něhož vkládá důvěru a sděluje, že on vždycky pomůže. Jako další možnou alternativu uvedla svého kamaráda.

7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?

Lucie se domnívá, že význam třídnických hodin spočívá hlavně v tom, aby se mezi sebou ve třídě lépe poznali. Dále také pomáhají udržovat pozitivní klima ve třídě,

navozují příjemnou atmosféru hned v pondělí ráno a jejich náplň rozveselí žáky na celý den.

8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)

Uvádí, že je nyní v její třídě klid a neděje se nic závažného, co by se muselo při třídnických hodinách akutně řešit. Sděluje také, že dříve byla ve třídě přítomná šikana, kterou náležitě a dlouho řešili se zdárným výsledkem. Dodává, že je nyní spíše potřeba řešit aktuální situaci ve světě (např. válka na Ukrajině, covid-19), aby měla nejen ona, ale i celá třída přehled o současném dění.

9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?

Domnívá se, že ano. Uvádí, že jejich třídní pan učitel volí vždy témata, která jsou potřeba ve třídě probrat, nebo téma, které již jednou řešili a povedlo se jim ho úspěšně vyřešit. Sděluje, že dříve společně řešili spor jejich třídy s žáky ze 7. ročníku, a povedlo se jim ho urovnat.

10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

Ano. Lucie je přesvědčená, že třídnické hodiny přispívají k pohodě v její třídě. Dokládá to tím, že se společně smějí, povídají si a společně následně řeší, co se na těchto hodinách událo.

11. Chtěl/a bys něco dodat?

Žákyně Lucie by měla prosbu na svého třídního pana učitele, aby se při třídnických hodinách více hrály hry a různé aktivity. Uvádí, že je to více zábavné a dozví se při tom zajímavé informace o svých spolužácích a mnohem lépe se jí informace při hrách zapamatovávají.

6.3 Vyhodnocení rozhovorů s žáky

V této kapitole shrnu výsledky rozhovorů, které jsem uskutečnila se třemi vybranými žáky, kteří navštěvují Základní školu Zdice. Jednalo se o dva chlapce a jednu dívku z různých tříd 2. stupně. Jejich výběr byl podmíněn tím, zda s nimi jejich třídní učitelé konají pravidelné třídnické hodiny. Následný výběr konkrétních žáků byl uskutečněn na základě jejich dobrovolného přihlášení. Otázky jsou, stejně jako u vybraných učitelů, zaměřeny na vnímání podstaty třídnických hodin, včetně jejich organizace, náplně či volby témat. U žáků se navíc objevuje otázka, na koho by se v případě problémů ve škole obrátili nebo zda nemají problém s otevřeným sdělováním svých názorů či myšlenek před spolužáky. Forma otázek pro žáky se od učitelské sady odlišuje jednodušší verbální stránkou textu, aby byly otázky pro žáky přijatelnější a lépe pochopili, na co se jich ptám. Jako v předchozí kapitole, při níž jsem se zaměřovala na rozbor výsledků učitelů, rozdělím i tuto kapitolu do dílčích oblastí, v nichž představím výsledky rozhovorů s žáky.

Význam třídnických hodin a volba témat

První dílčí kapitola se zabývá tím, jak vnímají vybraní žáci význam třídnických hodin a jak vnímají témata, která jsou na nich probírána. Pro tuto oblast vycházím z otázek č. 1, č. 7, č. 8, č. 9 a otázka č. 10. Obecně lze říct, že vybraní žáci považují třídnické hodiny za velmi podstatné a důležité. Shodují se v hlavních bodech, kterými jsou podpora kolektivu, utužování vztahů mezi spolužáky, větší zábava ve třídě a celkové stmelování kolektivu. Co dále velmi oceňují je možnost řešit na těchto hodinách témata aktuální, která se nevztahují k jejich kolektivu, ale k situaci ve světě.

V rámci otázky č. 1 jsem se žáků ptala, zda s nimi jejich třídní učitelé praktikují pravidelně třídnické hodiny. Všichni se shodují v pravidelnosti třídnických hodin. Leckdy přesahuje vymezenou hodinovou dotaci, kterou vedení školy třídním učitelům nabízí v rozvrzích. Dokládají to například dvě různé odpovědi, a to žáka Jana, který uvedl, že: „...*Občas máme třídnickou hodinu i místo hudebky, teď jsme fakt už dlouho nezpívali, dělali jsme dost teď ty třídnické věci...*“ A druhou odpovědí jsou slova žákyně Lucie, která odpověděla: „*Jo, každý pondělí máme vlastně 1. hodinu třídnickou a tam se bavíme i o tom, co se děje nyní ve světě nebo tak.*“ Hodinová dotace třídnických hodin je na Základní škole Zdice 1 hodina měsíčně a je zanesena i v rozvrzích jednotlivých tříd (každé pondělí má třídní učitel alespoň jednu hodinu ve své třídě). Třídnické hodiny se konají velmi

pravidelně, což lze opřít o výpovědi učitelů, kteří cítí, že jsou třídnické hodiny potřeba a je nutné s žáky často komunikovat. Stejně tak uváděli, že je bezvadné, když lze spojit třídnickou hodinu s předmětem, místo kterého se třídnická hodina koná (propojení s výchova ke zdraví, výchova k občanství aj.). Souběžně jsem se žáků v první otázce ptala, jaké aktivity je na třídnických hodinách nejvíce baví. Největší zájem mají vybraní žáci o aktivity nebo hry, při nichž dochází k poznávání se mezi sebou (viz *Místa si vymění ti*) nebo hry při kterých se společně zasmějí. O diskuse jeví vybraní žáci zájem zejména v případě aktuálních témat (nyní např. válka na Ukrajině), o které se zmiňovali všichni vybraní. V otázce č. 10 jsou žáci dotazováni, zda třídnické hodiny zlepšují vztahy a pohodu v jejich třídě. Opět byly všechny tři odpovědi kladné. Žáci se domnívají, že jsou třídnické hodiny pro jejich třídy velmi prospěšné. Dokladem je například odpověď žákyně Lucie: „...určitě jo! Více se pak smějeme, povídáme si a i řešíme, co se na těch hodinách dělo.“ Žák Petr odpověděl, že je parádní, že se na třídnických hodinách baví všichni se všemi bez rozdílu a žák Jan uvedl, že třídnické hodiny zlepšují náladu v jejich třídě a stmelují třídní kolektiv.

Na volbu témat třídnických hodin je orientována otázka č. 9: *Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)?* Vybraní žáci odpovídali téměř identicky, že v jejich třídě v současné době není nic, co by vyžadovalo učitelovu intervenci. Zároveň všichni tři žáci projevují zájem o světové dění na Ukrajině a jsou velmi vděční za to, že s nimi třídní učitelé toto téma rozebírají a pomáhají jim, aby si o celé situaci mohli udělat přehled a vysvětlují jim různé nejasnosti. Žákyně Lucie sdělila, že se v její třídě dříve objevila šikana a její řešení trvalo velmi dlouho, ale došlo k jejímu zdárnému vyřešení a nyní nepocítuje, že by bylo třeba něco podobného ve třídě probírat. Na otázku č. 9, zda náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situaci u nich ve třídě, odpovídali žáci rozporupně. Žákyně Lucie se domnívá, že třídní učitel volí témata třídnických hodin na základě toho, co se děje ve třídě a co učitel vyhodnotí jako potřebné na probrání. Žák Jan uvádí, že záleží na aktivitě, kterou s nimi třídní učitel dělá. Má dojem, že když se hrají různé hry, nejsou voleny na základě aktuálního dění ve třídě. Když ale probírají v rámci diskuse nějaké téma, je přesvědčen, že vychází ze současného dění ve třídě. Žák Petr si nemyslí, že témata a náplň hodin reagují na aktuální situaci ve třídě a domnívá se, že témata volí třídní učitel nahodile.

Bezpečí ve škole očima vybraných žáků

Druhá důležitá oblast, na kterou jsem pomocí rozhovorů hledala odpovědi, se týká bezpečí ve škole, potažmo ve školní třídě. Do této oblasti jsem zařadila otázky č. 2, č. 3, č. 4, č. 5 a otázka č. 6. K tomu, aby ve školní třídě panovala atmosféra důvěry, klidu a obecné pohody je dobré mít nastavená pravidla třídy, které napomáhají ve třídě utvářet koncept tohoto myšlení. Pravidla dávají třídě řád a možnost pro žáky sdělovat své názory a být vyslechnuti. Ptala jsem se žáků, zda mají ve své třídě nastavená pravidla, a pokud ano, zda mohou uvést příklad. Žák Jan sdělil, že třídnická pravidla nemají nikde sepsaná a ani je společně nedělali. Má pocit, že mají vytvořená nepsaná pravidla třídy, která vznikla za osm let společného života ve třídě. Například se vzájemně respektují a nesmějí se jeden druhému. Žák Petr uvedl, že v jejich třídě pravidla mají a snaží se o jejich dodržování. Jako příklad uvedl, že v komunitním kruhu má slovo ten, kdo se přihlásí, že se nemají smát ostatním a mají se vzájemně respektovat nebo že se společně občas nasnídají. Toto poslední pravidlo je velmi originální, pro žáky zábavné a zároveň stmelující. Žákyně Lucie uvedla, že pravidla mají dvě hlavní – nemluvit sprostě a nehádat se.

Další otázka směřovala ke zjištění, v jaké organizační formě třídy probíhají třídnické hodiny. Všichni žáci jednohlasně odpověděli, že se třídnické hodiny konají hlavně v komunitním kruhu. Pokud se hrají nějaké hry, nesedí se vůbec. V lavicích sedávají jen velmi málo, spíše také vůbec. Komunitní kruh je skvělou možností, jak se pokusit o vytvoření příjemného a důvěrného klimatu ve třídě. Všichni na sebe dobře vidí, nikdo nesedí stranou nebo za někým a všichni se poslouchají a vyjadřují své pocity. Z hlediska času na třídnické hodiny, jsem se žáků ptala, zda jim přijde dostačující jedna vyučovací hodina. Vybraní žáci, až částečně na žákyni Lucii, odpovídali, že jim jedna vyučovací hodina stačí a že není potřeba čas prodlužovat. Chlapci uvedli, že jim nevadí, když hodina přesahuje částečně do přestávky. Žákyně Lucie by si přála, aby na třídnické hodiny a aktivity bylo více času, klidně i jen pár minut navíc, aby se stihli všichni vystřídat a sdělit své názory ještě před zvoněním na přestávku.

U dvou vybraných žáků se objevuje částečně strach z mluvení před ostatními ve třídě. U Lucie je to kvůli obavě, že řekne hloupost a ostatní se ji budou smát. Petr se stydí, ale na třídnických hodinách nemá problém mluvit. Stydí se spíše na běžných vyučovacích hodinách.

V poslední 6. otázce pro tuto shrnující kapitolu, jsem se zaměřila na to, zda žáci ví, na koho se v případě potřeby a výskytu nějakého problému mohou obrátit. Nejvíce uváděli své třídní učitele, v které vkládají velkou důvěru a považují je za přitele. Druhou variantou byli nejčastěji kamarádi ze třídy. Výchovného poradce, metodika prevence nebo školního psychologa nezmínil nikdo.

6.4 Shrnutí výsledků rozhovorů s žáky

Z žakovských odpovědí vyplynulo, že stejně jako vybraní učitelé, považují žáci třídnické hodiny za velmi důležité a jsou rádi, že je s nimi jejich třídní učitelé pravidelně praktikují. Vybraní žáci uváděli, že se díky těmto hodinám cítí ve svých třídách lépe. Možnost na třídnických hodinách otevřeně diskutovat a sdílet své názory opět potvrdili všichni žáci, přesto jedna žákyně na těchto hodinách raději spíše nemluví, aby podle jejích slov nebyla „trapná“. Obecně tím myslela, že v její třídě je možnost otevřeně mluvit a sdílet své názory, ale ona sama se do diskuse příliš nezapojuje. Po skončení rozhovoru jsem jí sdělila, že je potřeba chybu vnímat jako něco, co člověka posouvá dál a rozhodně se chybou nerozumí selhání a důvod, proč by se jí za to měli ostatní spolužáci smát. O tomto tématu je důležité, aby třídní učitel s žáky promluvil na třídnické hodině a společně si vysvětlili, že chybami se člověk učí a není to důvod k posmívání ani ke studu.

Žáci zdůrazňovali, že ve třídě je díky třídnickým hodinám větší legrace a zábava a že je dokážou na celý den rozveselit. Žáky nejvíce baví různé hry a aktivity, které vedou k poznávání druhých nebo aktivity stmelující kolektiv.

Žáci si velmi si cenní toho, že témata hodin vycházejí i z aktuálních problémů (př. dříve onemocnění covid-19, nyní válka na Ukrajině). Co se týče třídnických pravidel, byly odpovědi žáků různé. Všichni uvedli, že určitá pravidla ve třídě mají (př. respektování ostatních, neposmívání se, nemluvení sprostě apod.), ale některé třídy je nemají sepsaná a berou je spíše jako nepsaný řád třídy. Což samozřejmě nevádí, pokud všichni žáci tento řád znají a jednají podle něho. Překvapili mě odpovědi žáků na otázku, u koho by hledali ve škole pomoc. První volba byla třídní učitel. To svědčí o dobrém vztahu vybraných žáků se svými třídními učiteli, do kterých vkládají důvěru. Mohou se jim kdykoliv svěřit a v případě problémů věří, že jim právě třídní učitel pomůže.

Další, koho vybraní žáci jmenovali, byli jiní učitelé nebo kamarádi žáků. Nikdo nezmnínil, ani poté, co jsem se ještě mimo rozhovor žáků doptávala, výchovné poradce (na vybrané škole působí dva – na obou stupních ZŠ jeden), metodika prevence nebo školního psychologa, přičemž všichni působí na této škole.

6.5 Shrnutí výzkumné práce

Pomocí dvou kvalitativních metod jsem měla možnost hodnotit třídnické hodiny na základě informací od vybraných učitelů a žáků v rámci rozhovorů. Pomocí pozorování třídnických hodin se mi otevřela možnost sledovat aktuální dění ve třídě, zapojení žáků do aktivit, realizaci závěrečných reflexí nebo například uzpůsobení lavic a židlí ve třídě při třídnických hodinách. Výsledky pozorování jsou více než uspokojivé. Na vybraných hodinách byl, krom jedné výjimky, využíván komunitní kruh, ve kterém probíhaly třídnické hodiny a zvolené aktivity. Závěrečné reflexe byly částečně realizovány. Velmi záleželo na volbě aktivity, která byla pro třídnickou hodinu zvolena. Ohledně zapojení žáků do aktivit jsem neměla nejmenší pochyby. Žáci se aktivně zapojovali. O aktivity jevili zájem a rádi o nich i následně diskutovali, bez ohledu na to, zda již zvonilo na přestávku či nikoliv. Na základě těchto pozorovaných hodin si troufám říct, že vybrané třídy opravdu konají třídnické hodiny pravidelně a jsou na jejich organizaci a uskutečňování zvyklí (dokládala to i třeba jen rychlost žáků, jakou okamžitě vytvořili komunitní kruh). Z rozhovorů vyplynulo, že obě strany, jak žáci, tak pedagogové, považují třídnické hodiny za velmi důležité. Domnívají se, že podporují pozitivní klima ve třídě, vytváří přátelskou atmosféru a prostor diskutovat o různých tématech. Současné dění na třídnických hodinách silně ovlivňuje situace na Ukrajině, kde probíhá válka. Vybraní učitelé věnují třídnické hodiny právě tomuto tématu, které vystřídal velké téma koronaviru. Vybraní žáci se shodují, že s nimi jejich třídní učitelé i často hrají různé hry, které jim napomáhají se společně více poznat nebo slyšet názory i druhých spolužáků. Třídnické hodiny na Základní škole Zdice jednoznačně přispívají k pocitu bezpečí, pohody a k pozitivnímu klimatu ve vybraných třídách. Svědčí o tom vztahy mezi vybranými učiteli a žáky, které jsou popisovány jako přátelské, otevřené a plné podpory a také odpovědi žáků, kteří by se v případě jakéhokoliv problému obrátili právě na svého třídního učitele.

Na jeden nedostatek jsem narazila. Vybraná žákyně se svěřila, že se bojí mluvit před ostatními spolužáky, aby neodpověděla na otázku chybně, za což by se jí následně spolužáci smáli. V poslední kapitole, v níž jsem vytvořila výstup pro pedagogickou praxi, jsem proto navrhla jednu třídnickou hodinu zaměřenou na tvorbu třídnických pravidel, včetně práce s chybou a její obecné vnímání žáky. Cílem je naučit žáky pracovat s chybou, nevidět ji jako důvod k posměchu a vnímat ji jako stimul ke zlepšení a motivaci pro zlepšení svého dalšího výkonu.

Popsanými výzkumnými metodami jsem zjistila, že třídnické hodiny na této vybrané škole velmi významně přispívají k vytvoření pocitu bezpečí a pohody ve školních třídách.

7 Výstup pro pedagogickou praxi

V této kapitole je vytvořen návrh 5 třídnických hodin pro Základní školu Zdice, na základě zjištěných informací z pozorování třídnických hodin a následných rozhovorů s oběma stranami vzdělávacího procesu (učiteli a žáky). Náplň těchto třídnických hodin bude zaměřena na témata, která žákům pomohou v pozitivním vnímání nejen sebe samých, ale i svých spolužáků, seznámí je s problematikou stresu a schopnosti mu odolávat (například pomocí relaxačních cviků), vyzkouší si nácvik komunikačních strategií, které uplatní v běžném životě nebo se společně pokusí nastavit pravidla třídy, včetně práce s chybou, pomocí nichž se mohou cítit ve své třídě přijímání a respektování.

Návrh třídnických hodin se bude vždy skládat z těchto dílčích částí: téma hodiny, doporučený ročník, vyučovací formy, pomůcky, rozvoj klíčových kompetencí, anotace hodiny a samotný průběh hodiny. V přípravách se zaměřím zejména na zkoumané proměnné této práce, které je potřeba při třídnických hodinách dodržovat, abychom se jimi pokusili zajistit pocit bezpečí (komunitní kruh, pravidla třídy) a pohody (aktivity na uvolnění, zábavné hry, probírání aktuálních témat aj.).

Příprava na třídnickou hodinu č.1. Pravidla třídy:

Cíle aktivity:

- žák vyjmenuje, co mu vadí v jeho třídě/při diskusi (burza nápadů)
- žák navrhne, jak by se nepříjemná situace mohla zlepšit/eliminovat
- žák navrhne znění konkrétního pravidla
- žák popíše, jak se člověk cítí v dobře fungujícím prostředí
- žák kontroluje, zda dochází k dodržování pravidel
- žáci vytvoří třídní plakát z jednotlivých pravidel
- *dlouhodobý cíl:* Žák ověřuje, zda nastavená pravidla fungují v praxi

Časová dotace: 3. vyučovací hodiny (lze zvolit různé organizace času – blok třídnických hodin 2 + 1 (za cca 14 dní), nebo 1 hodina/týden)

Třída: 6. třída ZŠ (dle umístění tématu v ŠVP ZŠ Zdice)

Pomůcky: fixy na tabuli/křídly, psací potřeby, výtvarné potřeby (fixy, pastelky, křídly), nůžky, obyčejné papíry, barevné papíry, velký papír (A2), lepidlo; (Příloha 11 – Práce s chybou)

Vyučovací forma: komunitní kruh

Klíčové kompetence: k řešení problému, komunikativní, sociální a personální, občanská

Náplň hodiny:

V rámci těchto hodin proběhne tvorba třídních pravidel. Hodiny zaměřené na tvorbu pravidel třídy je vhodné umístit na začátek školního roku (s předpokladem, že se již žáci znají křestními jmény, např. z prvního stupně, ze seznamovacích kurzů; pokud ne, je vhodné nejdříve zařadit aktivity na poznání a seznámení – př. aktivita *Vizitka*). Pravidla třídy a jejich dodržování jsou základem pro funkční kolektiv, kde je možné s žáky pracovat, konat různé aktivity, hry nebo si pohovořit a otevřeně diskutovat o problémech. V úvodu hodiny se učitel zaměřuje na rozvoj obecné diskuse o pravidlech, následně vyzve žáky, aby se účastnili burzy nápadů, a poté proběhne nadefinování menšího množství pravidel, ideálně 3 až 5.

Následně vytvoří žáci na hodině, z nově nastavených pravidel, velký nástěnný plakát

(forma domečku/paneláku, stromu a jiné), na kterém budou jednotlivá pravidla pěkně zpracovaná (ilustrace, grafické zpracování atd.).

Obsah hodiny:

1. Přivítání s třídou a vyzvání k vytvoření komunitního kruhu ze židliček.
2. Seznámení s tématem dnešní hodiny *Pravidla třídy*. V úvodu hodiny začne učitel klást otázky, kterými se snaží žáky rozmluvit: *Jak můžeme zajistit, abychom se v naší třídě cítili dobře? Jak můžeme ovlivnit chování členů našeho kolektivu? Co jsou to pravidla? Proč je potřebujeme? Jaký vidíte smysl v nastavování pravidel pro váš kolektiv?* V tuto chvíli diskusi moderuje učitel pouze tak, že klade žákům tyto otázky. Neupravuje kázeň ve třídě, nechá žáky reagovat tak, jak chtějí...
3. Po zodpovězení úvodních otázek, pobídne učitel žáky, aby nyní zapřemýšleli o tom, co se dělo při úvodní diskusi (skákání do řeči, nerespektování názorů druhých, hádky, nulová empatie nebo naopak naslouchání, respektování, střídání žáků o slovo...)
4. V ideálním případě začnou žáci jednotlivé postřehy z diskuse nadhazovat, pokud tomu tak není a žáci neví, co mají říkat, může jim učitel napovědět první důležitý postřeh – skákání si do řeči.

Ukázka možného rozhovoru:

Učitel: *Jak jste se cítili, když vám někdo skočil do vaší myšlenky?*

Žák: *Nepříjemně, hned jsem zapomněl, co jsem chtěl říct... Nic moc, neberou můj názor v potaz...*

Učitel: *Napadá vás tedy nějaký nápad, jak se můžeme pokusit o to, abychom si navzájem neskákali do řeči?*

Žák: *Můžete nás vyvolávat a my se budeme hlásit.*

Učitel: *Výborně. I tak to můžeme udělat. Jakým způsobem vás můžu vyvolávat, krom toho, že vás oslovím jménem?*

Žák: *Netuším....*

Učitel: *Co třeba využít nějakou věc, která bude „předávat“ slovo?*

Žák: *Hm...co třeba hopík? Plyšák?*

Učitel: *Paráda, přesně tak. Jak bychom mohli tedy definovat naše první pravidlo?*

Žák: *Mluví vždy jen ten, kdo má hopík, nebo plyšáka? Mluví jen ten, kdo je pomoci hopíku vyzván ke slovu.*

Učitel: *Ano, skvěle, takže máme první formulaci třídního pravidla: Mluví vždy jen ten, kdo je vyzván. Hopík, nebo plyšák bude naše nepsané pravidlo (učitel napíše pravidlo viditelně na tabuli).*

Tímto způsobem si třída stanoví první pravidlo. Dalším pravidlem vycházejícím z postřehů žáků bude nejspíš respektování názorů druhých. K tomuto pravidlu je možné se dostat obdobně vedenou diskusí, jako u předcházejícího pravidla. *Jak se cítíte, když vidíte nezáměr o vaše myšlenky u spolužáků? Proč se ostatním smějeme, když udělají chybu? Jak vnímáte chybu (negativně nebo pozitivně, proč)? Jak můžeme naše chování upravit, abychom se nebáli mluvit otevřeně před svými spolužáky? Jak pojmenujeme toto pravidlo?*

Každý z nás má právo na vlastní názor, chybný úsudek a být vyslechnut (učitel ho napíše opět na tabuli).

Předposledním pravidlem, na které se společně pokusí třída přijít, bude oslovování žáků.

Ukázka možného rozhovoru:

Učitel: *Při diskusi jsem si všiml/nedávno jsem si všiml, že se oslovujete často příjmením nebo dokonce nadávkou...Proč tomu tak je?*

Žák: *Je to sranda; nevím; příjemné to ale není...*

Učitel: *Myslíte, že je to tedy srandovní pro všechny? Je to všem příjemné? Zavřete oči a všichni ukažte palci u ruky, jestli vám to přijde OK (palec nahoru), neutrální (palec ve středu), nebo je to nepříjemné (palec dolů)...Nyní oči otevřete. Vidíte, většině z vás to příjemné není, tudíž i toto bychom měli upravit...*

Žáci: *Budeme si říkat jen křestními jmény, zdrobnělinami, přezdívkami*

Učitel: *Přesně tak. I tato maličkost přispěje k tomu, že se vaše třída stane příjemným místem, kde chcete být a budete se cítit v pohodě. Jak tedy formulujeme pravidlo?*

Žáci: *Oslovujeme se křestními jmény...Oslovujeme se přezdívkami...*

Učitel: *Můžeme to pojmut obecněji...*

Žáci: Oslovujeme se navzájem jen tak, jak je nám to příjemné (přezdívka,

zdrobnělina, křestní jméno)

Učitel: *Vynikající. Třetí pravidlo máme na světě (a napíše ho opět na tabuli).*

Posledním pravidlem je pravidlo STOP a právo říct NE aktivitě. Učitel vysvětlí žákům, že aktivity, které se na třídnických hodinách dějí mohou být občas pro někoho více či méně emočně silné a je možné, že občas nastane situace, kdy se někdo nebude chtít účastnit. V tom případě má právo se aktivity neúčastnit. Není to tak, že by žáci odmítali pravidelně každou aktivitu. Opravdu jen z osobního reálného důvodu. A pravidlo STOP musí respektovat všichni členové skupiny – žáci i učitel.

Ukázka možného rozhovoru:

Učitel: *Napadlo by vás, kdy k takové situaci může dojít?*

Žák: *No, když to pro někoho bude teda nepříjemné, ta aktivita...*

Učitel: *Ano, a jak to poznáme?*

Žák: *Začne brečet?*

Učitel: *Přesně tak. Zejména, když někomu bude do pláče nebo se rozpláče ukončíme aktivitu a nepokračujeme do doby, než se dotyčný uklidní a bude schopen sdělit své pocity. Také se může stát, že dojde například k čemu? Pokud žáci už neví, učitel pokračuje: *Může dojít i k hádce, pokud se budou řešit například nějaké třídní problémy a nebudete spolu souhlasit. I v tomto momentu může kdokoliv z vás zakřičet STOP a aktivitu zastavíme a probereme, co se stalo.* Následně učitel napíše i toto poslední pravidlo na tabuli.*

5. Za ideálních podmínek došlo k vytvoření 4 základních pravidel této třídy. Nejedná se o konečný stav, na což učitel upozorní žáky a sdělí jim, že pravidla mohou nastavovat i v průběhu školního roku, když zjistí, že určité chování není pro třídní kolektiv příjemné a je potřeba jej změnit.
6. Nyní učitel rozdělí žáky do 4 skupin (po 5-7 žácích). Každá skupina se stane autorem 1 pravidla napsaného na tabuli. Skupiny budou mít za úkol zpracovat své pravidlo na čtvrtku – mohou využít různé ilustrace, grafity, různá písma, karikatury, barvy a podobně. Mohou se nechat inspirovat i na internetu. Cílem této práce je vytvořit přehledný seznam třídních pravidel, který se následně vystaví ve

třídě na viditelné místo. Této činnosti se ale budou věnovat až v průběhu další třídnické hodiny.

7. Učitel upozorní skupiny žáků, že se z nich stávají správci konkrétního pravidla, které obdržely. Jako správci mají za úkol ho v průběhu školního roku sledovat, zda je patřičně třídou dodržováno.

Ukázka možného rozhovoru:

Učitel: *Co budeme dělat, když někdo pravidla nebude respektovat?*

Žák: *Potrestáme ho. Dostane poznámku.*

Učitel: *A co něco jiného než poznámku...Co spíše něco, co ho opravdu bude motivovat k tomu, aby už trest nechtěl nikdy znovu? Pokud žáci neví, navrhneme:*

Co třeba nějaký cvik – dřepy, kliky, angličáky? Nebo služba ve třídě?

V závěru hodiny ještě provedeme závěrečnou reflexi nad dnešními hodinami: *Jaký nyní spatřujete význam v dodržování pravidel? Myslíte si, že se tímlepší vztahy ve třídě? Jak jste se cítili při tvorbě pravidel, bylo to snadné nebo obtížné? Jaké pravidlo bude podle vás nejtěžší dodržovat? A nejjednodušší?*

8. V závěru hodiny připomene učitel žákům, kdy bude další třídnická hodina a ať si na ni přinesou všechny potřeby, které na vytváření plakátků potřebují.

Rozloučení s žáky.

Tvorba projektu:

Na velký plakát, který již může být předem učitelem nadepsaný, připravený (forma domečku, ruky a jiné), se nalepí jednotlivé dílčí výtvary skupin a vyvěsí se na viditelném místě ve třídě. Plakát by měl být dostatečně velký, aby se na něj vešla i další pravidla, která se budou formovat v průběhu času. Ke každému pravidlu se mohou, ale nemusí dopsat jména jednotlivých správců, kteří dohlíží na dodržování těchto pravidel v třídním kolektivu.

Další třídnická hodina (po 14 dnech): Kontrola pravidel

Po cca 14 dnech může proběhnout první větší kontrola dodržování pravidel. Opět se zopakuje komunitní kruh, v němž si všichni žáci, včetně učitele navzájem potvrdí, zda dochází k dodržování pravidel nebo jsou porušována – zda některý žák byl již za porušování potrestán apod. Všichni také zhodnotí, jaké je nyní klima v jejich třídě, jestli se

v ní cítí bezpečněji a méně se bojí promluvit před spolužáky. Pro kontrolu může učitel využít různé aktivity a hry, při kterých dochází k ověřování funkčnosti pravidel (např. *Vlastní a cizí chyby, Cizí hněv, Myslím si že ano, myslím si, že ne* a další).

Příprava na třídnickou hodinu č.2.: Každý z nás je důležitou součástí třídy

Cíle aktivity:

- žák se aktivně účastní projektové aktivity *Strom třídy*
- žák oceňuje dobré vlastnosti svých spolužáků a vnímá jejich vliv na vytváření dobrého klimatu třídy
- žák popíše, jak se člověk cítí v dobře fungujícím prostředí
- žák vyjmenuje vlastnosti, které dobrému klimatu ve třídě škodí
- žák si uvědomuje důležitost svých pozitivních vlastností pro dobře fungující kolektiv
- žák vnímá svou roli v třídním kolektivu a popíše jaký potenciál má jeho pozitivní vlastnost pro třídu

Časová dotace: 45 minut, 1. vyučovací hodina

Třída: 7. třída ZŠ (dle umístění tématu v ŠVP ZŠ Zdice)

Pomůcky: psací potřeby, výtvarné potřeby (fixy, pastelky, křídly), nůžky, obyčejné papíry, barevné papíry, připravený plakát se siluetou stromu (Příloha 12 – Aktivita Strom třídy), lepidlo

Vyučovací forma: komunitní kruh

Klíčové kompetence: komunikativní, sociální a personální, občanská

Náplň hodiny:

V úvodu třídnické hodiny jsou žáci seznámeni pouze s principem dnešní aktivity s názvem *Strom třídy*. Veškeré ostatní informace budou reflektovány v rámci závěrečné reflexe, kde budou žáci vyzváni, aby tuto aktivitu okomentovali, vyjádřili se k ní a společně ji zhodnotili. Cílem této aktivity je uvědomit každého žáka/žákyni třídy o jejich pozitivním vlivu na třídní kolektiv, pomocí svých dobrých vlastností a uvědomění si metafory stromu k celku třídy. Cílem aktivity také je, aby si žáci uvědomovali své pozitivní vlastnosti, které přispívají k dobře fungující třídě a zároveň se naučili vážit si nejen svých, ale i dobrých vlastností spolužáků (např. naslouchání, udržení tajemství, nepomlouvání aj.). Žáci by měli být schopni odůvodnit, jak jejich pozitivní vlastnost přispívá k udržení dobrého klimatu třídy. V neposlední řadě je vhodné ukázat na siluetě stromu jeho metaforický výklad

vztažený ke školnímu prostředí – jednotlivé lístečky jsou žáci školy, větve symbolizují jednotlivé třídy, kmen symbolizuje učitele, který je důležitou spojovací složkou mezi žáky a mezi vedením školy a kořeny představují právě školu, včetně jejího vedení a materiálního i lidského zázemí.

Obsah hodiny:

1. Přivítání s žáky a seznámení s tématem a cíli dnešní třídnické hodiny. Úkolem učitele je mít připravený velký papír s předkreslenou siluetou stromu.
2. Učitel rozdá žákům barevné nebo obyčejné papíry, z nichž si žáci vystříhnou tvar listů. Pokud jsou rozdány bílé papíry je vhodné, aby si žáci své listy vybarvili.
3. Po vystřížení a vybarvení listů učitel žáky vyzve, aby do svých listů vepsali svou pozitivní vlastnost, na kterou jsou pyšní a kterou považují za prospěšnou pro správné fungování jejich kolektivu.
4. Když už mají všichni žáci popsané své listy, posadí se všichni do komunitního kruhu.
5. Nyní se žáci střídají a čtou své pozitivní vlastnosti na svých listech. Po přečtení vlastnosti může žák i zmínit, proč považuje zrovna tuto vlastnost za prospěšnou a následně vstane a přilepí svůj lístek do obrysu stromu.
6. Po vystřídání všech žáků předčítá učitel hotový *Strom třídy*. Popisuje, jaké pozitivní vlastnosti se na něm vyskytly, a jak tyto vlastnosti přispívají k utužování kolektivu a podpoře mezilidských vztahů. V průběhu interpretace stromu pokládá učitel doprovodné otázky:

- *Bylo pro vás obtížné vybrat jen jednu pozitivní vlastnost?*
- *Jak jste se cítili, když jste svou vlastnost měli popsat?*
- *Jsou všechny pozitivní vlastnosti na našem stromě? Shází ještě některé, které by pozitivně přispěli našemu kolektivu?*
- *Překvapili vás některé vlastnosti, které vidíte na stromě a dříve jste si jich nevšimli u svých spolužáků?*
- *Jaké špatné vlastnosti by bylo vhodné odstranit z našeho kolektivu, které by patřily na tzv. negativní strom třídy?*
- *Proč jsme tvořili právě strom? Dal by se k něčemu přirovnat?*
- *Jste spokojeni s finální verzí našeho stromu? Vystavíme si ho ve třídě?*

7. Strom třídy se může po domluvě všech členů kolektivu vystavit ve třídě na viditelné místo, kde bude mimo jiné sloužit i pro zútulnění místnosti vlastním výrobkem.

*Příprava na třídnickou hodinu č.3. **Jednáme s rozmyslem: aneb jak efektivně řešit konfliktní situace:***

Cíle hodiny:

- žák uvede, proč je vhodné asertivní chování aplikovat ve společnosti
- žák uvede příklad situace, v níž užije asertivní dovednost – schopnost říct ne a právo na změnu názoru, příklad kompromisu a techniky zaseklé gramodesky
- žáci se účastní aktivit, které cílí na nácvik asertivních technik a osvojují si tak základ pro správně vedenou komunikaci
- žák si uvědomuje podstatu asertivního jednání ve společnosti

Časová dotace: 45 minut, 1. vyučovací hodina

Třída: 6. třída ZŠ (dle umístění tématu v ŠVP ZŠ Zdice)

Pomůcky: tematický plán hodiny pro učitele

Vyučovací forma: komunitní kruh

Klíčové kompetence: k učení, k řešení problému, komunikativní, sociální a personální

Náplň hodiny:

Tato třídnická hodina může být určena nejen 6. třídě, ale také ostatním třídám 2. stupně základní školy. Je možné ji využít jako nácvik technik asertivního chování, což žákům umožní si uvedené techniky v praxi osvojit, nebo ji využít jako reakci na nepříznivé klima ve třídě, kde dochází k častým konfliktům. Je vhodné, když tato hodina navazuje, na již z části probranou látku a nejedná se o seznamování s látkou novou (pro výklad nové látky s proloženými aktivitami na procvičení technik je velmi málo pravděpodobné, že 45 minut bude dostačující). Tato hodina je vhodná tedy spíše pro opakování a zároveň praktické nacvičení technik, na nichž se žáci učí, jak vhodně reagovat při řešení konfliktu, potažmo v situacích, kdy je důležité vytrvat na svých názorech a stát si za nimi.

Obsah hodiny:

1. Přivítání s žáky na třídnické hodiny a vyzvání k vytvoření komunitního kruhu ze židlí. Poté, co se žáci usadí do komunitního kruhu, proběhne uvedení do tématu hodiny. Tématem je komunikace zaměřená zejména na asertivní jednání. Cílem hodiny je ukázat žákům, jak vhodně pracovat s asertivními dovednostmi a umožnit jim vyzkoušet si problémovou situaci, za využití asertivních technik a dosáhnout tak kýženého výsledku.
2. Úvodní diskusi zahájí učitel otevřenými otázkami, kterými se snaží žáky vtáhnout do tématu a do společné diskuse (tu může učitel nebo sami žáci korigovat kupříkladu míčkem).
Co je to empatie? Může nám správně vedená komunikace přinést pocit úspěchu a štěstí? Jak byste popsali pojem sebeúcta? Jak nejčastěji řešíte hádku – hádáte se do krve nebo raději ustoupíte? Jak by bylo vhodné při hádce reagovat?
3. Pomocí otázek si žáci připomenou probranou látku, na niž může učitel plynule navázat. V úvodu se žáků zeptá, zda by někdo mohl popsat pár slovy asertivní chování, kde by ho mohli uplatnit, a jakými způsoby ho můžeme praktikovat. Po připomenutí asertivity se přejde k asertivním dovednostem, které tvoří základ pro toto jednání (*schopnost říct ne, právo dělat chyby a ponaučit se z nich, právo na změnu názoru, požádání o laskavost, schopnost vyjádřit své emoce, zodpovědnost za vlastní činy, objektivní kritika druhých, být schopen komunikovat*). Po žácích učitel vyžaduje, aby se pokusili dovednosti ukázat na konkrétním (teoretickém či názorném) příkladu. Po seznámení s asertivitou se otevírá prostor pro hlavní obsah dnešní hodiny, a tím je nácvik asertivních technik v praxi (*zaseklá gramodeska, technika otevřených dveří, kompromis*).
4. Pomocí vybrané aktivity Prosazení oprávněného požadavku si žáci natrénují schopnost vytrvat na svém názoru, naučí se využívat asertivní dovednosti, budují si sebedůvěru a pokouší se přijít na vhodné argumenty při dialogu. Jsou dvě možnosti, jakými lze tuto aktivitu hrát. První je, že učitel rozdělí třídu do dvojic. Každé dvojici je sděleno konkrétní téma, které zpracuje. Její limit je v tom, že jeden učitel nemůže kontrolovat cca 15 dvojic, zda praktikují asertivní techniky, a zda úspěšně dosáhly cíle. Druhá varianta je pro učitele – mentora, příjemnější a lépe

kontrolovatelná. Na 3 až 4 dvojicích se názorně demonstrují konkrétní situace. V případě druhé varianty je vybraná (na základě dobrovolnosti) dvojice vyzvána, aby šla do středu komunitního kruhu a předvedla názornou situaci: např. 1. dobrovolník představuje člověka, který nastoupil do vlaku dříve a sedl si na zarezervované místo. Zbytek kupé je plně obsazené. Tento dobrovolník může jednat jakýmkoliv způsobem. Dobrovolník č. 2. má koupennou místenku na zasedlé místo a přeje si, aby mu 1. dobrovolník místo uvolnil. Pokusí se k tomu využít asertivních technik (typy na další situace: *rozbil se nám mixér v záruční době a v obchodě ho odmítají reklamovat...; sedíme v čekárně u lékaře a jeden mladík vytáhne cigaretu a chystá se jí v čekárně zapálit...; sedíme v restauraci a po chvíli nám přinesou naše jídlo, které je ale připálené a není dobré...*). Žáci zbytečně hru nedramatizují, ale snaží se situaci nastítnit opravdu tak, jako by to bylo doopravdy. Po skončení scénky proběhne společná diskuse.

Ideálním výsledkem je, že sedí oba pasažéři (kompromis), potažmo 1. dobrovolník uvolní místo 2. dobrovolníku, který má místenku a pokusí se vyhledat jiné místo ve vlaku. Může ale dojít i k situaci, kdy se 1. dobrovolník nebude chtít místa vzdát a bude agresivně útočit. I taková situace je vhodná pro nácvik asertivních technik a postavit se takovému jednání čelem. Zbylí žáci se mohou po skončení scénky také vyjádřit. Mohou navrhnout řešení, kterými by se lépe dobrali k cíli nebo by byly vhodnou alternativou, případně co by bylo vhodné příště nedělat. Pokud by žáci navrhovali variantu „*moudřejší ustoupí*“, kdy si půjde 2. dobrovolník hledat jiné místo, v tuto chvíli by nedošlo k využití asertivity, ale k pasivnímu jednání.

Po skončení aktivity provedeme závěrečnou reflexi pomocí otázek:

Co pro vás bylo nejobtížnější při této aktivitě?

Věděli jste, jak vhodně argumentovat, abyste dosáhli asertivního jednání?

Byla vám aktivita příjemná?

Napadaly vás různé možnosti, jakými byste tuto situaci vyřešili?

Jakou souvislost má tato aktivita s vaší třídou? Proč jsme ji hráli?

Po skončení závěrečné reflexe by měli žáci vnímat asertivní jednání jako základ správně vedené lidské komunikace. Pokud budou jednat tímto způsobem, je pravděpodobné, že se zdvořilým způsobem častěji doberou cíle a podpoří své

vlastní sebepojetí, sebeuznání a sebedůvěru. V závěru je také prospěšné zdůraznit, že kritika, je-li oprávněná, je motivující a posouvá člověka ku předu (technika otevřených dveří). Učitel to může demonstrovat na příkladu učitel – žák: učitel nechce žákovi uškodit, naopak se ho snaží motivovat k lepším výsledkům a učení se z vlastních chyb (podpora vztahu učitelé – žáci).

5. Další alternativní na hry na toto téma: Budu končit, která je obecně mezi žáky velmi oblíbená a žádaná, protože se v ní žáci mohou připravit na situace, se kterými se v životě nejspíše setkají a mají tak možnost si tyto situace vyzkoušet nanečisto v bezpečném prostředí (*chci se rozejít s klukem..., chci ukončit hovor s výřečným seniorem na ulici, už se s tebou nechci kamarádit...*). Ne, nechci, další možná aktivita, která je zaměřená na schopnost odmítnout bez pocitu viny a dovednost říct ne, pokud se na něco necítím, něco nechci nebo změním názor. Cílem této aktivity je, aby si žáci mezi sebou vyzkoušeli odmítnutí, které bude vždy jasné, zdvořilé a odůvodněné. Aktivita by měla opět probíhat v komunitním kruhu. Jeden žák vždy osloví druhého s určitou prosbou (viz „*Půjčíš mi, Martine, prosím, 100 korun?*“, „*Aničko, půjdeš se mnou dneska ven?*“, „*Pojď s námi večer, bude zábava!*“ atd...). Po každé názorné situaci se společně s žáky provede rozbor toho, jak probíhaly dialogy, čeho si žáci ještě mimo slov všimli (př. argumentování za pomoci gest, postoje, důraz na neverbální komunikaci aj.).

Možné otázky pro závěrečnou diskusi: *Jak ti bylo v pozici člověka, co musí odmítnout? Bylo obtížné vybrat vhodné argumenty, abys neurazil/a druhé? Jaký pocit v Tobě vyvolává odmítnutí?*

6. V závěrečné reflexi je dále nutné zdůraznit, že odmítnutí není něco, za co by se na nás měli druzí zlobit. Ne vždy se navrhované aktivity hodí nebo jsou pro druhého příjemné a my se musíme naučit toto jednání respektovat. Stejně tak přijetí všech návrhů od ostatních může vést k nedostatku času, psychické deprivaci a celkové nespokojenosti, proto je dobré umět říct NE!
7. V závěru hodiny učitel zopakuje, co se na třídnické hodině probralo a konalo, a jaké byly cíle dnešní hodiny.
8. Ukončení hodiny. Úklid židlí a lavic do podoby, kterou měla před třídnickou hodinou.

*Příprava na 4. třídnickou hodinu: **Učíme se relaxovat a odolávat stresu:***

Cíle hodiny:

- žák definuje pojem stres a uvede, kdy se do stresové situace může dostat
- žák vyjmenuje různé možnosti, metody, techniky, kterými je možné odolávat stresu
- žák si uvědomuje důležitost různých aktivit, díky nimž se může vyrovnat se stresovými situacemi
- žák si uvědomuje vliv duševního stavu na fyzickou stránku těla (únava, agresivita, útlum, nemoc)
- žák je schopen samostatně konat předváděné cviky a uvědomuje si podstatu relaxačního cvičení

Časová dotace: 90 minut, 2. vyučovací hodiny

Třída: 7. třída ZŠ (dle umístění tématu ŠVP ZŠ Zdice)

Vyučovací forma: komunitní kruh

Pomůcky:

- a) venkovní varianta (v přírodě, na školním hřišti, škola v přírodě):
- **žáci:** karimatky/podložky na sezení, sportovní oblečení, popřípadě teplé oblečení, pití, zápisník
 - **učitel:** karimatka/podložka na sezení i náhradní, příprava na hodinu, vytištěné cviky (příloha 14a – Cviky: Pozdrav slunci a příloha 14b – Cviky: Pozdrav slunci (pro mladší děti), otázky k reflexi
- b) vnitřní varianta (ve třídě, v tělocvičně, na chodbě školy):
- **žák:** podložka na sezení, sportovní oblečení, pití, zápisník
 - **učitel:** karimatka/podložka na sezení i náhradní, příprava na hodinu, vytištěné cviky, otázky k reflexi

Klíčové kompetence: komunikativní, sociální a personální

Náplň hodiny:

Tato hodina bude zaměřena na téma stres, stresové situace a možnosti, jakými je možné odolávat stresu (psychohygienu). Žáci budou do tématu uvedeni pomocí vlastního brainstormingu na téma stres. Následně je proveden rozbor žákovských nápadů a diskuse. Učitel klade otázky, kterými žáky motivuje k navrhování různých řešení, kterými lze stresu odolávat. Po skončení diskuse a vyjmenování různých návrhů, jak je možné stresu odolávat (např. změna činnosti, výlet, procházka s kamarády, sledování filmu, relaxační cvičení), vyzve učitel žáky k rozechřívací aktivitě. Tato aktivita bude zaměřena na zahřátí těla a uvolnění mysli od školního prostředí. Po této aktivitě vybědne učitel žáky k usazení na jejich podložky a seznámí je s relaxačními cviky, kterými je možné zapomenout na stres, uvolnit své tělo a stresu případně i lépe odolávat. Žáci během závěrečné reflexe obdrží od učitele vytištěné cviky, které si společně na hodině vyzkoušeli a vědí, jak je mají správně cvičit. Na závěr si všichni společně připomenou, proč je důležité využívat relaxačních technik, kam patří nejenom cvičení, a kdy jsou vhodné chvíle pro jejich uskutečnění.

Obsah hodiny:

1. Žáci jsou předem uvědoměni, že se dnes koná dvouhodinová třídnická hodina, na kterou mají mít připravené pomůcky. Učitel žáky vyzvedne na předem určeném místě a podle zvolené varianty dnešní hodiny se odeberou na místo konání.
2. Na venkovním hřišti, v přírodě, nebo v tělocvičně (podle varianty) vytvoří všichni včetně učitele komunitní kruh. Učitel uvede žáky do dnešního tématu hodiny, kterým je stres. Vyzve žáky, aby každý na papír napsal, co si představí pod pojmem stres – i asociace se stresem, cokoliv je napadne. Jakmile budou mít hotovo, dívají se zpříma na učitele, aby věděl, že mají hotovo. Když se dívají všichni, začnou jeden po druhém říkat své myšlenky. Ke každé myšlence uvedou i důvod její volby (př. stres = písemka, proč? Protože jsem při ní vždy vystresovaný; stres=tělocvik, proč? Bojím se, že se ztrapním).
3. Po vystřídání všech jednotlivců v komunitním kruhu (samozřejmě respektujeme možnost neúčastnit se) začne učitel klást různé otázky: *Co je to stres jsme si definovali pomocí brainstormingu a důvodech vaší volby, nyní se pokuste zmínit, kdy jste naposledy pocítovali silný stres? Jak se snažíte tyto stresové situace řešit?*

Slyšeli jste někdy o relaxaci? V jaké souvislosti? Co může způsobovat naši špatnou náladu, únavu a jiné pesimistické chování? Proč si myslíte, že je důležité umět zvládat stresové situace? Navrhněte možnosti, jakými můžeme stres odsunout na vedlejší kolej. Jak se cítíte právě teď z hlediska stresu – využijte metodu Teploměru.

4. Po ukončení úvodní diskuse vyzve učitel žáky, aby se připravili na následující aktivitu. Ideální pro tuto aktivitu je prostorné místo, ideálně tělocvična. Bude se hrát rozehrávací hra HU-TU-TU. Žákům se vysvětlí pravidla hry a následně je učitel rozpočítá (1,2,1,2), nebo se žáci rozdělí sami na dvě poloviny. Učitel by měl zůstat jako rozhodčí, pokud je žáků lichý počet, může se ze začátku hry účastnit. K aktivitě využijeme hřiště velikosti volejbalového a přepůlíme ho (ideálně nakreslenou čarou). Obě družstva se postaví na svou půlku a cílem lovců je dotknout se co největšího množství hráčů druhého družstva. Vždy vybíhá pouze jeden hráč (strany se střídají) a tento hráč po překročení dělicí linie musí na jeden nádech vydávat „*HUTUTUTUTUTU*.“ Kolika hráčů se v této chvíli dotkne bere s sebou do svého týmu a hrají za skupinu svého lovce. Pokud ale lovci dojde dech na území protihráče, vypadává ze hry a chycení hráči setrvávají ve svém týmu. Prohrávající strana je ta, kde zbývá jen jeden nebo dva hráči.
5. Po skončení aktivity se žáci napijí a posadí se na karimatky/podsedáky a udělají si kolem sebe prostor. Po vydýchání jim učitel zmíní, proč se účastnili této aktivity – rozehrátí a protažení organismu (a navození příjemné a zábavné atmosféry). Nyní si žáci pod vedením učitele osvojí pár relaxačních cviků. Učitel předvádí cviky *Pozdrav slunci* a krátce je představí žákům. Upozorňuje žáky, na co si mají dávat při cvikách pozor – nedělat činnost švihem, nýbrž pozvolným tahem a pomalu, jen tak, co nám dovolí naše tělo; dále zdůrazňuje vytahování rukou i nohou „psychicky roste naše tělo“; předklánět se a zaklánět se opět jen tak, jak nám dovolí naše tělo (pozor na žáky s problémovou páteří – skolióza atd.); cvičit tak, aby je cvičení nebolelo, ale cítili příjemné protažení a všechny cviky dostatečně prodýchali (návik výdechů a nádechů je ale dlouhodobější cyklus stejně jako cvičení této sestavy). Učitel samozřejmě respektuje přání žáků, kteří se z určitých důvodů nechtějí účastnit. Poté, co si žáci pomalu vyzkouší sestavu cviků, můžeme sestavu opakovat rychleji.

6. Po ukončení sestavy se vrátí žáci i učitel do komunitního kruhu a provede se závěrečná reflexe dnešní hodiny. Žáci jsou vyzváni, aby odpovídali na otázky:

Jak se cítíte po cvičení?

Jaké máte z cvičení pocity?

Byli pro vás jednotlivé cviky složité nebo naopak moc lehké?

Jak poznáme, že nám cvičení přineslo úlevu?

Budete je praktikovat i sami doma?

Následně si ještě všichni společně zopakují: *Kdy se mohou lidé dostat do stresových situací? Jak je možné se proti nim bránit?*

V závěru hodiny učitel vyzve žáky znovu k hodnocení dnešní hodiny pomocí metody *Teploměru*, na němž uvedou, jak se cítí nyní (ideální je zvýšení teploty oproti začátku třídnické hodiny). V závěru žáci ještě obdrží vytištěné cviky, které si na hodině vyzkoušeli.

7. Rozloučení a ukončení hodiny.

Příprava na 5. třídnickou hodinu V hlavní roli emoce:

Cíle aktivity:

- žák vyjmenuje jednotlivé emoce a uvede příklad, kdy může k dané emoci docházet
- žák odůvodní, proč je důležité projevovat emoce
- žák si uvědomuje, že jsou emoce nedílnou součástí lidského života
- žák názorně ukazuje různé typy emocí

Časová dotace: 90 minut, 2. vyučovací hodiny

Třída: 6. třída ZŠ (dle umístění tématu v ŠVP ZŠ Zdice)

Pomůcky: nastříhané papírky s emocemi (Příloha 13 – Tabulka emocí)

Vyučovací forma: komunitní kruh

Klíčové kompetence: k řešení problému, komunikativní, sociální a personální a občanská

Náplň hodiny:

Tento blok třídnických hodin povede k seznámení žáků s různými pocity spojenými s emocemi a jejich projevy. Vnímání emocí jako důležité součásti lidského života, bez které není možné prožívat a žít život efektivně. V úvodu se žáci seznámí se základními emocemi – štěstí, radost, smutek, stud a vztek. Společně je pojmenují a uvedou projevy těchto emocí a situace, kdy k nim dochází. Zároveň se jednotlivé emoce budou snažit pomocí hry odhalit.

Dojde k objasnění, proč jsou emoce tolik důležité a co se stane, když je lidé potlačují. Žáci jsou dále upozorněni na to, že ventilované projevy emocí jsou správné a není důvod se za ně stydět. Stejně tak, že nedílnou součástí pro vytvoření pocitu důvěry a bezpečí v třídním kolektivu, je právě schopnost ukázat své emoce a nestydět se za projevy, které danou emoci doprovází. Právě to napomůže tomu, aby se všichni cítili ve třídě dobře a byla jim, v případě potřeby ihned nabídnuta pomoc.

Obsah hodiny:

1. Přivítání s žáky a vytvoření komunitního kruhu.
2. Po vytvoření tohoto uspořádání uvede učitel žáky do dnešního tématu, kterým budou emoce. Seznámí žáky s obecnou definicí emocí.

Ukázka možného průběhu úvodní části hodiny:

Učitel: *Emoce jsou projevy psychického stavu, kterými reagujeme na různé situace v našich životech. Jejich projevy jsou řízeny nervově a hormonálně, tudíž je částečně neovládáme, a proto se musíme i v průběhu života učit emoce zpracovat a reagovat adekvátně na různé podněty, to nám napomůže žít lepší a vyrovnanější život. Emoce jsou dvojího typu – pozitivní, napadá Vás, jaké to například jsou emoce?*

Žáci (ideální odpovědi): *radost, štěstí, těšení se + mohou uvést při jaké příležitosti mohou tyto emoce pociťovat a negativní: Napadá Vás, které to jsou?*

Žáci (ideální odpovědi): *neštěstí, smutek, stud, vztek + mohou dále uvést při jaké příležitosti mohou tyto emoce pociťovat.*

Učitel: *Věděli jste, že cokoliv je spojené s určitou emoci, si zapamatujeme mnohem snáze? (např. dostanu k narozeninám koťátko, které jsem nečekala. Pláču štěstím, na tento okamžik nikdy nezapomenu). Stejně tak je to i s negativním zážitkem, např. „Chtěl jsem jít se svými kamarády ven, ale Petr mi řekl, že mě s sebou nechtějí, protože jsem nejmladší. Velmi mě to mrzelo...“). A nejedná se jen o běžný život, i ve škole si zapamatujete víc informací právě tehdy, kdy je vaše učení zážitkem a zábavou... Co si myslíte, že se stane, když nebudeme emoce dávat najevo a necháme si je pro sebe?*

Žáci (ideální odpovědi): *smutek, vnitřní nespokojenost, agrese, nemoci, psychické potíže, špatná kvalita života, špatný životní styl, špatná nálada aj.*

Učitel: *Setkali jste se někdy s tím, že vám někdo řekl, ať své emoce neukazujete, že je to ostuda? (př. „Nebreč, vždyť už si velký!“ „Pláčou jenom holky!“). Myslíte si, že je dobře, abychom tedy potlačovali své pocity?*

Nyní je důležité, aby byli žáci učitelem upozorněni na to, že potlačování emocí může vést k utíkání od nepříjemných pocitů k nežádoucímu chování.

Učitel: *Napadá vás, co může být příkladem tohoto typu úniku?*

Žáci (ideální odpovědi): *kompenzace jídlem, kouřením, pitím alkoholu, hraním her a*

další činnosti.

Učitel: *Co bychom tedy měli dělat, když se cítíme smutní?*

Žáci (ideální odpovědi): *jít na procházku, nestydět se plakat, promluvit si s rodiči, pomazlit se s domácím mazlíčkem, pustit si film, jít si zacvičit...*

Učitel: *Výborně, přesně takto je možné řešit emoce, které způsobují nepříjemné pocity a stavy. Na co ještě nesmíme zapomenout je chování při hádce nebo konfliktu – když jsme naštvaní, pokusme se vždy napočítat alespoň do pěti. V naštvanosti řekne člověk spoustu věcí, které ho pak mrzí a často je nejde vzít zpět. Když počkáte, odpověď si promyslíte a můžete tím eliminovat nežádoucí důsledky svého jednání.*

3. Po úvodu do tématu je prostor pro aktivitu s názvem Sochy emocí. Ke hře je potřeba mít připravené kartičky s názvy jednotlivých emocí/pocitů (př. *bezradný, divoký, klidný, hrdý, dojatý, nadšený, naštvaný, rozčilený, pláč, vztek, trapný, zoufalost, zájem, pyšný, tajuplný, překvapený, ustrašený, nervózní, klidný, nejistý...*). Žáci se rozdělí do dvojic (mohou i jednotlivci) a učitel rozdá každé dvojici jednu kartičku s emoci. Každá dvojice předvede tu emoci, kterou má na lístečku pouze pomocí lidského pohyblivého sousoší. Nesmí používat slova a ani žádné zvuky. Zbytek třídy hádá, o jakou emoci, či pocit se jedná. Kdo uhodne, získá konkrétní kartičku. Takto se vystřídají všichni žáci a výhercem je ta dvojice/jednotlivec, který získal největší množství kartiček neboli odhalil nejvíce emocí.
4. Po skončení hry je prostor pro závěrečnou reflexi, pomocí které se shrne tato aktivita:
Bylo pro Tebe těžké odhalit emoce, které spolužáci předváděli?
Bylo pro tebe snadné odhalit emoce, které spolužáci předváděli?
Jaký pocit jste měli, když jste předváděli určitou emoci? Znali jste ji?
Jaká emoce se dá nejsnadněji/nejobtížněji zahrát?
Co si myslíš, že tato hra dala vašemu kolektivu?
5. Ukončení hodiny. Úklid židlí a lavic do podoby, kterou měla před třídnickou hodinou. Rozloučení s žáky.

Inspirační zdroje:

DUBEC, Michal. *Poznáváme, určujeme a dodržujeme základní pravidla chování ve třídě a ve škole: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Mezilidské vztahy : lekce 7.1* [online]. Praha: Projekt Odyssea, 2007 [cit. 2022-03-12]. ISBN 978-80-87145-15-9.

DUBEC, Michal. *Třídnické hodiny: metodika práce třídního učitele s tématy osobnostní a sociální výchovy* [online]. Praha: Projekt Odyssea, 2007 [cit. 2022-03-12]. ISBN 978-80-87145-20-3.

HERMOCHOVÁ, Soňa a Jan NEUMAN. *Hry do kapsy II: sociálně psychologické, motorické a kreativní hry*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8673-X.

JEŘÁBKOVÁ, Simona. *Prožíváme, vyjadřujeme a zvládáme své emoce: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Seberegulace a sebeorganizace: lekce 3.2*. Vyd. 1. Praha: Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-42-5.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-572-1.

SRBOVÁ, Kateřina. *Učíme se uvolnit a obnovit své síly: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Psychohygienu : lekce 4.2*. Vyd. 5. Praha: Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-10-4.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-426-7.

Závěr

Cílem této diplomové práce bylo zjistit, zda třídnické hodiny přispívají k pocitu bezpečí a pohody na základní škole. Průzkum se odehrál na Základní škole Zdice u Berouna, kde proběhlo pozorování třídnických hodin a následné rozhovory. Ty jsem vedla s učiteli, kteří konají pravidelně třídnické hodiny, a s žáky, s nimiž jejich učitelé třídnické hodiny často praktikují. Vybraná škola souhlasila s uveřejněním svého jména v této práci a zjištěné výsledky z šetření. Mé návrhy třídnických hodin využije pro zkvalitnění svých třídnických hodin.

Zajímal mě pohled obou stran, jak žáků, tak učitelů, jak vnímají třídnické hodiny.

Výsledek mě velmi mile překvapil, protože nejen vybraní učitelé popisují třídnické hodiny jako něco, co obohacuje třídní klima o pocit důvěry, bezpečí a zábavy, ale stejného názoru byli i vybraní žáci. Obě strany vnímají třídnické hodiny jako velmi důležité. Vybraní učitelé dokonce praktikují třídnické hodiny častěji než jim rozvrh umožňuje. Cítí, že jsou potřeba. Nejčastěji se konají místo předmětů různých výchov (výchova ke zdraví, výchova k občanství, hudební výchova aj.) a respektují aktuální potřeby žáků nebo čerpají z nápadů, které chtějí žáci se svým učitel probrat. Z odpovědí žáků ale vyplynulo, že se jim například po hudební výchově trochu stýská. Současnou podobu třídnických hodin velmi silně ovlivnila válka na Ukrajině, kterou s žáky třídní učitelé probírají a věnují jim velký časový prostor. Žáci mají možnost se na cokoliv zeptat a učitel se pokouší žáky seznamovat s aktuálními situacemi (doporučení, z jakých zdrojů čerpat; dezinformace; vysvětlení hlavních pojmů; co dělat, aby se netrápili aj.)

Třídnické hodiny na této konkrétní škole probíhají podle výpovědí respondentů téměř vždy v komunitním kruhu, což velmi silně přispívá k vytvoření důvěrného prostředí ve třídě. Co bych se pokusila změnit, je práce s pravidly. Nepsaná pravidla symbolizují zvnitřnění určitých norem, což je to nejlepší, čeho můžeme dosáhnout. K tomu si však tyto normy musí osvojit všichni. A to se podaří nejlépe tak, že si žáci zpočátku pravidla společně vysvětlí, definují a ideálně pověsí na viditelné místo. Podstatné je i nastavení trestů/sankcí za porušení pravidel (kliky, dřepy). Dodržováním nastavených pravidel může třída předcházet problémům, jako je například mnou zjištěná stydlivost žákyně otevřeně mluvit před svou třídou, aby neudělala chybu a ostatní se jí neposmívali.

Velmi příznivě ovlivňují dobře vedené třídnické hodiny i vztahy mezi učiteli a žáky. Podle výpovědí vybraných učitelů, se všichni domnívají, že mají skvělý vztah se svými žáky. Snaží se ho neustále prohlubovat, nejen při třídnických aktivitách, ale i na výletech, lyžařských či jiných školou pořádaných kurzech atd. O dobrém vztahu ke svým třídním učitelům vypovídají i odpovědi žáků, ve kterých je třídní učitel vždy první osobou, kterou by vyhledali v případě potíží.

Na Základní škole Zdice tedy třídnické hodiny silně přispívají k vytváření pocitu bezpečí (viz komunitní kruh, respektování názoru druhých, nehádání se...) a pohody (aktivity na pobavení, společné snídane, řešení aktuálních témat...) ve třídě, potažmo ve škole a pozitivně podporují vztahy mezi žáky navzájem i mezi učiteli a žáky.

V závěru bych chtěla ještě jednou velmi poděkovat Základní škole Zdice a jejímu vedení, které je nakloněno konání třídnických hodin v pravidelných intervalech (alespoň 1x měsíčně) a vyhradilo tomu místo v rozvrzích učitelů a tříd (každé pondělí má třídní učitel ve své třídě minimálně 1. vyučovací hodinu). Učitelé, se kterými jsem konala rozhovory se shodovali, že bez podpory vedení a možnosti mít k dispozici zdroje inspirací pro aktivity nebo diskuse do třídnických hodin, by nikdy na škole takové klima nemohlo existovat.

Z toho plyne můj apel pro všechny školy, nejen základní, ale i střední, aby konaly pravidelné třídnické hodiny. I kdyby se mělo jednat jen o pouhé otázky zaměřené na žáky a stmelení kolektivu, viz jak se mají, co dělali o víkendu, zda je něco netrápí a podobně. Je to důležité.

Seznam použitých informačních zdrojů

Literatura:

ČAPEK, R. *Třídní klima a školní klima*, Grada, Praha, 2010, ISBN 978-80-247-7370-4

HERMOCHOVÁ, Soňa a Jan NEUMAN. *Hry do kapsy II: sociálně psychologické, motorické a kreativní hry*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8673-X.

KOHOUTEK, R. *Historie pedagogicko-psychologického poradenství*. Pedagogická orientace 1998, č. 3, s. 30-45. ISSN 1211-4669.

KYRIACOU, Chris. *Řešení výchovných problémů ve škole*. Praha: Portál, 2005.

Pedagogická praxe (Portál). ISBN 80-717-8945-3.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-572-1.

SCHMIDOVÁ, Kateřina a Radka ŠMEJKALOVÁ. *Třída v pohodě: aneb aktivity pro podporu dobrých vztahů mezi žáky*. SCIO, 2012.

SKÁCELOVÁ, L. *Metodika vedení třídnických hodin*, 1. lékařská fakulta v Praze, UK, 2012, Praha.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-426-7.

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.

KNOTOVÁ, Dana. *Školní poradenství*. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4502-2.

VALENTOVÁ, Lidmila. *Školní poradenství I*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2013. ISBN 978-80-7290-710-6.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-717-8579-2.

Elektronické zdroje:

DUBEC, Michael. *Třídnické hodiny: Metodika práce třídního učitele s tématy osobnostní a sociální výchovy*. Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-20-3.

DUBEC, Michal. *Poznáváme, určujeme a dodržujeme základní pravidla chování ve třídě a ve škole: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Mezilidské vztahy : lekce 7.1* [online]. Praha: Projekt Odyssea, 2007 [cit. 2022-03-12]. ISBN 978-80-87145-15-9.

FELCMANOVÁ, Lenka. *Wellbeing ve vzdělávání. Jak mu rozumíme a proč se mu věnovat?* Stálá konference asociací ve vzdělávání, 2020.

FIALOVÁ, Martina. *Metodika vedení třídnických hodin* [online]. Karlovy Vary: PPP, 2017 [cit. 2022-03-12]. Dostupné z:
https://www.inkluzivniskola.cz/sites/default/files/uploaded/metodika_vedeni_tridnickych_hodin_1.pdf

GLEICHOVÁ, Tereza. *Školní psychologové by se mohli dočkat jistoty. Ministerstvo připravuje změnu jejich financování* [online]. 29.6.2021 [cit. 2022-02-03]. Dostupné z:
<https://ct24.ceskatelevize.cz/domaci/3333400-skolni-psychologove-se-mohli-dockat-jistoty-ministerstvo-pripravuje-zmenu-jejich>

HERMOCHOVÁ, Soňa. *Jak být dobrý třídní učitel. Jak poznám, jestli jsem dobrý třídní a ve třídě to klape?* 2009. (A_1.3), 18.

JEŘÁBKOVÁ, Simona. *Prožíváme, vyjadřujeme a zvládáme své emoce: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Seberegulace a sebeorganizace: lekce 3.2*. Vyd. 1. Praha: Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-42-5.

LIDICKÁ, Jana a Kateřina ŠMATLÁKOVÁ. *Metodika vedení třídnických hodin na víceletých gymnáziích a středních školách: (Naším třídním učitelům ... bez nichž by škola nebyla taková, jaká je)* [online]. České Budějovice: Agentura Wenku, 2018 [cit. 2022-03-12]. Dostupné z: <https://www.wenku.cz/images/wenku-obsah/download/metodika-TH-2018-Final.pdf>

MAČÍ, Josef. *Každá škola nad 180 žáků dostane peníze na psychologa, plánuje Gazdík* [online]. 20.1.2022 [cit. 2022-02-03].

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání [online]. Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-02-09]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

SRBOVÁ, Kateřina. *Učíme se uvolnit a obnovit své síly: tematický okruh osobnostní a sociální výchovy Psychohygienu : lekce 4.2*. Vyd. 5. Praha: Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-10-4.

Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030+ [online]. Praha: MŠMT, 2020 [cit. 2022-04-08]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/strategie-2030>

Třídní učitel a jeho role ve výchovně-vzdělávacím procesu. In: . Praha: Evropský sociální fond Praha a EU – Investujeme do vaší budoucnosti.

Základní škola Zdice: Dokumenty [online]. 2022 [cit. 2022-02-24]. Dostupné z: <https://www.zszdice.cz/dokumenty>

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon).

Seznam příloh

Příloha 1 – Pozorovací arch č.1.

Příloha 2 – Pozorovací arch č.2.

Příloha 3 – Pozorovací arch č.3.

Příloha 4 – Pozorovací arch č.4.

Příloha 5 – Rozhovor s 1. učitelem

Příloha 6 – Rozhovor s 2. učitelem

Příloha 7 – Rozhovor s 3. učitelem

Příloha 8 – Rozhovor s 1. žákem

Příloha 9 – Rozhovor s 2. žákem

Příloha 10 – Rozhovor s 3. žákem

Příloha 11 – Práce s chybou

Příloha 12 – Aktivita Strom třídy

Příloha 13 – Tabulka emocí

Příloha 14a – Cviky: Pozdrav slunci

Příloha 14b – Cviky: Pozdrav slunci (pro mladší děti)

Příloha č. 1. Pozorovací arch 1. hodina

Škola	ZŠ ZDICE 7.2.2022
Třída	8.třída
Téma hodiny	Respektování názorů druhých aktivity: Místa si vymění ti...; Myslím si, že ano, myslím si, že ne
Analýza	<p>První pozorování proběhlo na hodině Výchovy k občanství. Byla započata povinným testováním neočkovaných žáků, které trvalo cca 10 minut. Následně byli žáci vyzváni panem učitelem, aby vzali své židličky a vytvořily z nich komunitní kruh uprostřed třídy. Žáci bez váhání vzali židličky a kruh vytvořili. Je znát, že jsou na třídnické aktivity zvyklí. Pan učitel si vzal také židli a do kruhu se k žákům přidal. Řekl název aktivity <u>Místa si vymění ti</u> a připomněl pravidla hry – ty jsou taková, že v momentu, kdy žák odpoví na otázku kladně, musí si vyměnit místo s dalším spolužákem, který také odpověděl kladně, a poté přešel na jednotlivé otázky, které si připravil dopředu. Prvotní otázky byly hodně obecné, tudíž si místa vyměnila velká část třídy a aktivita byla zejména rozechřivací.</p> <p>V rámci otázek se pan učitel ptal například na to, kteří žáci již ví, na jakou školu chtějí po ZŠ jít a zvedlo se asi třičtvrtě třídy, což je pozoruhodné. Poté pan učitel vzal svou židli a upozornil žáky, že nyní ten, kdo se včas neusadí na volnou židli, musí vymýšlet otázky. Takto se vyměnili 3 žáci uprostřed komunitního kruhu a aktivitu pan učitel stopnul a vypíchl jednu otázku „Většina z vás si vyměnila místa, když jsem se ptal, jestli vás o víkendu něco pobavilo, co to bylo?“ nechal chvíli, aby si žáci rozmysleli odpověď a po chvíli odpověděli 4 žáci, z toho jeden velmi obsáhle. Následně pan učitel ukončil tuto aktivitu a plynule přešel na další <u>Myslím si, že ano, myslím si, že ne</u>. Vysvětlil pravidla hry – kdo s výrokem souhlasí postaví se úplně k tabuli, kdo je na vážkách doprostřed místnosti a kdo nesouhlasí na konec ohraničeného prostoru stoly. První téma bylo rozechřivací: kdo hraje počítačové hry? Kluci převažovali u tabule, dívky na opačném konci místnosti a jedna dívka stála až úplně za mnou mimo prostor, tak se ji pan učitel</p>

	<p>zeptal, zda je velmi výhradně proti PC hrám. Odpověděla, že netušila, že je prostor ohraničen. Dalším tématem byl trest smrti. Zde se názory žáků rozcházel, byli zde zástupci pro, i proti, a spousta žáků nerozhodných. Pan učitel se ptal na názory žáků pro trest smrti, i proti trestu smrti, a musel následnou diskusi korigovat míčkem, který dával slovo. Společně si vyjasnili, proč byl trest smrti zrušen – justiční omyl, nespravedlnost či zneužití těchto trestů (p. učitel připomněl případ M. Horákové za dob Komunistů). Posledním tématem byla interrupce. Většina žáků, zejména chlapci argumentovali, že je jim to naprosto jedno, že je to rozhodnutí holky, a že například, kdy ji někdo znásilní, tak je pochopitelné, že na potrat půjde. Dívky byly spíše pro a argumentovaly podobně, jen více s ohledem na to, že dítě by vyrůstalo v nepříznivém prostředí a je tedy lepší, aby se vůbec nenarodilo. Pan učitel následně ukončil diskusi a sdělil žákům důvody, proč někteří potraty odmítají (křesťané nebo vymírající populace obyvatel, adopce apod.) ale i některé vhodné důvody pro interrupci (nezletilá dívka, znásilnění aj.).</p>
<p>Výzkumné předpoklady</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu. = potvrzeno 2. Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách. = potvrzeno 3. Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují. = potvrzeno 4. Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň. = nepotvrzeno
<p>Poznámky</p>	<p>Žáci se v průběhu aktivit velmi intenzivně zapojovali. Byl vidět zájem i zkušenost s třídnickými hodinami s jejich třídním učitelem. Nebáli se otevřeně diskutovat, sdělovat své názory před ostatními, a poslouchat druhé, i když ke konci hodiny byla již pozornost nižší a pan učitel musel žáky občas tišit. Myslím si, že moje přítomnost na hodině nikterak neomezila žáky v jejich aktivitě ani otevřenosti. Pan učitel měl hodinu obsahově i časově připravenou. Měl vytvořené dvě aktivity,</p>

	<p>první byla spíše rozehřívací a cílila navození příjemné atmosféry ve třídě, potažmo směřovala k uvolnění žáků. Druhá aktivita byla hodně o subjektivních názorech a poměrně náročných tématech. Myslím si, že by stačilo klidně jen jedno z témat, a to následně vystřídat tématem zábavným, které rozptýlí atmosféru ve třídě.</p> <p>Celkově ale aktivity úplně postrádaly sdělení cílů a ukončení. Nebyla přítomna žádná reflexe aktivity – co si žáci z dnešní aktivity odnáší například: byli pro žáky aktivity zajímavé, byly pro ně příjemné, uvědomili si díky nim něco a podobně.</p> <p>Aktivity byly ukončeny pouhou větou „<i>Děkuji za účast.</i>“ což je zásadní problém, protože žáci vlastně netuší, proč o daných tématech mluvili a proč se jich na ně pan učitel ptal. Zároveň ale probíraná témata <i>trest smrti</i> a <i>interrupce</i> spadají do obsahu předmětu výchovy k občanství, tudíž nebyly zvoleny nahodile.</p>
--	---

Příloha č.2. Pozorovací arch 2. hodina

Škola	ZŠ ZDICE 9.2.2022
Třída	7.třída
Téma hodiny	Obrana proti manipulaci, bezpečnost na internetu, důvěra aktivita: Chat
Analýza	<p>Na druhém pozorování se konala aktivita <u>Chat</u>. Pan učitel se nejdříve žáků zeptal, zda s touto aktivitou mají zkušenosti. Téměř nikdo tuto hru ještě nehrál, proto pan učitel začal seznamovat s žáky s pravidly této aktivity. Žáci se během výkladu ještě dvakrát doptali, aby jim byla situace jasná a následně se rozdělili do dvojic a každý z dvojice obdržel lísteček, kde je napsáno, jako roli bude představovat. Jeden z dvojice hraje 30-letého muže, který se snaží dostat z 13-leté dívky její fotografie a adresu a následně se s ní potkat, má si ale opatrně počínat. Druhý z dvojice tedy představuje 13-letou dívku, která si chce najít přátele na internetu. Úkolem dvojic bylo vytvořit psanou konverzaci na papír, který si mezi sebou jednotlivci ve dvojicích posílali a museli přitom být potichu. Žáci měli ze začátku problém se do aktivity dostat, neustále se chichotali a mluvili. Potom se ale většina třídy ponořila do aktivity a jen občas byl slyšet smích. Pan učitel zasahoval do aktivity jen tehdy, když žáci vyrušovali. Jinak nechával žákům volnou ruku. Upozorňoval na fakt, že po skončení aktivity bude prostor pro reflexi, ve které si shrnou veškeré dojmy, a proto se mají nyní 100% věnovat aktivitě. Po přibližně 20 minutách vydal pan učitel pokyn, aby žáci dokončili poslední věty, vzali si židle a vytvořili komunitní kruh. Ten byl vytvořen bez váhání a zbytečné proluky. Uvnitř kruhu seděl pan učitel a měl připravený míček, kterým korigoval komunikaci. První otázka směřovala na žáky: o čem si myslí, že tato aktivita byla. Začaly se ozývat odpovědi: o pedofilii, abychom si nepsali s cizími lidmi, jak je velmi jednoduché získat od mladých dívek adresu i fotografie atd. Pan učitel pochválil žáky za jejich odpovědi a sympatizuje s nimi. Upozorňoval, že ne vždy se musí jednat o pedofilii, je ale potřeba, aby byli žáci obezřetní a psali si jen s tím</p>

	<p>člověkem, kterého alespoň trochu znají, popřípadě mu nemají posílat ihned citlivé informace. Následně pan učitel vyzval dva žáky, aby přečetli své role, které představovali, tudíž se díky tomu i ostatní dozví, s kým si vlastně celou dobu psali (každá dvojice představovala stejné role – muž 30 let a dívka 13 let). Pan učitel vyzval další dobrovolné dvojice, které chtěly představit svůj příběh. První dvojice nerespektovala poslední větu a hned se 30letý muž zeptá na adresu a fotografie dívky. Druhá dvojice měla již propracovanější dialog, který opravdu vedl k tomu, že žák představujícího Lukáše (30 let) získal od dívky adresu, telefonní kontakt i intimní fotky. Na to konto pan učitel dvojici velmi chválil a zdůraznil, že mladé dívky by měly být ohledně komunikace na internetu lépe instruované. Dále se žáků ptal, zda viděli dokument V síti. Všichni tento dokument viděli, a tak se pan učitel žáků zeptal, jak mohou předejít tomu, že se seznámí s někým starším, i když se ten dotyčný prezentuje mladistvou fotkou. Žáci přemýšleli, ale nevěděli. Ideálním řešením, které sdělil pan učitel je, aby se tento člověk vyfotil s dnešními novinami. Na to ale žáci reagovali tak, že v současné době nikdo nečte noviny a že je to nereálné. Pan učitel přikývnul, ale oznámil žákům, že je to nejúčinnější způsob, doporučený odborníky, a že je potřeba člověka, se kterým se seznámí na internetu, nutně nějakým způsobem ověřit. Pan učitel dal ještě žákům na závěr pár rad – chraňte si své soukromí, nikomu neposílejte své intimní fotky a až budou mít žáci jednu děti, chraňte jejich soukromí, regulujte čas strávený na mobilu a kontrolujete jejich aktivitu.</p>
<p>Výzkumné předpoklady</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu. = potvrzeno 2. Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách. = nepotvrzeno 3. Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují. = potvrzeno

	<p>4. Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň.</p> <p>= potvrzeno</p>
<p>Poznámky</p>	<p>Hodina proběhla velmi dobře. Aktivita byla naplánovaná od začátku až po závěrečnou reflexi, která zde byla velmi potřeba a žáci se panu učiteli velmi otevřeli, a dokonce i po zvonění ještě stále seděli všichni v komunitním kruhu a dovyprávěli si příběhy. Panuje tu dokonalá atmosféra bezpečí a naslouchání. Nikdo se nikomu za nic nesměje, nenapadá ho. Do dvojic se téměř všichni rozdělili sami bez větších obtíží. Při aktivitě bylo pro žáky ze začátku obtížné udržet kamennou tvář a stále se chichotali. Po třetím upozornění pana učitele o tom, že bude závěrečná reflexe se třída ztlumila a pracovali na aktivitě. Bylo vidět, že je hra baví, že je zajímavá a žáci byli velmi tvořiví, dokonce do chatu na papír kreslili své portréty. Při závěrečné reflexi se předháněli, kdo svůj chat přečte a vystřídalo se cca 6 dvojic, některé byly povedené, jiné míň, protože nerespektovali pravidla aktivity (viz věta: počínej si nenápadně). Pan učitel žáky velmi pochválil za účast na této aktivitě, ale sám uznal, že je pro tyto žáky už možná pozdě tuto aktivitu dělat, a že by bylo vhodnější ji praktikovat u menších dětí, u kterých toto riziko opravdu hrozí. Každopádně uznal, že ani osmému ročníku tato intervence a prevence neuškodí.</p>

Příloha č.3. Pozorovací arch 3. hodina

Škola	ZŠ ZDICE 7.3.2022
Třída	8.třída
Téma hodiny	Válka na Ukrajině, aktuální dění ve světě
Analýza	<p>Na třetí pozorovací hodině proběhlo povídání o současném dění na Ukrajině. Žáci byli vyzváni, aby vytvořili komunitní kruh. Nejprve byli žáci pobídnuti, aby sdělili, jak se měli o prázdninách (Jarní prázdniny ZŠ Zdice)...Poté uvedl pan učitel téma dnešní společné hodiny a následně nadhodil otázku: Jak to prožíváte? Jedna dívka se ihned vyjádřila, že ona to spíše nevnímá, ale její rodina docela ano, druhý žák sdělil, že poslali na Ukrajinu nějaké věci a třetí žákyně řekla: „Já se o to moc nezajímám, vím, že se to děje, ale třeba moje mamka...ta to prožívá úplně strašně. Se bojím o její mentální zdraví.“ V tuto chvíli se pár žáků zachichotalo. Další otázka pana učitele byla: Jak vnímáte současnou situaci, co se vlastně děje? „Putin ničí Ukrajinu, přeci. A je otázkou, kdy začne střílet i do civilistů!“ „Já si myslím, že někdy dříve Putin řekl, že nepřestane, dokud se Ukrajina nepřestane bránit...“ „Rusko se snaží obnovit bývalý Sovětský svaz.“ Když uhasla burza žákovských příspěvků, sdělil pan učitel žákům, o co zejména Rusku jde. Snaží se o to, aby se Ukrajina stala státem s loutkovou vládou, která by byla proruská – tedy, jednala by v zájmu Ruska. Poté pan učitel vyzdvihuje ukrajinské vojáky a civilisty, kteří jsou velmi stateční a silně odolávají ruskému tlaku. Zdůraznil, že mezi tyto statečné lidi patří také ruské obyvatelstvo, jehož nemalá část také bojuje proti svému prezidentovi, ale jsou za to zavíráni a trestáni. Vyzdvihuje hlavně to, aby žáci neopovrhovali ruským národem. Za tímto cíleným útokem nestojí celý ruský národ, nýbrž jen jeho vedení. Upozornil žáky na to, že ruský lid je zmanipulovaný státními médii a někteří lidé tam opravdu věří, že Rusko Ukrajinu zachránilo...(upozorňoval na špatný vliv médií a dezinformace). „Já nechápu, proč jim nikdo prostě nepomůže!“ durdí se žákyně. „Svět jim pomáhá. Zejména finančně a humanitárně. Vojenská pomoc by ale znamenala rozpoutání 3. světové</p>

	<p>války, proto se nikdo nemůže do boje přidat“ objasnil situaci pan učitel. Diskusi dále pokračovala otázkou, zda si žáci myslí, že hrozí i nějaké riziko u nás v České republice „No já jsem někde četla, že jsme na seznamu nepřátelských zemí, snad ještě s Amerikou...“ řekne jedna žákyně a pan učitel se zeptá ostatních, proč si myslí, že jsme na tomto seznamu. Žáci netušili. Vysvětlil, že se nejspíše jedná o záležitosti v oblasti kauzy muničního skladu ve Vrběticích, a že na tomto seznamu je dalších X států. Upozornil žáky na to, že kdyby k nějakému napadení došlo, tak ČR je součástí NATO, a v tomto momentu by se přidala i pomoc od dalších států. Před závěrem hodiny se pan učitel snažil diskusi otočit: „Je něco dobrého a pozitivního na této válce? „No, nevím, jestli je na tomhle něco dobrého,“ řekl žák a ostatní mu přitakali a souhlasně pokyvovali. Nikoho nenapadlo, že tím pan učitel myslí obrovskou vlnu solidarity, humanity nebo například vznik různých sbírek pro Ukrajinu. Na to už žáci reagovali a vyjmenovávali místa ve vedlejších obcích, kde probíhají sbírky.</p> <p>Na závěr řekl pan učitel žákům: „Snažme se nešílet. Oceňme bojovnost a odvalu Ukrajinského lidu. Doufejme, že tato situace brzy skončí a bude zase mír. Čekejme a nepropadejme panice. Kdyby měl někdo potřebu si se mnou o této situaci ještě promluvit, jsem kdykoliv k dispozici...“ a těmito slovy skončil dnešní hodinu, která přetáhla do přestávky.</p>
<p>Výzkumné předpoklady</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu. = potvrzeno 2. Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách. = nepotvrzeno 3. Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují. = potvrzeno 4. Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň. = potvrzeno

<p>Poznámky</p>	<p>Tato hodina byla zcela odlišná od předešlých dvou. Jednalo se o diskusi nad současnou krizí na Ukrajině, která postihuje prakticky celý svět. O této krizi je s žáky potřeba mluvit, aby sdělili své postoje, názory, strachy a podobně. Tato hodina byla ideální ukázkou toho, jak mají třídnické hodiny taktéž vypadat. Pan učitel vyhodnotil, že je potřeba aktuální situaci s žáky probrat a popřípadě osvětlit informace, které nejsou zcela pravdivé a zejména žáky upozornit na spoustu dezinformací, na které mohou na internetu narazit. Ještě před zahájením hodiny si vzal pan učitel jednoho žáka ven ze třídy a vedli spolu rozhovor. Následně si zavolal mě, aby mi dnešní hodinu představil. Žáka, kterého si vzal na chodbu, byl ukrajinské národnosti a ptal se na to, zda mu nebude vadit, že se budou společně o dění na Ukrajině bavit. Žákovi to nevadilo, ale upozornil, že by byl rád, aby do konverzace nebyl přímo vtahován.</p> <p>Na začátku hodiny žáci vytvořili, ihned po pokynu pana učitele, uskupení komunitního kruhu a čekali, jaké bude dnešní téma. V rámci diskuse se vystříдалo pár žáků, ale často se opakovali ti samí a zbytek spíše naslouchal. Při této hodině panovala zvláštní atmosféra. Bylo cítit napětí, i strach (<i>ČR na seznamu nepřátelských zemí a co to pro nás znamená</i> a další otázky) ze současné situace. Žáci situaci sledují a vnímají, co se děje. Mají spoustu zdrojů odkud čerpají informace a velmi mě překvapil jeden žák, který panu učitel řekl, že on čerpá informace spíše s ověřených zdrojů, kdežto jeho maminka čte bulvární noviny a je kvůli nim velmi vyděšená. Jedná se o ukázkou informací, které nemusí být založené na pravdě, ale jen na domněnkách a vyvolávají umělý strach. Pan učitel apeloval na žáky, aby si pečlivě ověřovali zdroje informací a nenechali se zlákat dezinformacemi...</p>
------------------------	--

Příloha č.4. Pozorovací arch 4. hodina

Škola	ZŠ ZDICE 9.3.2022
Třída	6.třída
Téma hodiny	Poznávání se navzájem, utužování vztahů aktivita: Papírová válka
Analýza	<p>Poslední pozorovaná hodina byla zaměřena na utužování vztahů mezi žáky v kolektivu a zároveň byla cílena na odhalování toho, kolik toho o sobě žáci vědí. Pan učitel pro dnešní hodinu zvolil aktivitu jménem Papírová válka. Nejdříve se žáků ptal, zda hru znají. Žáci ji neznali a byla pro ně novinkou, a proto pan učitel nejdříve vysvětlil pravidla. Každý žák obdržel papírek, na němž bylo pár vět, na které měli žáci v krátkém čase odpovědět (Dnes po škole budu..., Za dvacet let budu..., Na pustý ostrov bych si s sebou vzal/a..., Mé nejoblíbenější jídlo je...atd.). Na vyplnění měli žáci cca 1 minutu, a poté měli papíry zmuchlat do kuličky a jít doprostřed třídy a rozdělit se na strany dívky/chlapci. Pan učitel upozornil, že se aktivity také zúčastní. Dal žákům pokyn k vyplňování a odpočítával minutu. Po minutě už většina žáků stála uprostřed třídy a vyčkávala na zbytek. Jakmile dokončil i poslední žák své odpovědi, vysvětlil pan učitel další část hry – žáci měli za úkol po sobě střílet své papírky „papírová válka“. To žáky velmi bavilo a ve třídě se rozezněl smích. Po chvíli byla válka ukončena a žáci měli co nejrychleji všechny papírky posbírat. Po sesbírání se všechny papírky spočítaly, aby se na nikoho následně nezapomnělo...Když jsou papírky všechny, měli si jít žáci sednout zpět na svá místa. Poté pan učitel začal rozbalovat jednotlivé papírové koule a předčítával odpovědi. Na základě nich měli žáci uhádnout, o kterého spolužáka se jednalo. U některých uhodli odpověď téměř hned – např. jednoho žáka uhodli ihned, jakmile se přečetl pojem Alcatraz, nebo druhou žákyni podle toho, že za dvacet let bude v zahraničí). Pana učitele poznali taktéž zejména podle toho, že půjde za dvacet let do důchodu. Na konci zbylo 5 lístečků, kde žáci neuhodli jejich majitele, a tak je pan učitel přečetl znovu. Nakonec se</p>

	<p>podánilo všechny uhádnout. Vždy k uhádnutí dopomohl určitý znak osobnosti žáka – hra na kytaru, oblíbené jídlo kebab, jízda na kole, tenis apod. Žáci byli poměrně dost negativní a pesimističtí ohledně své budoucnosti. Téměř všichni předpokládali, že budou za dvacet let „mrtví“... Po přečtení všech odpovědí se pan učitel žáků zeptal: „Dozvěděli jste se něco nového o svých spolužácích? Většina třídy přikyvovala, že ano. Například vůbec netušili, že spolužák chce být učitel nebo že spolužačka má z jídla nejraději halušky apod. Pan učitel řekl na konci žákům, že si jednotlivé papírky z této aktivity schová a ukážou si je společně za dvacet let na školním srazu a uvidí se, zda někteří svou budoucnost odhadli správně – spousta žáků se zasmála, protože většina řekla, že budou ve vězení Alcatraz nebo mrtví...“</p>
<p>Výzkumné předpoklady</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Třídnické hodiny se uskutečňují v komunitním kruhu. = nepotvrzeno 2. Učitelé se nezaměřují příliš na závěrečné reflexe po třídnických aktivitách. = nepotvrzeno 3. Žáci se aktivně podílejí na třídnických aktivitách, nebojí se otevřeně diskutovat a názory ostatních respektují. = potvrzeno 4. Hlavním úskalím při uskutečňování aktivit na třídnických hodinách je časová tíseň. = nepotvrzeno
<p>Poznámky</p>	<p>Shrnutí: Pro mé poslední pozorování třídnických hodin byla zvolena aktivita Papírová válka, která je zaměřena na utužování vztahů ve třídě a vzájemné poznávání. Žáci se aktivity velmi šikovně zhostili. Jen v zadních lavicích se chlapci aktivitě chvíli smáli a moc se jim do ní nechtělo. V momentu, kdy ale dostali papír na vyplnění je aktivita poměrně pohltila a byli zvědaví, co se bude s papíry dít. Zejména v momentu, kdy měli papír zmuchlat, po sobě začali žáci nervózně a nechápavě koukat. Když ale byli vyzváni, aby po sobě začali papíry házet, úplně</p>

	<p>ožili a házeli jednu kouli za druhou. Ve třídě zavládl humor a smích. Aktivita se dá využít i jako rozechřívací, či k zajištěné příjemné atmosféry ve třídě. Co mě ale velmi překvapilo, byl pesimismus žáků, kteří nejčastěji na otázku „<i>Co budeš dělat za dvacet let?</i>“ odpovídali nejčastěji, že budou mrtví, nebo že budou ve vězení. Pouze tři dívky uvedly pozitivní odpověď – jedna se stane úspěšnou ženou, druhá učitelkou a třetí bude pracovat v zahraničí. Zbytek vedle Alcatrazu a smrti uváděl, že neví, co budou dělat zítra ráno, natož za dvacet let. V závěru hodiny se ale žáci shodovali na tom, že tato aktivita byla skvělá a zajímavá, a že se o svých spolužácích dozvěděli nové věci, které nevěděli, ale zároveň si potvrdili, že se navzájem znají poměrně dobře.</p>
--	---

Příloha č.5. Rozhovor s 1. učitelem Martinem:

Základní informace:

Učitel Martin vyučuje na 2. stupni Základní školy Zdice a pravidelně se svou třídou koná třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměl pan učitel předem k dispozici. Rozhovor byl po schválení nahráván na diktafon, a poté přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

„No veliký...veliký význam pro zlepšení toho klimatu třídy. Je to prostor, kde děti mohou sdílet své pocity, názory...hm, prostor, kde si třídní může vybudovat vztah s těmi svými dětmi. Má možnost je poznat trochu jinak. Takže za mě to má velký smysl. Neříkám, že úplně...no, že to vyřeší všechny problémy v té třídě, ale je to prostor, kde, kde ty děti se mohou zastavit a reflektovat co se děje ve třídě, nebo co se děje ve světě a učitel má možnost pomocí her...hm, třeba reagovat na to, co se v té třídě děje.“

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

„Nejčastěji žáky vyzvu, aby se posadili do komunitního kruhu. V tom vždycky začínáme hodinu.“

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

„Hlavně z vlastní zkušenosti z kurzů, kde jsem měl možnost si strašně moc těch různých her a aktivit sám vyzkoušet a načerpat tak inspiraci pro práci s žáky. Dále čerpám například typy z Odyssey nebo z našeho preventivního programu.“

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

„No...(smích). Třídnická pravidla jsme tady na škole řešily...Víme, jak je vytvořit, víme, jak je máme formulovat, víme, že jich má být menší počet, rozhodně ne více jak 10, maximálně 3 až 5, neměly by to být zákazy a tak dále. Já se přiznám, že s tím trochu bojuju, protože...ty děti, asi to moc dobře neumí tohle to. Vím, že v jiných třídách tady na škole, když se podíváte, tak v těch třídách ty pravidla visí. Měl jsem je párkrát nastavené, ale pak to sklouzlo k takovému formalismu, že ty děti neměly už moc potřebu ty pravidla tvořit a sklouzlo to k tomu, že jsem se

doformuloval já. Takže já musím říct, že mi to ve třídě funguje i bez toho, aniž by někde ve třídě visela nastavená pravidla (viz mluví jenom jeden a podobně). Ale je určitě dobré třídní pravidla mít. Ale jak říkám, že to něco, v čem bych se měl asi zlepšit (smích) a vytvořit takovou aktivitu, abychom ty pravidla dali dohromady. Ale zase v nějaké třídě je podstatné mít ty pravidla nastavené, ale jinde to ta třída dá i bez toho. Sama, kdybyste prošla tady po škole, tak na nástěnkách visí těch pár bodů, kde ty pravidla máme. Měli jsme i semináře na to, jak ty pravidla tvořit, jak je formulovat, ne víc než deset, maximálně tedy 5 a pozitivně formulovat, což je těžký, nebo například Respektujeme druhé – to je obecná teze a je tedy fajn, když je spíše více rozvinuté... Jako vytvořit dobrá pravidla není záležitost jedné hodiny a zároveň následně sledovat jejich porušování a upozorňování na to je opravdu složité. Má to svůj smysl, já věřím na pravidla, ale jak říkám, no, opakuju se, že mám pocit, že ty děcka netouží po tom si je definovat.“

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

„Ano, určitou přípravu si vytvářím, třeba, co budeme hrát za aktivity, protože na to je potřeba se připravit víc (vytisknout pomůcky a tak). Bud' jedu podle preventivního plánu, nebo volím témata i podle aktuální atmosféry ve třídě. Když vidím, že je potřeba se zaměřit prostě na nějaký konkrétní problém, tak se snažíme o tom diskutovat, otevřít to a prostě se snažit to vyřešit. Aktivity volím i podle svého prožitku z kurzů, kde jsme ty aktivity hrály a já vím, v čem spočívají, jestli je to zábava a tak.“

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

„Myslím, že dobrý. Právě i pomocí těch třídnických hodin a aktivit se to hodně podporuje. Plus s nimi často jezdím na různé výlety, nebo pobyty, například na lyžák, cyklisták, nebo třeba i jen tak jdeme na kola tady na cyklostezku o víkendu a tak... Takže, snad dobrý (smích).“

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

„No... (smích). Sama jste viděla, že na té pozorovací hodině třeba nebyl moc prostor ji udělat... Jako, já je moc nedělám, já to vím. Víím, že bych je měla dělat, na konci každé aktivity, by se mělo udělat kolečko a ptát se, jak se dětem hrálo, co se

touto aktivitou sledovalo...Nicméně, fakt v té školní praxi je to těžký. Ale snažím se, kord, když to jde u některých aktivit, který jsou zaměřený právě na ten názor žáka, tak je ta reflexe strašně důležitá, ale když pak hrajeme nějakou hru, která nemá úplně cíl reflektovat ji, tak ji nedělám, no, zejména proto, že vím, že ji nestihnu. A ty děcka mají rádi tu akci. Mnohdy ta reflexe znamená velký časový úsek, než si sedneme, než se zrealizuje a tak...Jako snažím se o to, ale když se nepovede, tak se nepovede ji udělat.“

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

„No, jako, co si budeme povídat...Některý školy nemají ani to, naše vedení je velmi vstřícné a považuje třídnické hodiny za velmi podstatnou součást školy. Máme v tomhle luxus, ale samozřejmě těch 90 minut je v tomhle ideální, ale dá se to udělat. Vy jednou až budete učit přírodopis a VkZ, tak si můžete nějak pomoci, že jo, ty témata se prolínají. Kord, když se bere nějaké závažné téma, třeba šikana. Dá se 45 minut určitě, ale aby se stihla i reflexe, tak je to dost takový na knop.“

Při pozorování jsem si všimla, že ale žáci poměrně vstřícně setrvávají v komunitním kruhu i po zvonění a chtějí sdělovat své myšlenky....

„To je pravda! Zejména, když je to téma zajímavé, tak je ta přestávka nezajímavá. To je pravda, no. A když bereme nějakou nepříjemnou věc, v rámci kolektivu (vyčlenění, špatné vztahy aj.) tak je strašně důležité tu reflexi ještě udělat, neukončit ji v momentu, kdy ostatní hází špínu na toho „odstrčeného“. Když jsou v tom boji. Tam je fakt důležité to ukončit pozitivně a nenechat je odejít. Učitel by se měl ale snažit, aby se prodlužování hodiny nestalo pravidlem, protože pak jsou ty děti akorát naštvány, že vědí, že se pravidelně ubírá přestávka, no.“

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků, nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

„No, je pravda, že bych jim jako dával nějaký zpětnovazební formulář, to jsem neudělal v rámci třídnických hodin, ale jenom z toho, jak já to vnímám, myslím si že, je to baví, že většině z nich to něco dává. Každý pondělí mám se svou třídou třídnickou hodinu (poznámka ve škole je nastaveno 1x měsíčně), kde se jich ptám, jak se mají, jestli něco nepotřebují, popřípadě hrajeme nějaké aktivity. Myslím si,

že ty děti to baví, protože je to něco jiného, nedrtí se zde informace, ale je to spíše o povídání. A co tak vnímám, tak si myslím, že je ty aktivity baví. A aktivity vybírám tak, aby mě seděly, abych věděl, proč to s dětmi dělám a abych předal i ten pozitivní náboj.“

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

„Mám osvědčenu sadu her pro třídní kolektivy, které jsem si vyzkoušel na vlastní kůži. Tyto hry se liší podle věku, tematicky – vztahy, zneužívání omamných látek, zdravý životní styl, bezpečí na internetu a tak. Zároveň je někdy třeba okamžitě reagovat na situaci ve třídě, nebo ve společnosti, viz válka na Ukrajině nebo covid-19.“

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě. Můžete uvést i vlastní příklad?

„Stoprocentně. Velmi tomu napomáhají a jsou velmi důležitou součástí školy. Žáci mají možnost promluvit, sdělit své myšlenky, nebo trápení a mají možnost být vyslechnuti. Takže jo, vnímám je jako velmi prospěšné. A například se nám povedla vyřešit šikana, sice to bylo na velmi dlouho, ale dokázali jsme ji společně odhalit a včasné ji řešit...“

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

„No, aby třídnické hodiny fungovaly, je zapotřebí podpora vedení školy (vyhrazení prostoru pro pravidelné třídnické hodiny v rozvrhu + zaučení všech třídních učitelů, aby věděli, jak vlastně mají tyto hodiny vypadat, jaké aktivity zde mají používat a tak. Dále velmi záleží na osobnosti daného učitele, zda je schopen a ochoten tyto třídnické hodiny, i za plné podpory ze strany vedení, vést.“

Příloha č.6. Rozhovor s 2. učitelem Josefem:

Základní informace:

Učitel Josef vyučuje na 2. stupni Základní školy Zdice a taktéž se svou třídou koná pravidelné třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměl pan učitel k dispozici před samotným rozhovorem. Rozhovor byl po schválení nahráván na diktafon, a poté přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

„No, třídnické hodiny jsou pro mě velmi důležité. Přikládám jim velký význam pro tvorbu dobrého klimatu ve třídě a celkově si myslím, že je velmi dobře je pravidelně uskutečňovat.“

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

„To záleží, no...komunitní kruh je fajn, ale ne vždycky se to pro tu aktivitu hodí. Ale snažím se, když řešíme nějaký důležitý téma, tak aby všichni seděli v tom kruhu, aby nevznikaly žádné bariéry.“

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

„Mám několik svých osvědčených aktivit. Dále čerpám od školního preventisty pana učitele Hampla nebo pana Štěpa, školního psychologa. K dispozici máme také na sdíleném disku seznam doporučených aktivit, které můžeme využívat, a které vycházejí z našeho preventivního plánu.“

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

„Pravidla nastavená máme. Osvědčilo se mi, že čím méně jich je, tím líp. Jednotlivá pravidla i jejich formulaci jsme s žáky dávali dohromady společně. Máme nastavená čtyři pravidla. Tak například první pravidlo je respekt vůči sobě...druhé, zdržet se jakýchkoli komentářů, což jsme nastavili na základě toho, aby se žáci nebáli promluvit a reagovat nebo oponovat na názory druhých a třetí je, že pokud chci promluvit, tak se přihlásím o slovo.“

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

„No, takhle...přípravy si spíše nevytvářím. Na třídnických hodinách řešíme

většinou pro děti aktuální témata, či problémy ve třídě. Hodiny vedu spíše intuitivně než podle detailně promyšlené přípravy. Samozřejmě, když mám nějakou aktivitu nebo hru, na kterou je potřeba nějaký materiál, to připraven jsem (smích).“

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

„Myslím si, že ten vztah je pozitivní a partnerský. Minimálně se snažím o to, aby takový byl a žáci se v mé přítomnosti cítili dobře a uvolněně.“

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

„Reflexe realizuji. Myslím si, nebo jsem o tom spíše přesvědčen, že pro žáky je důležité shrnout si to, čemu se věnovali na hodině. Při hromadné reflexi navíc slyší i ostatní a mají možnost se dozvědět, jak se stejná věc dá různě vnímat. Já se z toho snažím vyčíst, co si vlastně z uplynulé hodiny „odnáší“.“

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

„Myslím si, že ano, že je to dostačující. Někdy se samozřejmě stane, že 45 minut nestačí a je potřeba přetáhnout do přestávky. Žákům to většinou nevadí, kord, když probíráme nějaké téma, které je zajímavé, tak si zvonění ani pomalu nevšimnou (smích), ale co se týče těch 45 minut, největší problém asi spatřuju v tom, že se pak prostě nestihne vše řádně zreflektovat. Je teda potřeba zkrouhnout hlavní aktivitu, ale to je taky škoda, že jo.“

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků, nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

„No, jelikož se snažím vycházet hlavně z témat, která přinášejí oni sami, tak si troufám říct, že třídnické hodiny považují za prospěšné, zábavné a rádi se jich účastní, což soudím na základě pravidelné účasti na vybraných aktivitách, nebo otevřenosti názorů při diskusích...“

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

„Vycházím většinou z témat, se kterými přicházejí právě tedy žáci, nebo podle toho, co vidím, že je potřeba aktuálně probrat, nebo ve třídě vyřešit. Potažmo tedy беру v potaz i preventivní program a jeho zaměření, protože ten jde realizovat právě i pomocí těch třídnických hodin.“

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě? Můžete uvést i příklad z vlastní zkušenosti?

„Určitě ano. Na sto procent jsem přesvědčen, že pro zdravé a bezpečné klima ve třídě jsou tyto hodiny velmi důležité...Pokud narazíme na nějaký problém v rámci třídního kolektivu, je tu prostor se o něm pobavit, vyříkat si to a dobrat se nějakému řešení. Aktuálně například řešíme přílišný hluk a otravování několika jednotlivců, což se výrazně podepisuje na soustředění ostatních. V rámci třídnických hodin si byli žáci schopni problém pojmenovat, sdělit si navzájem své potřeby a poupravit třídní pravidla tak, aby respektovaly potřeby všech žáků. Problém nemáme sice ještě zcela vyřešený, ale je to mnohem lepší, než to bylo ze začátku...I když si to možná někteří neuvědomují, jako třídní učitel to vnímám...“

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

„Chci zdůraznit, že je velmi super, jakou máme podporu vedení, a že přikládá velkou důležitost pravidelným třídnickým hodinám.“

Příloha č.7. Rozhovor s 3. učitelkou Veronikou:

Základní informace:

Učitelka Veronika vyučuje na obou stupních Základní školy Zdíce a se svou třídou koná pravidelné třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměla paní učitelka k dispozici před samotným rozhovorem. Rozhovor byl po jejím schválení nahráván na diktafon, a poté doslovně přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Jak vnímáte význam třídnických hodin?

„Tak význam třídnických hodin...ten vnímám jako velmi zásadní. Nedovedu si představit, že bych třídnické hodiny nerealizovala. Žáky mám díky tomu možnost poznat...poznáváme se vlastně pořád, dokonce i oni mezi sebou. Baví mě s žáky trávit čas a poznávat je. Každý z nich je nějaká osobnost a podle toho k nim pak můžete při výuce jiných předmětů také přistupovat...“

2. Jakou organizační formu třídy upřednostňujete při třídnických hodinách?

„No nejčastěji se snažím o kruh ze židliček, k čemuž je teda potřeba odstrčit stoly, a pak tu můžeme společně diskutovat. Vždycky dávám pozor na to, aby nikdo neseděl za někým a tak.“

3. Odkud čerpáte inspirace pro tvorbu aktivit, her či diskusí nad vybranými tématy na třídnických hodinách?

„Hlavně od kolegů, dále od školního psychologa, a také od žáků samotných. Dále se můžu opřít například o různé příručky. Třeba velmi dobrý je v tomto portál [odyssea.cz.](http://odyssea.cz), určitě znáte.“

4. Máte ve své třídě nastavená třídnická pravidla a můžete uvést i konkrétní příklad?

„Ano, třídnická pravidla jsme vytvořili společně hned na začátku září. Nejdříve s žáky vedu diskusi o tom, co bychom jako kolektiv chtěli a nechtěli ve škole zažívat. Potom si žáci ve skupinách vymýšlí vlastní pravidla, o kterých následně diskutujeme a vybíráme například 5 nebo 6, těch nejpodstatnějších, pro naši třídu. Více jich tvořit podle mě nemá cenu, pokud chcete opravdu ohlídat jejich dodržování, no. Co se týče toho konkrétního příkladu, tak třeba 1x měsíčně konáme

společnou snídani, nebo každý pondělí si navzájem řekneme 3 vtipy (smích) to jsou takový stmelovací pravidla našeho kolektivu... “

5. Vytváříte si pokaždé přípravu na třídnickou hodinu a pro jistotu i další vhodné alternativní aktivity?

„Ne. Občas improvizuju, hlavně teda podle aktuálních potřeb dětí. Záleží na kolektivu, ale někdy stačí i pouhý rozhovor o tom, co zažili o víkendu, nebo co se děje kolem nás. S žáky ráda realizuju moje osvědčené hry, které mám již ozkoušené, a na které se není třeba nějak extra připravovat a žáci je mají rádi a rádi se o ně znovu přihlásí.“

6. Jaký máte vztah se svými žáky?

„No, řekla bych, že skvělý. Nemůžu si stěžovat (smích). Pracujeme společně s žáky na tom, aby naše třídní klima bylo pořád, co takzvaně „nejčistší.“ Vyprávíme si třeba často vtipy, naše zážitky, doporučujeme si knížky, nebo filmy...(pomlka) a přežeme si k svátku i k narozeninám, a co je asi nejdůležitější, dost často se smějem. Myslím si, že jsme si od začátku sedli a je nám společně dobře...alespoň to na mě dělá teda takový dojem (smích).“

7. V čem si myslíte, že spočívá význam závěrečných reflexí? Realizujete je?

„Jo, reflexe...(smích a pomlka). Reflexe je něco, co pomáhá ke shrnutí daného tématu. Žáci by si na konci hodiny měli, ideálně, utřídit myšlenky a odcházet z hodiny s nějakým novým poznatkem, názorem, nebo dokonce novým postojem... nebo alespoň mít o čem přemýšlet, no...Snažím se je realizovat, no, ale je to obtížné, hlavně třeba když máme rozjetou nějakou pěknou hru a žáci se aktivně účastní a já bych jim ji měla stopnout a zavelet, že se jdeme na reflexi. Takže ano, snažím se, ale ne vždy je to stihnutelné...“

8. Je reálné vytvářet efektivní náplň třídnických hodin v rámci 45 minutových celků? Kolik času by bylo ideálně potřeba?

„Reálné to je, ale ne vždycky...Záleží samozřejmě na konkrétním problému a aktivitě, nebo diskusi, kterou s dětmi vedu. Z vlastní zkušenosti bych ale velmi ráda brala 90 minut, nebo aspoň 60 (smích).“

9. Setkáváte se s pozitivní zpětnou vazbou od žáků, nebo je třídnické hodiny spíše nebaví?

„Ano, myslím si, že jsou žáci rádi, že třídnické hodiny děláme. Na dětech je vidět, že je baví hlavně různé hry, ať jsou to pohybové hry, nebo třeba hry s nějakým poznáním druhých, u kterých se i zasmějou, včetně mě teda (smích). Občas jsou to fakt perly... Několikrát se mi také stalo, že za mnou žáci po hodině přišli, jestli tu aktivitu budeme zase někdy dělat, že je fakt bavila a rádi by si ji zopakovali. To mě velmi těší.“

10. Podle čeho volíte náplň a obsah třídnických hodin?

„No, při přípravě na tyhle hodiny se snažím vycházet hlavně z aktuálního dění ve třídě a zaměřuju se na to, abysme vzniklé konflikty řešili co nejdříve. Vždycky dětem zdůrazňuju, že je důležité o problémech mluvit. Téměř vždy se pak ukáže, že problém není tak horký a všem se uleví. Pak jsem také ráda, když jde téma třídnické hodiny skloubit s tématem hodiny Výchovy k občanství. To je pak bezvadný. Dvě mouchy jednou ranou...Dál taky ráda s žáky zkouším nové hry pro upevnění vztahů v kolektivu a tak...“

11. Vnímáte třídnické hodiny jako prospěšné pro vytváření bezpečného klimatu ve třídě? Můžete uvést i příklad z vlastní zkušenosti?

„(pomlka)... Tak, třídnické hodiny vnímám rozhodně jako nezbytnou součást práce třídního. Díky třídnickým hodinám se eliminují případné konflikty ve třídě, nebo jde jimi alespoň trochu třeba ovlivnit nějaký špatný vztahy mezi žáky, nebo dále podporují třeba i vztahy mezi učitelem a žáky. Nejvíc oceňuju, že za mnou žáci jsou schopni přijít a říct mi, že se ve třídě něco děje a že by potřebovali třídnickou hodinu... To je pedagogický ráj, vím, že ne ve všech třídách to tak funguje. Další význam třídnických hodin je i třeba v tom, že čím lepší klima ve třídě, tím lepší je pak spolupráce žáků, a tudíž i jejich výsledky mají větší šanci na větší úspěch. Dovolím si takový malý shrnutí na závěr, pokud se žák cítí ve své třídě bezpečně, může se začít i něco učit...“

12. Chtěl/a byste něco doplnit?

„Snad jen to, že práce třídního je krásná, ale občas velmi nelehká. Je důležité se stále učit novým věcem, proto vždy vítám, když se konají semináře pro třídní. To je potřeba. A také zavádím třídnické hodiny častěji, než bych měla. Tak nějak cítím, že je to potřeba. I z žáků mám pocit, že to cítí...(pomlka) Velmi také oceňuju, že mám ve třídě asistentku pedagoga, která mě informuje o dění ve třídě...(pomlka) nebo jsem také moc vděčná za školního psychologa, s ním často spolupracuju a čerpám od něj rady...Opravdu to pomáhá, aby nám všem, bylo ve škole hezky.“

Příloha č. 8. Rozhovor s 1. žákem Janem:

Základní informace:

Žák Jan je žákem 8. třídy na 2. stupni Základní školy Zdice. Jeho třídní pan učitel koná pravidelné třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměl žák před samotným rozhovorem k dispozici. Rozhovor byl po schválení nahráván na diktafon, a poté přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?

(pokud **ano** – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud **ne** – chtěl/a by si, aby se třídnické hodiny praktikovaly častěji a proč?)

„Jojo, uskutečňuje, takhle pravidelně většinou každý pondělí máme třídnickou hodinu místo občanky. VkO (výchovu k občanství) máme fakt málo kdy. Je to dobrý, že to takhle dokáže vždycky člověka nakopnout, takhle v pondělí ráno. Docela se díky tomu i těším do školy, má je i pěkně zpracovaný. Baví mě to. Občas se sice naskytne nějaká aktivita, která mě nebaví, ale tak to prostě je. Co mi vyhovuje je, když řešíme nějaká aktuální témata, třeba teď tu Ukrajinu, a můžeme se díky tomu dozvědět něco i ze světa, a nejen ze školní třídy. V poslední době to teda bylo horší, protože jsme se museli pravidelně testovat, takže nezbyval moc čas, tak se vždycky spíše ptal na to, jak se máme, nebo co je nového.“

2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?

„Ne-ne, nemáme pravidla. Nemáme nic. Tohle nastavené nemáme, nebo spíše to nemáme nikde napsaný, ale jsme společně 8 let, jako třída, takže už se nějak známe, respektujeme se... Občas se teda někomu někdo zasměje, ale myslím, že to berou všichni spíše jako srandu, než že by jsme se jako někomu posmívali.“

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

„No, jak kdy. Často ale sedíme v kruhu, nebo když hrajeme nějakou aktivitu, tak nasedáme třeba vůbec. V lavicích většinou jsme, když se nás pan učitel ptá, jak jsme se měli o víkendu, nebo co jsme dělali, no...“

4. **Ocenil/a bys více času na aktivity, nebo je 1. vyučovací hodina dostačující?**

„Hm, za mě je to dobrý, stačí to, ale mohly by se tyhle třídnické hodiny konat častěji (smích). Ale stačí to...Občas máme třídnickou hodinu i místo hudebky, teď jsme fakt už dlouho nezpívali, dělali jsme dost teď ty třídnické věci...“

5. **Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Co by se mělo, popřípadě změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?**

„Ne, já právě ne. Myslím, že tam máme nějaký lidi, kteří se bojí, nebo se spíš stydí, ale já ne.“

6. **Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?**

„Jojo, na kamarády, nebo na našeho třídního pana učitele, ten je fajn. Nebo tady máme ještě jednoho učitele, se kterým si často povídám o Slavii, ten je taky skvělejší, tak asi na něj bych se taky obrátil, kdyby něco. Ale já ty problémy asi nemám, takže se teď nemusím na nikoho obracet...“

7. **V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?**

„No...asi nás to má jako stmelit. Máme tady možnost si popovídat, zahrát nějaké hry...nevím, no. Asi takhle... Jo, a řešíme tam docela dost různé aktuální problémy ze světa, nebo z našeho okolí, takže asi i k nějaké informovanosti jsou dobrý...“

8. **Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)**

„Teď ne. Teď jako nemáme nějaký problém s šikanou nebo takhle, ale spíše jsem třeba já rád, když s námi pan učitel mluvil o tý Ukrajině, že to člověk taky třeba víc pochopí a tak. Dřív, když jsme řešili nějaký ty problémy, tak jsme si prostě všichni sedli a vyřešili jsme to mezi sebou a povídali jsme si o tom s učitelem a ten dotyčný toho pak nechal. Takže dobrý.“

9. **Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?**

„Tak to záleží no...Když hrajeme různé hry, tak to na to asi nemá moc vliv aktuální situace, ale jinak, když to téma probíráme, tak to vychází z toho aktuálního tématu, co řešíme.“

10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

„Jo, myslím si, že jo. Zlepšují o dost náladu v tý naší třídě, líp se poznáme, zjistíme nějaké nové věci o těch lidech a tak. Já sám zjistil nějaké nové věci a fakt mě to baví. Myslím, že to dost i ten kolektiv stmeluje.“

11. Chtěl/a bys něco dodat?

„No...pan učitel to má fakt dobře zpracovaný. Možná by mohl více něco promítat, jako minule promítal nějaké to video, že si to téma líp představím, ale jinak je to moc fajn.“

Příloha č.9. Rozhovor s 2. žákem Petrem:

Základní informace:

Žák Petr je žákem 6. třídy na 2. stupni Základní školy Zdice. Jeho třídní paní učitelka koná pravidelné třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměl žák před samotným rozhovorem k dispozici. Rozhovor byl po schválení nahráván na diktafon, a poté přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?

(pokud **ano** – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud **ne** – chtěl/a by si, aby se třídnické hodiny praktikovaly častěji a proč?)

„Jojo, pravidelně. Ty hry mě baví hodně, když hrajeme, třeba tu hra Místa si vymění ti. Jako, já mám pocit, že se u toho dozvím víc o těch spolužácích, než vím teďka, takže to se mi na tom moc líbí.“

2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?

„No, máme. Třeba když...no prostě, když hrajeme nějakou hru, nebo sedíme v tom kruhu, tak slovo má jen ten, kdo se přihlásí. Takže to je asi jedno pravidlo a pak, že se nemáme smát ostatním za jejich názory, ale máme je vyslechnout, a pak až kdyžtak reagovat...ale to je občas dost těžký (smích). Jo a někdy společně snídáme vlastně, to je dobrý...“

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

„No, většinou ne. Máme si vždycky vzít židličku a jít na koberec a sedneme si do...jak se tomu říká...no prostě, do toho kruhu ze židliček...“

4. Ocenil/a bys více času na aktivity, nebo je 1. vyučovací hodina dostačující?

„Jo, myslím, že to stačí...asi jo, no. Jen občas přetahujeme do přestávky, ale to ne vždycky. Většinou je to, když řešíme třeba něco u nás ve třídě a všichni k tomu něco chtějí říct, tak se přetahuje, no.“

5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Co by se mělo, popřípadě změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?

„Hm...jako při těch třídnických hodinách asi úplně ne, ale já jsem jinak docela“

stydlivej, takže při obyčejný hodině trochu jo. Při normální hodině se moc nehlásím a tak, ale při těch třídnických je to docela fajn. Já se jako nebojím, že by se mi posmívali kluci, ale jsem prostě stydlín. Nevím, co s tím dělat...“

6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?

„Hm...asi na naši třídní paní učitelku, protože, jako...zdá se mi, že oproti ostatním učitelkám je k nám prostě taková bližší a kamarádká. Takže kdybych měl nějaký problém, tak bych šel určitě za ní, no.“

7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?

„(chvilka zamyšlení)...No, mě přijde, že když děláme ty hry a ty třídnický hodiny, tak že se jako dozvíme hodně o druhých spolužácích. Třeba jsem neznal oblíbený sport, nebo koničky, a tak. Vím díky tomu mnohem víc o kamarádech a myslím si, že je to super hlavně pro celou naši třídu.“

8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)

„To asi ne. No, spíše ne...Ted' je fajn, když neřešíme furt ten covid, ale zase přišla ta válka. Takže ted' řešíme i tu, no.“

9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?

„No, to nevím, no. Myslím, že je volí nahodile. My jako nikdy nevíme dopředu, co budeme dělat. Vždycky nám to řekne až na tý hodině, co budeme dělat.“

10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

„Hm...nejspíš jo, protože na tý třídnický hodině je to fakt fajn, že se bavíme všichni a tak...“

11. Chtěl/a bys něco dodat?

„Asi jen to, že jsem docela rád za svoji třídu. Nesmějeme se sobě navzájem a fungujeme docela jako celek...“

Příloha č.10. Rozhovor s 3. žákyní Lucií:

Základní informace:

Žákyně Lucie je žákyně 7. třídy na 2. stupni Základní školy Zdice. Její třídní pan učitel koná pravidelné třídnické hodiny.

Otázky rozhovoru neměla žákyně před samotným rozhovorem k dispozici. Rozhovor byl po schválení nahráván na diktafon, a poté přepsán. Mohou se objevovat nespisovné výrazy.

1. Uskutečňuje tvůj třídní učitel pravidelné třídnické hodiny?

(pokud **ano** – baví Tě témata, která na nich probíráte? Můžeš uvést konkrétní příklad aktivity, tématu; pokud **ne** – chtěl/a by si, aby se třídnické hodiny praktikovaly častěji a proč?)

„Jo, každý pondělí máme vlastně 1. hodinu třídnickou hodinu a tam se bavíme i o tom, co se děje nyní ve světě, nebo tak. Třeba jsme se bavili teď hodně o Ukrajině, vlastně celou hodinu jednou. Co se týče těch témat, tak mě dost zajímá ta Ukrajina, co se tam děje a pak jsme si povídali o koronaviru...Ale co mě baví nejvíc jsou ty hry, když něco hrajeme, u kterých se něco dozvíme o spolužácích.“

2. Máte vytvořená třídní pravidla, která dodržujete při třídnických hodinách? Můžeš uvést alespoň dvě nebo tři z nich?

„To, nevím, no. Hlavně, abychom nemluvili sprostě při hodině a abychom se nehádali, na tom panu učiteli jako hodně záleží. A pak teda ještě to s mluvením, že mluví jenom jeden, to se hlásíme o slovo, když chceme něco říct.“

3. Sedíte při třídnických hodinách v lavicích?

„Nene, vůbec právě. Sedíme vždycky v tom kroužku ze židlí. Akorát, než se to vždycky dá doprostřed, tak je to hrozný rambajz po celé škole, jak šoupou těma židlema...“

4. Ocenil/a bys více času na aktivity, nebo je 1. vyučovací hodina dostačující?

„Asi...no, více času bych byla ráda, kdyby byla možnost, protože se občas stane, že přetahujeme do přestávky, ale mě to nevadí, jako, ale kdyby to šlo o pár minut klidně delší, tak by mi to jako nevadilo.“

5. Bojíš se otevřeně sdělit své názory a mluvit před svými spolužáky nejen při aktivitách na třídnických hodinách? Co by se mělo, popřípadě změnit, aby ses nebál/a, /nestyděl/a promluvit před svou třídou?

„Hm, většinou mlčím no, protože se bojím, že to nebude třeba správný, nebo to budu mít špatně. Trochu se bojím, že se mi pak budou smát ostatní, tak proto moc nemluví. Kdybych věděla, že se smát nebudou a nebudu pak jakoby trapná, tak bych klidně taky mluvila...“

6. Víš, na koho se můžeš ve škole obrátit, v případě jakéhokoliv problému?

„No, asi na pana učitele, našeho třídního. Ten vždycky pomůže, nebo na kamaráda.“

7. V čem si myslíš, že spočívá význam třídnických hodin?

„Hm, no, hlavně abychom se dozvěděli různé informace a navzájem se více poznali a užili si ten první den školy. I nás to dokáže rozveselit a ten den je pak takový lepší.“

8. Je nějaké téma, které by bylo vhodné nyní probrat ve vaší třídě? (např. mezilidské vztahy, respekt k ostatním, šikana, vyloučený žák)

„Asi nemáme, naštěstí, nic takového. Jen asi spíše teď ty světové věci, jako třeba ta Ukrajina teď, nebo covid, a tak, abychom o tom měli přehled...Ale ve třídě je teď klid, nepřijde mi, že by bylo potřeba něco řešit nějak víc... Dříve jsme řešili šikanu, to nebylo pěkný, tak tomu jsme věnovali fakt hodně času, ale snad se to vyřešilo no, teď je fakt klid.“

9. Domníváš se, že náplň třídnických hodin reaguje na aktuální situace ve třídě?

„Jo, to jo. On vždycky zvolí nějaký to téma, který jsme řešili u nás ve třídě, a který se nám společně povedlo vyřešit. Jednou bylo takový téma, spor vlastně se sedmákama, a to jsme museli vyřešit a vyřešilo se to (smích). Takže spíš to volí asi tak, jak to vypadá u nás v té třídě, no.“

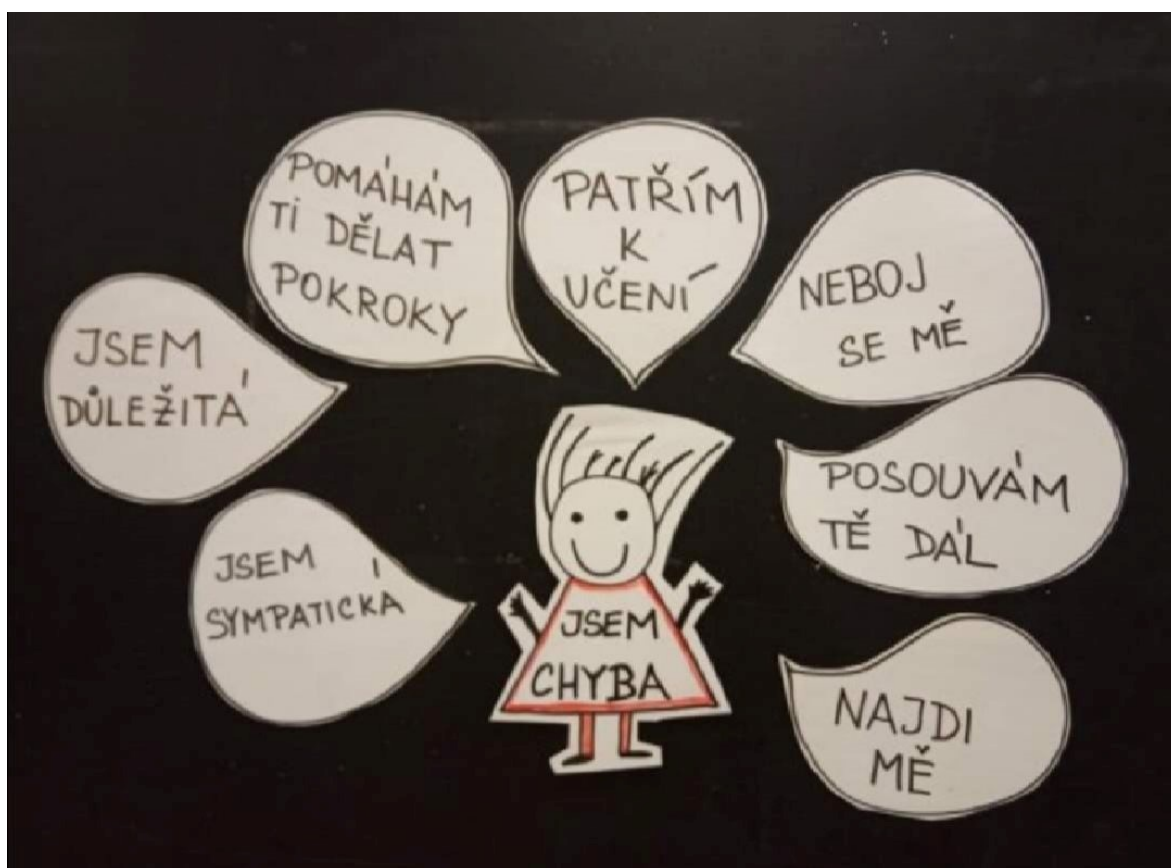
10. Myslíš, že třídnické hodiny a aktivity na nich zlepšují vztahy a obecnou pohodu ve vaší třídě?

„Jo, tak to určitě jo! Více se pak smějeme společně, povídáme si a i řešíme, co se na těch hodinách dělo.“

11. Chtěl/a bys něco dodat?

„Asi jedině abychom hráli víc ty hry (smích). Je to takový víc zábavnější a taky se u nich dozvíme nějaké informace a líp se to i zapamatuje...“

Příloha č.11. Práce s chybou

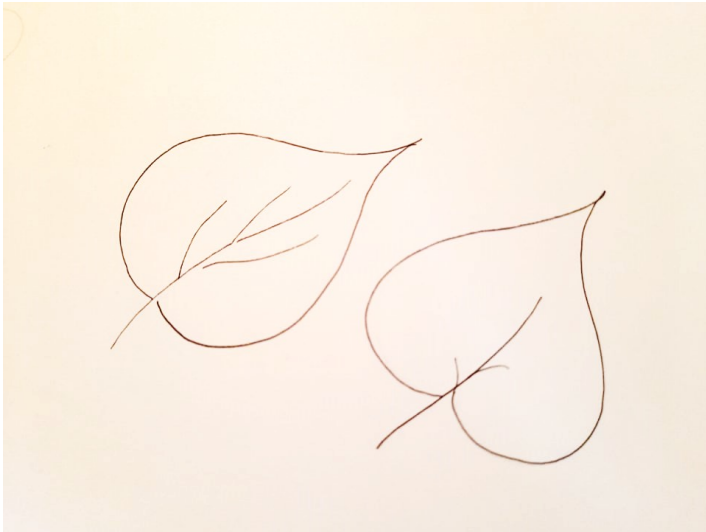


(Zdroj: eduzin.cz, autor: Denisa Machoňová Tichá)

Příloha č.12. Aktivita Strom třídy



(autor: Nikola Hypšová, Strom třídy)



(autor: Nikola Hypšová, Strom třídy)

Příloha č.13. Tabulka emocí

bezradný	divoký	klidný	hrdý	dojatý
naštvaný	rozčilený	pláč	vzteklý	nadšený
milý	zoufalý	projevující zájem	pyšný	tajuplný
překvapený	ustrašený	nervózní	váhavý	nejistý
znuděný	nudný	nenávist	zamilovaný	stydí se

(autor: Nikola Hypšová)

Příloha č.14a: Cviky: Pozdrav slunci



krok jedna - stoj

Stoj spatný, obličejem ke slunci, nohy se dotýkají. Sepneme ruce ve výši srdce.



krok tři - předklon

Předkláníme se a pomalu vydechujeme, pokud možno dotkneme se země, hlava se dotýká kolen, ruce rovnoběžně s nohama.



krok pět- hora

Levé chodidlo přinožíme k pravému, zvedáme hýždě vzhůru a vydechujeme. Paty netlačíme násilím k zemi. Ruce jsou v protažení, hlava je v protažení trupu. Pozice připomíná střechu. Nádech.



krok sedm - kobra

Nadýchneme se a pomalu zvedáme hlavu a zakláníme se. Tzv. pozice kobry.



krok dva - záklon

Nádech s protažením rukou vzhůru. Pomalu a mírně se zakláníme.



krok čtyři - sprinter

Nádech. Pravá noha udělá dlouhý krok vzad. Levou nohu pokrčíme v koleni. Ruce a chodidla zůstávají na zemi. Levé chodidlo je mezi dlaněmi. Hlava je zdvižená.



krok šest - housenka

S výdechem přibližujeme tělo k podlaze tak, aby se nakonec chodidla, kolena, dlaně, hrud' a čelo dotýkaly země (tzv. pozice housenky).



krok osm - hora

Zatímco vydechujeme, zvedáme hýždě a přejdeme opět do pozice střechy viz výše, hlava je v prodloužení těla.

krok devět - sprinter



Nádech, pravá noha vykročí vpřed. Pravé chodidlo se dotýká země a nachází se mezi dlaněmi. Hlava je zvednutá.

krok deset - předklon



Přinožíme levou nohu. Nohy pokud možno narovnáme. Dlaně zůstávají na zemi nebo co nejnižší. Ruce jsou rovnoběžně s trupem, čelo se dotýká kolen (nebo se ke kolenům blíží). Pomalu vydechujeme.

krok jedenáct- záklon



Nádech, napřímíme trup, ruce vzpažíme. Pomalu a mírně se zakláníme.

krok dvanáct- stoj



Stoj spatný, chodidla se dotýkají, ruce sepneme ve výši srdce.

(Zdroj: Srbová, K.: Učíme se uvolnit a obnovit své síly, Projekt Odyssea)

Příloha č.14b: Cviky: Pozdrav slunci (pro mladší děti)

Pozdrav Slunci 2

a) Pozdravíme Sluníčko,
usmějem se maličko.



b) Jsi tam někde na obloze
ukryté ve zlatém voze.



c) Skutáli se ze své skrýše,
paprskem si na zem piše:



d) Kdo umí držet
rovně hlavu,



e) postavit most na podlahu,



f) s kočičkou si pěkně hrát,
vyhrbit se, prohýbat,



g) hada nechat tiše spát,
na ocas mu nešlapat,



h) prolézt všechny skulinky,



i) být poslušný jak hodinky,



j) přivonět ke kvítkům z luk,



k) nadechovat čerstvý vzduch,



l) já jsem tady, slunce kuk!



(Zdroj: jakhubnoutzdrave.cz)