

3 Metodická část

Metodická část je psána prioritně s ohledem na ověřovanou skupinu žáků 5. tříd ZŠ. Celý program lze s drobnými změnami uvést i pro žáky 4. ročníku ZŠ.

Poznámky k programové náplni

Obecně o programu

Celý program ŠVP je rozdělen do 5 dní, každý den je jinak tematicky zaměřen. Posloupnost jednotlivých aktivit je zvolena tak, aby na sebe vzájemně navazovaly. Hlavním tématem, které prostupuje celou ŠVP, je problematika vody. Celý program provází příběh obce „Vodoběhy, kde občané (tedy účastníci programu) řeší problematiku sucha. Každý večer probíhá u herní tabule (plánek obce Vodoběhy + opatření proti suchu ++ výsledky jednotlivých skupin) tzv. fórum, kde účastníci diskutují různá opatření proti suchu.

Průběžné aktivity

Každý den se opakují tzv. „průběžné aktivity“, což jsou „Ranní rozcvičky“, „Fórum města Vodoběhy“ a „Investoři“. Aktivita „Ranní rozcvičky“ je zařazena, aby účastníci zábavným způsobem probudili tělo i mysl, probrali se a nastartovali na celý den. Další důležitou aktivitou je „Fórum města Vodoběhy“ - během těchto pravidelných setkání jsou účastníkům představena možná opatření, do kterých lze investovat získané herní peníze a následně je vedena řízená diskuze zakončená společným hlasováním. Poslední průběžnou aktivitou jsou „Investoři“, během ní lektori v rolích „investorů“ pomocí otevřených i uzavřených otázek ověřují do jaké míry jsou účastníci schopni reprodukovat a formulovat poznatky z uplynulého dne. Účastníci na otázky odpovídají v menších týmech a snaží se tak získat herní body „V-coinů“.

Jednotlivé tematické bloky

První den = první tematický blok je zaměřen na úvod do příběhu ŠVP a také úvod do tématu „voda“. Aktivita „Vodoběhy Vás vítají“ Účastníky poprvé seznamuje s rekreačním areálem a jeho nejbližším okolím stejně tak jako s lektory a jejich rolími v příběhu ŠVP. Účastníci jsou díky příběhu „přeneseni“ do blízké budoucnosti, v které budou problematiku řešit. Následuje aktivita „Moje vysněná budoucnost“, která má v účastnících iniciovat konkrétní představy o podobě jejich života v budoucnosti a poukázat na důležitost vody jako nepostradatelné komodity pro lidské tělo. Pokud máme celý týden hospodařit s vodou, je důležité umět předvídat její množství - z tohoto důvodu byla zařazena aktivita „Počasí a meteostanice“, u které se účastníci sestavili svoji vlastní meteostanici, aby mohli monitorovat základní meteorologické prvky. Aby účastníci znali vodu jako takovou - čili chemickou sloučeninu vodíku a kyslíku, byl zařazen program „Voda jako prvek“, během kterého se účastníci na základě vlastních experimentů seznámili se základními fyzikálními a chemickými vlastnostmi vody. Celý první programový blok uzavírá aktivita „Kampaň „Voda znamená život“, při které by si účastníci měli uvědomit, že je důležité řešit problematiku nedostatku vody mezi širokou veřejností. První den tedy vpravil účastníky do problematiky vody a nastartoval celou příběhovou linku

ŠVP.

Druhý den = druhý tematický blok pokračuje v poznávání vody. Účastníci se nejdříve seznámí s úlohou vody na zemském povrchu - během aktivity „Voda ne Zemi“. Je jim představen důležitý proces „oběhu vody v přírodě“. Tyto znalosti pak mnohokrát využijí při dalších aktivitách. Následně na základě praktické aktivity „Voda jako zdroj energie“ zjistí, jak se dá využít vody jako zdroje energie. Tato aktivita je konstrukční, je umístěna ven. Přináší tedy účastníkům příjemnou změnu po sérii teoretických aktivit. Předchozí aktivity se zaměřovaly na vodu jako přírodní fenomén. Další aktivita přináší pohled na vodu, jako nedílnou součást našich domácností. Aktivita „Cesty vody k nám domů“ přímo odpovídá na otázku, kde se bere pitná voda a jak se dostane do našich domácností. Po teoretickém úvodu je zařazena týmová hra na rychlou reakci, při které se účastníci roz pohybují. Navazuje aktivita „Protejkalovi“, která pokračuje v problematice pitné vody, tentokrát se však zaměřuje na její plýtvání. Téma je zpracováno formou zážitkové situační hry, při které se účastníci seznámí s rodinou „Protejkalů“. Aktivita probíhá po různých stanovištích, většina přesunů se odehrává venku, aby měli účastníci opět změnu prostředí. Aktivita učí účastníky komunikovat, domlouvat se ve skupině.

Třetí den = třetí tematický blok je uprostřed celého programu. Jako hlavní program dne je zařazen celodenní výlet (aktivita s názvem „Putování po okolí“), aby účastníci poznali okolí místa konání ŠVP a trávili větší část dne v přírodě. Navíc je účastníkům ponechán větší prostor pro „svoji“ zábavu, pro kreativitu při vymýšlení svého programu. Cestou je vybráno 8 zajímavých zastavení - tedy 8 významnějších lokalit v okolí. Součástí výletu je aktivita „Povodňové věřte nevěřte“, která účastníky seznamuje s problematikou povodní, jako další důležitou součástí tématu voda. Celý den uzavírá aktivita „Dračí stezka“, která se sice tematicky vymyká, ovšem slouží k poznání poznání nočního lesa. Účastníci navíc při průchodu lesem rozvíjí své smyslové vnímání, učí se překonávat vlastní obavy.

Čtvrtý den = čtvrtý tematický blok uzavírá téma týkající se vody, posledním rozebíraným tématem je znečištění vody a její další využití. Jsou zařazeny také aktivity na opakování a zažití nových znalostí. V dopolední části je zařazena aktivita „Jako led“, cílem je pochopit poslední změnu skupenství - sublimace / desublimace a zároveň se seznámit s látkou „suchý led“. jde o dílnu s pokusy. Další aktivita „Cumulonimbus“ je pohybová kooperační hra, aby se účastníci rozhýbali a pobýli venku. Aktivita se tematicky zaměřuje na vznik bouřkových mraků typu cumulonimbus a roli, kterou při vzniku bouřek hraje voda v různých skupenstvích. Následuje běhací strategická hra „Oběh vody“. Jde o výraznou pohybovou aktivitu, v rámci celého konceptu ŠVP je to nejvíce „běhací“ aktivita, účastníci se učí vytvářet různé role ve skupině, vzájemně se domlouvají na strategii. Hra je zaměřena mimo jiné kvůli vlastnímu „zažití“ pojmu oběh vody. Následuje aktivita „Čovkočaj“, při které účastníci zjistí, že i silně znečištěná voda může najít další využití. Jde o složitější aktivitu, která je kombinací stanovišťové hry a soutěží o nejlepší čaj. Účastníci využívají nabyté znalosti, komunikují mezi sebou, komunikují s lektory, vkládají vlastní kreativitu a nápaditost do závěrečné soutěže o nejlepší čaj. Celý programový blok uzavírá aktivita „Galavečer“, která je jakýmsi slavnostním uzavřením celého programu ŠVP. Slavnost je koncipována jako večírek při příležitosti návštěvy „ministra životního prostředí“, který společně s účastníky hodnotí dosažené změny ve městě Vodoběhy a následně tyto snahy účastníků odmění udělením trofeje.

Pátý den = pátý tematický blok by měl lektorům a dalším realizátorům programu poskytnout základní zpětnou vazbu od účastníků. Jde o sérii dvou aktivit, které lze realizovat poslední den programu po uzavření a vyvrcholení příběhové linie. První aktivita „Nafouklé emoce“ je skupinová zpětná vazba a reflexe proběhlého týdne. Následuje „Průzku veřejného mínění“, zpětnovazební závěrečná aktivita, při které účastníci anonymně prostřednictvím barevných hlasovacích kamínků odpovídají na zadané uzavřené otázky.

Způsob vyhodnocení programu

Program školy v přírodě si klade za cíl ovlivnit žáky nejen v oblasti faktických znalostí, ale také v oblasti jejich dovedností a postojů. Celistvé vyhodnocení dopadu programu na všechny tyto oblasti není jednoduché a dá se předpokládat, že nejlépe může být hodnocen právě dopad na faktické znalosti žáků. Za tímto účelem lze doporučit návštěvu účastníků ještě před samotnou realizací programu. Při této návštěvě se lektoři/realizátoři mohou ještě před samotnou akcí lépe seznámit s účastníky a zároveň získat informace o jejich dosavadních znalostech (pre-test). Několik týdnů po samotné realizaci školy v přírodě je pak dobré třídu účastníků navštívit znovu za účelem zjištění dopadů v oblastech, které blíže specifikují cíle programu (post-test). Obě tato setkání pak mohou mít podobnou strukturu a podobu - pro ilustraci přikládáme návrh dvou námi realizovaných pre-test/post-test aktivit:

Znalost klíčových slov a pojmů (15 - 20 min)

Po třídě rozmístíme karty s klíčovými slovy a pojmy (ČOV - "čovka", meandry, meteorologie, pranostika, meteostanice, skupenství, povodí, vztlak, fotosyntéza, chlorofyl, sublimace, eroze, tajfun, cumulonimbus, dehydratace). Děti dostanou k dispozici tři barvy lepicích lístečků a ke každému z pojmů nalepí jeden lísteček (červený lísteček = nikdy jsem tento pojem neslyšel; oranžový lísteček = už jsem to někdy slyšel, ale nevím přesně, co to znamená; zelený lísteček = vím, o co jde) Pozn.: Pokud dítě lepí někam zelený lísteček, vyzveme ho, aby na druhou stranu lístečku krátce svými slovy napsalo, co podle něj pojem znamená. Na konci aktivity krátce zhodnotíme, které pojmy jsou nejznámější a které naopak úplně neznáme (nevysvětlujeme dětem každý pojem - jen jim řekneme, že se všechno dozví na škole v přírodě).

Písemný test znalostí a dovedností (15-20 min)

Rozdáme účastníkům předtištěné testy a u pre-testu je předem připravíme na to, že na spoustu otázek nejspíš nebudou znát odpověď (je to tak v pořádku - potřebujeme jen vědět, jestli už náhodou něco z toho nevědí). Účastníky poprosíme o samostatné vyplnění testu.

Testové otázky:

1. Jak dlouho dokáže člověk vydržet naživu bez vody? a) asi 2 hodiny; b) asi 1 den; c) asi 3 dny, d) asi 2 týdny
2. Kolik litrů vody má v těle dospělák, který váží 75 kg?
3. Proč se naše tělo potí?
4. Odkud naše město čerpá pitnou vodu a jak se dostane k nám domů?
5. Která místa / spotřebiče v domácnosti jsou napojena na kanalizaci?
6. Který z uvedených povrchů vsakuje vodu nejlépe? a) beton; b) louka, c) pole; d) les
7. Proč je dobré ve městech i v krajině vysazovat více stromů?
8. Z jakých prvků se skládá voda? a) hořčík a křemík, b) vodík a kyslík, c) vodík a sodík, d) železo a rtuť
9. Které vody je na Zemi více, slané nebo sladké?
10. Jaký důležitý vynález se už od starověku používal k získávání energie z proudící vody?
11. Jaká zařízení se staví pro získávání energie z proudící vody dnes?
12. Suchý led je nějaký plyn v pevném skupenství. O jaký plyn jde? a) oxid uhličitý, b) dusík, c)

kyslík, d) helium

13. Vyjmenuj nějaké každodenní činnosti, u kterých lidé běžně plýtvají vodou? Jak lze u takové činnosti plýtvání omezit?
14. Co je to koloběh nebo také oběh vody? Jaký je rozdíl mezi malým a velkým oběhem vody?
15. Jdeš ráno do školy a na chodníku před vaším domem je hrozné náledí. Bojíš se, že by na náledí někdo mohl uklouznout a ublížit si. Pomocí čeho se ledu můžeš zbavit?
16. Představ si, že jsi s rodinou na prázdninách v kempu. Postavili jste stan a chcete si uvařit polévku na přenosném vařiči. Rodiče ti dali za úkol vařič sestavit a zapálit. Na co si budeš při sestavování a zapalování vařiče dávat pozor, aby se ti nic nestalo a vše proběhlo bezpečně?
17. Tělesa, která mají větší hustotu, jsou lehčí nebo těžší?

Karty aktivit

- Ranní rozcvičky
- Fórum města Vodoběhy
- Investoři
- Vodoběhy Vás vítají
- Moje vysněná budoucnost
- Voda jako prvek
- Počasí a meteostanice
- Voda na Zemi
- Voda jako zdroj energie
- Cesta vody k nám domů
- Protejkalovi
- Putování po okolí
- Povodňové "Věřte, nevěřte"
- Dračí stezka
- Jako led
- Cumulonimbus
- Oběh vody
- Čovko čaj
- Nafouklé emoce
- Průzkum veřejného mínění
- Kampaň "Voda znamená život"
- Galavečer

Načítám ...

>> [Jít na tuto stránku.](#)

Ranní rozcvičky

Účastníků	20 - 30
Fyzická náročnost	IV
Psychická náročnost	II

Autor	Ondřej Medek
Počet uvádějících	2
Čas na realizaci	20 minut
Čas na přípravu	15 minut
Prostředí	venku v areálu kempu
Rozdělení	účastníci každý sám za sebe / některé aktivity v týmech

Cíle

- účastníci si zábavným způsobem probudí tělo i mysl,
- účastníci se nastartují na celý den, proberou se.

Sdělení

Pohyb je nutný pro dobré fungování našeho těla.

Metody

pohybová hra, fyzické cvičení, hraní rolí

[Metody a formy](#)

Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce je rozvíjena:
 - aktivní komunikací mezi hráči v průběhu aktivity,
 - komunikací s lektorem.
- Sociální a občanské schopnosti jsou rozvíjeny:
 - zažitím si a uvědoměním si dopadů zdravého pohybu na lidské tělo.

Forma a popis realizace

Série pohybových a soutěžních aktivit na ranní rozcvičku.

Obsah

- Lektor v roli Pepy Protejkala obchází s přenosným reproduktorem pokoje účastníků a budí je přehráním vybrané pozitivní energické písničky.
- Účastníci se schází venku ve velkém kruhu - lektor „Pepa“ vede společné zahřívací a protahovací cviky.
- Po společném zahřívacím/ protahovacím kolečku si účastníci vybírají jednu kartičku s úkolem, který se vydají plnit - po splnění úkolu získávají do Pepy odměnu ve formě jednoho „penízku“
- K účastníkům se přidává další kostýmovaná postava z rodiny Protejkalů, která vždy svým příběhem uvede nějakou krátkou pohybovou hru.

Metodika uvedení

Příprava

- každé ráno se připraví Pepa + další člen rodiny
- obléknou si své kostýmy
- dále se připraví audiotechnika pro přehrávání písniček
- dále se připraví materiál na jednotlivé aktivity (viz aktivity)

Realizace

Jeden z obyvatelů obce Vodoběhy - pro děti postava známá z jiných aktivit - Pepa Protejkal, si dal předsevzetí, že bude žít zdravým a aktivním životním stylem. Zve tedy všechny děti, aby se k němu každé ráno přidaly a udělaly něco pro své zdraví. Každé ráno se navíc děti seznámí s dalším členem Protejkalovic rodiny, který je prosí o pomoc s nějakou patálií (týmová pohybová aktivita). Každý den ráno je Pepa o něco hubenější 😊

Průběh aktivity

Pepa Protejkal obchází pokoje / chatky s hrajícím reproduktorem a budí děti. Děti se schází venku na hřišti, kde nejdříve musí udělat několik rozehrívacích cviků (úklony do stran, protažení končetin či krku) a pak si vyberou jednu kartičku s pohybovou aktivitou, kterou chtějí dělat (každý druh aktivity je v setu maximálně 3x, což děti motivuje k tomu, aby se na rozcvičku dostavily co nejdříve a mohli si vybrat - čím později dorazí, tím menší výběr budou mít). Až všichni absolvují rozehríváčku + aktivitu z karty, objeví se další postava z Protejkalovic rodiny (každý den jiná) a zadá jim svůj úkol:

Úterý - Babička

Příběh: Babička dělá pořádek v Pepově šuplíku s domácími potřebami. Je ale strašně slepá a musí všechno třídit po hmatu.

Aktivita: Děti vytvoří čtyři družstva. Každé družstvo má kbelík, ve kterém jsou namíchané 4 druhy různých součástek. Cca 5 metrů od něj jsou umístěné 4 ešusy. Z každého týmu vybíhá štafetově

jeden oslepený hráč, který musí najít kbelík, vzít z něj jednu věc a tu umístit do ešusu tak, aby v každém ešusu byl pouze jeden druh součástek. Hra probíhá cca 5 - 10 minut a vyhrává tým, který má na konci časového limitu nejvíc správně vytríděných součástek.

Středa - Janička

Příběh: Janička miluje lentilky, ale maminka jí řekla, že v poslední době to s mlsáním přehání. Janička už se prý podle maminky nemůže lentilek ani dotknout. Chytrá Janička ale přišla na způsob, jak lentilky dostat ze spíže až k ní do pusy a přitom se lentilek ani nedotkne.

Aktivita: Děti opět soutěží ve 4 družstvech. Každé družstvo má vlastní spíž (miska s lentilkami) a Janiččinu pusou (ešus s nalepeným obrázkem úst). Mezi "spíží" a "pusou" je po cca 2 metrech umístěno několik prázdných misek. Každé dítě dostane brčko. Děti se snaží brčkem nasát lentilku a dopravit ji až do finálního ešusu - lentilka se ale nedá dlouho nasáváním na brčku udržet, proto je potřeba lentilky přepravovat na jeden nádech na menší vzdálenost (prázdné misky). Lentilky, které spadnou na zem už děti nesmí znovu nasávat. Vyhrává tým, který má na konci časového limitu nejvíc lentilek v "ústech".

Čtvrtek - Maminka

Příběh: Maminka ráda nakupuje v supermarketu potraviny, které jsou v akci s výraznou slevou. Problém je ale v tom, že o takto zvýhodněné zboží má zájem vždycky hodně lidí a často se stane, že se třeba o trs banánů přetahujete s nějakou protivnou sousedkou.

Aktivita: Děti se ve družstvech přetahují lano - ve středu lana, je přivázaný trs banánů. Tým absolutních vítězů si může trs banánů nechat.

Po zábavné aktivitě může "Pepa" ukončit rozcvičku každý den jiným vtipem "vtipek na konec" a rozdává dětem, které se aktivně účastnily (přišly včas a plnily úkoly pečlivě) mince, za které si lze poslední večer kupovat občerstvení na "Galavečeru".

Seznam rozcvičkových volitelných karet

- Oběhni 3x hřiště
- Skákání přes švihadlo (40 výskoků)
- Udělej 30 dřepů s výskokem
- Vyběhni 3x schody k jídelně
- Do každé ruky plnou pet lahev a posilovat jako s činkami (30x)
- Tancuj energicky na celou píseň, kterou Pepa pustí
- 10x za sebou vyslov větu: Pokopete-li mi to pole, či nepokopete-li mi to pole.
- Udělejte skupinu 3 hráčů a 3 minuty si házejte míč bez toho, aby vám spadl (nikdo nesmí míč držet víc jak 5 vteřin a vzdálenost jednotlivých hráčů je alespoň 4 metry)

Poznámky

Celková nálada rozcvičky by měla být radostná a legrační, ačkoliv úkoly zadávané postavami jsou

soutěžního charakteru, nejde v nich primárně o vítězství jako spíš o důvod k vykonávání neobvyklé či přímo ztřeštěné činnosti. Proto je také ocenění penízkem za aktivitu nezávislé na výsledku soutěží. Postavy by tuto atmosféru měli podporovat svým přístupem. U postavy je vhodné zachovávat některé jejich typické vlastnosti a pokud tomu okolnosti nasvědčují, mohou svými průpovídkami narážet na události minulého dne. Příležitostí k legráckám je dostatek především při buzení. Při nepřízní počasí lze rozcvičku udělat v jídelně (vyřadíme nevhodné volitelné karty a vhodné karty namnožíme).

Odkazy

Pomůcky a materiál

Položka	Počet	Popis
mince	100	děti je dostávají za aktivní účast na rozcvičce
karty volitelných aktivit	25	každá karta má specifikovanou jednu zahřívací aktivitu
přenosný mini reproduktor	1	na buzení a hudební doprovod rozcvičky
sportovní vybavení	3x	švihadla, míče, lano, PET láhve jako činky
malé součástky na třídění	25	směs součástek: nastříhaná brčka, matky, sponky, atd.
kyblíky	4	na směs součástek
šátky	4	na třídění součástek
ešusy	16	na třídění součástek
brčka	25	na aktivitu s přenášáním lentilek
lentilky	200	na aktivitu s přenášáním lentilek
trs banánů	1	na přetahovanou

Přílohy

#	Soubor	Popis
016.01.02	rozcvicke_karty_aktivit.pdf	rozcvičkové kartičky s činnostmi
016.01.01	rozcvicke_karticky_aktivit.docx	rozcvičkové kartičky s činnostmi

>> Jít na tuto stránku.

From:
<https://mscb.vida.cz/> - **MSCB**

Permanent link:
https://mscb.vida.cz/intra/projekty/vida_skolam/finalizace/svp2/3/uvod

Last update: **2019/10/24 20:09**

