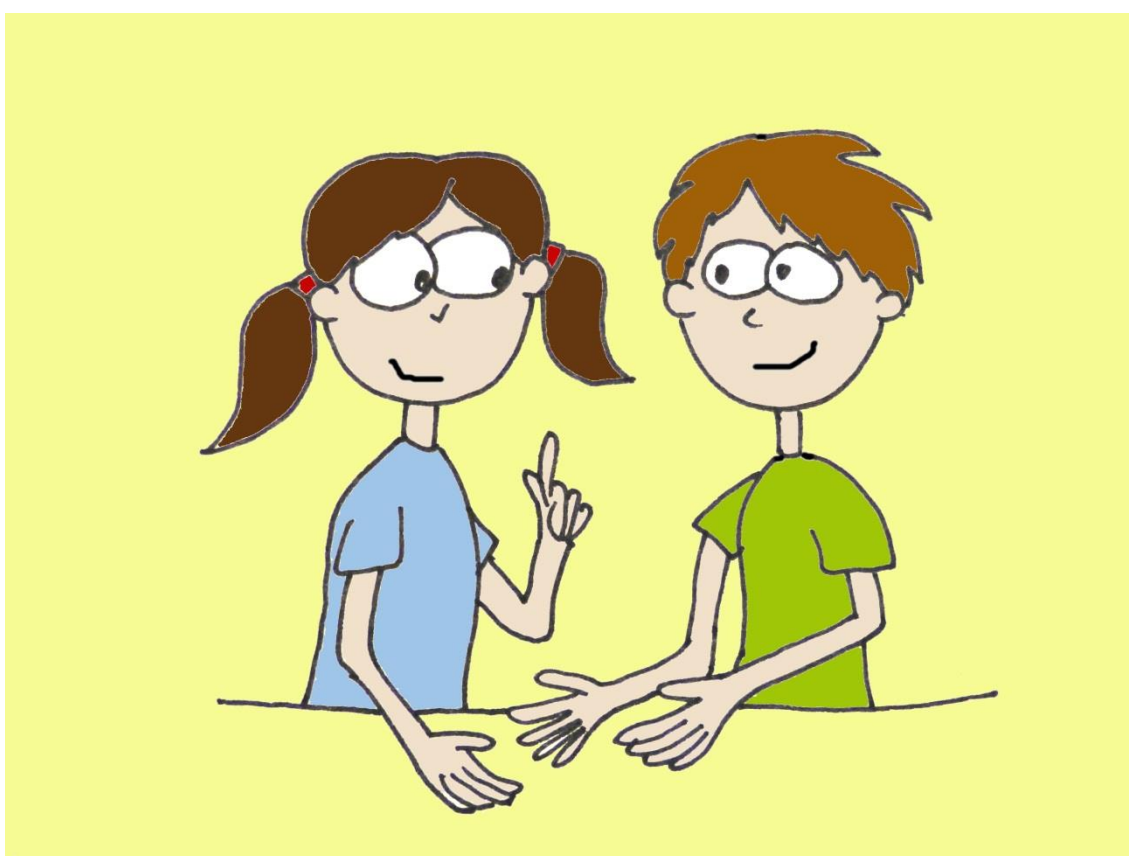


ROSTEME (II.)

VÝCHOVA LIDSKÝCH CTNOSTÍ



pro 1. a 2. ročník ZŠ

AUTORSKÝ KOLEKTIV:

Mgr. Veronika Rybníčková

Anna Rybníčková

ILUSTRACE:

Jana Moravcová, Dis.

Pracovní sešit vznikl díky projektu MŠMT EU peníze školám



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

ÚVOD

Rosteme je systematický plán rozvoje základních lidských ctností na základní škole. Jedná se o tříletý cyklus. Nyní držíte v ruce druhý díl celého materiálu.

Základním prostředím pro výchovu v oblasti lidských ctností je rodina. Škola svou činností dále podporuje výchovnou aktivitu rodičů.

Ctnost je trvalá a pevná dispozice konat dobro. Jedná se tedy o dobrou vlastnost, kterou získáme cvikem. Nemůžeme předpokládat, že z našich dětí vyrostou dobří lidé s pevnými zásadami, slušní občané, kterým není lhostejný osud druhých, celé společnosti či přírody, pokud jim neukážeme „jak na to“.

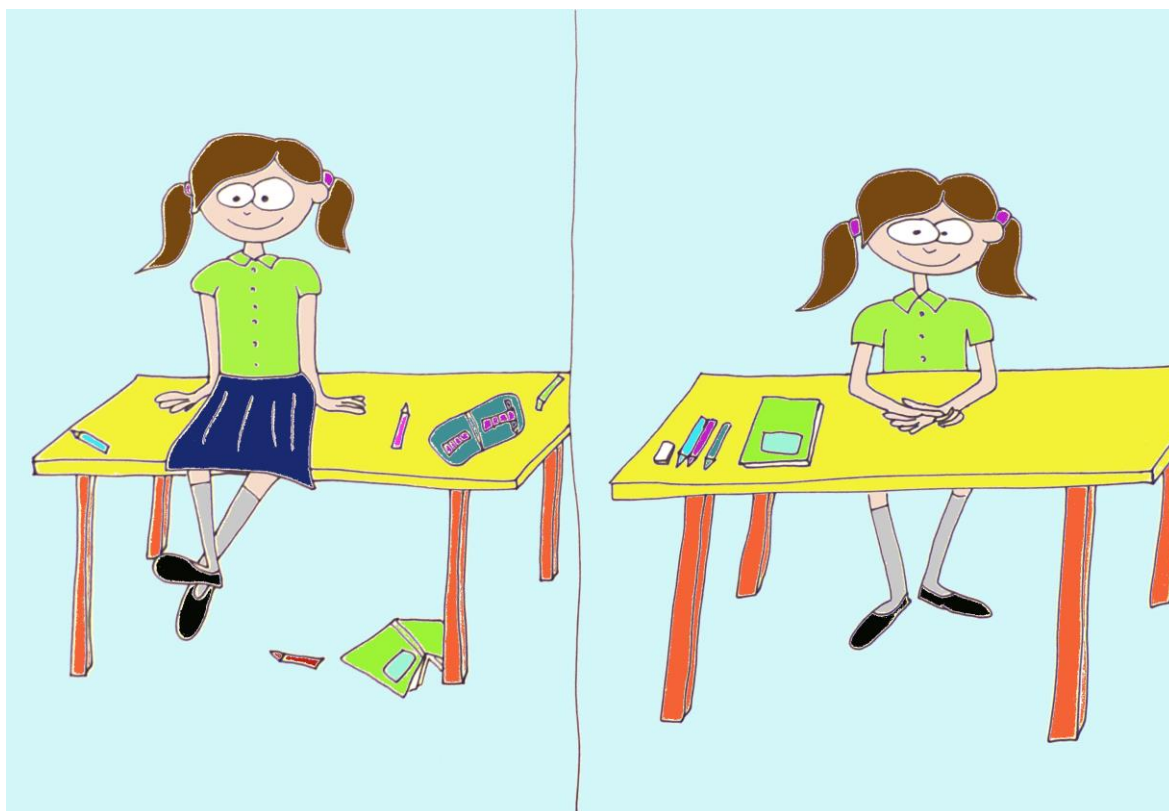
Tento pracovní sešit netvoří oddělenou příručku pro výchovu a vzdělávání. Lidské ctnosti (dobré vlastnosti) a jejich podpora musí být integrovány do všech předmětů, neboť tvoří nedílnou součást každého člověka. Jednotlivé ctnosti jsou propojeny s ostatními dobrými vlastnostmi, nelze je tedy od sebe oddělit.

Pro práci s pracovním sešitem počítáme rovněž se zapojením rodičů dětí.

V pracovním sešitě naleznete deset témat – jedno na každý měsíc školního roku:

září	Dodržování pravidel
říjen	Slušnost
listopad	Solidarita
prosinec	Štědrost
leden	Vděčnost
únor	Spravedlnost
březen	Vlídnost
duben	Pořádek
květen	Skromnost
červen	Zájem o druhé

DODRŽOVÁNÍ PRAVIDEL



Aktivita

1. Začala vyučovací hodina. Paní učitelka vysvětluje dětem, co budou dnes dělat. Na obrázku vidíš dvakrát Janičku. Odpověz na otázky:
 - Jaký je rozdíl mezi oběma obrázky?
 - Je chování na některém z obrázků nevhodné? Proč?
 - Proč musíme dodržovat pravidla?
 - Jaké by to bylo, kdyby neexistovala žádná pravidla?
2. Spolu s ostatními spolužáky stanovte 5 až 10 pravidel, která budete ode dneška dodržovat. Paní učitelka / pan učitel vám pomůže s jejich sepsáním a vyvěšením, abyste je měli stále před očima.

Rada

Snaž se dodržovat pravidla jak ve škole, tak doma. Uvidíš, že všichni budou spokojenější, i ty sám.

NÁVYK: NESKÁČU RODIČŮM / UČITELŮM DO ŘEČI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ZÁŘÍ

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:


Souhlasíš?


Když dodržíme dohodnutá pravidla chování ve třídě, všechno bude lépe fungovat. Paní učitelka / pan učitel se nebude muset zlobit a děti nebudou smutné.

I v každé rodině jsou stanovená pravidla. Rodiče jejich prostřednictvím chtějí zajistit příjemné prostředí.

Aktivita

1. Vybarvi obličej podle toho, zda dodržuješ následující pravidla slušného chování a pravidla pro dobré soužití s ostatními:

 = pravidlo dodržuji vždy

 = pravidlo dodržuji občas

 = pravidlo nikdy nedodržuji




   Poslechnu učitele na poprvé (neodmlouvám).

   Nekřičím na druhé.

   Nehoupu se na židli.

   Dveře zavírám potichu, nebouchám jimi.

   Neběhám ve škole po chodbách a nehoním se.

   Svačím na místě, nechodím se svačinou po třídě.

   Nemluvím s plnou pusou.



2. Pokud jsi v přechozím cvičení vybarvil u některého pravidla radostný obličej, vysvětli ostatním, proč toto pravidlo dodržuješ. Myslíš, že existuje nějaký důvod pro jeho dodržení, který by pomohl i tvým spolužákům?

3. Zamysli se a řekni: jaké jiné pravidlo ti nedělá problém? Proč?

NÁVYK: NESKÁČU RODIČŮM / UČITELŮM DO ŘEČI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. ZÁŘÍ

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



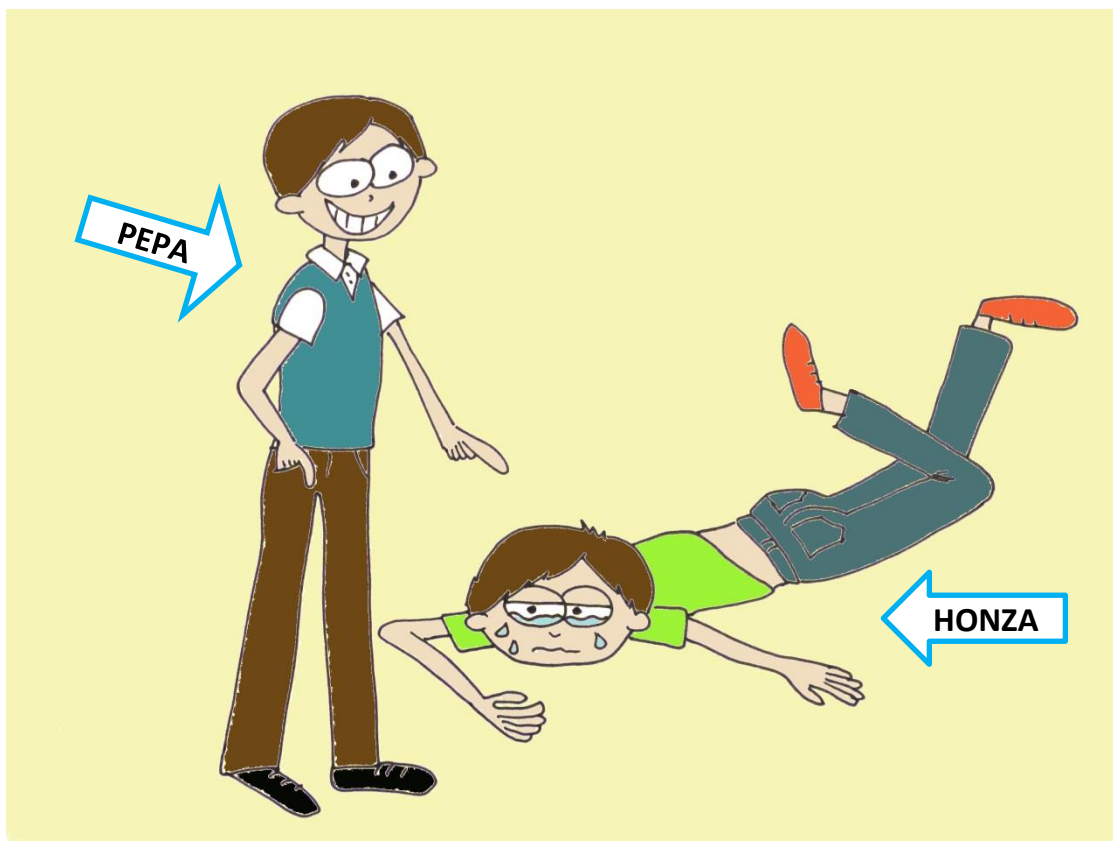
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

SLUŠNOST



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co se stalo? Proč se Pepa směje?
- Jak reagoval Honza? Myslíš, že řekl Pepovi nějaké neslušné slovo?
- Byly situace, kdy jsi použil nadávku? Co se přesně přihodilo?
- Myslíš, že je možné reagovat bez nadávek?

2. Zahrajte ve dvojici scénku: jeden z vás „jakoby“ provede druhému nějakou zlomyslnost. Jelikož jste však kamarádi, zkusí postižený reagovat slušně. Co by měl pak udělat ten, který ublížil?

Rada

Snaž se brát nepříjemnosti, které se ti stanou, s humorem. Přemýšlej, než něco řekneš.

NÁVYK: MLUVÍM SLUŠNĚ

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ŘÍJEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Souhlasíš?

Dobrý společník docílí toho, že se lidé, kteří jsou kolem něj, cítí dobře. Jak toho dosáhne? Nepoužívá neslušná slova ani jiné nadávky, dává pozor na tón, jakým mluví, nevychloubá se a nesnaží se druhé urazit. Zajímá se o druhé a jejich problémy, nikdy nemluví jen sám o sobě.

Četba dobrých knih pomáhá k tomu, aby měl člověk lepší slovní zásobu a byl oblíbeným společníkem pro druhé.

Aktivita

1. Pan učitel bude číst věty. Vybarvi ANO, nebo NE – podle toho, jestli se podle tvého názoru jedná o pravdivou větu.

ANO NE a. Když mi někdo omylem šlápne na nohu, musím mu vynadat.

ANO NE b. Když mi někdo úmyslně šlápne na nohu, musím mu vynadat.

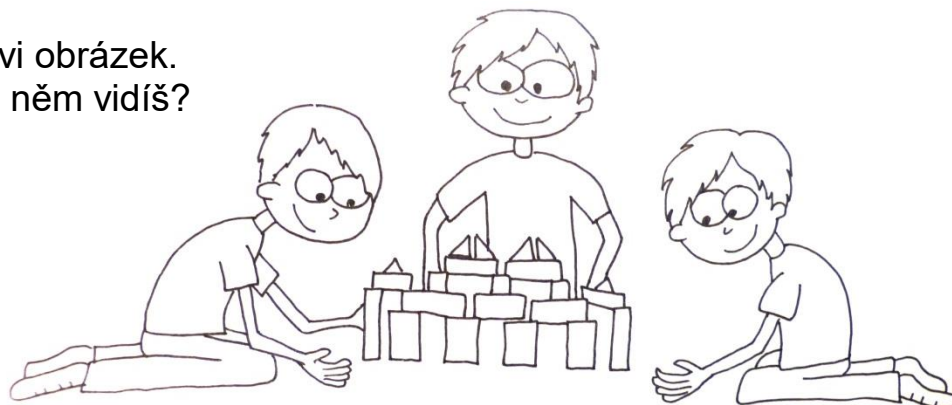
ANO NE c. Když mi někdo bude neslušně nadávat, musím to jít ohlásit na policii.

ANO NE d. Když mi bude někdo neslušně nadávat, musím mu také neslušně vynadat.

ANO NE e. Nemá smysl dohadovat se s tím, kdo mi právě neslušně nadává. Často je nejlepší jednoduše odejít a nevšímat si ho.

ANO NE f. Když budu používat neslušná slova, budu mít spoustu kamarádů.

2. Vybarvi obrázek.
Co na něm vidíš?



3. Vysvětli, co znamená, když o někom řekneme, že je to „slušný člověk“.

NÁVYK: MLUVÍM SLUŠNĚ

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. ŘÍJEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



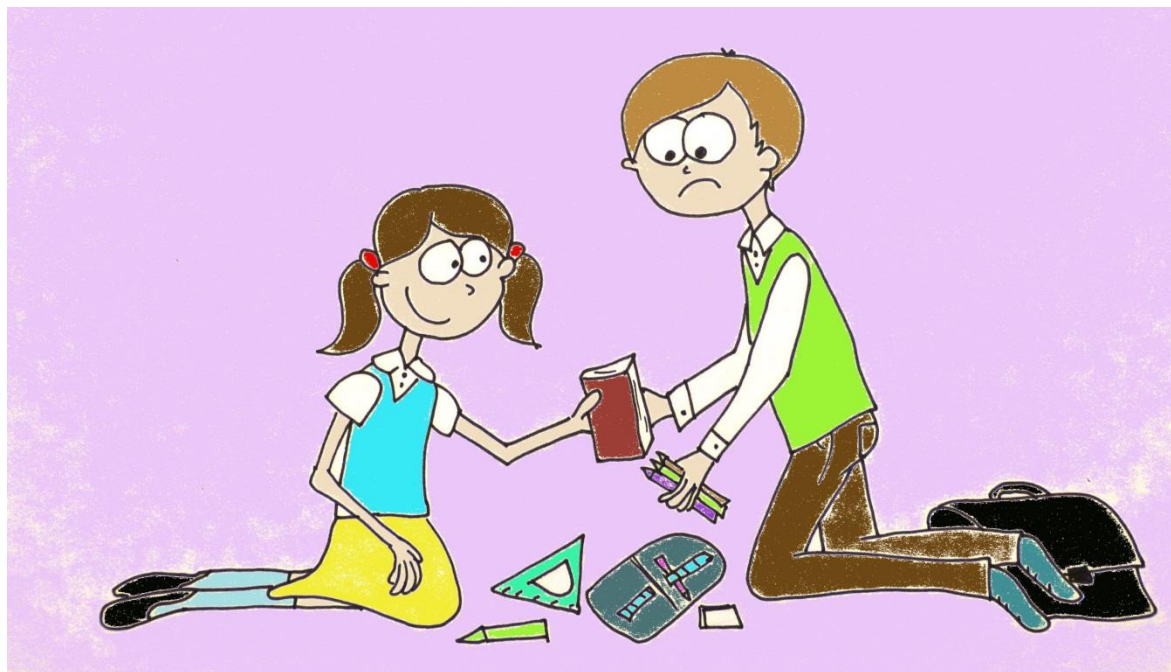
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

SOLIDARITA



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co dělá Bětka? Proč to dělá?
- Jak se cítí ten, který někomu pomohl? A co cítí ten, kterému pomohl?
- Pomohl jsi někdy v podobné situaci? Stálo tě to přemáhání?
- Proč si lidé pomáhají?

2. Být solidární znamená vzájemně se podporovat a pomáhat si. Vybarvi následující slova. Myslíš, že všechna souvisí se solidaritou? (Pokud některé slovo neznáš, zeptej se paní učitelky, co znamená.)

POMOC PODPORA PŘÁTELSTVÍ
SVORNOST NESOBECKOST

Rada

Velkorysý člověk nemyslí sám na sebe ani na své zájmy. Naopak: myslí na to, jak druhé učinit šťastnými. Zkus to i ty. Uvidíš, že i ty sám pak budeš mít radost.

NÁVYK: KAŽDÝ DEN ALESPŮŇ 1x NĚKOMU POMOHU

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. LISTOPADU

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

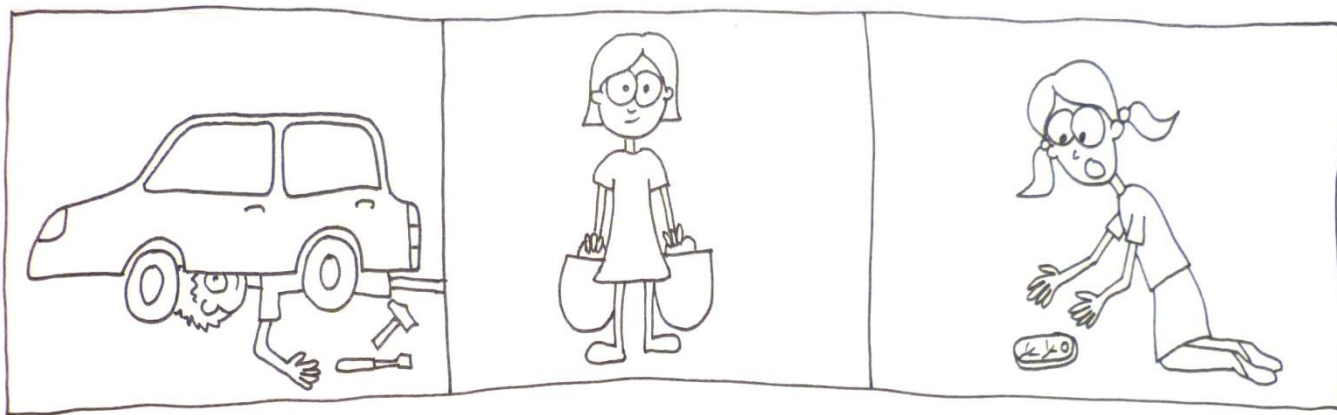
Souhlasíš?

Žít úplně sám je velmi těžké. Bez lidí, kteří nás mají rádi, bychom se cítili opuštěně a byli bychom smutní. Máme však štěstí a jsme obklopeni lidmi, kteří nám pomáhají: rodiče, sourozenci, učitelé, kamarádi...

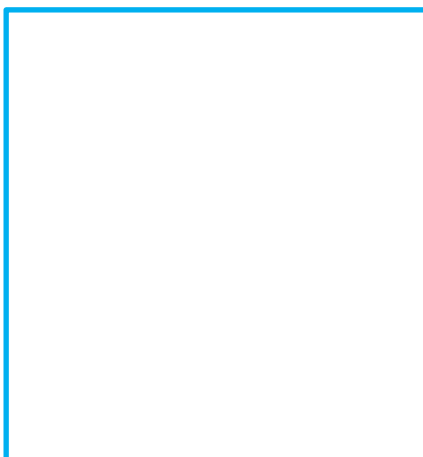
I my bychom měli pomáhat ostatním. Abychom to dokázali, musíme často překonat svou lenost a své sobectví. Není však nic krásnějšího než vidět tváře druhých zářit štěstím.

Aktivita

1. Ve skupinách si prohlédněte obrázky, popište, co na nich je, a společně promyslete, jak byste reagovali:



2. Do obdélníku nakresli obličej šťastného člověka.



3. Vymysli příběh pro člověka, jehož obličej jsi právě nakreslil. Proč je tak šťastný?

NÁVYK: KAŽDÝ DEN ALEPŇ 1x NĚKOMU POMOHU

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. LISTOPADU

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



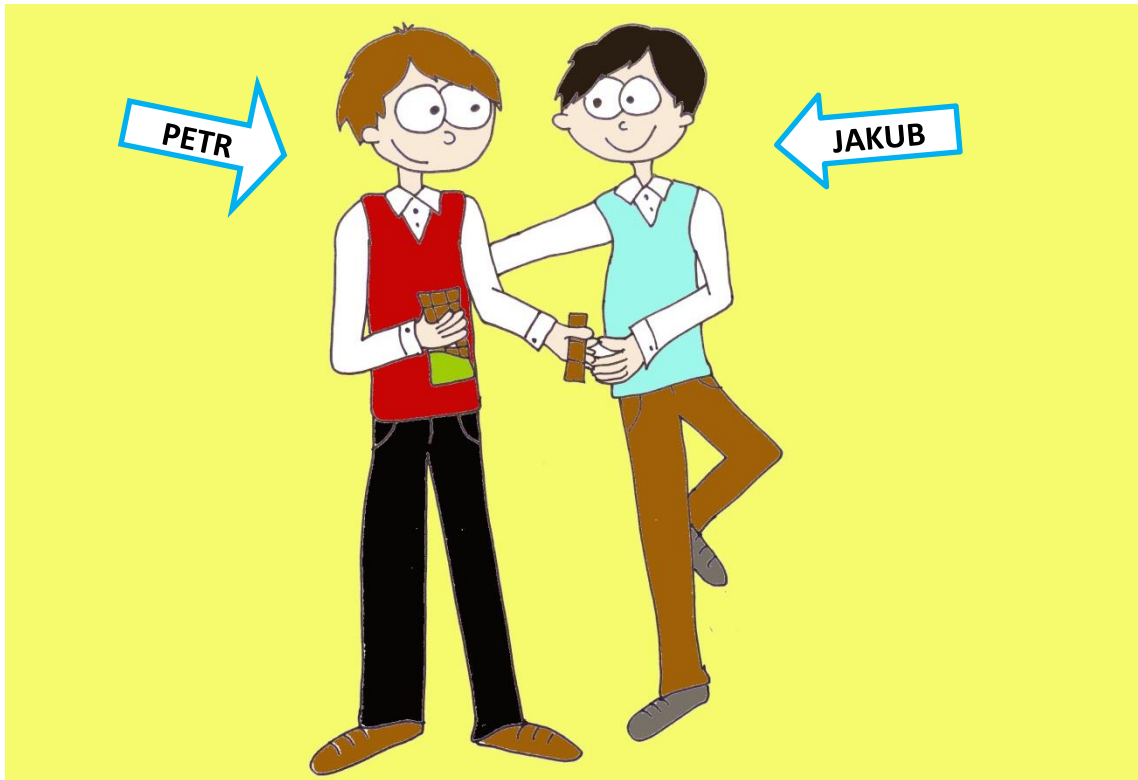
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

ŠTĚDROST



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co vidíš na obrázku?
- Myslíš, že se Petr rozdělil rád? Nemrzelo ho to?
- Už ses někdy s kamarádem o něco rozdělil? Měl tvůj kamarád radost?
- Je dobré dělit se s druhými? Proč?
- O co všechno se můžeme s druhými rozdělit?

2. Vezmi si čistý papír a nakresli na něj, o co všechno ses již někdy s někým rozdělil.

Rada

Nauč se dávat: rozděl se s druhými radostně, nedávej jim jen to, co už nechceš. Nepůjčuj pouze rozbité věci, na kterých ti nezáleží. Buď velkorysý a snaž se druhým udělat opravdu radost.

NÁVYK: ROZDĚLÍM SE S DRUHÝMI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. PROSINEC

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Aktivita

1. O Vánocích dostáváme dárky.
 - a. Vysvětli, co znamená slovo dárek.
 - b. Vyprávěj, jaký dárek jsi naposledy dostal a při jaké příležitosti.
 - c. Z jakého dárku jsi měl největší radost? Nakresli ho:

2. Jsou dárky, na které si nemůžeme sáhnout, protože jsou nehmotné. Ve skupinách zkuste vymyslet co nejvíce takových dárků. Pak odpovězte na následující otázky:
 - a. Už jsi někdy takový dárek daroval?
 - b. Dostal jsi někdy dárek, který si nelze koupit?

(Nápověda: úsměv, pochvala,...)

Souhlasíš?

Dobry člověk je velkorysý. Rád se dělí s ostatními. Velkorysost se však nevztahuje jen na hmotné věci. Člověk může darovat i něco jiného – něco, co nelze koupit. Tyto dárky jsou mnohem cennější a často nás stojí více úsilí a přemáhání.

Můžeme darovat svůj čas: místo hraní pomoci spolužákovi s úkolem, místo dívání se na televizi navštívit nemocného kamaráda, místo hry na mobilu popovídat si s tím, kdo je zrovna sám.



NÁVYK: ROZDĚLÍM SE S DRUHÝMI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. PROSINEC

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



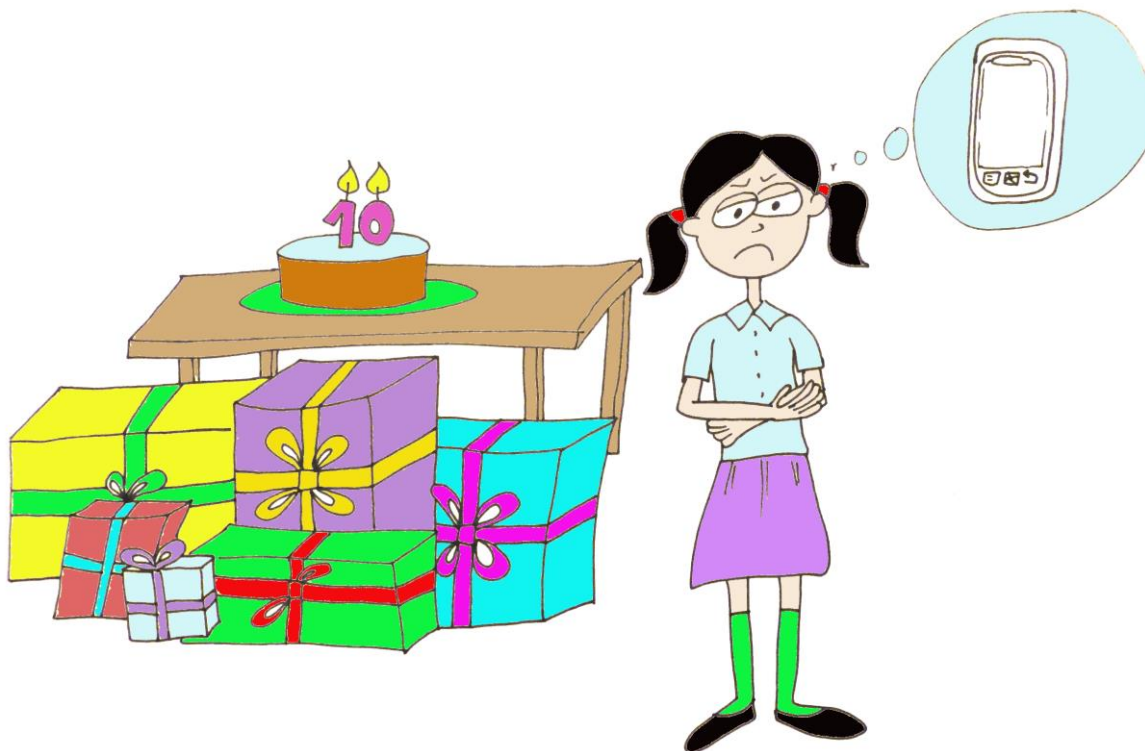
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

VDĚČNOST



Aktivita

1. Na obrázku vidíš Lucinku, která slaví své narozeniny. Dostala mnoho dárků, ale není mezi nimi nový mobilní telefon, a proto je naštvaná. Odpověz na otázky:
 - Má Lucinka důvod být smutná?
 - Jak by ses zachoval ty, kdybys nedostal vysněný dárek?
 - Měla by být holčička vděčná za ostatní dárky?
 - Poděkuješ pokaždé, když dostaneš dárek?
2. Spolu s ostatními spolužáky si vzpomeňte na 10 maličkostí, které vám udělaly v poslední době radost.

Rada

Raduj se i z maličkostí a neber je za samozřejmé. Když to zkusíš, určitě najdeš mnoho nových důvodů k radosti.

NÁVYK: PODĚKUJI ZA OBĚD (DOMA I VE ŠKOLE)

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. LEDEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

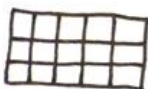
Souhlasíš?

Když si budeme užívat věci, které máme, místo toho, abychom stále toužili po nových, budeme v životě spokojenější.

Když se pokusíme méně si stěžovat a naučíme se děkovat i za malé věci, za pochvalu či pouhý pozdrav z dovolené od kamaráda, můžeme zjistit, kolik štěstí a radosti v životě už máme.

Aktivita

1. Vyrob dárek pro maminku nebo tatínka. Stačí drobnost z papíru, řetízek či náramek z korálků nebo třeba nakresli vzpomínku na společné chvíle. Také jim zkus poděkovat za některou maličkost, kterou pro tebe udělali. Uvidíš, jakou budou mít radost, že sis na ně vzpomněl.
2. Až budeš dávat dárek mamince nebo tatínkovi, řekni jim, jak si vážíš všeho, co pro tebe dělají.
3. Až budeš dnes dostávat večeri, nezapomeň poděkovat.
4. Najdi v osmisměrce názvy devíti dárků.



M O B I L A H I N K

G E K V Ě T I N A E

S T A V E B N I C E

A D Á L O K O Č N L

O K Č Í T U A D D P

U Í M D E L Á R O K

M S P A N E N K A A



NÁVYK: PODĚKUJI ZA OBĚD (DOMA I VE ŠKOLE)

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. LEDEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



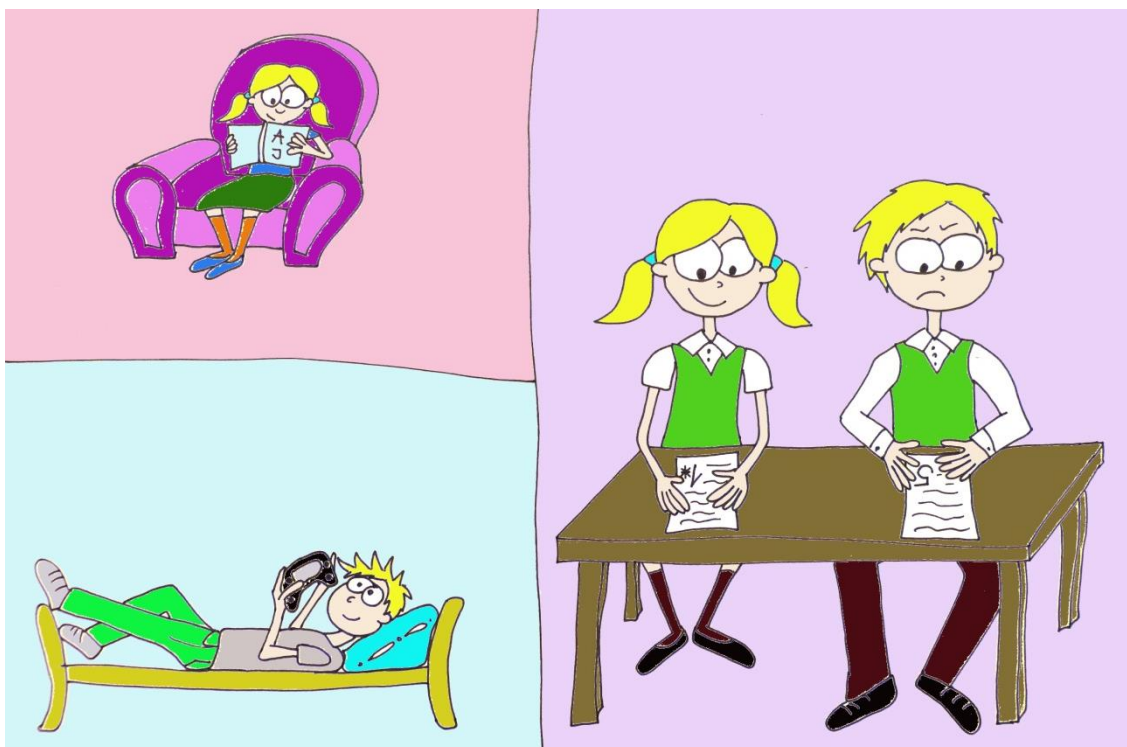
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

SPRAVEDLNOST



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co vidíš na obrázku vlevo? Čím se liší chování obou sourozenců?
 - Co je pravém obrázku? Proč dostal David špatnou známku?
 - Myslíš, že je paní učitelka nespravedlivá?
 - Co měl chlapec dělat místo hraní her?
 - Jak bys měl reagovat, když dostaneš zaslouženě špatnou známku?
2. Vysvětli přísloví: „*Jak se do lesa volá, tak se z lesa ozývá.*“
3. Zamysli se nad citátem: „*Oko za oko, zub za zub.*“
 - a. Žiješ podle této věty?
 - b. Myslíš, že může být lepší řešení?

Rada

Nebud' zlý vůči ostatním, mohlo by se ti to vrátit, druzí by tě neměli rádi. Snaž se být přátelský a šířit kolem sebe dobrou náladu.

NÁVYK: HRAJÍ FÉR

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 14. ÚNOR

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Souhlasíš?

Někdy není špatné být „nespravedlivý“ – odpustit druhému špatné jednání a dát mu novou šanci. Nemusíme za každou cenu trvat na spravedlivém potrestání viníka.

Pokud vidíme, že se někomu děje nějaká křivda, měli bychom se tomu snažit zabránit nebo to říct dospělému člověku, který může situaci správně vyřešit.

Aktivita

1. Zakroužkuj slova, která znamenají něco dobrého.

RVAČKA

NESPRAVEDLIVÝ

ODPUŠTĚNÍ

NEVINA

FÉROVÝ

KŘIVDA

KRÁDEŽ

LENOST

SPRAVEDLNOST

POMSTA

PÍLE

ODMĚNA

2. Zahrajte scénky:

- Dostaneš špatnou známku, protože ses neučil. Tatínek se zlobí. Co uděláš?
- Ze zkoušení dostaneš jedničku. Maminka má ale hodně práce a neprojeví takovou radost, jakou bys čekal. Jak se zachováš?
- Tvůj spolužák do tebe na chodbě omylem strčí – tak, že tě to bolí. Co uděláš?
- Starší sourozenec ti schválně sní výbornou čokoládu, kterou sis koupil za vlastní úspory. Jak se zachováš?
- Hraješ s kamarádem hru. Všimneš si, že podvádí. Tvrdí však, že to není pravda. Co teď?



NÁVYK: HRAJI FÉR

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 15. – 28./29. ÚNOR

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



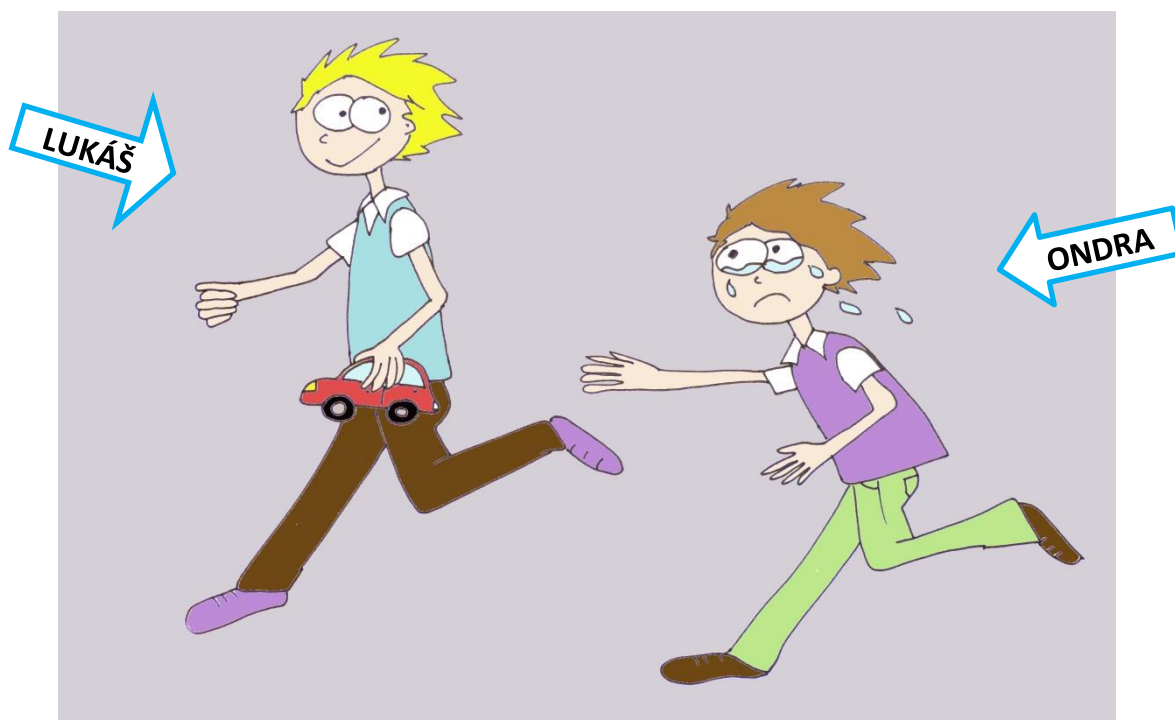
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

VLÍDNOST



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co se děje? Jsou chlapci šťastní? Myslíš, že jsou kamarádi?
- Proč vzal Lukáš Ondrovi autíčko?
- Když si chtěl Lukáš autíčko půjčit, co měl udělat?
- Co děláš ty, když si chceš něco půjčit?
- Jak reaguješ, když ti druhý nechce věc půjčit?
- Musíš vždy půjčit to, co od tebe druhý chce?

2. Určitě znáš „kouzelná slovíčka“. Najdi je a vybarvi.

MOJE DĚKUJI CHCI MUSÍŠ PROSÍM

Rada

Když se budeš k druhým chovat hezky, budou se i oni chovat lépe k tobě. Jedno přísloví říká: „Co nechceš, aby druzí konali tobě, nedělej ani ty jim.“

NÁVYK: VŽDY ŘEKNU „PROSÍM“, KDYŽ NĚCO CHCI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. BŘEZNA

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Souhlasíš?

Člověk, který chce mít hodně dobrých přátel, se musí k ostatním chovat hezky. Nesmí zapomínat na slušnost, zdvořilost a vlídnost.

Být dobrým člověkem ale neznamena nechávat si vždy vše líbit a nikdy se nebránit. Důležité je snažit se problémy vyřešit klidnou cestou, bez nadávek a násilí.

Aktivita

1. Znáš správné zásady pro rozhovor nejen s kamarádem, ale i s dospělým? Podtrhni zelenou pastelkou věty, které takovéto zásady obsahují.

Dívám se na toho, kdo se mnou mluví.

Nepřerušuji druhého uprostřed věty.

Neustále se otáčím, abych věděl, co se děje kolem.

Rozmyslím si, co řeknu.

Nepustím druhého ke slovu.

Mluvím s plnou pusou.

Mluvím slušně, bez nadávek.

Poslouchám, co mi druhý říká.

Křičím, aby mě druhý dobře slyšel.



2. Ve dvojicích promyslete, jaký musí být člověk, aby ho druzí měli rádi a měl hodně přátel. Pak s celou třídou prohovořte, zda jsou všechny vlastnosti, které jste napsali, skutečně nutné.

SLUŠNÝ

.....
.....
.....
.....
.....

NÁVYK: VŽDY ŘEKNU „PROSÍM“, KDYŽ NĚCO CHCI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. BŘEZNA

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

POŘÁDEK



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co dělá Filip? A Zuzka?
- Proč se maminka zlobí?
- Proč myslíš, že je dobré uklízet hračky?
- Uklízíš rád? Proč? Co všechno doma uklízíš a jak často?

2. Zjisti, kolik stojí následující věci:

VĚC

CENA

tvoje taška do školy:

.....

tvoje přezůvky:

.....

pero, které používáš:

.....

školní lavice:

.....

tvá učebnice matematiky:

.....

žíněnka (do tělocvičny):

.....

Rada

Starej se o věci, aby se nerozbily a déle vydržely. Vyplatí se to.

NÁVYK: MÁM SROVNANÉ VĚCI NA LAVICI / NA STOLE V POKOJI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. DUBEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

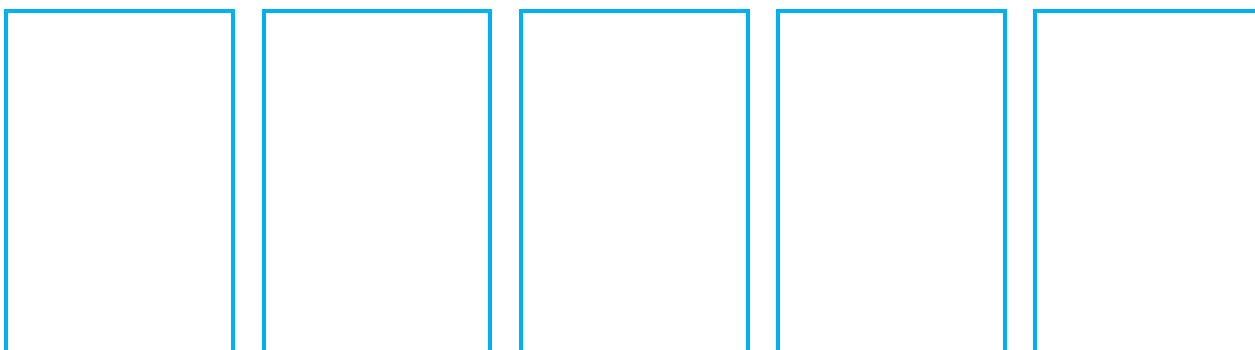
Souhlasíš?

V čistém a uklizeném bytě se líbí každému. Jestli bude doma krásně, nezáleží pouze na mamince. Je úkolem všech členů rodiny dbát o pořádek.

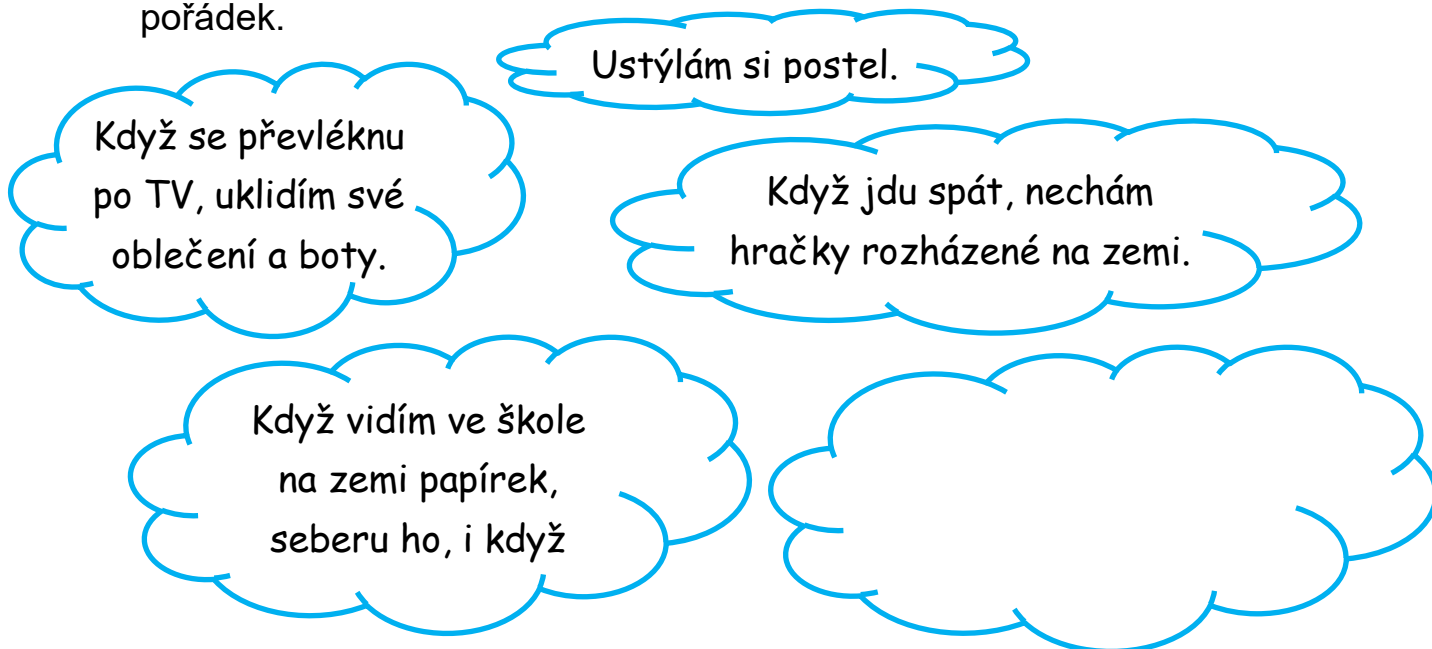
Ve třídě s nesmazanou tabulí, nesrovnanými věcmi na poličkách, s taškami povalujícími se po zemi a s rozbalenými svačinami na stolcích se neučí dobře. Když se bude každý žák snažit mít srovnané a uklizené své vlastní věci a služba bude plnit dobře svůj úkol, bude se celá třída cítit lépe.

Aktivita

1. Nakresli 5 věcí, o které se můžeme lépe starat, aby déle vydržely. Vyber si mezi velkými (stůl, skříň,...) i malými věcmi (tužka, tričko na tělocvik,...).



2. Vybarvi veselými barvami obláčky, ve kterých jsou činnosti, které slouží k udržení pořádku. Do prázdného obláčku napiš, jak jinak lze ještě udržovat pořádek.



NÁVYK: MÁM SROVNANÉ VĚCI NA LAVICI / NA STOLE V POKOJI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. DUBEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

SKROMNOST



Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co dělá Zuzka? Proč pláče? Je hezké, co dělá?
- Jak se asi cítí maminka? Má radost? Zlobí se? Je smutná?
- Už jsi někdy reagoval stejně jako Zuzka, když ti rodiče nechtěli něco koupit nebo dát? Pokud ano, jak vše dopadlo?
- Proč rodiče svým dětem občas něco nechtějí koupit, dát nebo dovolit?

2. Znáš pohádku O zlaté rybce? Společně si ji převyprávějte.

3. Co znamená věta „Čím víc člověk má, tím víc chce mít“? Je pravdivá?

4. Vybarvi ta písmenka, ze kterých by se dalo složit slovo SKROMNOST (písmenka nemusí být popořadě).

NEŽ VYHODÍŠ NĚJAKÉ JÍDLO,
POMYSLI NA TO, KOLIK DĚTÍ NA SVĚTĚ
NEMÁ CO JÍST A UMÍRÁ HLADEM.

Rada

Važ si toho, co máš. Než si něco koupíš, přemýšlej, zda to skutečně potřebuješ.

NÁVYK: NEVYHAZUJI ZBYTEČNĚ JÍDLO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. KVĚTEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Souhlasíš?

Silný člověk se dokáže ovládat, má silnou vůli. Slabí lidé ne: vždy musí být po jejich, musí dostat to, co chtějí, často se neovládou a nedokáží si nic odříct.

Malá odříkání a oběti nám pomohou být silnějšími. Není to jednoduché, ale vyplatí se to. Opravdu silný člověk je skromný: nemusí mít vše.

Aktivita

1. Jedna z oblastí, kde se dá dobře cvičit vůle, je jídlo.

- Zakroužkuj jídlo, které nerad jíš.
- Myslíš, že by bylo dobré jíst i něco z toho, co jsi zakroužkoval? Proč?
- Už ses někdy dokázal překonat a sníst něco, co ti nechutnalo, ale věděl jsi, že je to zdravé, důležité pro tvé tělo?
- Udělejte průzkum ve třídě a zjistěte, který druh ovoce máte nejraději. Pak udělejte totéž pro zeleninu. Výsledné plodiny nakreslete do rámečků.



obrázky: mrkev, maso, vejce, salát, květák, kiwi, rajčata, hroznové víno, jablko, ryba, mléko

OVOCE

ZELENINA

2. Zakroužkuj, co by tě stálo velké přemáhání, kdyby sis to musel odříct.

ZMRZLINA

HRANÍ NA MOBILU

VEČERNÍČEK

RAJSKÁ POLÉVKA

ŠPENÁT

CHLÉB S MÁSLEM

COCA-COLA

HRA NA POČÍTAČI

ČOKOLÁDA

Vyber si jednu ze zakroužkovaných věcí, červeně ji podtrhni a zkus si ji odříct, až budeš mít příležitost.

NÁVYK: NEVYHAZUJI ZBYTEČNĚ JÍDLO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. KVĚTEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



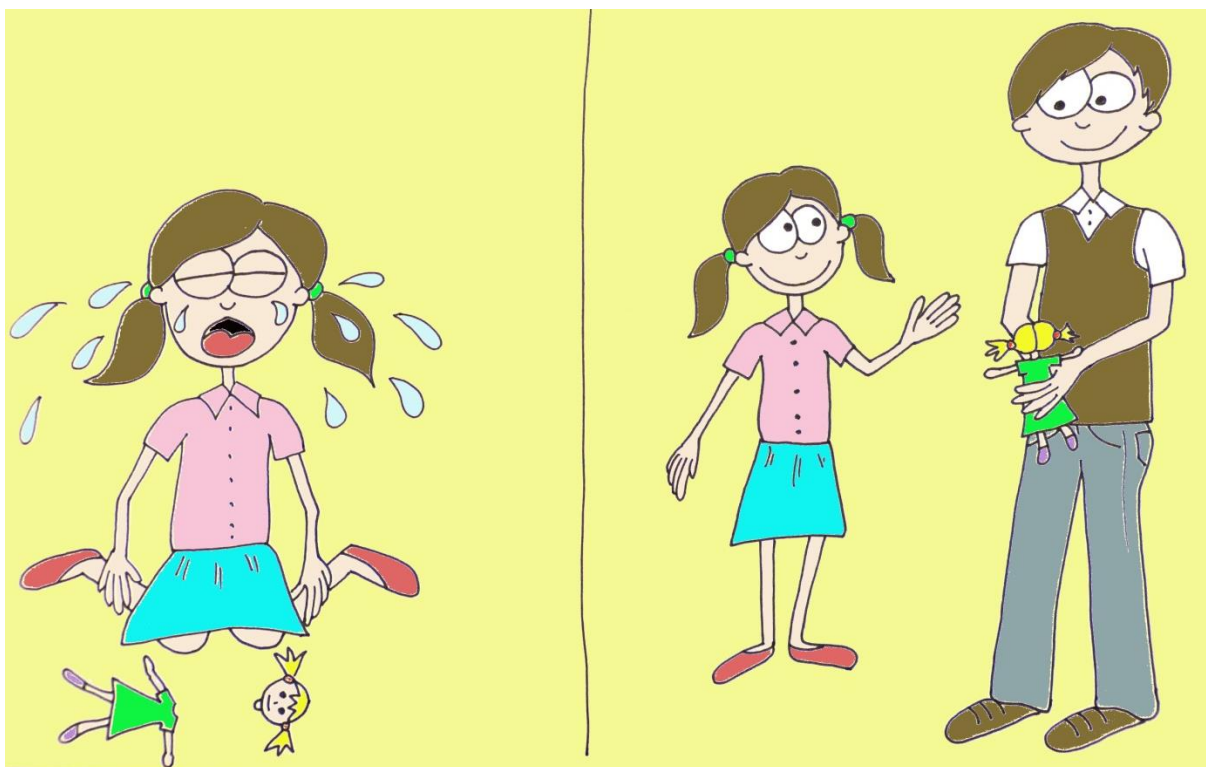
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

ZÁJEM O DRUHÉ



Aktivita

1. Pozoruj obrázek se sourozenci a řekni:
 - Co proč Verunka pláče? Má k tomu opravdu důvod?
 - Měl o ni její starší bráška starost? Co udělal? Mohl udělat něco jiného?
 - Pomohl jsi dnes někomu?
 - Projevil jsi v poslední době o někoho zájem (zeptal ses, jak se má)?
2. Zjisti, jaké zájmy (koníčky nebo co děláš rád) máš společné se spolužákem, který sedí nejbliž. Napiš je:

.....

.....

Rada

Pozorně naslouchej svým kamarádům a snaž se jim pomáhat. Udržíš tak snáze pevná přátelství.

NÁVYK: PŘEKVAPÍM NĚČÍM DOBRÝM SVÉ RODIČE / UČITELE

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ČERVEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

Souhlasíš?

Mít zájem o druhé znamená, že nás zajímá, co si druhý myslí, a že máme starost o to, jak se cítí, jak se má.

Zájem o druhé lze projevovat různými způsoby: pomůžeme kamarádovi s úkolem, zeptáme se, jak se dnes má, necháme ho svěřit se se svými problémy nebo ho překvapíme něčím dobrým.

Budeme-li se zajímat o druhé, vybudujeme si mnoho dobrých přátelství.

Aktivita

1. Vysvětli, jaký je rozdíl mezi slovy „slyšet“, „poslouchat“ a „naslouchat“.
2. Přečti si následující věty. Ke každé z nich napiš jméno alespoň jednoho svého spolužáka, který odpovídá popisu.

• Bydlí v domě, který má více než dvě patra:

• Jí rád(a) knedlíky s koprovou omáčkou:

• Má doma kočku:

• Umí plavat:

• Nebojí se tmy ani bouřky:

• Má vždy dobrou náladu:

• Většinou se nehádá s ostatními:

3. Nakresli, čím jsi od minulé hodiny překvapil své rodiče nebo učitele.

NÁVYK: PŘEKVAPÍM NĚČÍM DOBRÝM SVÉ RODIČE / UČITELE

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 25. ČERVEN

MAMINKA (zakroužkuje hodnocení, které by dala)



PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje hodnocení, které by dal)



PODPIS:

OBSAH

ÚVOD	3
DODRŽOVÁNÍ PRAVIDEL	4
SLUŠNOST	6
SOLIDARITA	8
ŠTĚDROST.....	10
VDĚČNOST.....	12
SPRAVEDLNOST	14
VLÍDNOST.....	16
POŘÁDEK	18
SKROMNOST	20
ZÁJEM O DRUHÉ	22