

Doporučené očekávané výstupy

Osobnostní a sociální výchova
v základním vzdělávání

METODICKÁ PODPORA

Osobnostní a sociální výchova

Osobnostní a sociální výchova

Osobnostní
a sociální výchova

Osobnostní a sociální výchova

Osobnostní
a sociální výchova

*Osobnostní a sociální
Osobnostní výchova
a sociální výchova*

**Osobnostní
a sociální
výchova**

Osobnostní a sociální výchova

Osobnostní a sociální výchova

Osobnostní a sociální výchova

*Osobnostní
a sociální
výchova*

Doporučené očekávané výstupy

Osobnostní a sociální výchova v základním vzdělávání

Celková koncepce a koordinace autorského týmu: PaedDr. Markéta Pastorová

Autoři:

Garance za VÚP: Mgr. Simona Šedá

Zpracoval: doc. PhDr. Josef Valenta, CSc.

Externí konzultanti: ředitelé a učitelé základních škol, gymnázií, zástupci nevládních neziskových organizací

Doporučené očekávané výstupy
Osobnostní a sociální výchova v základním vzdělávání
je součástí publikace:

Doporučené očekávané výstupy
Metodická podpora pro výuku průřezových témat v základních školách
Praha, Výzkumný ústav pedagogický v Praze, červen 2011, 1. vydání
ISBN: 978-80-87000-76-2

Osobnostní a sociální výchova

Úvod

Doporučené očekávané výstupy

Informační zdroje

Osobnostní a sociální výchova, členěná do tří základních částí (*Osobnostní rozvoj, Sociální rozvoj, Morální rozvoj*), poskytuje prostřednictvím tematických okruhů nabídku rovnocenných témat, ze kterých si učitel vybírá primárně ta témata, která jsou přínosná pro konkrétní žáky a pro konkrétní skupinu v daném čase. Žádný tematický okruh ani téma není preferováno jako „vrcholné“ či klíčové. Všechna témata (a to nejen sociální, ale i osobnostně či morálně orientovaná) směřují k témuž praktickému důsledku, a to k tomu, aby se žák choval tak, aby nepoškozoval nejen sebe, ale ani druhé lidi, společnost či svět, ve kterém žije. V optimálním případě by pak svým chováním měl o vše zmíněné pečovat a podle svých schopností sám sebe i okolní svět zdokonalovat. Základní přínos a konečný cíl Osobnostní a sociální výchovy je behaviorální, v rovině akceptovatelného chování, resp. jednání jako vědomého, případně cíleného chování. Jedná se zejména o schopnost efektivně jednat, a tedy o rozvoj klíčových kompetencí, a to především klíčové kompetence sociální a personální, komunikativní, k řešení problémů a k učení.

Specifičnost Osobnostní a sociální výchovy a odlišnost od ostatních průřezových témat i vzdělávacích oblastí a oborů spočívá v tom, že se „učivem“ stává sám žák či konkrétní skupina a ve větší či menší míře také běžné situace každodenního života.

Jedná se o následující podstatné odlišnosti:

- základním výstupem žáka je chování, resp. jednání (např. „znalost“/teoretická vědomost není cílem, nýbrž jen podmínkou či součástí vhodného, efektivního jednání);
- „učivo“ je individualizované a vázané na konkrétní typy osobností žáků a konkrétní situace, které ve třídě nastávají nebo které učitel záměrně vyvolává jako učební situace;
- dosažené výstupy žáků (projevující se a sledovatelné zejména v jejich chování a jednání) nemají a ani nemohou mít „jednotnou“ podobu a vždy budou a musejí být individuálně rozmanité;
- jestliže je základním výstupem „jednání v situaci“, pak předpokladem pro dosažení většiny výstupů je dovednost žáka rozpoznat, jaké chování je pro danou situaci adekvátní (např. asertivitu nelze mechanicky aplikovat ve všech situacích).

Uvedené odlišnosti se promítají i do pojetí *doporučených očekávaných výstupů*, které jsou charakteristické tím, že:

- popisují ideální stav dovednosti (nepopisují její stupně, individuální varianty, hypotetické podoby apod.);
- nerozlišují věkové kategorie (v případě životních dovedností osobnostní, sociální a morální povahy je obtížné a místy i zavádějící stanovit, která dovednost je vhodná právě pro určitou věkovou kategorii). Témata, jako je např. pravdomluvnost, technika řeči, požádání o laskavost, naslouchání druhému apod., je možné se zabývat jak s žáky na 1., tak 2. stupni, tak na gymnáziu. Klíčový rozdíl nespočívá ani tak v dosažení výstupní dovednosti, jako spíše v motivaci a metodě práce;
- abstrahují od rozmanitosti situací, a tedy i od toho, že ne v každé situaci je vhodné každé chování (proto neobsahují jednoznačné formulace, v jakých situacích je třeba např. být asertivní a v jakých ne); výstupy tedy neobsahují vždy znova formulace „v případě potře-

by“; „v situacích, kdy to přinese zúčastněným užitek“; „kdy je to efektivní z hlediska vztahů a situace“;

- neobsahují formulace typu „(žák) zná“, neboť pokud je žák schopen určité činnosti a jednání, pak je znalostní základ předpokladem (příčemž „znalost“ může být i motorická, psychosomatická apod.); *doporučené očekávané výstupy* vyžadující zapamatování si a reprodukci obvykle obsahují slovesa „popíše; vysvětlí“ apod.

Doporučených očekávaných výstupů je možné u žáků dosahovat pomocí různých metodických postupů, při jejichž volbě je třeba vždy důsledně uplatňovat tři základní principy týkající se metod vhodných pro realizaci Osobnostní a sociální výchovy.

Tyto metody musí být:

- **praktické** (jsou založeny především na tom, že žáci situaci prakticky prožívají a jednají na základě konkrétních reálných skutečností);
- **zosobněné** (učivo, metody práce i způsob, jakým jsou aktivity reflektovány, rozvíjejí a zdokonalují žákovu osobní zkušenost s ním samým a jeho vlastním viděním světa, který ho obklopuje);
- **provázející** (metody nejsou direktivní; jsou spojeny s reflexí vlastních zkušeností žáka z realizovaných aktivit a s hledáním jeho vlastních cest k životnímu štěstí).

Doporučené očekávané výstupy pro Osobnostní a sociální výchovu nejsou na rozdíl od jiných průřezových témat zpracovány odděleně pro 1. a 2. stupeň. Důvodem pro odlišný způsob zpracování je to, že témata Osobnostní a sociální výchovy se ve svých „individualizovaných podobách“ přímo promítají do osobností žáků, do jejich prožívání a jednání. Nelze proto dopředu vyčlenit témata vhodná pro určitou věkovou skupinu. Je výhradně na učiteli, aby individuálně posoudil potřeby svých žáků z pohledu Osobnostní a sociální výchovy, a teprve na základě toho s žáky pracoval.

Pro usnadnění práce učitele byl vytvořen navíc doplňující metodický materiál s názvem „**Podrobné rozpracování tematických okruhů a doporučených očekávaných výstupů Osobnostní a sociální výchovy pro základní vzdělávání**“. Materiál je zveřejněn jako samostatný dokument na www.rvp.cz. Podrobně rozpracovává charakteristiky jednotlivých tematických okruhů a s nimi související *doporučené očekávané výstupy* jsou dále konkretizovány tak, aby je pedagogové mohli co nejvíce využít při přípravě na konkrétní vyučovací hodinu.

Doporučené očekávané výstupy

A) Osobnostní rozvoj

Tematický okruh: Rozvoj schopností poznávání

Charakteristika:

Tematický okruh se zaměřuje na rozvoj nejrozmanitějších poznávacích funkcí, tedy těch psychosomatických procesů, které umožňují žákovi poznávat svět a jiné lidi a umožňují mu učení. Přitom se nejedná jen o smyslové vnímání, ale také o myšlenkové procesy – procesy zpracovávání přijatých informací. Z tohoto důvodu zahrnuje tematický okruh: a) rozvoj (pěti vnějších) smyslů a rozvoj vnímání prostřednictvím vnitřního hmatu; b) pozornost a s ní spojené soustředění; c) rozvoj dovedností souvisejících s pamětí; d) řešení problémů; e) dovednosti důležité pro učení a studium.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- zdokonaluje své smyslové vnímání (vnějšími smysly i vnitřněhmatovým vnímáním)
- poznává vlastní empatické schopnosti
- rozpoznává a ovlivňuje svůj stav soustředění/nesoustředění
- používá pro sebe osobně výhodné strategie zapamatování
- popíše a používá myšlenkové postupy řešení problémů
- používá pro sebe osobně výhodné strategie poznávání/učení, k tomu využívá znalost osobních psychických předpokladů k učení

Tematický okruh: Sebepoznání a sebepojetí

Charakteristika:

Tematický okruh se zaměřuje na naše sebepojetí jako na ústřední téma, od kterého se odvíjí kvalita našeho prožívání, řada našich osobnostních charakteristik a též projevy našeho chování, v nichž se naše ego promítá. Jde tedy o oblast zásadní důležitosti, která je současně oblastí velmi citlivou – naše „já“ bývá snadno zranitelné. Témata okruhu jsou: a) zdroje informací o „já“ – já jako zdroj informací o sobě a druhí jako zdroj informací o mně; b) oblasti informací o „já“ – moje tělo, moje psychika (temperament, postoje, hodnoty); c) zjišťování hloubky a kvality sebepoznání – co o sobě vím a co ne; d) projekce mého já v mém chování, můj vztah ke mně samému, moje učení, moje vztahy k druhým lidem; e) usilování o vlastní zdravé a vyrovnané sebepojetí.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- poznává a charakterizuje své osobní vlastnosti, např. rysy své osobnosti
- využívá prakticky různé zdroje informací o sobě, např. vlastní úvahy, zpětné vazby od druhých
- identifikuje způsoby vlastního poznávání – učení, prožívání a chování

- vyjádří, jak sám sebe vnímá
- ovlivňuje pozitivně své sebepojetí - respektive své „já“
- vyhledává pomoc při osobních krizích

Tematický okruh: Seberegulace a sebeorganizace

Charakteristika:

Tematický okruh umožňuje získat schopnost ovládat svůj život a ovlivňovat sebe samé. Jeho prostřednictvím je rozvíjena schopnost nepodléhat problematickým emocím, dosahovat svých cílů a efektivně jednat. Témata okruhu jsou: a) sebekontrola, vůle, sebeovládání - regulace vlastního jednání i prožívání; b) témata týkající se organizace vlastního pracovního i volného času a s tím související plánování učení a budoucího studia; c) téma stanovování osobních cílů a plánování a uskutečňování kroků k jejich dosažení.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- vyhodnocuje, kdy je třeba tyto tendence překonat vůlí/sebeovládáním
- používá strategie regulace vlastního myšlení, prožívání a jednání ve prospěch svých i druhých lidí
- analyzuje svůj způsob organizace času
- při plánování rozlišuje nutné a možné
- plánuje studium a učení
- charakterizuje své životní cíle

Tematický okruh: Psychohygiena

Charakteristika:

Tematický okruh se prolíná do značné míry s ostatními tématy Osobnostní a sociální výchovy. To, nakolik je potřebné pečovat o vlastní duševní zdraví a psychickou stabilitu, souvisí často s naším „já“ i s našimi schopnostmi ovlivňovat sebe samé. Zprostředkovává rozvoj dovedností, které může žák uplatnit zejména vůči sobě samému. Jejich smyslem je, aby na jedince dopadaly co nejméně důsledky různých problémů a životních obtíží. Témata, na která se okruh soustřeďuje, jsou: a) dovednosti pro pozitivní naladění mysli a dobrý vztah k sobě samému; b) sociální dovednosti pro předcházení stresům v mezilidských vztazích; c) dobrá organizace času; d) dovednosti zvládnutí stresových situací (rozumové zpracování problému, uvolnění/relaxace, efektivní komunikace apod.); e) hledání pomoci při potížích.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- předchází vlastním stresům, frustracím, psychickým zátěžím apod.
- usiluje o pozitivní vyladění mysli
- rozpoznává vlastní stres
- popíše postupy zvládnutí stresů, zátěží apod.

- uplatňuje pro sebe vhodné strategie zvládání zátěží
- popíše, kam se obrátit pro pomoc v případě, že na potíže jedinec sám nestačí

Tematický okruh Kreativita

Charakteristika:

Tematický okruh (obvyklé téma esteticko-výchovných předmětů) je do Osobnostní a sociální výchovy zařazen zejména proto, že kreativita je důležitá i pro zvládnutí běžných životních situací. V lidských vztazích a v sociálních interakcích je užitečné být „otevřený“, neupírat na jediné, předem naplánované možnosti jejich řešení, ale naopak reagovat a vyhodnocovat situace v jejich komplexnosti a chtít hledat různá, i neobvyklá a dosud nenaučená řešení. Z tohoto důvodu se tento tematický okruh zabývá rozvojem základních rysů kreativity: a) pružnost nápadů - schopnost najít více řešení; b) originalita - neotřelost, jedinečnost; c) schopnost vidět věci jinak než běžně; d) citlivost vůči problémům k řešení a schopnost „dotahovat“ nápady k realizaci (využívat je v realitě); e) tvořivost v mezilidských vztazích - „sociální tvořivost“.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- poznává svůj typ kreativity
- na příkladu vysvětlí, co je sociální tvořivost
- rozpoznává a podporuje sociálně kreativní nápady druhých
- nahlíží skutečnost z různých úhlů pohledu
- využívá svých kreativních schopností k obohacení mezilidských vztahů, v nichž žije
- využívá svých sociálně kreativních schopností k citlivému utváření vlastního image

B) Sociální rozvoj

Tematický okruh: Poznávání lidí

Charakteristika:

Tematický okruh představuje „učení se“ v oblasti sociálního vnímání. Vnímání co nejpřesněji a pokud možno komplexně druhého člověka, stejně tak jako mu porozumět, je klíčová a současně velmi obtížná sociální dovednost. Nicméně právě od ní se obvykle odvíjí naše další chování a jednání v interakci s druhými. Témata okruhu jsou: a) vzájemné poznávání se ve skupině/třídě; b) pozornost vůči odlišnostem mezi lidmi a hledání výhod v odlišnostech; c) chyby při poznávání lidí a možnosti, jak jim předcházet či jak se jich vyvarovat.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- poznává své spolužáky ve třídě
- poznává a reflektuje svůj způsob vnímání druhých lidí
- vysvětlí podstatu různých chyb při pozorování a poznávání lidí
- všímá si rozdílů mezi sebou a druhými a také vzájemných shod

- vysvětlí výhody odlišností a jedná tak, aby byly odlišnosti ve skupině pozitivně využity
- vysvětlí různou důležitost různých informací o lidech pro různé druhy interakčních situací (pro situace vyjednávání, prosby/žádosti, spolupráce, pomoci apod.)

Tematický okruh: Mezilidské vztahy

Charakteristika:

Tematický okruh se zaměřuje na mezilidské vztahy jako na komplex vzájemných výměn určitých hodnot mezi lidmi. Nezaměřuje se ani tak na vztahy ekonomické, jako především na výměny v oblasti psychické, emoční, morální, pomáhající apod. Vztahy závisejí často na dobrém zacházení se schopnostmi a dovednostmi a fungování jevů obsažených v předchozích tematických okruzích – významně např. na typu „ega“ a na způsobu vzájemné komunikace. Témata okruhu jsou: a) péče o dobré vztahy; b) chování podporující dobré vztahy, empatie a pohled na svět očima druhého; c) respektování, podpora a pomoc; d) lidská práva jako regulativ vztahů. Specificky se věnuje také vztahům v konkrétní skupině/třídě (práce s přirozenou dynamikou dané třídy jako sociální skupiny).

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- pečuje o své vztahy s druhými lidmi
- vysvětlí a využívá chování podporující dobré vztahy
- reflektuje vlastní empatičnost, pokouší se podívat na svět též očima druhého
- respektuje jiné lidi jako svébytné osobnosti
- respektuje svým chováním práva druhých lidí, postaví se za vlastní práva
- uvažuje o vztazích ve vlastní třídě, napomáhá jejich zlepšení nebo udržení jejich kvalit

Tematický okruh: Komunikace

Charakteristika:

Tematický okruh výrazně prolíná všemi dalšími tematickými okruhy, neboť komunikace je soubor dovedností, jehož základním posláním je výměna informací a ovlivňování druhých lidí (příp. i sebe sama). Přesto jako samostatný tematický okruh obsahuje specifická témata: a) způsoby a kódy komunikace: řeč těla, řeč zvuků a slov, řeč předmětů a prostředí vytvářeného člověkem, řeč lidských skutků; b) efektivní příjem komunikačních zpráv: cvičení pozorování a empatického a aktivního naslouchání; c) dovednosti pro sdělování verbální i neverbální (technika řeči, výraz řeči, cvičení v neverbálním sdělování); d) specifické komunikační dovednosti: monologické formy – vstup do tématu „rétorika“; e) dialog (vedení dialogu, jeho pravidla a řízení, typy dialogů); f) komunikace v různých situacích (informování, odmítání, omluva, pozdrav, prosba, přesvědčování, řešení konfliktů, vyjednávání, vysvětlování, žádost apod.); g) efektivní strategie: asertivní komunikace, dovednosti komunikační obrany proti agresii a manipulaci, otevřená a pozitivní komunikace; h) pravda, lež a předstírání (sebescénování) v komunikaci.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- charakterizuje základní kódy - typy komunikace (řeč těla, řeč slov apod.)
- zdokonaluje průběžně různé způsoby svého komunikačního chování
- odečítá informace z řeči těla, zvuků i slov
- vysílá informace souladu se záměrem svého sdělení
- sdělně vypráví, referuje, prezentuje
- v dialogu s druhými dodržuje pravidla efektivní vzájemné komunikace
- používá efektivní komunikační způsoby a strategie
- vnímá svou komunikační autostylizaci - image a zpětné vazby, jimiž druzí tuto autostylizaci reflektují

Tematický okruh: Kooperace a kompetice

Charakteristika:

Tematický okruh se zabývá spoluprací a soutěží, které jsou (vedle ryze individuálního chování a jednání) dvěma základními formami mezilidské interakce. I proto (ačkoli se jeho témata prolínají s tématy vztahů, komunikace, seberegulace či morálky) je zde samostatně vyčleněn. Témata okruhu jsou: a) rozvoj individuálních dovedností pro kooperaci (seberegulace v situaci nesouhlasu, odporu apod., dovednost odstoupit od vlastního nápadu, dovednost navazovat na druhé a rozvíjet vlastní linku jejich myšlenky, pozitivní myšlení apod.); b) rozvoj sociálních dovedností pro kooperaci (jasná a respektující komunikace, řešení konfliktů, podřízení se, vedení a organizování práce skupiny); c) rozvoj individuálních a sociálních dovedností pro etické zvládání situací soutěže, konkurence.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- vysvětlí podstatu a smysl spolupráce, soutěže a individuální práce
- poznává, rozvíjí a využívá své dovednosti seberegulace a dovednosti kritického myšlení
- usiluje o to, aby získal pozitivní postoj ke spolupráci
- poznává, rozvíjí a využívá své dovednosti komunikace v týmu, řešení konfliktů a dovednosti organizace práce týmu
- poznává, rozvíjí a využívá své osobní možnosti a sociální dovednosti uplatnitelné v situacích soutěže
- respektuje etická pravidla spolupráce i soutěžení a uplatňuje je ve svém jednání

C) Morální rozvoj

Tematický okruh: Řešení problémů a rozhodovací dovednosti

Charakteristika:

Tematický okruh se z pohledu Osobnostní a sociální výchovy zabývá především řešením problémů v komunikaci, interakci a mezilidských vztazích (včetně zohlednění běžného mravního rozměru uvedených problémů). Témata jsou zaměřena: a) na dovednosti týkající se řešení problémů a rozhodování z hlediska různých typů problémů a sociálních rolí a na problémy v mezilidských vztazích; b) na zvládání učebních problémů vázaných na vzdělávací obsah vyučovacích předmětů.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- vysvětlí, co považuje za životní (osobní, vztahové) problémy
- vysvětlí obvyklé příčiny vzniku osobních nebo vztahových problémů
- reflektuje, analyzuje a případně charakterizuje své problémy v těchto oblastech
- aplikuje efektivní strategie řešení problémů ve svém životě
- podílí se na řešení problémů ve třídě
- reflektuje své jednání, myšlení a prožívání v situacích řešení učebních problémů

Tematický okruh: Hodnoty, postoje, praktická etika

Charakteristika:

Tematický okruh zahrnuje mravní výchovu. Výchova charakteru, slušného chování a výchova k hodnotám sice prolíná prakticky celou Osobnostní a sociální výchovou, ale je natolik závažná, že je nutné jí věnovat samostatný tematický okruh. Témata okruhu jsou: a) analýzy vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projevů v chování lidí; b) vytváření povědomí o morálních kvalitách typu odpovědnost, spolehlivost, spravedlivost, respektování apod.; c) pomáhající a prosociální chování (člověk neočekává protislužbu); d) praktické dovednosti rozhodování v eticky problematických situacích všedního dne.

Doporučené očekávané výstupy:

Žák:

- popíše svůj žebříček hodnot
- identifikuje postoje a hodnoty jiných lidí prostřednictvím jejich proslulých a chování
- rozpozná mravní rozměr běžných situací
- charakterizuje prvky morálního jednání a mravní vlastnosti
- jedná v souladu s etickými pravidly, dodržuje zákony
- pomáhá druhým, podporuje je
- v životních situacích se rozhoduje se zřetelem k mravnímu rozměru

Informační zdroje

BRICHČÍN, M. *Vůle a sebekontrola. Teorie, metody, experimenty*. Praha : Karolinum, 1999.

Text podává důležité informace o tom, co je vůle, volní procesy a volní vlastnosti. Přináší výsledky řady výzkumů seberegulačních procesů včetně metodiky ovlivnění. Zahrnuje i tematiku příčin poruch chování, nezávislosti jednání apod.

BUDÍNSKÁ, H. *Hry pro šest smyslů*. Praha : ARTAMA, 2002.

Text přináší konkrétní praktická cvičení pro základní rozvíjení smyslového vnímání v tvořivých hrách individuálních i ve hrách interakčních.

HAYESOVÁ, N. *Základy sociální psychologie*. Praha : Portál, 2003.

Text se věnuje problematice celé sociální psychologie včetně pozorování a poznávání druhých lidí. Najdeme zde základní informace o tom, co se děje, když vnímáme druhého člověka, a jak dospíváme ke svým závěrům o něm.

HERMOCHOVÁ, S. *Skupinová dynamika ve školní třídě*. Kladno : AISIS, 2005.

Text přináší stručné základy teorie skupinové dynamiky, jevu, který prolíná i životem školních tříd. Dále vysvětluje možnosti ovlivňování skupinového života a mezilidských vztahů ve třídě a ukazuje řadu praktických aktivit k rozvoji pozitivního života skupiny/třídy.

KASÍKOVÁ, H. *Učíme se spolupráci spoluprací*. 2. vyd. Kladno : AISIS, 2010.

Text obsahuje stručné vysvětlení podstaty kooperativního učení a vymezení jeho rozdílů od učení v soutěži s druhými či učení individuálního, ale též od běžného skupinového vyučování. Definuje praktické principy kooperace a nabízí kooperativní aktivity.

KIRST, W., DIEKMEYER, U. *Trénink tvořivosti*. Praha : Portál, 1998.

Text je zaměřen především na praktické učení kreativitě. Obsahuje soubory úkolů, při nichž se trénují různé formy kreativity.

KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem (aktivity pro Osobnostní a sociální výchovu k podpoře sebepoznání a sebepečení)*. Kladno : AISIS, 2005.

Text zkušeného psychologa uvádí do základní teorie sebepočtení, upozorňuje na rizika práce s tímto tématem a se sebepoznáním žáků ve škole a nabízí několik desítek prověřených aktivit napomáhajících rozvoji sebepoznání a práci s vlastním „já“.

MAREŠ, J. *Styly učení žáků a studentů*. Praha : Portál, 1998.

Text nabízí vhléd do psychologie různých typů poznávání a učení u různých lidí. Zabývá se tak-tikami učení, rozpoznáváním učebních stylů, možnostmi jejich ovlivňování a tzv. metakognicí - poznáváním vlastního poznávání.

MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*. Praha : Grada, 2003.

Text obsahuje přehled všech důležitých komunikačních témat, která se v různých podobách ko-

munikační praxe vyskytují. Ve vztahu k níže uvedeným textům je úvodem do „učiva“ tématu komunikace.

NOVÁK, T. *Posilněte si svoji vůli*. Praha : Grada, 2009.

Text popisuje roli vůle v osobním životě a mezilidských vztazích (zejména v rodině a výchově dětí). Ukazuje důsledky absence vůle v životě lidí a nabízí rady a praktická cvičení, jak vůli posilovat, pracovat s ní a jak řešit osobní problémy za pomoci silné vůle.

PORTMANNOVÁ, R. *Hry pro tvořivé myšlení*. Praha : Portál, 2004.

Text přináší informace o tom, jak se učit dovednostem potřebným pro reagování na nejrůznější situace a řešení problémů. Nabízí popis schopnosti třídit, hbitě zpracovávat a správně využívat informace. Kromě základních východisek tu najdeme řadu podnětů k rozvoji nejen k tvořivému myšlení.

PORTMANNOVÁ, R., SCHNEIDEROVÁ, E. *Hry zaměřené na zvýšení koncentrace a uvolnění*. Praha : Portál, 1993.

Text nabízí především řadu technik, aktivit a postupů zaměřených na rozvoj soustředění jako podmínky dobrého školního učení.

PRAŠKO, J., PRAŠKOVÁ, H. *Proti stresu krok za krokem*. Praha : Grada, 2001.

Text obsahuje část vysvětlující podstatu stresu (včetně jeho neuro-bio-psychologie), dále se věnuje konkrétním postupům umožňujícím porozumět stresorům a stresovým reakcím a konečně obsahuje doporučení, jak předcházet problémům souvisejícím se stresem.

RÜCKEROVÁ-VOGLEROVÁ, U. *Učení bez stresu*. Praha : Portál, 1994.

Text obsahuje vysvětlení, jak souvisejí učení a stres, a dále obsahuje návody k tomu, jak se uvolnit, respektive jak získat dovednost „uvolňovat se“, aby se zvýšila efektivita učení.

VACEK, P. *Rozvoj morálního vědomí žáků*. Praha : Portál, 2008.

Text přehledně seznamuje čtenáře s podstatou mravní složky osobnosti a možnostmi jejího ovlivnění na základě znalosti psychologie morálky. Přináší také praktické návody, jak se v tematice orientovat a jak realizovat mravní výchovu s dětmi též ve škole.

VALENTA, J. *Sociální kreativita/tvořivost a osobnostní a sociální výchova. Osobnostní a sociální výchova* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2010 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/8481/socialni-kreativita-osobnostni-a-socialni-vychova.html/>

Text vysvětluje, co je kreativita, ale zejména, co je podstatou tzv. sociální kreativity, která je hlavním obsahem tematického okruhu „kreativita“ v Osobnostní a sociální výchově. Text uvádí řadu příkladů sociální kreativity a nastiňuje principy metodiky práce s ní ve škole.

VALENTA, J. *Osobnostní a sociální výchova a její cesty k žákovi*. Kladno : AISIS, 2006.

Text podává úplný přehled didaktiky Osobnostní a sociální výchovy - cíle, témata učiva, principy, metody a formy aplikace ve školní práci. Popisuje také práci s reflexí učební zkušenosti. Obsahuje

řadu příloh ukazujících praktické problémy i dobré fungování Osobnostní a sociální výchovy.

VALENTA, J. *Co je cílem hodiny osobnostní a sociální výchovy?* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2010 [cit. 2011-05-25].

Dostupné z WWW: <http://clanky.rvp.cz/clanek/s/Z/7959/co-je-cilem-hodiny-osobnostni-a-socialni-vychovy.html/> nebo <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/G/7959.html>

Text uvádí základní důležité principy uvažování o cílech v Osobnostní a sociální výchově, upozorňuje na jejich praktický a činnostní charakter, ptá se po „smyslu edukačního cíle“, upozorňuje na úskalí vztahu „témata - cíle“ a ukazuje příklady cílových formulací.

VALENTA, J. *Manuál k tréninku řeči lidského těla (didaktika neverbální komunikace)*. Kladno : AISIS, 2004.

Text se zabývá speciálně komunikací prostřednictvím řeči těla, práce se zevnějškem a prostřednictvím vztahu člověka k prostoru. Popisuje témata neverbální komunikace a základní metody. Věnuje ale také pozornost běžným chybám při pozorování, vnímání a posuzování druhých lidí. Doplněn je rozsáhlým zásobníkem aktivit.

VALENTA, J. *Učíme (se) komunikovat (didaktika komunikace v rámci Osobnostní a sociální výchovy)*. 2. vyd. Kladno : AISIS, 2010.

Text vysvětluje, jak je možné pracovat s tematickým okruhem „komunikace“ v Osobnostní a sociální výchově, popisuje jeho obsah a vztahy k dalším okruhům, předkládá přehled vhodných metod a obsahuje rozsáhlý zásobník aktivit k jednotlivým tématům okruhu komunikace.

VALENTA, J. *Deset praktických principů kroskurikulárního přístupu k Osobnostní a sociální výchově* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2007 [cit. 2011-05-25].

Dostupné z WWW: <http://www.rvp.cz/clanek/267/1351>

Text popisuje, jakými způsoby je možno efektivně propojit učivo, jímž je „žák sám“, s učivem různých běžných školních předmětů. Definuje různé možnosti jak pro oblast hledání učiva Osobnostní a sociální výchovy v učivu ostatních vyučovacích předmětů, tak pro oblast využití aktivizujících metod, které mají potenciál pro Osobnostní a sociální výchovu.

VALENTA, J. *Dvacet mýtů o osobnostní a sociální výchově* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2007 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <http://www.rvp.cz/clanek/267/1116>

Text předkládá dvacet rozšířených názorů a postojů, které se vztahují k Osobnostní a sociální výchově, ale nevystihují její podstatu, nebo jsou dokonce mylné a všechny se objevily ve výuce v minulých letech.

VALENTA, J. *Učivo jako součást žákova života* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2008 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <http://www.rvp.cz/clanek/267/2182>

Text se věnuje specifické učiva Osobnostní a sociální výchovy, jíž je žák sám, jeho osobnost, jeho vztahy, jeho jednání a rozdílům mezi tímto „typem“ učiva a mezi učivem formulovaným běžně ve vzdělávacích oblastech a oborech. Ukazuje možnosti „zosobnění“ učiva zejm. formou reflexí.

VALENTA, J. *Volba konkrétní metody (techniky, hry, aktivity) pro osobnostní, sociální, morální rozvoj v rámci Osobnostní a sociální výchovy* [online]. Metodický portál RVP, Praha : VÚP, 2009 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/ZVOA/3216/> nebo <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/GVNA/3216/>

Text se zabývá způsobem uvažování nad vztahem formulace konkrétního cíle v Osobnostní a sociální výchově a volbou metody. Vysvětluje též tzv. „jádrovou činnost“, kterou by měl tvořit základní, neodmyslitelný základ učební činnosti, jejímž prostřednictvím chceme naplnit námi stanovené cíle.

VALENTA, J. *Osobnostní a sociální výchova* [online].

Dostupné z WWW: <http://pedagogika.ff.cuni.cz> -> Odkazy -> Osobnostní a sociální výchova

Text podává základní přehled důležitých jevů/pojmů týkajících se Osobnostní a sociální výchovy. Zahrnuje přehled témat, principů, vztahů Osobnostní a sociální výchovy a primární prevence, vztahů Osobnostní a sociální výchovy a jiných průřezových témat apod. Obsahuje i pravidelně inovovaný přehled literatury k tématu a informuje o možnosti studia Osobnostní a sociální výchovy (v rámci studia pedagogiky).

VALENTA, J. *Učíme (se) komunikovat*. 2. vyd. Kladno : AISIS, 2010.

Text vysvětluje, jak je možné pracovat s tematickým okruhem „komunikace“ v Osobnostní a sociální výchově, popisuje jeho obsah a vztahy k jiným okruhům Osobnostní a sociální výchovy, předkládá přehled vhodných metod a obsahuje rozsáhlý zásobník aktivit k jednotlivým tématům okruhu komunikace.

www.vuppraha.cz

www.rvp.cz



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

