

Vzdělávací obor: **Osobnostní a sociální výchova**

Očekávaný výsledek učení: CSP-OSV-001-ZV9-001

Reflektuje svůj vztah k sobě a druhým, uplatňuje sebepoznání a zpětnou vazbu ve svém jednání.

Popis úrovně: Na cestě

- sdílí ve skupině vybrané vlastnosti, silné stránky, hodnoty (a další své charakteristiky), získává a reflektuje skupinovou zpětnou vazbu
- zkouší si různé způsoby poznávání sama sebe prostřednictvím zpětné vazby od druhých v různorodých situacích (například prožitých ve školním prostředí, rodině a blízkém okolí nebo příkladů formou dramatizace)
- je otevřený zpětné vazbě od ostatních jako zdroji sebepoznání, zkouší si třídit pro sebe odpovídající/neodpovídající, inspirativní a jiné podněty
- navrhne, jak využít silných stránek k překonání neúspěchu nebo náročné situace ve školním i mimoškolním prostředí

Moje silné charakterové vlastnosti

Autoři: Jana Soukupová, Petr Chalůš

Anotace

Aktivita rozvíjí uvědomění vlastních silných charakterových vlastností, ctností. Podporuje propojení s příklady situací z vlastního života. Žáci identifikují své vlastnosti s využitím seznamu inspirovaného VIA. Pracují se zpětnou vazbu od druhých a rozhodují se, se kterými návrhy druhých se ztotožňují. Žáci zvažují, v jakých situacích jsou pro ně jejich vybrané vlastnosti výhodou nebo nevýhodou. Plánují možnosti posílení vybraných vlastností. Využívají také vhodné digitální nástroje, a sdílejí v digitálním prostředí zkušenosti s ostatními.

Zadání pro žáky

Jak rozumíme ctnostem, silným charakterovým vlastnostem osobnosti, dle seznamu níže (6 ctností, 24 silných charakterových vlastností dle VIA). Rozdělíme se do skupin podle 6 ctností a zkusíme si promyslet příklady, které by ukazovaly na danou skupinu silných charakterových vlastností, kdy a jak se projevují, jaké otázky nás k nim napadají, jak pojmům rozumíme, co pro nás případně není srozumitelné.

MOUDROST A POZNÁNÍ

- zvědavost (zájem, hledání nových věcí, otevřenost)
- kreativita (vynalézavost, originalita)
- zdravý úsudek (kritické myšlení)
- láska k učení
- moudrost (perspektiva)

ODVAHA

- statečnost
- vytrvalost (odhodlání, pracovitost)
- upřímnost (autentičnost, integrita)
- vitalita (elán, nadšení, energie)

LIDSKOST

- láska (schopnost milovat a být milován)
- laskavost
- sociální inteligence (emoční inteligence, osobní inteligence)

SPRAVEDLNOST

- týmovost (sociální odpovědnost, věrnost, občanství)
- férovost (spravedlnost, rovnost)
- vedení lidí (leadership)

UMÍRNĚNOST

- odpuštění (milosrdenství)
- skromnost (pokora)
- opatrnost (prozíravost)
- sebekontrola (sebeovládání)

SMYSLUPLNOST

- ocenění krásy (úžas, obdiv)
- vděčnost
- naděje (optimismus, orientace na budoucnost)
- humor (hravost)
- spiritualita (duchovnost, smysl života)

Každá skupina představí svoje příklady, nápady a otázky ke ctnostem a charakterovým vlastnostem. Sepíšeme společně jaké porozumění společně máme a sepíšeme seznam dalších ctností a silných charakterových vlastností, které nás další napadají.

Popiš člověka, který je v něčem tvým vzorem – vyber jednoho člověka, u nějž vidíš, že jeho život či životní spokojenost může souviset s tím, které silné charakterové vlastnosti má a využívá je v tom, co dělá atd. Popiš stručně také v jakých konkrétních situacích u něj vybrané vlastnosti vnímáš. Popis sdílíme v digitálním prostředí, a můžeme vytvořit společnou inspirativní prezentaci našich vzorů. Co nás zaujalo na vzorech ostatních?

Na pracovní list si označíme 3–7 vlastností, které u sebe rozeznáváme, můžeme se o ně opřít. Můžeme si i přidat další do volných řádků.

Poznamenané si, v čem se námi vybrané vlastnosti projevují, konkrétní situaci, kdy jsme nějakou z vlastností využili.

Rozložíme pracovní listy se svým jménem volně v prostoru, každému poznamenané 1–3 vlastnosti, které u něj vidíme. Můžeme využít i volné řádky a připsat vlastnost, kterou jsme společně navíc vymysleli.

Prohlédneme si na svém listu, jak nás vidí druzí a vybereme si s čím souhlasíme a s čím nesouhlasíme, poznamenané si 3, se kterými nejvíce souhlasíme (ať už námi označené nebo označené druhými).

Ve dvojicích sdílíme příklady, jakou vlastnost jsme si vybrali, a jak konkrétně v jakých situacích ji využíváme.

Společně reflektujeme v celé skupině, co jsme se o sobě dozvěděli, co nás zaujalo na sobě i na druhém ve dvojici.

Společně diskutujeme, zda bychom mohli u nějaké z našich silných charakterových vlastností popsat „zlatý střed“ pro její využívání. Pokud ji například využíváme někdy moc málo a někdy až moc přemíru?

(Obecný příklad: Svědomitost)

- *Málo: Práce může být odbyta, chybí smysl pro kvalitu.*
- *Moc: Zasekneš se na detailech, práce trvá zbytečně dlouho.*
- *Zlatý střed: Přiměřená kvalita s rozumnou mírou efektivity.)*

Poznamenejme si vybranou svoji vlastnost, u které bychom mohli popsat pro sebe „zlatý střed“ jejího využívání.

Vyber jednu charakterovou vlastnost, kterou by si dál dále rozvíjel, navrhní jak.

Zpracuj tuto vlastnost digitální formou její stručnou prezentaci a sdílej s ostatními. Společně pak všechny prezentované vlastnosti celé třídy propojíme do společné prezentace, a hledáme i spojnice, kdo se chce podobně rozvíjet, v čem je charakteristické naše třída, v čem se nejvíce chceme dále rozvíjet. Můžeme prezentovat dále v rámci školy a školní komunity žáků, učitelů a rodičů.

Sdílení může probíhat v rámci bezpečného uzavřeného digitálního prostředí ve škole. Pokud v rámci sdílení část výstupu využijí žáci i v online prostředí je důležité vést k uvážlivé volbě obsahu, uvědomování si vlastních autorských práv a k respektu k autorským právům ostatních.

Reflektujeme přínos aktivity společně i individuálně v portfoliu.

Možnosti pro další aktivity pro rozvoj digitální kompetence:

Vytvoření online dotazníku s 24 vlastnostmi se škálami pro sebehodnocení, možnost zpracování grafu apod.

Vybrat jednu svou silnou charakterovou vlastnost, která je nám nápomocná ve vhodném chování v digitálním prostředí. Uveď konkrétní příklad jak, a navrhní, jak by ji dále mohl rozvíjet. "

Vazba na klíčové kompetence

Název KK Složka KK Kód OVU	Znění OVU	Vzdělávací strategie
Klíčová kompetence digitální Zapojení do společnosti prostřednictvím digitálních technologií KDI-ZAP-000-ZV9-001	Účelně a uvážlivě sdílí data a informace v digitálním prostředí s cílem osobního růstu, podpory školní či zájmové komunity nebo za účelem týmové práce na školních projektech.	• podporují žáky v aktivním zapojování do života školy prostřednictvím digitálních technologií • učím žáky, jak se chovat v online prostředí: prostřednictvím promyšlených online aktivit je vedu k etickému a ohleduplnému jednání, respektu k druhým, podporuji jejich spolupráci • při vytváření a sdílení digitálního obsahu vedu žáky k uvědomování si vlastních autorských práv a k respektu k autorským právům ostatních

Metodický komentář pro učitele

Seznam silných charakterových vlastností vychází z modelu pozitivní psychologie (VIA), který je snadno dostupný a popsán v odborné literatuře. Není cílem představovat tento model, pouze se jím inspirovat, kreativně ho rozvíjet, jednotlivé pojmy kriticky promyslet, lze hledat volně i další vhodné pojmy a varianty.

Před záznamem vlastnosti na pracovních listech druhých lze podle situace ve skupině/třídě nejdříve diskutovat

jaké přínosy má zpětná vazba, jak můžeme podpořit druhé. Je důležité podporovat celkovou atmosféru vzájemné podpory.

V rámci reflexe je vhodné se zaměřit i na přínosy digitálního zpracování a sdílení.

Popis ověřování

Učitel*ka sleduje, vede žáky k

- reflexi vlastních silných charakterových vlastností, ctností
- uvědomění si konkrétních příkladů a situací
- reflexe na základě zpětné vazby od ostatní
- efektivní využití digitálních nástrojů pro sebepoznání a sdílení s ostatními

Příloha

Pracovní list Ctnosti