

ROSTEME (I.)

VÝCHOVA LIDSKÝCH CTNOSTÍ



pro 3. až 5. ročník ZŠ

TEXTY:

Mgr. Veronika Rybníčková, vystudovala učitelství pro 2. a 3. stupeň školy na PedF UK v Praze, obor matematika a německý jazyk a literatura, později také filozofii na Pontificia Università della Santa Croce v Římě (specializace: metafyzika a věda). Absolvovala kurzy informatiky. V současné době je ředitelkou **Základní školy Parentes** (www.parentes.cz).

Mgr. Magda de Pedro Salazar, narozena ve Španělsku, vystudovala právo na vídeňské právnické fakultě. Od roku 1994 bydlí v Praze, kde se jako ředitelka **Kulturního a studijního centra Pětídomí** (www.petidomi.cz) dlouhodobě věnuje celkovému vzdělávání mládeže a dospělých, zejména v oblasti antropologie. Spolupracuje na různých projektech jak v Čechách, tak v zahraničí.

ILUSTRACE:

Jana Moravcová, Dis., absolvovala studium porodní asistentky, posléze grafický kurz. V současné době je zaměstnaná jako hospodářka **Mateřské školy Lipka**, kde vede rovněž účetnictví (www.parentes.cz).

GRAFICKÁ ÚPRAVA A KOREKTURY:

Mgr. Veronika Rybníčková
Anna Rybníčková

ÚVOD

Rosteme je systematický plán rozvoje základních lidských ctností na prvním stupni základní školy. Jedná se o tříletý cyklus. Nyní držíte v ruce první 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	Pořádek
říjen	Vytrvalost
listopad	Přátelství
prosinec	Hospodárnost
leden	Hygiena a čistota
únor	Loajalita
březen	Poslušnost
duben	Optimismus
květen	Trpělivost
červen	Dobré využití času

POŘÁDEK



Úvod

Knihy, tužky, sešity atd. jsou tvými pracovními pomůckami. Měj je vždy v dobrém stavu a dej pozor, abys je neponičil(a). Používej každou věc jen na to, k čemu je určena. Když uklízíš své sešity a učebnice, podívej se, jestli neohýbáš nějaký roh.

Když dokončíš svou práci, uklid' si na stolku.

Pomáhej s úklidem jak ve škole, tak doma. Dávej každou věc na své místo, aby ji druzí nemuseli dlouho hledat a tvé okolí bylo krásně uklizené.

Aktivita

- Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co je Zuzčinou pracovní pomůckou? Jaké pracovní pomůcky má Honza?
 - Mají Zuzka a Honza uklizené své věci?
 - Kam uklízíš své pomůcky ty?
 - Máš obalené všechny učebnice? A sešity? Proč je to nutné?
- Vezmi si papír a nakresli jednoduchý plánec svého pokoje. Označ, kam uklízíš svou aktovku, kde máš oblečení a kde věci na hraní.
- Zahrajte si scénku, ve které ukážete:
 - jaké jsou výhody pořádku ve třídě
 - jaké nevýhody přináší mít ve třídě nepořádek

NÁVYK: UKLÁDÁM VĚCI NA SVÉ MÍSTO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ZÁŘÍ

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Spoj věci na obrázcích s tím, co se s nimi nesmí dělat:



- propichovat ji, pokreslit ji, kousat ji
- házet s ní, ohýbat ji,...
- kousat ho
- vláčet ji po zemi
- trhat listy

2. Sepište ve skupině alespoň pět drobností, které by se mohly zlepšit ve vaší třídě (vše se musí týkat pořádku):

.....

.....

.....

.....

.....

3. Označuj svůj pořádek na jednotlivých místech. Po té se týden snaž o zlepšení. Pak se znovu označuj.

	Jaký mám pořádek	O týden později
Ve skříni v pokoji		
V aktovce		
Mé učebnice a sešity		
Na lavici ve škole		
V lavici ve škole		
Mé hračky		
Boty (ve škole)		
Boty (doma)		

NÁVYK: UKLÁDÁM VĚCI NA SVÉ MÍSTO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. ZÁŘÍ

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

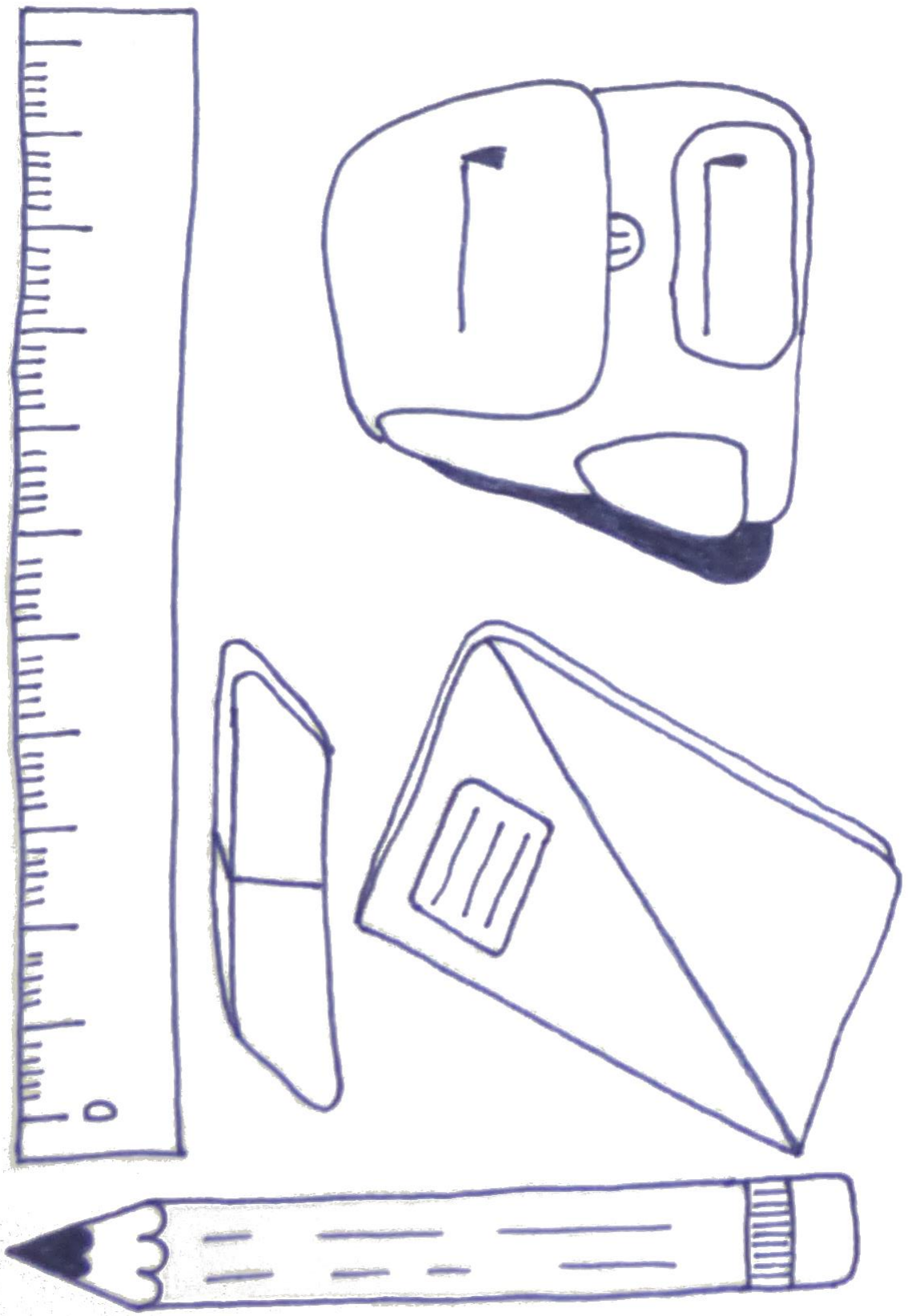
1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:



VYTRVALOST



Úvod

Začít něco dělat je lehčí než vydržet v započaté práci. Nevzdávej se hned, když se ti něco nedaří. Začni vždy znovu.

Kdyby houslista necvičil několik hodin každý den, mohl by být jen průměrným muzikantem, ale nikdy tím nejlepším. Jedině cvikem zlepší svou dovednost. Snaž se i ty: pilně se uč. Uděláš radost nejen sobě, ale i svým rodičům a učitelům.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co dělá Honza? Proč?
 - Myslíš, že ho to baví? Měl by přestat cvičit, pokud ho hraní nebaví?
 - Hraješ na nějaký hudební nástroj nebo sportuješ? Jsou chvíle, kdy tě to nebaví? Jak pak reaguješ?
2. Vybarvi výrazy, které souvisejí s vytrvalostí. Ostatní slova nevybarvuj.

TRPĚLIVOST

ÚTĚK

SNAHA

NEVZDAT SE

NÁVYK: NENECHÁM SE ODRADIT PRVNÍM NEÚSPĚCHEM

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ŘÍJEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Napiš 2 činnosti, u kterých potřebuješ vytrvalost – doma a ve škole:

DOMA

VE ŠKOLE

2. Podtrhni **zeleně** to, co zvládáš bez problému. **Červeně** podtrhni to, na co ti někdy chybí trpělivost, vytrvalost. Zbytek nepodtrhávej.

- dokončit domácí úkoly
- dohrát hru až do konce
- dojít oběd, který mi uvaří maminka nebo babička (či tatínek)
- uklidit všechny věci po hodině výtvarné výchovy, umýt kelímek...
- dojít až na vrchol hory, když jdeme na výlet
- cvičit potřebný čas na hudební nástroj
- uklidit všechny hračky

Snaž se zlepšit alespoň v jedné z červeně podtržených situací.

3. Nakresli sportovce, jak vytrvale trénuje, aby byl co nejlepší. Vyber si sport, který máš rád(a). Nech druhé hádat, o jaký sport se jedná.

NÁVYK: NENECHÁM SE ODRADIT PRVNÍM NEÚSPĚCHEM

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. ŘÍJEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

PŘÁTELSTVÍ



Úvod

Mít kamarády je velký poklad – kdybychom žili jen sami pro sebe, nebyli bychom úplně šťastní. Být s kamarády nám působí radost. Když budeme žít pro druhé, najdeme skutečné štěstí.

Opravdový přítel s druhými nesdílí pouze radosti a úspěchy, ale také své bolesti a zklamání. Buď dobrým přítelem (dobrou přítelkyní)! Stůj vždy při svých kamarádech.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co dělají Honza a David?
 - Proč se chlapci usmívají?
 - Jsi dobrým přítelem, kamarádem / přítelkyní, kamarádkou? Jak se to pozná?

2. Vysvětli japonské přísloví:

S přítelem po boku není žádná cesta příliš dlouhá

3. Doplň následující věty. Vysvětli jejich význam. Myslíš, že jsou pravdivé?

V poznáš přítele.

..... je nejlepší přítel člověka.

NÁVYK: BAVÍM SE SE VŠEMI VE SVÉ TŘÍDĚ

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. LISTOPAD

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Ve skupině sepište, jaké vlastnosti má mít dobrý kamarád:

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



2. Zakroužkuj **zeleně** vlastnosti ze cvičení 1, které máš. Zakroužkuj **červeně** ty vlastnosti, ve kterých by ses mohl(a) zlepšit, abys byl(a) lepší kamarád(ka).

3. Dotazník přátelství:

Na následujících řádcích najdeš skupinu znaků, které charakterizují dobrého kamaráda (dobrou kamarádku). Napiš své hodnocení od 0 do 10 podle důležitosti, kterou jim přiřkládáš (0 = není vůbec důležité, 10 = je nejdůležitější).

- Nekritizuje. Mluví hezky o ostatních.
- Nikoho nenechává stranou.
- Chová se dobře při vyučování.
- Povzbuzuje tě, když jsi smutný(á).
- Povzbuzuje tě, aby ses více učil(a) a lépe se choval(a).
- Je upřímný(á).
- Půjčuje zápisky z hodiny, své sešity.
- Zachovává tajemství.
- Navštěvuje tě, když jsi nemocný(á).
- Poslouchá tě, když máš potřebu se vypovídat.
- Počítá s tebou pro své plány.
- Je veselý(á).
- Raduje se z úspěchů ostatních (např. z jejich dobré známky).
- Nemračí se, když ho (ji) požádají o laskavost.
- Brání své kamarády (kamarádky).
- Nevytahuje nedostatky svých kamarádů (kamarádek).
- Hledá to dobré na svých kamarádech (kamarádkách).
- Je vděčný(á) těm, kteří ho (ji) obklopují a usilují o jeho (její) dobro.

Porovnej a prodiskutuj svá hodnocení s ostatními.

NÁVYK: BAVÍM SE SE VŠEMI VE SVÉ TŘÍDĚ

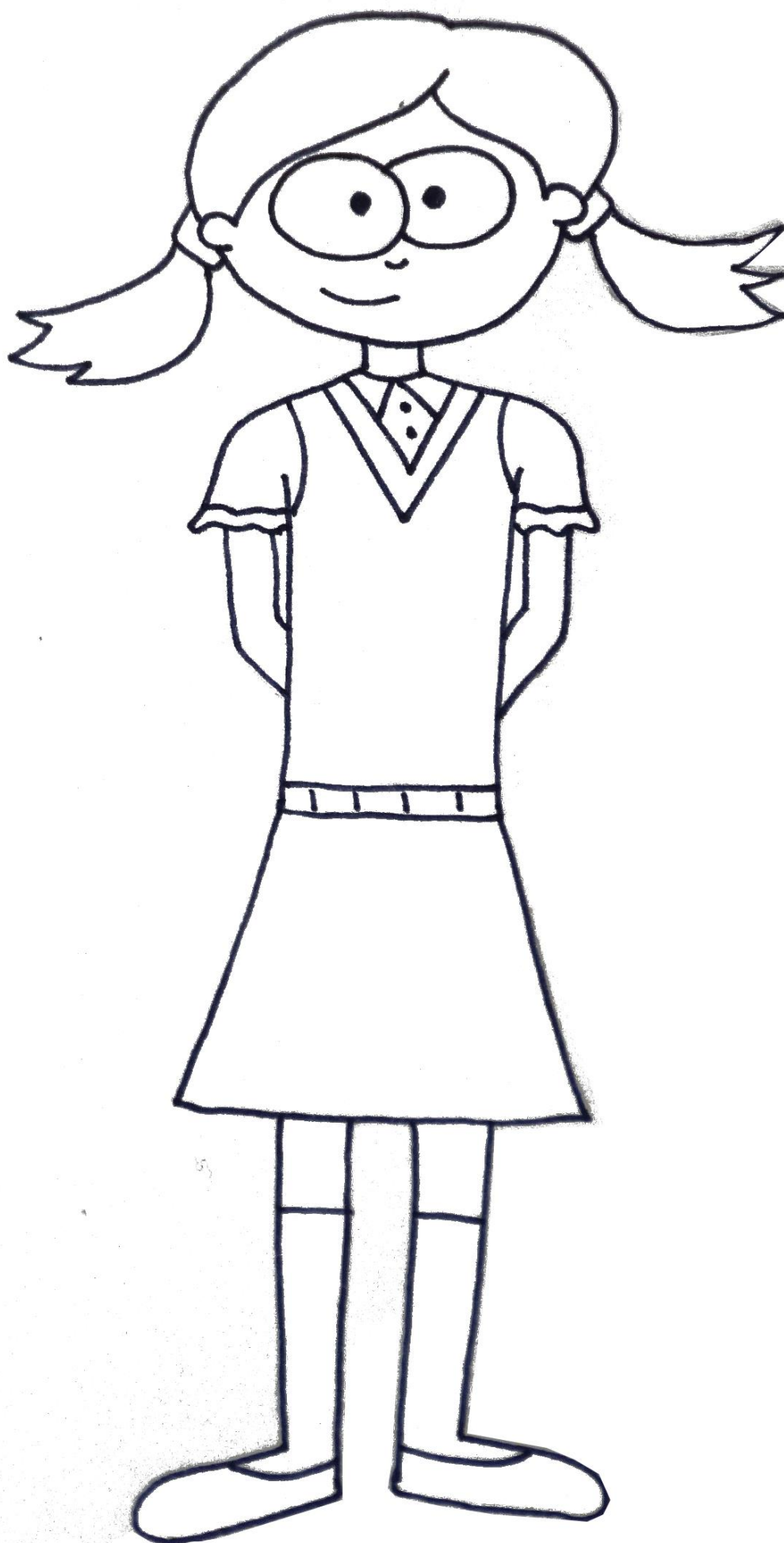
HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. LISTOPAD

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5 **PODPIS:**

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5 **PODPIS:**



HOSPODÁRNOST



Úvod

Využívej věci až do konce (zubní pasta, krém na ruce,...), dojídej jídlo a dopíjej pití. Všechno něco stojí. Když každý den ušetříš jen jednu korunu, za rok to bude více jak 300 korun – to není malá částka.

Existují osoby, které chtějí mít všechno, co vidí, a nejsou s ničím úplně spokojené. Myslí jen na to, jak mít více. Buď spokojený(á) s tím, co máš, a nevymýšlej si další potřeby.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co dělá Honza? Proč?
 - Proč je dobré třídit odpad? Třídíte ve škole / doma odpad?
2. Napiš 2 věci, které jsi v poslední době koupil(a) nebo které ti koupili rodiče na základě tvé prosby. Zakroužkuj důvod, proč jsi je chtěl(a):

Koupená věc:

- Protože jsem to potřeboval(a).
- Chtěl(a) jsem to někomu darovat.
- Protože to má i spolužák(žačka).
- Protože jsem na to viděl(a) reklamu.

Koupená věc:

- Protože jsem to potřeboval(a).
- Chtěl(a) jsem to někomu darovat.
- Protože to má i spolužák(žačka).
- Protože jsem na to viděl(a) reklamu.

NÁVYK: NENECHÁVÁM ZBYTEČNĚ SVÍTIT SVĚTLO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. PROSINEC

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Hospodárně můžeme nakládat i se svým časem. Vybarvi:

zeleně – to, s čím nemáš problémy

červeně – to, s čím ještě musíš bojovat

modře – to, s čím máš potíže jen občas

Netrávím příliš mnoho času
u televize / u počítače.

Nepovaluji se
zbytečně na pohovce.

Rychle si
uklízím své
věci.

Chodím všude včas.

Oblékání mi trvá
jen malou chvíli.

2. Napiš, co můžeš udělat, aby věci déle vydržely:

BOTY

Nechodit zbytečně ve vodě

POTRAVINY

Dát si na talíř jen to, co sním

UČEBNICE

Dávat je opatrně do tašky

3. Zjisti, kolik stojí následující potraviny. Napiš, ve kterém obchodě jsi cenu našel(a).

POTRAVINA	CENA	ZNAČKA	OBCHOD
1 litr polotučného mléka			
1 obyčejný rohlík			
1 kilogram banánů			
tabulka mléčné čokolády			
1 velký sáček chipsů			
10 vajec			

Porovnej ceny s ostatními spolužáky.

NÁVYK: NENECHÁVÁM ZBYTEČNĚ SVÍTIT SVĚTLO

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. PROSINEC

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

HYGIENA A ČISTOTA



Úvod

Víš, že je důležité dodržovat základní hygienické návyky – umývat si ruce před jídlem, čistit si zuby po jídle atd. Nicméně toto nestačí, aby byl člověk zdravý.

Abys byl(a) zdravý(á), musíš také jíst zdravě: nemůžeš jíst bez omezení všechno, co ti chutná. Je třeba jíst s mírou, aby ses necítil(a) špatně a nebyl(a) nemocný(á).

Proto jez i to, co ti tolik nechutná, ale je zdravé, především ovoce a zeleninu. Nezapomínej si je však před jídlem umýt.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co dělá Honza? Proč se usmívá?
 - Jak se bude večer cítit Zuzka? Bude ji bolet břicho? Proč?
 - Máš rád(a) zeleninu? Co jíš nejraději?
2. Není dobré jíst hodně tuků a sladkostí. Ale zdravá není jen zelenina. Napiš seznam potravin, které jsou podle tebe zdravé:

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

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

NÁVYK: MYJI SI BEZ ŘEČÍ RUCE PŘED JÍDLEM

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. LEDEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Pro udržení zdraví je důležitá **osobní hygiena**. Napiš, co bychom podle tvého názoru měli dělat každý den:

.....

.....

.....

.....



2. Ke zdravému životnímu stylu patří také sport – především činnosti na čerstvém vzduchu. Jaké sporty děláš rád(a)? Nakresli alespoň jeden a nech druhé hádat, o co se jedná:

3. Zakroužkuj červenou tužkou, co patří ke zdravému životnímu stylu:

- | | |
|---|--|
| • <i>sedět celý den před televizí</i> | • <i>pravidelný spánek</i> |
| • <i>jíst spoustu sladkostí</i> | • <i>denně se koupat, sprchovat</i> |
| • <i>být na čerstvém vzduchu</i> | • <i>nejíst, když nemám chuť k jídlu</i> |
| • <i>čistit si zuby jednou za měsíc</i> | • <i>dávat si špinavé ruce do pusy</i> |
| • <i>jíst zeleninový salát</i> | • <i>jezdit na kole bez helmy</i> |
| • <i>poslouchat rady rodičů, když jsem nemocný(á)</i> | • <i>sportovat</i> |

4. Poznej, o které druhy zeleniny nebo ovoce se jedná:

ŠKAHRU _____
VEKRM _____
ÁCHHR _____

NEČESK _____
RUMŇEKA _____
JOBLAK _____

NÁVYK: MYJI SI BEZ ŘEČÍ RUCE PŘED JÍDLEM

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. LEDEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

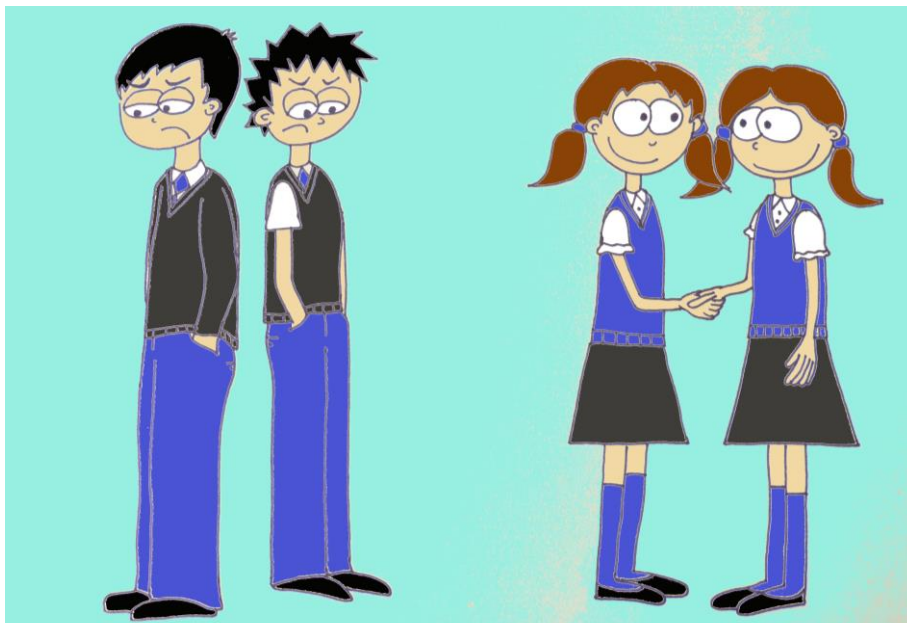
1 2 3 4 5 **PODPIS:**

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5 **PODPIS:**



LOAJALITA



Úvod

Je dobré, když jsme dobří přátelé, dobří kamarádi – nejen v radostných dobách, ale i v období, kdy máme těžkosti či starosti. Nauč se odpouštět a nechovej k nikomu zášť. Pomáhej druhým, kdykoliv uvidíš, že potřebují tvou pomoc.

Pamatuj si, že loajální je ten, kdo splní, co slíbí. Je důležité být loajální také vůči sobě: neměň názor podle toho, co se ti právě nejvíce hodí - měj pevné zásady.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Jak se tváří Honza a David? Proč?
- Co dělá Zuzka a Klárka? Proč? Co se přihodilo?
- Jak se asi cítí Honza s Davidem? Budou šťastní, až přijdou domů? A děvčata?

2. Spoj slova opačného významu. Najdeš více antonym?

- | | |
|------------------|------------------|
| • věrnost | • nepřátelství |
| • pravdomluvnost | • prolhanost |
| • spolehlivost | • nezodpovědnost |
| • přátelství | • zrada |
| • zodpovědnost | • nespolehlivost |

NÁVYK: MLUVÍM VŽDY DOBŘE O SVÝCH KAMARÁDECH

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 14. ÚNOR

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Také při hře poznáš, kdo je loajální. Aby sportovní tým dobře fungoval, všichni členové musí hledět na druhé. Kdyby každý hledal jen vlastní zájmy, skupinové hry by neměly smysl.



Napiš, jaké znáš skupinové sporty:

.....

.....

.....

2. Zlaté pravidlo:

Budu se chovat k ostatním tak, jak bych chtěl(a), aby se oni chovali ke mně.

- napiš, jaké chování se ti líbí u tvých kamarádů:
- napiš, jaké chování se ti nelíbí (určitě mnoho z toho souvisí s nedostatkem loajality):

3. Na loajalitu se odpovídá loajalitou: když ti někdo pomáhá, snaž se také pomáhat, nemluv špatně o svých kamarádech... Zamysli se nad následujícími otázkami:

Jak mohu být loajální vůči ...	Jak vyjadřuji loajalitu vůči mně ...
svým rodičům?	moji rodiče?
svým sourozencům?	moji sourozenci?
svým kamarádům?	moji kamarádi?
svým spolužákům?	moji spolužáci?
paní učitelce?	moje paní učitelka?

4. Zahrajte si scénku, ve které vysvětlíte mladšímu sourozenci, jak se může cvičit v loajalitě:

Mluv vždy pravdu, nelži!
Budeš tak loajální vůči sobě samé(mu).

Snaž se splnit úkoly, které dostáváš od rodičů.

Zkus nemluvit špatně o druhých.

Pečuj o své nejlepší kamarády, abys je měl(a) na celý život.

Když ti tvůj kamarád vypráví tajemství, zachovej ho.

Když se ti něco nelíbí na druhém, promluv si s ním o tom - v klidu, bez rozčílení.

NÁVYK: MLUVÍM VŽDY DOBRĚ O SVÝCH KAMARÁDECH
HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 15. – 28./29. ÚNOR

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

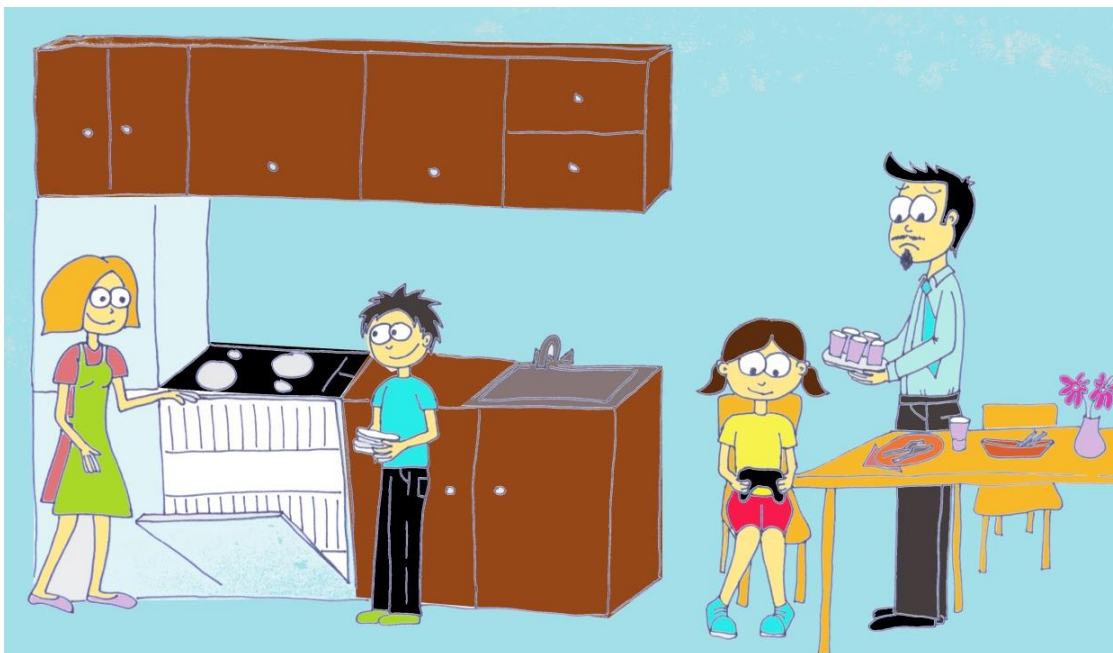
TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:



POSLUŠNOST



Úvod

Nestačí poslechnout hned. Když okamžitě splníš to, co se po tobě chtělo, ale budeš se u toho tvářit otráveně, nikomu tím neuděláš radost. Musíš se naučit poslechnout s radostí, s úsměvem. Když se to naučíš, tví rodiče i učitelé s tebou budou spokojeni a uděláš jim velkou radost.

Aktivita

- Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co dělá Honza? Dělá to s radostí, nebo je rozzloben?
 - Co zatím dělá Zuzka?
 - Kdo poslechl?
 - Proč je tatínek smutný?
- Napiš 2 věci nebo situace, kdy se musíš přemáhat, abys poslechl(a) s úsměvem:
 - Doma:
 - Ve škole:
- Zahrajte si scénku, ve které děti poslechnou s úsměvem, bez protestů, s radostí. Poté udělejte totéž, ale s našťvaným obličejem, neochotně, s protesty.

NÁVYK: OKAMŽITĚ POSLECHNU

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. BŘEZEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5 **PODPIS:**

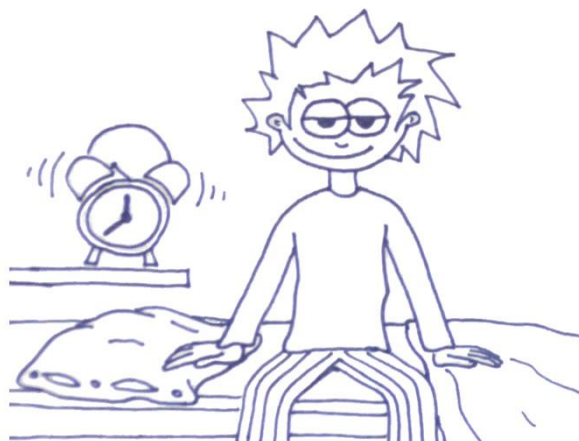
TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5 **PODPIS:**

Aktivita

1. Udělej křížek u situací, ve kterých se musíš hodně přemáhat, abys poslechl(a) s radostí, s úsměvem:

- ☐ Vstát ráno z postele.
- ☐ Přestat si hrát.
- ☐ Vyřídit vzkaz.
- ☐ Vypnout televizi / počítač.
- ☐ Psát úkoly.
- ☐ Jít večer do postele.



2. Sepište ve skupině některé výmluvy, které mívají děti vašeho věku, když nechtějí poslechnout:

.....

.....

.....

.....

3. Najdi ve slovníku / v encyklopedii / na internetu význam slova „poslušnost“:

.....

.....

4. Podtrhni věty, které jsou pravdivé:

Abych byl poslušný (byla poslušná), musím:

- pozorně poslouchat.
- zeptat se na to, čemu nerozumím.
- odložit splnění toho, o co mě žádají.
- udělat to, o co mě žádají, radostně a s úsměvem.
- přemýšlet, jestli se mi vyplatí udělat to, co po mě chtějí.

NÁVYK: OKAMŽITĚ POSLECHNU

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. BŘEZEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

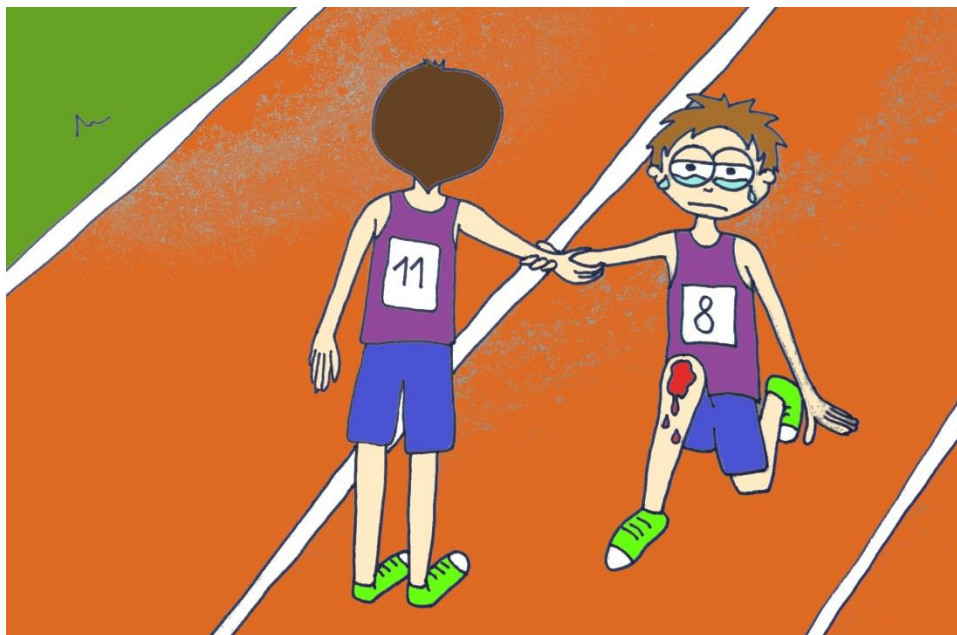
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

OPTIMISMUS



Úvod

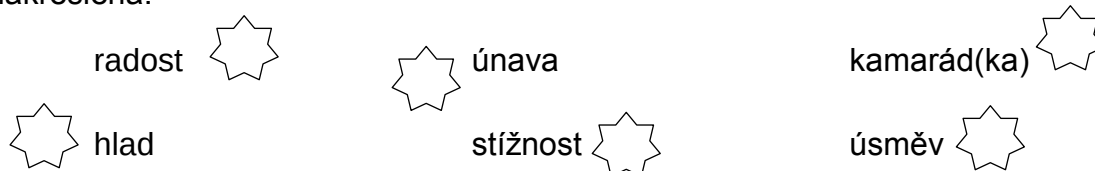
Radost a optimismus působí, že se lidé cítí velmi dobře. Nauč se hledat něco dobrého v každé situaci – i v těch těžkých.

Nestěžuj si, když se ti nedaří, když je ti horko, jsi unavený(á), máš hlad nebo žízeň. Zkus překonat všechny nepříjemnosti s úsměvem.

Hledej dobro ve svých kamarádech. Říkej jim jejich jmény, nepoužívej zraňující přezdívky a nikdy se nikomu neposmívej kvůli jeho chybám nebo nedostatkům.

Aktivita

- Pozoruj obrázek a řekni:
 - Co se stalo Honzovi? Jak reaguje David?
 - Co by se stalo, kdyby David běžel dál?
 - Myslíš, že jsou Honza s Davidem kamarádi? Proč? Jak se poznají dobří přátelé?
- Vybarvi hvězdičku podle toho, jakou barvu si představíš při vyslovení slova, u kterého je nakreslená:



NÁVYK: NESTĚŽUJI SI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. DUBEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Doplň slova do křížovky podle toho, co chybí v příslušné větě:

Vodorovně:

3. Darovanému koni na ... nehleď.

5. Trpělivost růže

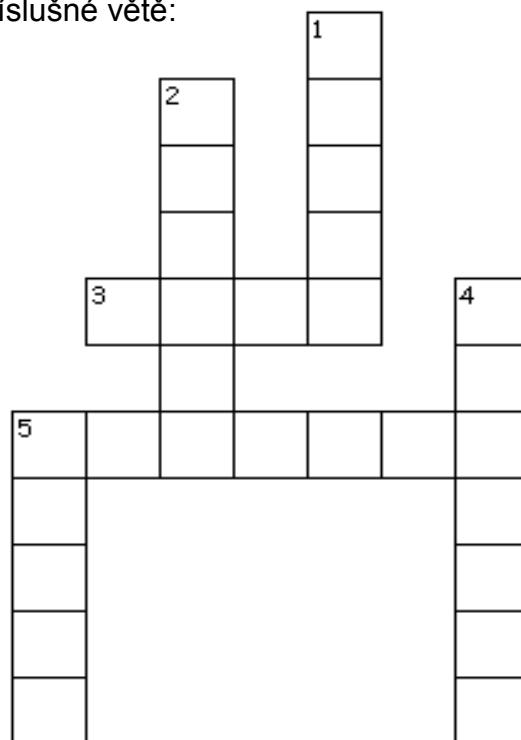
Svisle:

1. Budeš mít radost, když splníš své

2. Když něco dostaneš, měl(a) bys říct ...

4. V nouzi poznáš ...

5. Když máš problém, hledej ...



3. Vše, co je níže napsané, nám brání, abychom byli optimističtí, radostní. Vybarvi:

zeleně – to, s čím nemáš problémy

červeně – to, s čím ještě musíš bojovat

modře – to, s čím máš jen občas potíže

nadávat, protože moji kamarádi nechtějí hrát hru, kterou
chci hrát já

brečet, protože mi nechutná svačina

posmívat se spolužákovi, který udělal chybu

myslet si, že nejsem důležitý(á)

pomáhat jen těm dětem, které mám raději

NÁVYK: NESTĚŽUJI SI

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 30. DUBEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TRPĚLIVOST



Úvod

Je hodně činností, které vyžadují trpělivost. Nejvíce trpělivosti potřebuješ u nesnadných úkolů, které se často komplikují. Snaž se snášet klidně všechny potíže. Nauč se čekat.

Nebudeš-li se vždy hned rozčilovat, když se ti něco nepodaří, tvoji rodiče i učitelé na tebe budou hrdí. Nevzdávej se a zkus to znovu. Pokud se rozčílíš, omluv se.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Honzovi spadl talíř s obědem. Proč se rozčiluje?
- Co dělá Zuzka? Je Zuzka také rozčilená? Proč?
- Má smysl, aby se Honza zlobil? Pomůže mu to k něčemu?

2. Napiš, se kterými lidmi máš nejvíce trpělivosti:

- Doma:
- Ve škole:

3. Znáš nějaké přísloví nebo pořekadlo, které mluví o trpělivosti?

.....
.....

NÁVYK: NEROZČÍLÍM SE, KDYŽ SE MI NĚCO NEPODAŘÍ

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. KVĚTEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Napiš, co je opakem trpělivosti:

2. Jak bys reagoval(a) v následujících situacích? Co by dělal trpělivý člověk?

- zlomil(a) sis nohu a musíš být dva týdny v posteli, nesmíš jít ven s kamarády
- nefunguje televize ani počítač, rozbil se i tvůj mobil (pokud ho máš)
- prohraješ při hře
- chceš si koupit zmrzlinu a v cukrárně je obrovská fronta
- viděl(a) jsi reklamu na „chytrý telefon“, chceš ho mít, ale rodiče ti to nedovolí
- domluvil(a) sis něco s kamarádem(kamarádkou), on(a) na to však zapomněl(a)

3. Zakroužkuj zeleně slova (nebo slovní spojení), která ti připomínají trpělivost:

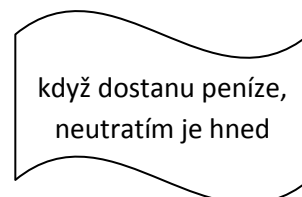
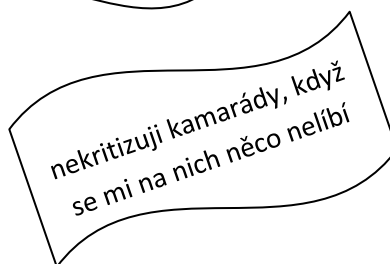
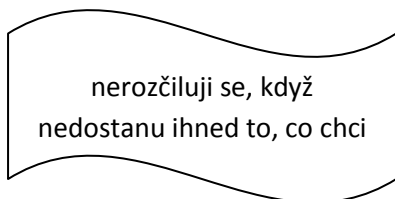
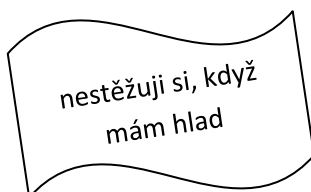
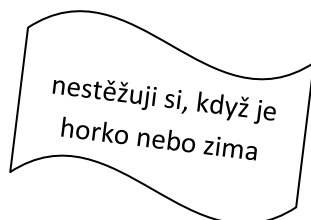
klid čekat mír rozčítit se kritika vytrvalost
nervozita dodělat věci naříkání křik úsměv

4. Vybarvi:

modře – situace, kde jsi velmi trpělivý(á)

žlutě – situace, ve kterých máš občas trpělivost

červeně – situace, které zatím ještě nezvládáš



5. Zasaď si semínko květiny a postarej se o to, aby vyrostlo a květina vykvetla.

NÁVYK: NEROZČÍLÍM SE, KDYŽ SE MI NĚCO NEPODAŘÍ

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 31. KVĚTEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

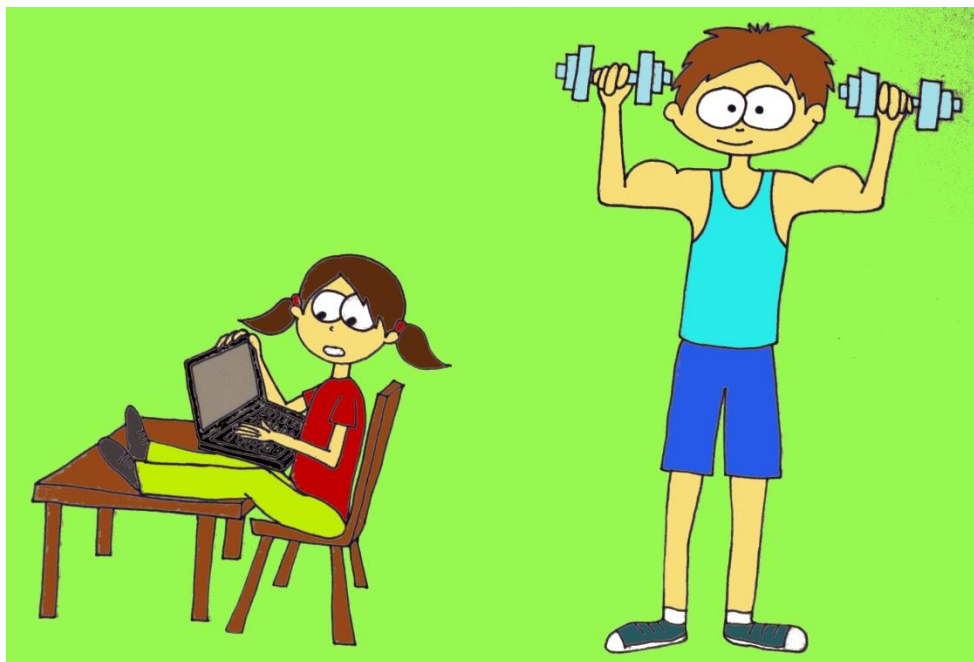
PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

DOBŘE VYUŽITÍ ČASU



Úvod

Využívej dobře čas, který máš. Svůj volný čas můžeš trávit s rodinou, s kamarády či různými činnostmi. Naplánuj si dobře, co budeš dělat.

Když budeš věnovat nějakou chvíli četbě dobré knihy, nebudeš se nudit a ještě se něčemu přiučíš. Knihu vybírej se svými rodiči nebo učiteli. Oni nejlépe vědí, jaké knihy jsou vhodné a zajímavé.

Ve volném čase můžeš také sportovat, chodit na procházky nebo navštívit příbuzné a přátele. Nezapomeň ani na pomoc ostatním, především svým rodičům. Nějaký čas věnuj učení.

Aktivita

1. Pozoruj obrázek a řekni:

- Co dělá Zuzka? A Honza?
- Které z dětí využívá dobře svůj čas?
- Co děláš ve volném čase? Myslíš, že ho dobře využíváš?

2. Napiš, komu jsi naposledy pomohl(a), kdy a jak:

.....
.....

NÁVYK: NESEDÍM DLOUHO U TELEVIZE/POČÍTAČE

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 1. – 15. ČERVEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

Aktivita

1. Najdi v osmisměrce osm druhů sportu:

L	A	B	T	O	F	D	H	U	R
K	A	R	A	T	E	N	I	S	O
B	J	E	K	O	H	G	C	C	M
A	T	L	E	T	I	K	A	L	S
A	K	I	T	S	A	N	M	Y	G
L	A	B	J	E	L	O	V	Y	A
P	L	A	V	Á	N	Í	U	A	H

(Nápověda: plavání, fotbal, hokej, karate, tenis, atletika, gymnastika, volejbal)

2. Napiš, kolik knih jsi přečetl(a) během tohoto školního roku:

3. Vyber jednu knihu z těch, které jsi četl(a) během tohoto roku a vyprávěj o ní:

NÁZEV KNIHY:

.....

JMÉNO AUTORA:

.....

HLAVNÍ POSTAVY:

.....

.....

OBSAH:

.....

.....

.....

.....

NÁVYK: NESEDÍM DLOUHO U TELEVIZE/POČÍTAČE

HODNOCENÍ RODIČŮ ZA 16. – 25. ČERVEN

MAMINKA (zakroužkuje známku, kterou by dala)

1 2 3 4 5

PODPIS:

TATÍNEK (zakroužkuje známku, kterou by dal)

1 2 3 4 5

PODPIS:

OBSAH

ÚVOD.....	2
POŘÁDEK	4
VYTRVALOST	7
PŘÁTELSTVÍ.....	9
HOSPODÁRNOST.....	12
HYGIENA A ČISTOTA.....	14
LOAJALITA.....	17
POSLUŠNOST	20
OPTIMISMUS	22
TRPĚLIVOST	24
DOBŘE VYUŽITÍ ČASU	26