

## Život online



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

## Obsah

Život online .....	1
1 Vzdělávací program a jeho pojetí .....	4
1.1 Základní údaje .....	4
1.2 Anotace programu.....	5
1.3 Cíl programu .....	5
1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu.....	5
1.5 Forma .....	7
1.6 Hodinová dotace .....	7
1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny.....	7
1.8 Metody a způsoby realizace .....	7
1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace .....	8
1.10 Materiální a technické zabezpečení.....	11
1.11 Plánované místo konání .....	11
1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu.....	11
1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu .....	12
1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití.....	13
2 Podrobně rozpracovaný obsah programu.....	14
2.1 Tematický blok č. 1 (Seznámení) – 3 hodiny .....	15
2.2 Tematický blok č. 2 (Instagram) – 4 hodiny.....	17
2.3 Tematický blok č. 3 (Sociální sítě) – 3 hodiny.....	18
2.4 Tematický blok č. 4 (Ranní start I) – 1 hodina .....	20
2.5 Tematický blok č. 5 (Elektronická stopa) – 2 hodiny .....	21
2.6 Tematický blok č. 6 (Život s mobilem) – 4 hodiny .....	22
2.7 Tematický blok č. 7 (YouTube) – 4 hodiny.....	23
2.8 Tematický blok č. 8 (Ranní start II) – 1 hodina .....	23
2.9 Tematický blok č. 9 (Závěr) – 2 hodiny .....	24
2.10 Tematický blok č. 10 (Senzibilizace) – 1 hodina .....	25
2.11 Tematický blok č. 11 (Život online) – 1 hodina.....	26
3 Metodická část .....	29
3.1 Metodický blok č. 1 (Seznámení).....	29
3.2 Metodický blok č. 2 (Instagram).....	35
3.3 Metodický blok č. 3 (Sociální sítě) .....	37
3.4 Metodický blok č. 4 (Ranní start I).....	41
3.5 Metodický blok č. 5 (Elektronická stopa) .....	43
3.6 Metodický blok č. 6 (Život s mobilem) .....	45



3.7 Metodický blok č. 7 (YouTube) .....	48
3.8 Metodický blok č. 8 (Ranní start II).....	49
3.9 Metodický blok č. 9 (Závěr) .....	51
3.10 Metodický blok č. 10 (Senzibilizace).....	53
3.11 Metodický blok č. 11 (Život online) .....	55
Seznam použité literatury .....	60
Odkaz na materiály k realizaci programu .....	60
4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu.....	61
5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů .....	91
6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi .....	109
7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu .....	109
8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu .....	109
9 Nepovinné příloh .....	112



# 1 Vzdělávací program a jeho pojetí

## 1.1 Základní údaje

<b>Výzva</b>	Budování kapacit pro rozvoj škol II
<b>Název a reg. číslo projektu</b>	Programy pro školy – rozvoj kompetencí pro demokratickou kulturu CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_032/0008149
<b>Název programu</b>	Život online
<b>Název vzdělávací instituce</b>	Salesiánský klub mládeže, z.s. Dům Ignáce Stuchlého
<b>Adresa vzdělávací instituce a webová stránka</b>	P. Ignáce Stuchlého 26/27 Fryšták 763 16 www.disfrystak.cz
<b>Kontaktní osoba</b>	Ing. Thomas Strohbach
<b>Datum vzniku finální verze programu</b>	15. srpna 2019
<b>Číslo povinně volitelné aktivity výzvy</b>	Aktivita č. 7
<b>Forma programu</b>	Třídenní pobytový kurz + 2 následné vyučovací hodiny ve škole
<b>Cílová skupina</b>	8. a 9. ročník ZŠ a odpovídající ročníky 8 a 6letého gymnázia
<b>Délka programu</b>	26 hodin (24 + 2 vyučovací hodiny ve škole)
<b>Zaměření programu (tematická oblast, obor apod.)</b>	Vytváření vzdělávací nabídky zaměřené na porozumění médiím a její aktivní užívání, podpora rozvoje vzdělávacích aktivit zaměřených na prevenci rizik a řešení možných krizových situací spojených s užíváním médií, podpora rozvoje schopnosti odhalovat mediální manipulaci a bránit se jí, rozvíjení kompetence dětí a mládeže pro kreativní vytváření vlastních mediálních obsahů.
<b>Tvůrci programu</b>	František Horsák, Anna Hořínková, Bc. Gabriela Šenková, Bc. Šimon Král, Mgr. Josef Hnaníček, Bc. Michaela Zelinková, Mgr. Věra Vančurčíková, Mgr. Alena Ešlerová
<b>Odborný garant programu</b>	



	Bc. Dagmar Zlámáliková
<b>Odborní posuzovatelé</b>	doc. PhDr. & Mgr. Petra Potměšilová, Ph.D., Mgr. František Bezděk
<b>Specifický program pro žáky se SVP (ano x ne)</b>	ne

## 1.2 Anotace programu

Program „Život online“ se zaměřuje na tematiku nových médií, zejména sociálních sítí a jejich aktivního užívání. Pomocí různých aktivit a činností jsou účastníci vedeni k zodpovědnému chování v prostředí sociálních sítí. Cílem je poskytnout aktuální a praktické informace týkající se sociálních sítí, díky kterým mohou jejich uživatelé bilancovat příležitosti a hrozby spojené s jejich každodenním využíváním. Program nabízí vhled do psychologického pozadí využívání sociálních sítí v kontextu motivací a potřeb jejich uživatelů.

## 1.3 Cíl programu

Cíle programu:

Účastník má povědomí o základních zákonitostech v prostředí sociálních sítí. Jmenuje příležitosti a hrozby spojené s jejich užíváním a reaguje na ně.

- Účastník si zapamatuje praktické a aktuální informace týkající se sociálních sítí.
- Účastník aplikuje poznatky v utváření kvalitního obsahu na sociálních sítích.
- Účastník vnímá rizika spojená s používáním sociálních sítí.
- Účastník dělí aktivitu na sociálních sítích na žádoucí, užitečnou a nevhodnou.

## 1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu

### Kompetence k učení

Vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě.

Operuje s obecně užívanými termíny, znaky a symboly, uvádí věci do souvislostí, propojuje do širších celků poznatky z různých vzdělávacích oblastí a na základě toho si vytváří komplexnější pohled na matematické, přírodní, společenské a kulturní jevy.

*Žáci v praktickém životě aktivně užívají sociální sítě, ale neznají základní zákonitosti a informace týkající se sociálních sítí, které s jejich využíváním úzce souvisí. V úvodu programu mají za úkol vyhledat informace z online zdroje a „naživo“, které poté srovnávají.*

*Seznámí se s informacemi týkajícími se elektronické stopy – aktivita Akční agentura, se soukromím a bezpečností na sociálních sítích (osobní údaje, sdílení cizích dat, obchodní podmínky webů nebo e-shopů) – aktivita Akční agentura a Instagramový účet, s psychologickým pozadím užívání sociálních sítí – aktivita Vernisáž a získají všeobecné informace týkající se internetu, youtuberingu a aplikací – Internet challenge. Tyto informace prakticky propojujeme s jejich běžnou aktivitou na internetu.*



## Kompetence k řešení problémů

Kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, je schopen je obhájit, uvědomuje si zodpovědnost za svá rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí.

*Sociální sítě jsou volně přístupné od 13 let a žáci zodpovídají za to, co na nich uvedou. S účastníky programu budeme diskutovat o příležitostech a rizicích spojených s užíváním sociálních sítí a mobilního telefonu ve smyslu „Sociální sítě – dobrý sluha, špatný pán“. Této problematice se věnují aktivity Tvorba instagramového účtu, základy focení, Elektronická stopa, Fotící pexeso, Živý stream. V těchto aktivitách se snažíme ukázat, jak zodpovědně využívat sociální sítě a mobilní telefon k tvorbě kvalitního obsahu nebo k usnadnění fungování v běžném životě.*

## Kompetence komunikativní

Formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu;

naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje.

*V programu je velká část aktivit věnována zpětné vazbě a diskusi o různých pohledech na vybrané problematiku. Tyto kompetence jsou pro zdárný průběh zpětné vazby nezbytně nutné.*

Rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění;

využívá informační a komunikační prostředky a technologie pro kvalitní a účinnou komunikaci s okolním světem;

využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných k plnohodnotnému soužití a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi.

*Během odborného workshopu k programu jsme pochopili pozadí fungování mladých lidí na sociálních sítích – pro dnešní mládež nejsou média prostředek, ale prostředí, fungování na internetu a sociálních sítích je pro ně přirozené a běžné, proto rychle a efektivně porozumí pojmům, zvukům nebo zkratkám užívaným na internetu, tuto pojmovou základnu se snažíme rozšířit aktivitami Elektronická stopa, Živý stream, Základy focení, Napiš si, řekni si.*

## Kompetence sociální a personální

Přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají.

*Výrazným prvkem programů je účast celého třídního kolektivu. Jeden z hlavních cílů Orientačních dnů je podpora vztahů, spolupráce, tolerance a naslouchání mezi sebou, tím, že během programu a již zmíněných reflexí (po aktivitě Elektronická stopa a Vernisáž a zejména celý blok Ranní start) dochází ke sdílení vlastních zkušeností, názorů a postřehů. Díky tomuto sdílení se účastníci vzájemně obohacují.*

Jelikož je mediální výchova průřezovým tématem, program úzce navazuje na tyto vědomosti, dovednosti a postoje:

– přispívá ke schopnosti úspěšně a samostatně se zapojit do mediální komunikace,



- učí využívat potenciál médií jako zdroje informací, kvalitní zábavy i naplnění volného času,
- umožňuje pochopení cílů a strategií vybraných mediálních obsahů,
- rozvíjí komunikační schopnost, zvláště při veřejném vystupování a stylizaci psaného a mluveného textu,
- přispívá k využívání vlastních schopností v týmové práci i v redakčním kolektivu,
- napomáhá k uvědomění si možnosti svobodného vyjádření vlastních postojů a odpovědnosti za způsob jeho formulování a prezentace.

## 1.5 Forma

Program se skládá ze dvou částí: třídní zážitkový kurz a dvě vyučovací hodiny ve škole. Program během pobytu je hlavní částí, v níž se účastníci zážitkovou formou seznámí se základními informacemi a principy, na kterých fungují sociální sítě. Význam dvou hodin ve škole tkví zejména v tom, že je důležitá přenositelnost nabytých vědomostí a dovedností do běžného života. Pro žáky je velká část obsahu programu přirozeným prostředím všedního dne a nabyté znalosti a dovednosti by měli prakticky přenést do svého fungování na sociálních sítích. Během dvou hodin ve škole toto reflektují.

Během programu se budou střídat různé formy realizace aktivit. Frontální forma je nejčastěji využita při předávání teoretických poznatků k tématu médií, sociálních sítí, aplikací. Často budou využívány metody skupinové a při tvorbě kvalitního obsahu budou účastníci pracovat i samostatně, protože je důležité, aby program opravdu směřoval zejména k jedinci a k jeho chování na internetu.

## 1.6 Hodinová dotace

Celkový počet programu je 26 hodin – 24 hodin pobytového programu a 2 hodiny ve škole.

## 1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny

Cílovou skupinou jsou žáci 8. a 9. ročníků základních škol, prim a sekund šestiletých gymnázií a tercií a kvart osmiletých gymnázií. Doporučený počet účastníků je 20 až 25 žáků. Maximálně však 30 žáků.

## 1.8 Metody a způsoby realizace

Program z velké části pracuje se zkušenostním učením, s metodou zážitkové pedagogiky. Využívá prvky motivace, dramaturgie a zejména cílené zpětné vazby. Během programu jsou využívány aktivizující metody jako diskuse a výukové hry. Během programu je prostřednictvím neformálního učení sdělován i teoretický obsah z oblasti sociálních sítí a typy k tvorbě kvalitního obsahu formou přednášky.

Program vznikl v návaznosti na předchozí projekty s názvem:

Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí (2008)

Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – ZÁKLADNÍ ŠKOLY (2012)

Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – STŘEDNÍ ŠKOLY (2012)

Dramaturgie a zejména určité programové bloky na tyto projekty navazují. Jedná se o ranní uvedení do dne, večerní zakončení a využití místa ztišení.

Odkazy na uvedené projekty uvádíme zde:



## Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí

<https://www.disfrystak.cz/wp-content/uploads/2019/03/2008-Kniha-Interaktivn%C3%AD-rozvoj-kl%C3%AD%C4%8Dov%C3%BDch-kompetenc%C3%AD.pdf>

## Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – ZÁKLADNÍ ŠKOLY

<https://www.disfrystak.cz/wp-content/uploads/2019/03/2012-Kniha-Rozvoj-hodnotov%C3%A9-orientace-%C5%BE%C3%A1k%C5%AF-Z%C5%A0.pdf>

## Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – STŘEDNÍ ŠKOLY

<https://www.disfrystak.cz/wp-content/uploads/2019/03/2012-Kniha-Rozvoj-hodnotov%C3%A9-orientace-%C5%BE%C3%A1k%C5%AF-S%C5%A0.pdf>

## **1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace**

### **Tematický blok č. 1 (Seznámení) – 3 hodiny**

Anotace tematického bloku – Blok je zaměřen na seznámení účastníků a instruktorů navzájem a na seznámení s prostory a pravidly domu, ve kterých se bude kurz odehrávat.

#### Aktivita č. 1 (Přivítání a hledání sociálních sítí) – 30 min.

Slouží k překonání ostychu účastníků a navození příjemné atmosféry. Hledání sociálních sítí slouží ke vtažení účastníků do programu.

#### Aktivita č. 2 (QR kódy pravidla a seznámení s domem) – 30 min.

Běžací aktivita slouží k seznámení se s domem a pravidly, nutnými pro další průběh kurzu. Také prověří schopnost účastníků používat mobilní telefon.

#### Aktivita č. 3 (Internetová síť) – 20 min.

Účastníci se pohybují pouze po židlích a pokouší se seřadit podle abecedy. Aktivita slouží pro naučení se jmen účastníků.

#### Aktivita č. 4 (Informace o instruktorovi) – 25 min.

Aktivita slouží k prověření schopnost účastníků vyhledávat informace na internetu. Filtrovat a ověřovat jejich důvěryhodnost a porovnávat jejich přínos s informacemi získávanými osobně.

#### Aktivita č. 5 (Obavy a očekávání) – 30 min.

Slouží ke zjištění, co účastníci od kurzu očekávají a co by nechtěli prožít. U očekávání od tématu zjistíme, co už o tématu vědí a co si myslí, že bude náplní programu.

### **Tematický blok č. 2 (Instagram) – 4 hodiny**

Blok se zaměřuje na tvorbu obsahu sociálních sítí. Hlavně na fotografii a video a technickou kvalitu obsahu.





#### Aktivita č. 1 (Jak udělat dobrou fotku a triky s mobilem) – 90 min.

Účastníci si formou prezentace a následné procházky osvojí tvorbu fotografie za využití pravidel focení a různých triků.

#### Aktivita č. 2 (Tvorba Instagramového účtu) – 90 min.

Kreativní aktivita, která využívá dovednosti získané v předchozí aktivitě a je rozšířena o zaměření tvorby obsahu na konkrétní téma. Vede účastníky k uvědomění, že je potřeba uvažovat nad obsahem.

### **Tematický blok č. 3 (Sociální sítě) – 3 hodiny**

V tomto bloku je snahou rozšířit účastníkům znalosti o sociálních sítích a zároveň je oddělit od sociálních sítí.

#### Aktivita č. 1 (Odebrání telefonů) – 15 min.

Krátký úvod bloku, při kterém odebereme účastníkům mobilní telefony na 24 hodin. Účelem je umožnit jim porovnat prožívání času s mobilem a bez mobilu.

#### Aktivita č. 2 (Internet challenge) – 90 min.

Večerní program, který je koncipován jako zábavná soutěž, při které mají účastníci možnost vyzkoušet své znalosti sociálních sítí a dovědět se nové informace.

#### Aktivita č. 3 (Večerní rituál) – 30 min.

Zakončení dne, které slouží k připomenutí zážitků a aktivit. Účastníci mají možnost se podělit o zážitek, situaci apod., jež zažili.

### **Tematický blok č. 4 (Ranní start I + II) – 1 hodina**

Začátek dne, ve kterém aktivizujeme účastníky fyzicky i psychicky.

#### Aktivita č. 1 (Rozcvička) – 15 min.

Krátká pohybová aktivita, při které se účastníci proberou a nastartují do nového dne.

#### Aktivita č. 2 (Ranní servis) – 30 min.

Krátké ohlédnutí za předešlým dnem a prostor pro reflexi aktivit.

### **Tematický blok č. 5 (Elektronická stopa) – 2 hodiny**

Blok zaměřený na chování na internetu, sociálních sítích a na to, co po sobě účastníci zanechávají v kyberprostoru.

#### Aktivita č. 1 (Akční agentura) – 60 min.

Účastníci mají po vyplnění dotazníku možnost navštívit stanoviště s různými zábavnými úkoly.



### Téma č. 2 (reflexe) – 30 min.

Reflexe, ve které účastníci zjistí, jaké nebezpečí mohou potkat na internetu a jak se před nimi bránit a na co si dávat pozor.

### **Tematický blok č. 6 (Život s mobilem a aplikace) – 4 hodiny**

Hlavním tématem je neustálá potřeba být online, ať už jako uživatel nebo jako přispěvatel, a uvědomit si, jak to má každý sám.

#### Aktivita č. 1 (Aplikace) – 90 min.

Strategická a běhací aktivita, při které se účastníci seznámí s aplikacemi, které mohou využívat už nyní nebo v budoucnosti.

#### Aktivita č. 2 (Vernisáž) – 30 min.

Aktivita, která je uváděná jako vernisáž fotek účastníků, jež si mohou navzájem ohodnotit.

#### Aktivita č. 3 (Reflexe) – 60 min.

Reflexe se věnuje tomu, co ovlivňuje účastníky v hodnocení, co vyvolává získávání „lajků“ a jaká jsou nebezpečí.

### **Tematický blok č. 7 (YouTube) – 4 hodiny**

Praktický blok, ve kterém si účastníci vyzkouší, co je to tvorba videa a co všechno obnáší.

#### Aktivita č. 1 (Stream) – 150 min.

Během dvou hodin si účastníci vymyslí scénku, nazkouší ji a nakonec ji předvedou v živém streamu. Účastníci si vyzkouší, že udělat kvalitní obsah není jednoduché.

#### Aktivita č. 2 (Večerní rituál) – 30 min.

Zakončení dne, které slouží k připomenutí zážitků a aktivit. Účastníci mají možnost se podělit o zážitek, situaci apod., které zažili.

### **Tematický blok č. 8**

Viz tematický blok č. 4.

### **Tematický blok č. 9 (Závěr) – 2 hodiny**

Závěrečný blok, ve kterém účastníci zhodnotí prospěšnost kurzu.

#### Aktivita č. 1 (Fotící pexeso) – 60 min.

Běhací aktivita s mobilními telefony, kdy hledají dvojice stejných obrázků jako v pexesu a používají mobil.

#### Aktivita č. 2 (fotoprezentace + hodnocení) – 30 min.

Vizuální shrnutí kurzu, kterým si účastníci připomenou průběh celého pobytu. Následuje hodnocení jednotlivých aktivit i přínosu kurzu.



K aktivitám jsou přiřazeny přílohy uvedené v kapitolách 4 – Soubor materiálů pro realizaci programu a 5 – Soubor metodických materiálů. U jednotlivých aktivit jsou uvedeny vždy všechny, protože některé spolu úzce souvisí a při jejich rozdělení by materiály potřebné k aktivitě působily chaoticky a nejasně. Jak bylo zmíněno, jsou vždy uvedeny všechny přílohy s tím rozdílem, že přílohy, které patří do Metodických materiálů, jsou na konci názvu přílohy pojmenovány „metodika“. Všechny ostatní přílohy neoznačené tímto termínem jsou uvedeny u materiálů pro realizaci programu.

### 1.10 Materiální a technické zabezpečení

Zážitkový program je koncipován jako pobytový třídní kurz s navazujícími hodinami ve škole.

Během programu je zajištěno ubytování a stravování v objektu. K realizaci programu jsou potřebné určité prostory. Z vnitřních prostor program využívá klubovny – prostorné místnosti, kde se dá pohodlně sedět nebo i volně pohybovat.

Z venkovních prostor program počítá s hřištěm nebo jiným venkovním areálem, kde lze pohodlně a bezpečně běhat. Je vhodná příjemná trasa pro procházku s focením – zajímavosti, příroda apod.

Program využívá audiovizuální techniku (reproduktory, dataprojektory). Často pracuje s jinou audiovizuální technikou – kamera, fotoaparát. Další pomůcky k jednotlivým aktivitám jsou uvedeny přímo u nich.

### 1.11 Plánované místo konání

Program doporučujeme realizovat v areálu se sportovištěm, s možností využití různých prostor (místností), klubovnami s dostatečnou kapacitou pro celou skupinu, stravovacími a ubytovacími prostory, ideálně v blízkosti přírody.

Pokud realizátor nebude chtít program realizovat jako třídní program, je možné použít pouze některé bloky či aktivity (např. během výuky). S jejich realizací se podrobně seznámí v tematickém bloku č. 2 a metodickém bloku č. 3. Pro vhodné užití aktivit doporučujeme, aby měl realizátor znalosti z pedagogiky zážitku a cílené zpětné vazby.

### 1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu

Vyhodnocení realizace programů proběhne ze tří stran:

- realizátoři programu  
Realizátoři zhodnotí realizaci programu v těchto bodech: Hodnocení dosažení cílů programu, přijetí cílovou skupinou, reakce cílové skupiny na program.
- zúčastnění učitelé  
Podobně jako realizátoři.
- účastníci programu  
Zpětnou vazbu od účastníků získáme v těchto bodech: Jaký vnímají přínos programu pro sebe a pro život, nakolik vnímají program a získané vědomosti a dovednosti pro sebe užitečné. Způsob hodnocení je uveden přímo v jedné z aktivit.



## 1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu

Počet realizátorů/lektorů: 2

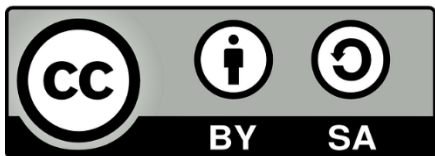
Položka		Předpokládané náklady
<b>Celkové náklady na realizátory/lektory</b>		10 400 Kč
z toho	<i>Hodinová odměna pro 1 realizátora/ lektora včetně odvodů</i>	230 Kč
	<i>Ubytování realizátorů/lektorů</i>	600 Kč
	<i>Stravování a doprava realizátorů/lektorů</i>	600 Kč
<b>Náklady na zajištění prostor</b>		2 100 Kč
<b>Ubytování, stravování a doprava účastníků (25 účastníků)</b>		26 500 Kč
z toho	<i>Doprava účastníků</i>	4 000 Kč
	<i>Stravování a ubytování účastníků</i>	22 500 Kč
<b>Náklady na učební texty</b>		700 Kč
z toho	<i>Příprava, překlad, autorská práva apod.</i>	200 Kč
	<i>Rozmnožení textů – počet stran:</i>	500 Kč
<b>Režijní náklady</b>		11 500 Kč
z toho	<i>Stravné a doprava organizátorů</i>	600 Kč
	<i>Ubytování organizátorů</i>	600 Kč
	<i>Poštovné, telefony</i>	100 Kč
	<i>Doprava a pronájem techniky</i>	500 Kč
	<i>Propagace</i>	500 Kč
	<i>Ostatní náklady</i>	1 200 Kč
	<i>Odměna organizátorům</i>	8 000 Kč
<b>Náklady celkem</b>		51 200 Kč
<b>Poplatek za 1 účastníka</b>		2 050 Kč



## 1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití

Tento program podléhá licenci CC-BY-SA.

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Program je uveřejněn na metodickém portálu RVP.CZ.

Všechny materiály potřebné k realizaci programu (metodické materiály, pracovní listy, metodické video aj.) naleznete na naší webové adrese:

<https://www.disfrystak.cz/rkdk/>

dále na rvp.cz: [Dům Ignáce Stuchlého - DIGIFOLIO \(rvp.cz\)](#)

Pokud není uvedeno jinak, veškeré grafické, zvukové, audiovizuální či jiné materiály (obrázky, plakáty, grafy nebo piktogramy) použité v tomto programu a jeho přílohách, jsou buď našim autorským dílem nebo jsou použity z webů pexels.com, pixabay.com nebo canva.com s volnou licencí. Organizace Salesiánský klub mládeže, z.s. Dům Ignáce Stuchlého je oprávněným držitelem Canva Pro.

Licenční podmínky:

- <https://www.pexels.com/license/>
- <https://pixabay.com/cs/service/license/>
- <https://about.canva.com/license-agreements/>

Použité záběry dětí a žáků jsou vloženy v souladu s GDPR. Údaje jsou zpracovány podle zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů.

### Odkazy na videa k programům:

Dotkni se sebe: <https://youtu.be/vzTRStZGr-M>

Jsem jaký jsem: <https://youtu.be/G4PkEIGh0w>

Život online: <https://youtu.be/vZxkJXKK94M>

Láska je láska: <https://youtu.be/V-Dc2uhKp64>

Kdo najde přítele najde poklad: <https://youtu.be/o9CuyIXg-H4>

Média na druhý pohled: <https://youtu.be/d7f32SSGeMk>

Chuť na život: <https://youtu.be/gPqT5-fzTXk>

O co Ti v životě jde: <https://youtu.be/W9GF-5XBkXo>

Multikultura – nejsme tady sami: <https://youtu.be/zEixORcEaAA>



## 2 Podrobně rozpracovaný obsah programu

Podrobně rozpracovaný program pro žáky je zpracován v příloze č. 2. Pojetí a způsob zpracování podrobně rozpracovaného obsahu a práci s ním uvádíme v části 3 metodická část.

### Harmonogram programu:

	1. den	2. den	3. den
Dopoledne	<b>1. Blok – SEZNÁMENÍ</b> Přivítání a hledání sociálních sítí QR kódy pravidla a seznámení s domem  Internetová síť Informace o lektorovi  Obavy a očekávání Harmonogram Ubytování	<b>4. Blok – RANNÍ START</b>  Žralok Ranní servis  <b>5. Blok – ELEKTRONICKÁ STOPA</b>  Akční agentura Reflexe	<b>8. Blok – RANNÍ START II</b>  Vytahovaná Ranní servis  <b>9. Blok – ZÁVĚR</b>  Fotící pexeso Fotoprezentace a hodnocení
Odpoledne	<b>2. Blok – INSTAGRAM</b>  Jak udělat dobrou fotku a triky s mobilem  Tvorba instagramového účtu	<b>6. Blok – ŽIVOT S MOBILEM A APLIKACE</b> Aplikace Vernisáž Reflexe  <b>7. Blok – YOUTUBE</b> Stream  Rozdělení na stream, téma	
Večer	<b>3. Blok – SOCIÁLNÍ SÍŤ</b> Odebrání telefonů Internet challenge  Večerní rituál	Zkoušky, kostymérna Stream  Večerní rituál	

### Harmonogram hodin: (pouze bodově)

#### 1. hodina

- Úvod do hodiny a seznámení s cílem dvouhodinovky – 3 min.
- Připomenutí kurzu – fotografie – 12 min.
- Co se ti vybaví – 5 min.
- Kvíz – 25 min.

#### 2. hodina

- Napiš si, řekni si – 20 min.
- Libovolná hra na odreagování – 5 min.
- Co mi sociální sítě dávají a berou – 15 min.
- Závěrečný hodnotící teploměr – 5 min.



## 2.1 Tematický blok č. 1 (Seznámení) – 3 hodiny

### 2.1.1 Aktivita č. 1 (přivítání a hledání sociálních sítí) – 15 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Přivítáme v kostýmech účastníky hromadně hned při jejich příjezdu a uvedeme celý pobyt drobnou aktivitou. Aktivita, která účastníky zaskočí, odvede jejich myšlenky od problémů mimo kurz a vtipně naladí na téma kurzu a lektory.

#### Metody

Animované přivítání.

#### Pomůcky

Loga sociálních sítí (Příloha č. 1 – Přivítání – Loga sociálních sítí).

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Počkáme na příjezd účastníků a ihned je vítáme. Každému účastníkovi podáme ruku a komentujeme věci týkající se kurzu, např. sluchátka, mobily, zeptáme se, jestli mají tablet nebo notebook.

Potom utvoříme kolečko, tak abychom na sebe vzájemně viděli. Představíme se jako členové IT oddělení našeho centra a vysvětlíme jim, že jsme odborníci na sociální sítě, internet a kyberprostor.

Nakonec jim vysvětlíme, že při stahování sociálních sítí do mobilu se nám poztrácely widgety z plochy mobilu a roztrousily se nám po náměstí. Účastníci dostanou za úkol tyto kartičky najít a donést.

Při předávání je dobré se jednotlivců ptát, jakou sociální síť donesli, abychom získali přehled o znalostech účastníků.

### 2.1.2 Aktivita č. 2 (QR kódy – pravidla a seznámení s domem) – 30 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Tato aktivita je účastníkům zadána po příchodu do objektu. Účastníci pomocí mobilního telefonu skenují QR kódy rozmístěné po domě. Získávají tak otázky a správné odpovědi, které mají spojit dohromady. Prostřednictvím této aktivity se seznámí s pravidly domu a jeho prostory.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

QR kódy (Příloha č. 2 – QR kódy pro tisk, metodika), propisky, podložky, šátky, papíry, mobily se čtečkou QR kódů.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Na začátku rozdělíme účastníky do dvojic. V případě lichého počtu máme jednu trojici. Po vysvětlení pravidel odstartujeme (pravidla popsána v metodické části). Hráči chodí po domě a skenují QR kódy, kde jsou otázky a odpovědi. Snaží se najít vždy otázku a odpověď, která k ní patří, a na papír si je napíší dohromady. Ve chvíli, kdy mají všechny odpovědi vyplněné nebo skončil čas, jdou na určené



místo a odevzdají odpovědi lektorovi. Když dorazí všechny dvojice, projdeme odpovědi a ujasníme pravidla. Můžeme také ocenit dvojici, která nejrychleji a nejlépe odpověděla.

### **2.1.3 Aktivita č. 3 (Internetová síť) – 20 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci se snaží seřadit podle abecedy, aniž by mluvili a sestoupili z židlí.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Židle nebo podložky, na kterých budou stát.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníky vyzveme, aby si stoupli na židle/podložky. Vysvětlíme pravidla a odstartujeme. Od této chvíle mlčí a přesunují se. Lektoři chodí a ptají se na jména a snaží se je naučit. Také dohlíží na to, aby nemluvili, když se lektor neptá na jméno, a aby se nedotkli ničeho jiného, než je židle (podložka).

### **2.1.4 Aktivita č. 4 (Informace o lektorovi) – 25 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci mají za úkol zjistit informace o lektorech. Můžou využít internet i lidi v domě.

#### Metody

Zkušenostní učení.

#### Pomůcky

Wi-Fi připojení (poskytováno skrze hot-spot na notebooku), mobilní telefony, fotky se jmény lektorů, papíry, tužky, podložky.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Hráče rozdělíme do skupin po 6-8. Dva z účastníků dostanou přístup na Wi-Fi a hledají na internetu. Zbytek skupiny se snaží získat informace po domě. Pro zjištění jmen můžou využít fotografie v domě nebo zkusit zapátrat na internetu. Zjištěné informace si sepisují, aby je na konci mohli prezentovat.

Po uběhnutí času se informace přečtou a zapíší na papír, tak aby je všichni viděli. Postupně každá skupina přečte, co zjistila na lektora. Vždycky se zapíší informace na jednoho lektora a pak na druhého.

Na konec lektoři uvedou vše na pravou míru.

### **2.1.5 Aktivita č. 5 (Obavy, očekávání) – 30 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita, při které účastníci napíší na papíry své obavy, očekávání.





## Metody

Diskusí.

## Pomůcky

Papíry, tenké fixy, velký papír a tlusté fixy.

## Podrobně rozpracovaný obsah

Doprostřed kruhu na zem dáme tři papíry (obavy, očekávání, téma), potom požádáme účastníky, aby každý sám za sebe napsal, čeho se bojí, na co se těší a co očekává od tématu. Časová dotace je cca 10 minut. Pak vezme lektor papíry a řekne, na které straně místnosti je Ano, na které Ne (tedy kde je ta jejich obava/očekávání). Potom postupně čte jednotlivé obavy/očekávání. Po každé se účastníci přemístí, a pokud je jich alespoň třetina na straně Ano, obava/očekávání se zapíše na velký papír. Postupně se projdou úplně všechny papírky. Na konci je tedy výstupem papír, na kterém jsou vypsány obavy a očekávání.

## 2.2 Tematický blok č. 2 (Instagram) – 4 hodiny

### 2.2.1 Aktivita č. 1 (Jak udělat dobrou fotku a triky s mobilem) – 90 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Prezentace základních principů focení, následné vyzkoušení si oněch principů a na závěr tvorba vlastní fotografie, se kterou se bude pracovat další den. Aktivita, při které poznají účastníci další možnosti fotografie a vyfotí fotku, která bude použita v dalším programu.

#### Metody

Přednáška, praktické učení.

#### Pomůcky

Projektor, prezentace (Příloha č. 3 – Prezentace focení), mobilní telefony s fotoaparátem (od účastníků).

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Jedná se o prezentaci, ale je potřeba dát prostor účastníkům. Je dobré se po každém pravidlu zeptat, jestli to znají, věděli, používají.

Následně se nachystáme na procházku. Účastníci si vezmou své mobilní telefony a jdeme zkusit věci z prezentace.

Ještě, než vyjdeme, řekneme, že jednu z fotek, která se jim bude jevit jako nejlepší, nám následně pošlou a bude použita v některém z následujících bodů programu. Podmínkou fotografie je, aby ji vyfotili účastníci sami, nikomu ji nesmí ukázat a nesmí na ní být zachycen žádný člověk. Jakmile budou mít fotku hotovou, pošlou ji na email a do předmětu uvedou své jméno.

### 2.2.2 Téma č. 2 (Tvorba instagramového účtu) – 90 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita, při které účastníci tvoří fotografie pro instagramový účet různého zaměření.



## Metody

Praktický nácvik focení.

## Pomůcky

Mobilní telefon, projektor, počítač, prezentace účtu (Příloha č. 4 – Instagramové účty), Wi-Fi.

## Podrobně rozpracovaný obsah

Na začátku se představí typy instagramových účtů bez fotek, pak rozdělíme účastníky do skupin. Každá skupina si vybere téma a má cca 25 minut na vyfocení devíti fotek. Pošle je na email, který je promítán na projektor. Nakonec se porovná reálný účet s účtem, který stvořili.

## **2.3 Tematický blok č. 3 (Sociální sítě) – 3 hodiny**

### **2.3.1 Aktivita č. 1 (Odebrání telefonů) – 15 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Před zahájením večerního programu odebereme účastníkům telefony, ale nejdříve je necháme informovat rodiče o jejich nedostupnosti krátkou SMS.

#### Metody

Zkušenostní učení.

#### Pomůcky

Mobilní telefony účastníků, průhledný box nebo krabice.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Na začátku programu lektor požádá účastníky, aby si všichni vytáhli mobilní telefony, otevřeli si novou SMS a napsali text, který jim nadiktuje. V textu je informace pro rodiče o tom, že nebudou na telefonu dostupní. Také je rodičům v SMS sděleno číslo, na které volat v případě nutnosti.

Aktivita trvá po celou dobu odebrání mobilních telefonů. Je součástí aktivity Akční Agentura, kde je možné si zajistit zkrácení nebo prodloužení doby odebrání mobilu.

Je možné použít místo SMS např. messenger.

### **2.3.2 Aktivita č. 2 (Internet challenge) – 90 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita ve stylu televizní soutěže, při které účastníci soutěží v několika disciplínách a ukazují své znalosti o internetu, sociálních sítích a doví se zajímavá fakta.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Papíry, tužky, stolečky, matrace (pro skupinky na sednutí), prezentace (Příloha č. 5 – InternetChallenge), hudba jako podkres a pomůcky k jednotlivým kategoriím.



### Podrobně rozpracovaný obsah

Dorazí nějaký známý člověk z mediálního prostředí (instruktor převlečený za Leoše Mareše, Kovyho atp.) a vyzve účastníky k účasti na své oblíbené soutěži: „Hrajeme o hodnotný pohár a uvidíme, jak dobře se vyznáte ve světě internetu.“

Účinkující jsou rozděleni do týmů. Každý tým označený barvou má své kapitány. Cílem hry je získat pro svůj tým co nejvíce bodů v jednotlivých disciplínách.

#### DISCIPLÍNY:

- Tipovací část

5 otázek s odpověďmi A, B, C, D.

- Poznej hlasy youtuberů

Přiřaď foto, jméno a číslo nahrávky.

- Odkrývačka loga aplikací

Týmy postupně odkrývají logo aplikace, kdo jako první uhodne, získává bod.

- Uhádneš, co kreslím?

Je několik obrázků spojených s mediálním světem, hráči by se měli prostřídat v tom, kdo kreslí. Vždy jeden vyběhne, vylosuje si obrázek (nesmí být stejný s tím, co už mají nakreslené) a obrázek překreslí na papír svému týmu. Když tým uhádne, vybíhá další.

### **2.3.3 Aktivita č. 3 (Večerní rituál) – 30 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci leží nebo sedí v kruhu a reflektují uběhlý den.

Aktivita určená k uzavření dne, uklidnění před spánkem a sloužící jako prostor pro sdílení zážitků mezi účastníky.

#### Metody

Reflexe.

#### Pomůcky

Svíčky, matrace do kruhu, meditační hudba.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Než účastníky pustíme do místnosti, kde bude večerní zakončení dne probíhat, jdeme je zklidnit a naladit ven před vstup do místnosti. Připravíme je na to, že je čeká velmi tichá a klidná aktivita, požádáme je o ztišení a o to, aby se zkusili ve svých myšlenkách i činnostech zastavit.

Jakmile jsou účastníci v kolečku, uvítáme je u rituálu a shrneme jim aktivity celého dne.

Pak je požádáme o shrnutí dne vlastními slovy podle pravidel z metodické části.

Po celou dobu udržujeme klidnou a příjemnou, až mírně intimní atmosféru.



Nakonec se vyjádří i lektori, jak si den vychutnali, popřejeme jim dobrou noc a rozloučíme se s tím, že se těšíme na zítřejší den.

## 2.4 Tematický blok č. 4 (Ranní start I) – 1 hodina

### 2.4.1 Aktivita č. 1 (Žralok) – 15 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita sloužící k probuzení a nastartování do nového dne.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Matrace, padáky, hudba.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníci sedí a drží ve výši pasu padák. Nohy mají zasunuté pod padákem a představují si atmosféru léta, pláže, jak si smáčí nohy v moři. Můžeme si vyzkoušet vytvořit na moři mírné vlnky (jemné vlnění padákem), větší vlny ... nebo i bouři (silné vlnění padákem). A opět navodíme atmosféru pohody u moře.

Avšak v zátocě se občas objevuje žralok, který loví v místních vodách a snaží se turisty stáhnout do hlubin moře. Jediné, co může oběť zachránit, je, když začne hlasitě křičet o pomoc a mávat nad hlavou rukama. (Vyzkoušíme s účastníky, jak se křičí.) V tu chvíli může zasáhnout pobřežní hlídka, která chodí okolo a hlídá, a vytáhnout ji z moře. Vybereme 2 účastníky (kluk a holka), kteří budou pobřežní hlídka.

Pokud se žralokovi podaří stáhnout někoho do moře, stává se oběť žralokem. Pokud se podaří pobřežní hlídce zachránit oběť, stává se pobřežní hlídkou.

Poté „vpustíme“ do moře žraloka – vybereme někoho silnějšího z účastníků, nebo jde jako první lektor.

Na závěr spočítáme žraloky a záchranáře, komu se podařilo zachránit/ulovit více obětí.

### 2.4.2 Aktivita č. 2 (Ranní servis) – 30 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Pomocí různých metod hitace a zpětné vazby se vracíme k předešlému dni a ke stěžejním aktivitám, abychom je využili naplno a dostali se i k naplnění jejich cílů. Metody jsou jak pro jednotlivce, tak pro týmy, tak i pro celou skupinu. Je možné z nich vybírat a střídat je.

#### Metody

Zpětná vazba.

#### Pomůcky

Mluvící předmět a další pomůcky dle výběru metody.

#### Podrobně rozpracovaný obsah



Lektor, který aktivitu vede, pokládá účastníkům otázky na jednotlivé aktivity, které proběhly. Postupujeme chronologicky a obměňuje i způsoby hitace. Takto projdeme zásadní momenty a cíle předešlých stěžejních aktivit.

## 2.5 Tematický blok č. 5 (Elektronická stopa) – 2 hodiny

### 2.5.1 Aktivita č. 1 (Akční agentura) – 60 + 30 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita, při které mají účastníci možnost navštívit několik stanovišť s aktivitami (pohybové, výtvarné, adrenalinové). Po skončení aktivity následuje reflexe na téma bezpečnosti na internetu a elektronické stopy.

#### Metody

Zkušenostní učení.

#### Pomůcky

Video na úvod (Příloha č. 6 – AdventureAgency), kostýmy, podpisové formuláře (Příloha č. 7 – Formuláře), jednotlivé aktivity (lukostřelba, horolezecká stěna, slaňování, Just dance, výroba placek), doporučení na konec reflexe (Příloha č. 8 – Doporučení, metodika), motivační video.

Při ověřování jsme použili video z youtube <https://www.youtube.com/watch?v=F7pYHN9iC9I>.<sup>1</sup> Při realizaci doporučujeme použít podobné video. Vždy je potřeba přihlídnout k autorským právům.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Nejdříve pustíme úvodní video, ve kterém představíme Akční agenturu a jednotlivé aktivity. Následně přijde ředitel agentury, který potencionální účastníky obeznámí s pravidly, zejména tedy s podpisy, a pak také upřesní, kde se jednotlivá stanoviště s aktivitami nacházejí.

Podpisy: Účastníci se nejdřív vydají do kanceláře, kde musí podepsat formuláře. Zde je jeden dohlížející úředník, který může ujasnit nějaké nesrovnalosti a zejména pak dát svolení k účasti na aktivitách.

Akční aktivity: Jsou to různá stanoviště dle možností. My jsme využili toho, co nabízí Dům Ignáce Stuchlého – horolezecká stěna, slaňování, lukostřelba, fotokoutek, tancování, vyrábění v ateliéru.

Vždy na jednom stanovišti je jeden lektor, který má danou aktivitu na starosti. Aktivity se může účastnit jen ten, kdo podepsal formulář.

Po ukončení aktivit následuje reflexe, ve které se zaměřujeme na podepsaný formulář a na základě prožitku ukazujeme možnosti, které by je mohly potkat.

---

<sup>1</sup> Amazing mind reader reveals his 'gift' - YouTube. *YouTube* [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 11.08.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=F7pYHN9iC9I>.



## 2.6 Tematický blok č. 6 (Život s mobilem) – 4 hodiny

### 2.6.1 Aktivita č. 1 (Aplikace) – 90 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Běžací aktivita, při které účastníci hledají části log aplikací a snaží se poskládat aplikace ze své kategorie.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Rozčtvrcené kartičky s logy aplikací (Příloha č. 10 – Loga aplikací), rozdělení aplikací (Příloha č. 11 – Rozdělení aplikací, metodika, Příloha č. 12 – Loga a názvy, metodika), notebook, Wi-Fi, barevné šátky.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníky rozdělíme do vhodných skupin, dle toho, o jak početnou třídu se jedná (aktivita je připravena až pro 8 skupin), a přidělíme jim kategorii aplikací. V každé skupině si účastníci určí člena, který bude označen modrým šátkem (směnárník). Dále si skupina zvolí člena, který bude označen žlutým šátkem (vyhledavač). Každá skupina bude mít své výchozí stanoviště. Také zde bude vyhledavač. Po pětiminutovém prostoru na domluvení taktiky skupiny se odstartuje samotná hra. Účastníci mají hodinu čas na hledání kartiček s částmi log aplikací, na vyhledávání informací o daných aplikacích a na zařazení aplikace do správné kategorie.

Členové skupiny, kteří hledají kartičky v terénu, vždy najdou jednu kartičku, donesou ji do výchozího stanoviště a běží pro další. Mezitím vyhledavač zjišťuje, o jakou aplikaci se jedná. Směnárník popřípadě směňuje kartičky s ostatními skupinami. Po ukončení časového limitu každá skupina spočítá aplikace, které nasbírala a správně definovala, a s lektorem si jednotlivé aplikace popíší a představí.

### 2.6.2 Aktivita č. 2 (Vernisáž) – 30 + 60 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita, která je uváděna jako vernisáž fotografií, na kterou naváže reflexe o obsahu sociálních sítí.

#### Metody

Prezentace výsledků z předchozí aktivity.

#### Pomůcky

Vytištěné fotografie z předchozího dne, sada smajlíků pro každého účastníka (Příloha č. 13 – Smajlíci – Hodnocení), rámečky se suchým zipem pro připevnění smajlíků.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

V klubovně pustíme hudbu (ideálně vážnou nebo nějakou klidnou), účastníci mají možnost prohlédnout si všechny fotky. Při vstupu do sálu, kde je vernisáž, dostanou účastníci sadu emotikonů, vždy tři od každého druhu. Snažíme se udržet klid, aby se mezi sebou nebavili a neříkali si, která fotka je koho. Připomeneme, že hodnotí každý za sebe a mají omezený počet emotikonů. Po prohlédnutí



ohodnotí obrázky, které se jim líbí a nelíbí. Pak následuje reflexe, ve které si na začátku každý vezme svoji fotku, podívá se na ni a dá si ji před sebe.

## 2.7 Tematický blok č. 7 (YouTube) – 4 hodiny

### 2.7.1 Aktivita č. 1 (Stream) – 150 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita, při které účastníci připraví scénku, kterou zahrají před kamerou a je živě streamována.

#### Metody

Inscenační metoda.

#### Pomůcky

Typy YouTube videí (Příloha č. 15 – Typy YouTube videí) pro každou skupinu do ruky, kostýmy, návrhy scének, zařízení na stream (GoPro kamera, mobil, notebook, připojení na internet), světla, kartičky pro čas výběrů kostýmů a zkoušky scénky.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníci se rozdělí do skupin a v těchto skupinách mají za úkol sehrát scénku na určité téma. Tato scénka bude následně živě streamována.

V průběhu přípravy je jeden lektor v klubovně, kde si účastníci mohou domluvit potřebné věci pro realizaci scénky nebo se přijít poradit. Druhý vydává v určenou dobu kostýmy. Společně nachystají klubovnu na stream. Při streamu se jeden z lektorů stará o stream a uvádění jednotlivých scének a druhý se stará, aby byla vždycky nachystaná další skupina.

## 2.8 Tematický blok č. 8 (Ranní start II) – 1 hodina

### 2.8.1 Aktivita č. 1 (Vytahovaná) – 15 min.

#### Forma a bližší popis realizace

Aktivita sloužící k probuzení a nastartování do nového dne.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Matrace, hudba, papír na zapisování bodů, fix, šátky (paruky, klobouky).

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníky rozdělíme na dva týmy. Pokud je podobný počet dívek a chlapců, využijeme to. V případě, že ne, využijeme např. šátky, paruky, čepice pro jasné rozdělení. Účastníci si sednou na matrace do kruhu. Lektor vysvětlí pravidla (viz Metodická část) a vybere z každého týmu jednoho účastníka. Když začne hrát hudba, ten, kdo stojí v kruhu, se rozběhne k hráči opačného týmu. Vytáhne ho do kruhu a posadí se na jeho místo. Tak se to opakuje, dokud hraje hudba. Ve chvíli, kdy hudba přestane hrát, se hráči zastaví a tým, který má méně hráčů v kruhu, získává bod. Lektor určí, do kolika



bodů se hraje. V průběhu hry lektor zastavuje hudbu, zapisuje body a případně kontroluje, kdo už seděl a kdo ještě ne.

### **2.8.2 Aktivita č. 2 (Ranní servis) – 30 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Pomocí různých metod hitace a zpětné vazby se vracíme k předešlému dni a ke stěžejním aktivitám, abychom je využili naplno a dostali se i k naplnění jejich cílů. Metody jsou jak pro jednotlivce, tak pro týmy, tak i pro celou skupinu. Je možné z nich vybírat a střídat je.

#### Metody

Zpětná vazba.

#### Pomůcky

Mluvicí předmět a další pomůcky dle výběru metody.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Lektor, který aktivitu vede, pokládá účastníkům otázky na jednotlivé aktivity, které proběhly. Postupuje chronologicky a obměňuje i způsoby hitace. Takto projde zásadní momenty a cíle předešlých stěžejních aktivit.

## **2.9 Tematický blok č. 9 (Závěr) – 2 hodiny**

### **2.9.1 Aktivita č. 1 (Fotící pexeso) – 60 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Běhací aktivita ve skupinkách, která je založená na principu klasického pexesa. Účastníci hledají dvojice za pomoci mobilního telefonu.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Kartičky pro pexeso (Příloha č. 16 – Pexeso), mobilní telefony s foťákem, lana na vyznačení prostoru pro porovnávání.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Po odstartování hry se účastníci rozběhnou k hracím polím a hledají dvojice. Jeden lektor stojí v porovnávací zóně a druhý chodí po prostoru, hlídá dodržování pravidel a fotí. Jakmile si účastníci myslí, že mají dvojici, nahlásí to lektorovi. Po donesení dvojice je potřeba zkontrolovat, jestli je dvojice opravdu stejná.

Kartičky jsou tak podobné, že snadno dojde k záměně. Pokud jsou stejné, tým si je nechá. Pokud nejsou stejné, hráči je vrátí na místo, kde je vzali. Toto vrácení se počítá jako výběh a je potřeba se po uložení kartiček vrátit zpět. Po ukončení časového limitu se spočítá, kdo má nejvíce dvojic.

### **2.9.2 Aktivita č. 2 (Fotoprezentace a hodnocení) – 30 min.**





### Forma a bližší popis realizace

Závěrečná aktivita, při které si účastníci připomenou kurz a zhodnotí ho.

### Metody

Fotoprezentace, zpětná vazba od účastníků.

### Pomůcky

Fotoprezentace z kurzu, krabice na hodnocení, emotikony z vernisáže, papír s nedokončenými větami.

### Podrobně rozpracovaný obsah

Na začátek pustíme fotoprezentaci fotek z kurzu, kde si účastníci připomenou aktivity a zážitky. Potom jim ukážeme krabici, kde jsou otvory s názvy jednotlivých her. Účastníci dostanou tři druhy emotikonů, kterými můžou ohodnotit jednotlivé aktivity.

Jako druhou část dostanou papír s několika nedokončenými větami, které dokončí podle sebe.

Tematické bloky č. 10 a 11 jsou realizovány ve dvou hodinách ve škole. Cíle dvou navazujících hodin ve škole:

Účastníci si připomenou pobyt na kurzu a s odstupem zhodnotí, jaký dopad měl kurz na jejich praktické využívání sociálních sítí, a zopakují si informace nabyté během programu.

## **2.10 Tematický blok č. 10 (Senzibilizace) – 1 hodina**

### **2.10.1 Aktivita č. 1 (Fotografie) – 12 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci shlédnou sérii fotografií dokumentující program během pobytu pro připomenutí toho, co prožili.

#### Metody

Fotoprezentace.

#### Pomůcky

Fotografie z kurzu, plátno, dataprojektor, audiotechnika.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníky pohodlně usadíme a na úvod dvou hodin ve škole pustíme fotky pořízené na programu. Můžeme pustit příjemnou a veselou hudbu. Účastníci pak shlédnou prezentaci fotografií z pobytu.

### **2.10.2 Aktivita č. 2 (Co se ti vybaví) – 5 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Po třídě kolují papíry, na které účastníci píšou, co si z programu vybaví.

#### Metody



Brainstorming.

#### Pomůcky

Papíry A4, psací potřeby.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Na různá místa ve třídě rozdáme mezi účastníky několik papírů, které budou kolovat. Účastníci si vzpomínají, co na programu zažili, slyšeli, naučili se.

### **2.10.3 Aktivita č. 3 (Kvíz) – 25 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci ve skupinách odpovídají na soutěžní kvíz v prezentaci týkající se informací z programu, který se na konci vyhodnotí.

#### Metody

Kvíz.

#### Pomůcky

Papír, psací potřeby, prezentace (Příloha č. 17 – Kvíz).

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníci se rozmístí na koberec nebo židle (jak umožňuje prostor třídy) po skupinkách. Potom sledují prezentaci s kvízem a zaznamenávají odpovědi. Na konci prezentace jsou uvedeny správné odpovědi, takže společně vyhodnotíme výsledky. Skupina, která měla nejvíce bodů, získá odměnu.

## **2.11 Tematický blok č. 11 (Život online) – 1 hodina**

### **2.11.1 Aktivita č. 1 (Napiš si, řekni si) – 20 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci napíšou dvě věty jakoby na chatu, poté si tyto věty mají říct do očí. Proběhne několik prostřídání. Na závěr proběhne reflexe.

#### Metody

Prožitkové učení

#### Pomůcky

Proužek papíru, psací potřeby.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníci mají čas na rozmyšlenou a na jednu stranu papíru si napíší větu, kterou by nechtěli, aby jim někdo napsal, a na druhou stranu to, co by chtěli, aby jim někdo napsal. Potom se vysvětlí druhá část pravidel. Účastníci vytvoří kruh nebo dvě řady, aby stáli čelem k sobě. Postupně si sdělují věty záporné a kladné. Pak se posunou k dalšímu a opět si řeknou obě věty. Když se prostřídají, tak se posadí a následuje reflexe.



### **2.11.2 Aktivita č. 2 (Hra na odreagování) – 5 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Zahrajeme si hru dle vlastního výběru, můžeme použít např. hru „Vymění se ti“.

#### Metody

Didaktická hra.

#### Pomůcky

Židle.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníci sedí v kruhu a jedna židle přebývá. Lektor čte zadání a úkolem účastníků je, v případě, že na ně zadaná charakteristika platí, se zvednout a sednout si na jinou židli.

### **2.11.3 Aktivita č. 3 (Co mi sociální sítě dávají a co mi berou) – 15 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci promyslí a napíší klady a zápory sociálních sítí, poté o nich metodou řeky diskutují.

#### Metody

Diskuse.

#### Pomůcky

Papíry, podložky, propisky, flip chart a fixy.

#### Podrobně rozpracovaný obsah

Účastníky rozmístíme po klubovně a hlídáme, aby se nebavili a vymýšlel každý za sebe tři klady a tři zápory, které s sebou nese užívání sociálních sítí. Poté budou spojení do dvojic, kde budou diskutovat, s cílem vybrat opět pouze tři klady a tři zápory. Nakonec dvě poloviny třídy diskutují a argumentují. Tuto diskusi už lektor řídí.

### **2.11.4 Aktivita č. 4 (Závěrečný hodnotící teploměr) – 5 min.**

#### Forma a bližší popis realizace

Účastníci sedí a odpovídají gestem ruky na kladené otázky.

#### Metody

Hitace (hodnocení).

#### Pomůcky

Žádné.

#### Podrobně rozpracovaný obsah



Vedoucí aktivity vysvětlí pravidla a poté postupně pokládá otázky. Účastníci rukou ukazují kladné nebo záporné hodnocení. Pokud zvednou ruku úplně nahoru, je kladné, pokud ji dají na zem, je negativní. Při každé otázce se může jednotlivce nebo i celé třídy zeptat na vysvětlení, proč je to dobře nebo špatně.



## 3 Metodická část

Program se skládá ze dvou částí: třídního zážitkového kurzu a 2 vyučovacích hodin ve škole. Program z velké části pracuje se zkušenostním učením, s metodou zážitkové pedagogiky. Využívá prvky motivace, dramaturgie, cílování a zejména cílené zpětné vazby. V průběhu programu jsou využívány aktivizující metody, z nich zejména diskuse a didaktické hry. Vedoucí zážitkového nazýváme lektory. Lektori účastníky do programu motivují často kostýmy, projevem, svým nadšením a otevřeným přístupem.

Vedoucí zážitkového programu nazýváme pojmem lektor. Je to zkratka pojmu Lektor zážitkových kurzů, který je uvedený v žádosti projektu. Jsme si vědomi, že toto označení není v souladu s terminologií školského zákona. Tento pojem je v rámci realizace projektu v naší organizaci zaužívaný.

Aktuálnost mediálních programů je potřeba vždy konfrontovat a reflektovat s aktuální situací a trendy na internetu.

### 3.1 Metodický blok č. 1 (Seznámení)

První blok se věnuje zejména utvoření příjemné atmosféry a seznamování: lektorů s účastníky, účastníky s místem pobytu a s pravidly pobytu.

#### 3.1.1 Aktivita č. 1 (Přivítání a hledání sociálních sítí)

##### Charakteristika

Přivítáme v kostýmech účastníky hromadně hned při příjezdu a uvedeme celý pobyt drobnou aktivitou. Aktivita, která účastníky zaskočí, odvede jejich myšlenky od problémů mimo kurz a vtipně naladí na téma kurzu a lektory.

##### Cíl aktivity

Účastník se naladí na program a lektory a nebude svou pozornost zaměřovat na problémy a jiné starosti zejména ve škole.

##### Materiály

Loga soc. sítí (Příloha č. 1 – Přivítání – Loga sociálních sítí).

##### Příprava

Nachystáme si tematický kostým „ajtáků“, ve kterém účastníky přivítáme. Nezapomeneme hlavně na potřebné atributy typu mobil, notebook aj. Natiskneme loga sociálních sítí, zalaminujeme je a před příjezdem účastníků rozházíme po okolí místa setkání.

##### Motivace

Každý z lektorů má kostým a je svým specifickým způsobem extravagantní. Snažíme se účastníky vtáhnout svým nadšením, tím, že si ze sebe na chvíli děláme legraci i my.

Pojďte za námi, odložte svá zavazadla na toto speciální místo (může být označeno, ale nemusí).

Každému účastníkovi podáme ruku a komentujeme věci týkající se kurzu, např. sluchátka, mobily, zeptáme se, jestli mají tablet nebo notebook.



Potom utvoříme kolečko, tak abychom na sebe vzájemně viděli. Představíme se jako členové IT oddělení našeho centra a vysvětlíme jim, že jsme odborníci na sociální sítě, internet a kyberprostor.

Nakonec jim vysvětlíme, že při stahování sociálních sítí do mobilu se nám poztrácely widgety z plochy mobilu a roztrousily se nám po náměstí.

### **Pravidla**

Stažené widgety z plochy mobilu se poztrácely.

Vaším úkolem je najít je a donést k nám zpět.

### **Metodické poznámky**

Je dobré kartičky roztrousit po ploše, která je ohraničená, a dané ohraničení pak účastníkům sdělit proto, aby nevběhli třeba na frekventovanou silnici.

Při předávání nalezených obrázků je dobré se jednotlivců ptát, jakou sociální síť donesli, abychom získali přehled o znalostech účastníků.

### **Reflexe**

Až druhý den ráno se zeptáme na první dojem, ten hned po příjezdu – účastníci sami přichází s tím, že to bylo děsné a trapné a my jim vysvětlíme, odhalíme, že uvést sebe a možná i je mimo zónu komfortu byl tak trochu záměr.

Můžeme je i v kolečku postupně nechat předvést výraz, jak se cítili prvních 5 minut na kurzu – je to docela legrace a příjemně je to naladí na další činnost.

## **3.1.2 Aktivita č. 2 (QR kódy – Pravidla a seznámení s domem)**

### **Charakteristika**

Tato aktivita je účastníkům zadána po příchodu do domu. Účastníci pomocí mobilního telefonu skenují QR kódy rozmístěné po domě. Získávají tak otázky a odpovědi, které mají spojit dohromady.

### **Cíl aktivity**

Účastník přiřadí správné otázky a odpovědi k sobě.

Účastník se orientuje v objektu a má povědomí o pravidlech domu a programu.

### **Materiály**

QR kódy (Příloha č. 2 – QR kódy pro tisk, metodika), propisky, podložky, šátky, papíry, mobily se čtečkou QR kódů.

### **Příprava**

Nejdříve je důležité vymyslet 11 otázek, které budou účastníci pomocí QR kódu zjišťovat. Otázky by měly být takové, aby na ně odpověď byla v domě dohledatelná (např.: Kolik oken je v jídelně?). Tvorbu QR kódů lze dobře provést podle návodů na internetu. Vytvoříme tedy dvě sady QR kódů – otázky a odpovědi.

Následně QR kódy vytiskneme, zalaminujeme a rozvěsíme po objektu.



Před příjezdem účastníků je dobré obeznámit je s aplikací, která QR kódy rozpoznává, a sdělit jim, aby si ji stáhli do svého telefonu.

### **Motivace**

Uvedeme aktivitu slovy: Vítejte vás na naší základně, v tom největším a nejmodernějším domě IT společnosti. Ale protože by samotná prohlídka tohoto domu zabrala tři dny a my máme opravdu nabitý program, rozhodli jsme se, že si dům projdete sami. Ale ne jen tak obyčejně.

### **Pravidla**

Na začátku rozdělíme účastníky do dvojic. V případě lichého počtu máme jednu trojici.

Je důležité, aby alespoň jeden z dvojice měl mobil a v něm staženou aplikaci na QR kódy.

Následně jim rozdáme šátky, pomocí nichž si sváží nohy k sobě. Pak dáme vždy do dvojice jednu podložku na psaní, propisku a papír.

V domě se nachází 22 QR kódů, tedy 11 otázek a 11 odpovědí.

Hráči chodí po domě a skenují QR kódy, kde jsou otázky a odpovědi. Snaží se najít vždy otázku a odpověď, které k sobě patří, a tyto dvojice si zapisují na papír. Ve chvíli, kdy mají všechny odpovědi vyplněné nebo skončil čas, jdou na určené místo a odevzdají odpovědi lektorovi. Když dorazí všechny dvojice, projdeme si odpovědi a ujasníme pravidla.

### **Metodické poznámky**

Nejprve vysvětlit pravidla a potom teprve rozdat šátky, propisky atd. a nechat účastníky rozdělit se do skupin.

Vždy je dobré, aby jeden z lektorů čekal na účastníky v místnosti, do které mají přijít, aby hlídal pořadí a mohl zkontrolovat správnost odpovědí. Odpovědi se ovšem dovědí všichni společně. Je možné, až budou všichni účastníci v místnosti, se na otázky znovu ptát a oni budou odpovídat. Díky tomu zjistíme, jak si je pamatují nebo opravíme jejich špatné odpovědi.

Můžeme také ocenit dvojici, která nejrychleji a nejlépe odpověděla, nějakou sladkostí.

### **Reflexe**

Reflexe není nutná. Pokud ji chceme zařadit, účastníků se můžeme hned zeptat, která otázka pro ně byla nejtěžší a proč.

### **3.1.3 Aktivita č. 3 (Internetová síť)**

#### **Charakteristika**

Účastníci se snaží seřadit podle abecedy, aniž by mluvili a sestoupili z židlí. Lektor se během aktivity naučí jména účastníků.

#### **Cíl**

Účastník používá odlišné způsoby komunikace než řeč.

Lektor se během aktivity naučí jména všech účastníků.



## **Materiály**

Židle nebo podložky, na kterých budou stát.

## **Příprava**

Nachystat si židle nebo podložky.

## **Motivace**

Za začátek se účastníků zeptáme: Používali jste někdy internet? Registrovali jste se už na některém z webů? Pokud ano, máte už na síti své místo a zanechali jste na internetu svou elektronickou stopu. Internet zná například vaše křestní jména a používá na ně různé algoritmy. Nyní vytvoříme simulaci těchto procesů a vyzkoušíme vaše znalosti z oblasti IT a také to, jak fungujete jako celek. Vaším úkolem totiž bude stoupnout si v pořadí dle abecedního algoritmu.

## **Pravidla**

Stoupněte si na židle/podložky.

Úkolem je se seřadit podle složitého algoritmu, a to podle křestních jmen od A do Z.

Nesmíte se přitom dotknout země, ani promluvit, ani používat okolní nábytek, okna apod.

Jediná výjimka, kdy smíte promluvit, je, když se lektor zeptá na jméno.

V případě, že spadnete nebo promluvíte, se všichni vracíte zpět na místo, kde jste začínali.

Jakmile si myslíte, že jste seřazeni, zvedněte ruce.

Od teď nesmíte promluvit.

## **Metodické poznámky**

Můžeme u toho stopovat čas a motivovat je k rychlejším výsledkům. Když budou stát dle abecedy, je nutné to zkontrolovat tak, že lektori se střídají a říkají jména účastníků.

Další možnost je prezentovat aktivitu jako soutěž mezi třídou a lektory – kdo bude ve svém úkolu rychlejší. Soutěžíme tedy v rychlosti seřazení se na židlích a v zapamatování si všech jmen.

Můžeme zvolit alternativu algoritmu – výška, datum narození, velikost palce na ruce aj.

## **Reflexe**

Není nutná.

Pokud je vhodné ji na základě průběhu zařadit, můžeme se zeptat účastníků, jak se jim beze slov komunikovalo a jaký jiný způsob komunikace použili.

### **3.1.4 Aktivita č. 4 (Informace o lektorovi)**

#### **Charakteristika**

Účastníci mají za úkol zjistit informace o lektorech. Můžou využít internet i lidi v domě.





## **Cíl**

Účastník porovná, kolik informací se dá o člověku zjistit na internetu a kolik, když se zeptáme přímo lidí, kteří dotyčného znají.

Účastníci poznají své lektory.

## **Materiály**

Wi-Fi připojení (poskytováno skrze hot-spot na notebooku), mobilní telefony, fotky se jmény lektorů, papíry, tužky, podložky.

## **Příprava**

Předem zajistit hot-spot. Ujistit se, že lidi v domě znají všechny lektory, popřípadě sepsat na papírek informace a dát je pár lidem. Vyvěsit fotografie se jmény lektorů na nástěnku, kde to není tolik nápadné. Nachystat papíry, podložky a tužky pro každou skupinu.

## **Motivace**

Uvedeme aktivitu slovy: Díky předchozí aktivitě my už vaše jména a základní informace známe. Teď je řada na vás, abyste zjistili vy naše jména a popřípadě další informace, a to pomocí internetu nebo klasického zeptání se lidí.

## **Pravidla**

Jste rozděleni do skupin po 6-8 hráčích.

Vaším úkolem je zjistit co nejvíce informací o vašich lektorech.

Každá skupina bude ještě navíc rozdělena na dvě části.

První část se bude pohybovat po domě a snažit se zjistit informace od lidí v domě.

Druhá část dostane připojení na Wi-Fi a bude pátrat po informacích na internetu.

Jména lektorů jsou spolu s fotografií někde v domě.

Čas na zjištění informací je 20 minut.

Zjištěné informace si sepisujete, abyste je na konci mohli prezentovat.

Potom jsou informace postupně zapsány a každý lektor potvrdí, jestli jsou pravdivé nebo případně upřesní.

## **Metodické poznámky**

Je vhodné informovat zaměstnance v domě, že bude probíhat tato aktivita a že mohou informace účastníkům prozradit.

Upozorněme účastníky, ať si označí, co našli na internetu a co zjistili osobně.

## **Reflexe**

Během reflexe je dobré poukázat na informace, které získali z internetu a které díky oslovení lidí.

Je mezi nimi rozdíl? Jaký? Jaké je množství informací v obou částech?

Zeptat se, zda si někdy „googlili“ své jméno, aby zjistili, co je o nich dohledatelné.



### 3.1.5 Aktivita č. 5 (Obavy a očekávání)

#### Charakteristika

Aktivita, ve které se snažíme zjistit, jaké jsou představy o kurzu. Zjišťujeme, co třída jako skupina chce na kurzu zažít. Zajímá nás, čeho se účastníci bojí, že zažijí, a jaké mají očekávání od tématu kurzu. Co si představují, že zjistí, že se naučí, o čem si myslí, že se budeme bavit atd.

#### Cíl

Účastník jmenuje své obavy a očekávání od programu, lektorů, ubytování aj.

#### Materiály

Papíry, tenké fixy, flip chart, velký papír a tlusté fixy.

#### Příprava

Nachystat tři papíry s nápisy, fixy a velký papír na zapsání vybraných obav a očekávání.

#### Motivace

Motivujeme účastníky těmito slovy: Když jste se ráno probudili a vzpomněli si, že jedete na kurz, určitě jste měli nějaké očekávání, jak to tady asi bude vypadat, jak to tady bude probíhat. Možná jste ale měli i nějaké obavy, co byste nechtěli zažít. Teď budete mít prostor na to, abyste nám to sdělili. Ačkoli máme nějak předběžně nachystaný program, je možné, že teď zjistíme, že v noci teda rozhodně jít běhat ven nechcete, a třeba naopak, že byste radši nějaké klidné aktivity nebo víc sportovní.

#### Pravidla

Máte před sebou tři papíry. Jsou označeny třemi různými nadpisy. Každý z nich znamená jinou otázku. Dobře si poslechněte, co který papír znamená.

Obavy – Čeho se bojíte, že tady zažijete? Co byste neradi na kurzu zažili?

Očekávání – Co doufáte, že na kurzu bude, nebo co chcete, aby na kurzu bylo?

Téma – Co si myslíte, že se v tématu kurzu Život online dozvíte? Čeho si myslíte, že se bude týkat?

Vaším úkolem je, abyste každý sám za sebe napsali, čeho se bojíte, na co se těšíte a co očekáváte od tématu. Jakmile dopíšete, posaďte se zpět na matraci.

*Jakmile je dopsáno:*

Budu číst jednotlivé obavy a očekávání a vy si budete stoupat na jednu nebo druhou stranu učebny podle toho, jestli je to vaše obava nebo očekávání. V rozích máme dvě odpovědi Ano a Ne a mezi nimi je škála – postavením se na určité místo mezi těmito odpověďmi vyjádříte míru souhlasu nebo nesouhlasu s tím, co budu jmenovat.

Pokud bude u Ano stát větší část třídy, zapíšeme obavu, očekávání nebo očekávání od tématu na velký papír, který tady bude viset.

Na konci kurzu se k tomu vrátíme a vyhodnotíme si, co se vyplnilo a co ne.

#### Metodické poznámky

Pro lepší přehlednost je dobré na velký papír psát odlišnými barvami obavy, očekávání i očekávání od tématu.



Je dobré zadat nejprve krok, při kterém píšou na tři papíry. Až poté, co mají napsáno, vysvětlíme, jak se budou vybírat ty, které zapíšeme. Také je dobré požádat, aby psali pouze věci týkající se kurzu. Množství obav a očekávání, které bude stačit, si může určit lektor sám podle velikosti třídy.

### **Reflexe**

Je až na konci kurzu, kde se vrátíme k velkému papíru a zeptáme se, jestli se konkrétní obava/očekávání splnilo a jestli to bylo dobře.

## **3.2 Metodický blok č. 2 (Instagram)**

Tento tematický blok se zaměřuje na tvorbu kvalitních fotografií a využívání Instagramu ke sdílení a prezentování kvalitního obsahu. Takového, který nese určitou hodnotu, rozvíjí a obohacuje mě i druhé.

### **3.2.1 Aktivita č. 1 (Jak udělat dobrou fotku a triky s mobilem)**

#### **Charakteristika**

Prezentace základních principů focení, následné vyzkoušení si těchto principů a na závěr tvorba vlastní fotografie, se kterou se bude pracovat další den.

#### **Cíl aktivity**

Účastník má povědomí o základních principech focení.

Účastník nacvičuje focení kvalitní fotografie, kterou lze vytvořit s běžně dostupným mobilním telefonem a aplikacemi, a vyfotí fotku, která bude použita v dalším programu.

Účastník vlastními slovy charakterizuje, co je to kvalitní obsah, a hodnotí výhody kvality fotografie před jejich kvantitou.

#### **Materiál**

Projektor, prezentace (Příloha č. 3 – Prezentace focení), telefony s foťáky (od účastníků), pomůcky k trikům dle výběru.

#### **Příprava**

Nachystat si projektor a prezentaci, mít předem prošlou trasu a také věci na provádění triků (plechovky, sklenici, vodu).

#### **Motivace**

Toto téma je pro účastníky samo o sobě velmi atraktivní a není třeba je nijak zvlášť motivovat. Pouze vyzvat k tomu, že se společně pokusíme zkvalitnit obsah, který sdílí na sociálních sítích.

Většina z vás pravděpodobně už někdy přidala nějakou fotku na internet a spolu se teď podíváme, co by taková dobrá fotka měla splňovat a čím by se dala případně vylepšit.

#### **Pravidla**

Bude následovat workshop, který se skládá z několika částí. V první řadě projdeme prezentaci, u které získáte návod a tipy, jak udělat dobrou fotku a jak na různé triky s mobilním telefonem a jeho fotoaparátem.



Poté budete mít možnost si vše vyzkoušet a potrénovat. Kdybyste chtěli pomoci, rádi vás vše prakticky naučíme.

Jdeme na procházku, kde budete moci fotit různé fotografie. Ta nejlepší bude použita v další části programu.

Vyberete tu z fotek, která se vám bude jevit jako nejlepší, tu nám následně pošlete a bude použita v některém z následujících bodů programu. Podmínkou fotografie je, abyste ji vyfotili sami a aby na ní nebyl člověk.

Nikomu ji neukazujte. Jakmile budete mít fotku hotovou, pošlete ji na email a do předmětu uveďte svoje jméno.

Vezměte si tedy své mobilní telefony a jdeme zkusit věci z prezentace.

### **Metodické poznámky**

Jedná se o prezentaci, ale je potřeba dát prostor účastníkům. Je dobré se po každém pravidlu zeptat, jestli jej znají, věděli o něm, používají jej.

Ještě před přestávkou (obědem) připomenout, ať si účastníci nabijí mobilní telefony. Na začátek je dobré se zeptat, jestli se někdo focení věnuje.

Veškeré potřebné informace jsou uvedené v prezentaci, není potřeba nijak zvlášť dostudovat další podklady k tomu, aby lektor prezentaci zvládl uvést.

Procházku nedělat dlouhou a dát účastníkům dostatek času na nafocení vlastní fotky a vyzkoušení si věcí z prezentace.

Nezapomenout zpřístupnit Wi-Fi pro posílání fotek.

### **Reflexe**

Ohodnoťte (na škále v místnosti, prsty na ruku, ...) nakolik byste označili obsah, který sdílíte, za kvalitní.

Vytvořte skupiny a sepište tři kritéria, podle kterých je možné poznat kvalitní obsah na internetu.

## **3.2.2 Téma č. 2 (Tvorba instagramového účtu)**

### **Charakteristika**

Aktivita, při které účastníci tvoří kompozice fotografií pro instagramový účet různého zaměření.

### **Cíl**

Účastník jmenuje různá zaměření instagramového účtu.

Účastník nalézá možnou inspiraci pro vlastní tvorbu.

Účastník zhodnotí, kolik energie a času zabere vymyslet a realizovat skutečně kvalitní obsah.

### **Materiály**

Mobilní telefon, projektor, počítač, prezentace účtu (Příloha č. 4 – Instagramové účty), Wi-Fi.

### **Příprava**

Nachystat prezentaci, projektor a počítač, promítnout email, na který mají odeslat fotky.



## Motivace

Uvedeme aktivitu slovy: Jistě každý z vás znáte Instagram, mnozí na něm máte dokonce založený účet. Nás by teď zajímalo, jestli znáte někoho, kdo se na svém instagramovém účtu zaměřuje na něco konkrétního? Na chvíli se staňte influencerem!

## Pravidla

Jste rozděleni do několika skupin.

Každá skupina si vybere jedno téma z následujících: travelling, fitness, inspiration, nature, animals, fashion, food, beauty.

Úkolem je nafotit devět fotografií na dané téma a odeslat je na email, do předmětu napište typ vašeho účtu a název skupiny.

Čas na tvorbu je 25 min.

Smíte využít prostor domu a celého areálu, po domluvě s lektorem i speciální místa jako je posilovna, horolezecká stěna a podobně.

## Metodické poznámky

Podle možností objektu dejme možnost účastníkům využít i nějaké neobvyklé prostory (posilovnu, horolezeckou stěnu, kostymérnu atd.). Cílem je, aby byl účet co nejvěrohodnější.

Během tvorby obcházíme skupiny a kontrolujeme průběh, zda se jim daří fotky naaranžovat a fotit.

Je dobré, aby účastníci, kteří mají iPhone, nejprve fotky převedli do formátu JPG.

## Reflexe

Vždy ke každé promítnuté fotce dáme skupině realizátorů několik otázek typu (je dobré je i viditelně někde umístit – např. napsat na flipchart):

- Kolik času vám zabralo vymyslet, jaký typ instagramového účtu si zvolíte? Proč jste nakonec vybrali právě tento?
- Nechali jste se inspirovat někým, koho znáte? Pokud ano, kým?
- Otázka pro všechny žáky třídy: Sledujete někoho, kdo má tento typ instagramového účtu? Pokud ano, koho? Zkuste se podělit o to, co se vám na něm líbí, čím vás inspiruje?

## 3.3 Metodický blok č. 3 (Sociální sítě)

Blok se zaměřuje zejména na předání informací atraktivní formou. Informace se týkají zejména problematiky sociálních sítí a jejich obsahu a jeho sdílení.

### 3.3.1 Aktivita č. 1 (Odebrání telefonů)

#### Charakteristika

Nejedná se až tak o samotnou aktivitu, ale je to důležitý blok programu. Jelikož si účastníci vyzkouší, jaké to je, být delší dobu bez mobilního telefonu. Tuto zkušenost někteří už dlouho nezažili. Před zahájením večerního programu odebereme účastníkům telefony. Rozhodně je ale necháme informovat rodiče o jejich nedostupnosti a nabídneme alternativu kontaktu.

#### Cíl



Účastník zažije jeden den bez telefonu.

Účastník zhodnotí rozdíl v trávení volného času s mobilním telefonem a bez něj.

### **Materiály**

Mobilní telefony účastníků, krabice na mobilní telefony.

### **Příprava**

Připravíme si text, který chceme odeslat rodičům a náhradní kontakt.

### **Motivace**

Není. Hned začneme pokynem pro odevzdání telefonu.

### **Pravidla**

Vytáhněte si mobilní telefony a otevřete novou SMS zprávu.

Napište následující text.

„Ahoj mami/tati, v rámci programu odevzdám telefon a budu nedostupný/á. V případě potřeby mě kontaktujte na telefon xxx xxx xxx (číslo na vedoucího programu).“

Zprávu prosím odešlete a odevzdejte mobilní telefon do krabice.

### **Metodické poznámky**

Určitě se předem ujistěte, že žádný z účastníků nepotřebuje například ze zdravotních důvodů mít telefon u sebe. Pak by se to muselo řešit individuálně.

Je potřeba spočítat, že máme všechny mobilní telefony. Krabici mít ideálně z průhledného plastu a umístit viditelně v místnosti. Můžeme potom sledovat, kdo jak moc pošilhává po mobilu, a pak to použít při zpětné vazbě. Osvědčilo se nechávat ji v noci v klubovně, třeba ve skříni, ale neodnášet ji a telefony naskládat tak, abychom poznali, jestli se v nich někdo přehraboval? Nezapomenout zajistit účastníkům vzbuzení, protože jako budík používají mobil.

Ubezpečíme účastníky, že není možné, aby telefony někdo cizí ukradl nebo odnesl.

### **Reflexe**

Reflexi uskutečníme několikrát. Jako první při ranním servisu se zeptáme, jaká byla noc bez mobilu (viz níže), další následující den při vrácení telefonu, další při aktivitě Akční agentura.

Dále jsme se zeptali, jestli si šel někdo v noci pro mobil.

Nakonec se bavíme o tom, jak a v čem byl den bez mobilu jiný.

Co jste dělali místo času s mobilem? Jaké jsou podle vás výhody odložení mobilu?



### 3.3.2 Aktivita č. 2 (Internet challenge)

#### Charakteristika

Aktivita, při které účastníci soutěží v několika disciplínách a ukazují své znalosti o internetu a sociálních sítích.

#### Cíl

Účastník zábavnou formou zjišťuje zajímavá fakta ze světa internetu, z prostředí YouTube scény a mobilních aplikací.

#### Materiál

Papíry, tužky, stolečky, matrace (pro skupinky na sednutí), prezentace (Příloha č. 5 – InternetChallenge), hudba jako podkres a pomůcky k jednotlivým kategoriím.

#### Příprava

Důležité je připravit si prezentaci, nachystat stolečky a místo na sesednutí skupinek, pomůcky pro rozřazení účastníků do skupin (např.: barevné lístečky, karty aj.).

Je dobré, když se moderátor této aktivity převlékne do kostýmu, může předstírat nějakou slavnou osobu.

#### Motivace

Dorazí nějaký známý člověk z mediálního prostředí (lektor převlečený za Leoše Mareše, Kovyho atp.), a vyzve účastníky k účasti na své oblíbené soutěži. Hraje se o hodnotný pohár a uvidíme, jak dobře se vyznáte ve světě internetu.

#### Pravidla

Účinkující jsou rozděleni do týmů. Každý tým označený barvou má své kapitány.

Vaším úkolem je získat pro svůj tým co nejvíce bodů v jednotlivých disciplínách.

DISCIPLÍNY:

#### Tipovací část

Položíme vám pět otázek s volbou odpovědí a/b/c/d.

Dostanete papír a tužku, odpovědi si zapisujete na papír.

Vyhodnocení: ptáme se u každé otázky: kdo si myslí, že je to a), zvedne ruku, kdo si myslí, že b) atd. Pak prozradíme, že bod si připíše tým např. červených, kteří uvedli, že je to b) a body zapíšeme i k sobě, ať máme přehled.

#### Poznej hlasy youtuberů

Přiřaď fotku, jméno a číslo nahrávky.

Každý tým dostane fotky šesti youtuberů, jména a čísla.

Nejdříve přiřaďte jména k fotkám, za každé správné přiřazení získáváte bod.



Následně budou spuštěny nahrávky hlasů daných youtuberů.

Vaším úkolem je přiřadit čísla k nahrávkám. Pak vyhodnotíme.

Pozn.: Zapisujte si pořadí, jak budete hlasy spouštět.

### Odkrývačka loga aplikací

Na plátně v prezentaci se budou jako puzzle odkrývat loga aplikací, a když ji poznáte, přihlásíte se a na vyzvání řeknete odpověď.

Abyste mohli uhodnout obrázek, jako skupinky se budete střídat v odkrývání tak, že vždy vyberete číslo políčka, které chcete odkrýt, do té doby, než někdo uhodne obrázek.

### Uhádni, co kreslím

Je několik obrázků nebo log spojených s mediálním světem. Úkolem skupiny je uhodnout co nejvíce obrázků tak, že jeden hráč kreslí a zbytek skupiny hádá, o jaký obrázek nebo logo se jedná.

Hráči by se měli prostřídat v tom, kdo kreslí.

Vždy jeden vyběhne, vylosuje si obrázek (v případě, že jste jej už měli, losujete jiný). Hráč obrázek překreslí na papír svému týmu. Když tým uhádne, vybíhá další.

Máte na hádání určitý časový limit.

### **Metodické poznámky**

Před začátkem aktivity je dobré zkontrolovat všechny připravené pomůcky a ujistit se také, že prezentace fungují.

Pozor! Když kliknete mimo obrázek s čísly, prezentace se automaticky posune o jeden obrázek.

Určitě nachystejme i nějakou hudbu, která bude sloužit jako podkres, když budeme chystat další část aktivity, udělá to skvělou atmosféru. Nebojme se také účastníky motivovat potleskem, interakcí atd.

Dopředu se seznámit s youtubery, jejichž hlasy zazní v poznávačce, a také si zjistit informace o aplikacích, které jsou v odkrývačce, aby se mohlo účastníkům vysvětlit, o jakou aplikaci konkrétně jde, k čemu slouží atp.

### **3.3.3 Aktivita č. 3 (Večerní rituál)**

#### **Charakteristika**

Aktivita uzavírá celodenní program, slouží k reflexi toho, co jsme prožili, a dává účastníkům prostor pro vzájemné sdílení zážitků.

#### **Cíl**

Účastník reflektuje vlastními slovy celý den.

#### **Materiál**

Svíčky, matrace do kruhu, meditační hudba.





## **Příprava**

Připravíme si hudbu, která hraje v pozadí. Matrace/židle poskládáme do kruhu.

## **Motivace**

Než účastníky pustíme do místnosti, kde bude večerní zakončení dne probíhat, jdeme je zklidnit a naladit před vstup do místnosti. Připravíme je na to, že je čeká velmi tichá a klidná aktivita, požádáme je o ztišení a o to, aby se zkusili ve svých myšlenkách i činnostech zastavit.

Následně jdeme do místnosti.

## **Pravidla**

Lektor zrekapituluje celý den, vyjmenuje a krátce popíše aktivity, které účastníci zažili.

Nyní můžete také vy shrnout den vlastními slovy.

Tato aktivita má jedno pravidlo, a sice to, že mluví jen jeden – ten, kdo má v ruce mluvící předmět (vybereme něco charakteristického z uplynulého dne – maketu mobilního telefonu, nějakou pomůcku ze hry apod.).

Kdo mluvit nechce, nemusí a jen pošle věc dalšímu.

## **Metodické poznámky**

Večerní rituál je výborný prostor, pokud chceme sdělit účastníkům zásadní myšlenku, vyústění aktivit, určitý postoj, ať už se týká třídního kolektivu nebo tématu médií.

Je opravdu důležité vytrvat v klidu a atmosféru udržet až do konce programu. Nebojme se v průběhu, pokud to bude nutné, aktivitu stopnout a připomenout, že mluví pouze jeden. Ovšem dle zkušeností často klidné a tišší atmosféře pomůže právě tma, svíčky a zejména klidná hudba.

Pro navození atmosféry a napětí můžeme účastníky vést do místnosti poslepu.

## **3.4 Metodický blok č. 4 (Ranní start I)**

Ranní start uvozuje celý den, rozproudí účastníky po ránu a je prostorem pro reflexi předešlého dne.

### **3.4.1 Aktivita č. 1 (Žralok)**

#### **Charakteristika**

Aktivita sloužící k probuzení a nastartování do nového dne. Velmi chytlavá a zábavná drobnička. Ideální ráno na rozcvičku.

#### **Cíl**

Účastník je probuzený a rozprouděný pro další navazující program.

#### **Materiál**

Matrace, padák, plavecký kostým, hudba.

## **Příprava**



Na zemi vytvoříme kruh z matrací (cca 1 matrace = 2 účastníci). Doprostřed roztáhneme barevný padák.

Přichystáme si akční hudbu (třeba tematickou znělku z Pobřežní hlídky – Baywatch).

### **Motivace**

Do místnosti přibíhá instruktor v plaveckém kostýmu, hraje akční hudba. Převlečený instruktor přivítá účastníky u moře, popíše jim krajinu. Účastníci se nachází na pláži, navodíme atmosféru léta, slunce, plážové pohody. Vyzveme účastníky, aby si smočili nohy v moři, představovali si osvěžující vodu apod. V místní zátocce, zatím ještě plné klidu a pohody, se ale občas objevuje žralok, který může kdykoliv zaútočit. Proto máme na pláži také pobřežní hlídku, která se stará o naši bezpečnost a zachraňuje nás před žraloky.

### **Pravidla**

Chytněte ve výši pasu padák.

Nohy napněte pod padákem. Vyzkoušíme vytvořit na moři mírné vlnky (jemné vlnění padákem), větší vlny nebo i bouři (silně vlní padákem). A opět zklidníme.

Avšak v zátocce se občas objevuje žralok, který loví v místních vodách a snaží se turisty stáhnout do hlubin moře. Jediné, co může oběť zachránit, je, když začne hlasitě křičet o pomoc a mávat nad hlavou rukama.

Vyzkoušíme si to. Zkuste najednou zvednout ruce, mávat s nimi a hlasitě křičet: „Pomoc!“

V tu chvíli může zasáhnout pobřežní hlídka, která chodí okolo a hlídá, a vytáhnout turistu z moře. Vybereme 2 účastníky (kluk a holka), kteří budou pobřežní hlídka.

Pokud se žralokovi podaří stáhnout někoho do moře, stává se oběť žralokem. Pokud se podaří pobřežní hlídce zachránit oběť, stává se pobřežní hlídkou.

Poté „vpustíme“ do moře žraloka – vybereme někoho silnějšího z účastníků, nebo jde jako první lektor.

Na závěr spočítáme žraloky a záchranáře, komu se podařilo zachránit/ulovit více obětí.

### **Metodické poznámky**

Je dobré pečlivě vybírat postavy, aby síly na pobřeží i ve vodě byly vyvážené.

Dbát na bezpečnost v okolí hry (ostré hrany, židle dát bokem, papuče na jedno místo, mobily a ostré předměty nemít u sebe atd.)

### **Reflexe**

Není.

### **3.4.2 Aktivita č. 2 (Ranní servis)**

#### **Charakteristika**

První program dne, kdy zjišťujeme, v jakém rozpoložení se účastníci nacházejí po prvním dnu, a reflektujeme aktivity předešlého dne.

#### **Cíl**



Účastník reflektuje předchozí den a aktivity v něm a přenáší zkušenost do života.

Lektor využívá prostor při ranním servisu k cílené zpětné vazbě vybraných aktivit.

### **Materiály**

Mluvicí předmět a další pomůcky dle výběru metody.

### **Příprava**

Je nutné, aby lektor dobře promyslel, jak bude ranní servis vést. Jeho obsah hodně závisí na průběhu aktivit, ke kterým se chceme vrátit – tedy ty stěžejní. Tam, kde jsme si všimli zajímavého vývoje, a tam, kde sledujeme konkrétní cíl. Když lektor ví, k čemu chce směřovat, vybere si způsob zpětné vazby, buď se bude vyjadřovat každý za sebe, nebo může pracovat skupina.

### **Motivace**

Není nutná.

### **Pravidla**

Lektor, který aktivitu vede, pokládá účastníkům otázky na jednotlivé aktivity, které proběhly. Postupuje chronologicky a obměňuje i způsoby hitace. Takto projde zásadní momenty a cíle předešlých stěžejních aktivit.

Otázky k jednotlivým aktivitám jsou uvedeny vždy přímo v popisu aktivity v metodické části.

### **Metodické poznámky**

Průběh ranního servisu se dost odvíjí od třídy. Některé třídy nemají problém mluvit v plénu, některé raději myšlenku napíšou anonymně na papír, některé dobře pracují ve skupinách. Pokud chceme z aktivit opravdu vytáhnout maximum, je Ranní servis ideální prostor pro uzavření cílů aktivit a vyústění k hlavním bodům, které aktivita zpracovávala.

Lektor může Ranní servis nastartovat nebo ukončit okénkem uvedení do dne (co je za den, kdo má svátek, co se v tento den stalo zajímavého...) nebo můžeme pustit nějaký krátký animovaný film k tématu.

### **Reflexe**

Samotná aktivita je reflexí.

## **3.5 Metodický blok č. 5 (Elektronická stopa)**

Elektronická stopa je blok, který se zaměřuje na to, kolik informací na internetu o sobě zanecháváme. Účastníci budou moci navštívit atraktivní stanoviště, ale pouze v případě, že o sobě sdělí určité informace a podepíší několik souhlasů.

### **3.5.1 Aktivita č. 1 (Akční agentura)**

#### **Charakteristika**

Aktivita, při které mají účastníci možnost navštívit několik stanovišť s aktivitami (pohybové, výtvarné, adrenalinové), ale má to jeden háček v podobě nenápadného sdělení práv a povinností.

#### **Cíl**



Účastník jmenuje, kde všude na internetu dává jedním kliknutím souhlas k různým aktivitám.  
Účastník jmenuje možnosti ochrany svých osobních údajů.  
Účastník popíše, co je to elektronická stopa a jak konkrétně u něj vzniká jeho elektronická stopa na internetu.

## Materiály

Video na úvod (Příloha č. 6 – AdventureAgency), dataprojektor, podpisové formuláře (Příloha č. 7 – Formuláře), propisky, kostýmy, věci na jednotlivé aktivity (lukostřelba, horolezecká stěna, slaňování, Just dance, výroba lace aj.), doporučení na konec reflexe (Příloha č. 8 – Doporučení, metodika), motivační video. Při ověřování jsme použili video z youtube <https://www.youtube.com/watch?v=F7pYHN9iC9I><sup>2</sup>. Při realizaci doporučujeme použít podobné video. Vždy je potřeba přihlídnout k autorským právům.

## Příprava

Předem nachystat jednotlivá stanoviště podle možností realizátorů, vybrat nějaké atraktivní a rozmanité činnosti – výtvarné, pohybové aj. Vytisknout formuláře, nachystat video. Přichystat kancelář nebo nějaké místo, kde účastníci dostanou formuláře a propisky.

## Motivace

Nejdříve pustíme úvodní video, ve kterém představíme Akční agenturu a jednotlivé aktivity. Následně přijde ředitel agentury, který potencionální účastníky obeznámí s pravidly, zejména tedy s podpisy, a pak také upřesní, kde se jednotlivá stanoviště s aktivitami nacházejí.

## Pravidla

Nyní budete mít možnost využít nabídku Akční agentury.

Formuláře

Nejprve je potřeba v naší kanceláři podepsat formuláře před nástupem do programu. Je to zejména z bezpečnostních důvodů. Ti, co podepíší, se mohou vydat na jakékoliv stanoviště. Je zde jeden dohlížející úředník, který může ujasnit nějaké nesrovnalosti a zejména vám pak dát svolení k účasti na aktivitách.

Akční aktivity

Jsou to různá stanoviště dle možností realizátora.

My jsme využili toho, co nabízí Dům Ignáce Stuchlého. Můžete si vybrat z těchto stanovišť: horolezecká stěna, slaňování, lukostřelba, fotokoutek, tancování, vyrábění v ateliéru.

Vždy na jednom stanovišti je jeden lektor, který má danou aktivitu na starosti.

Aktivít se může účastnit jen ten, kdo podepsal formulář.

## Metodické poznámky

Je důležité být seznámen s obsahem formuláře. Tento formulář můžeme dle vlastního uvážení obměnit. Jeho součástí je například podpis toho, že souhlasím s prodloužením odebrání telefonu o několik hodin.

## Reflexe

Následuje hned po aktivitě. Nejdříve položíme několik otázek:

---

<sup>2</sup> Amazing mind reader reveals his 'gift' - YouTube. *YouTube* [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 11.08.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=F7pYHN9iC9I>.



Četl si někdo celý formulář?

Je něco, co vás tam zarazilo, u čeho jste váhali, zda to třeba podepsat, či nepodepsat?

Je tu někdo, kdo to nepodepsal? Proč?

Následně si projdeme, co vlastně podepsali (vybrat zásadní pasáže a přečíst je).

Setkali jste se někdy s podobným formulářem? Kde? Zkusme vyjmenovat co nejvíce webů nebo aplikací, u kterých dáváte souhlas a k čemu.

Čtete tyto formuláře? Až do konce?

Na reflexi navazuje část s informacemi – viz Příloha č. 7 a Příloha č. 8.

### 3.6 Metodický blok č. 6 (Život s mobilem)

Během dvou aktivit v tomto bloku narazíme na otázku využívání mobilu a jeho aplikací, účastníci si rozšíří znalost ohledně typů aplikací a poznají nové. Otevřeme také otázku, proč s telefonem trávíme tolik času a jaký vliv na nás má každodenní aktivní využívání sociálních sítí.

#### 3.6.1 Aktivita č. 1 (Aplikace)

##### Charakteristika

Běhací aktivita, při které účastníci hledají části log aplikací a snaží se poskládat všechny aplikace ze své kategorie.

##### Cíl

Účastník popíše, jak lze čas na mobilu strávit jinak než prokrastinací.

Účastník má povědomí o aplikacích k usnadnění běžných životních situací a sdílí vlastní dobrou zkušenost s aplikacemi, které využívá.

##### Materiály

Rozčtvrcené kartičky s logy aplikací (Příloha č. 10 – Loga aplikací), rozdělení aplikací (Příloha č. 11 – Rozdělení aplikací, metodika, Příloha č. 12 – Loga a názvy, metodika), notebook, Wi-Fi, barevné šátky.

##### Příprava

Je třeba rozmístit po herní ploše (areálu) kartičky s kusem log. Zajistit notebooky a připojení k Wi-Fi ve výchozích stanovištích skupiny. Do každého výchozího stanoviště nachystat barevné šátky pro označení funkcí ve skupině. Rozdělit účastníky do skupin.

##### Motivace

Uvedeme aktivitu slovy: Kdo z vás používá aplikace v mobilu? A umíte si představit, že pro získání aplikací by existoval složitější postup, než si vše stáhnout z Google Play? Teď se vám nabízí jedinečná možnost dozvědět se pár tipů na praktické aplikace do života. Jen si je musíte nejdřív vybojovat.

##### Pravidla

Budete hrát ve skupinách. Každá skupina dostane přidělenou jednu kategorii aplikací.

Vaším úkolem je získat a poskládat všechny aplikace z vaší kategorie.

V každé skupině si určíte člena, který bude označen modrým šátkem, ten bude směnárník.

Ten, který bude označen žlutým šátkem, je vyhledavač.

Ostatní členové skupiny, kteří hledají kartičky v terénu, vždy najdou jednu kartičku, donesou ji do výchozího stanoviště a běží pro další.



Každá skupina bude mít své výchozí stanoviště. Také zde bude vyhledavač.

Mezitím vyhledavač zjišťuje, o jakou aplikaci se jedná. Směnárník popřípadě směňuje kartičky s ostatními skupinami. Po ukončení časového limitu každá skupina spočítá aplikace, které nasbírala a správně definovala, ale pouze ty ze své kategorie.

Nyní máte pětiminutový prostor na domluvení taktiky skupiny.

Ted' odstartujeme hru, máte 50 minut na hledání kartiček s částmi log aplikací, vyhledávání informací o daných aplikacích a zařazení aplikace do správné kategorie.

### **Metodické poznámky**

Je vhodné, aby účastníci sami během závěrečné diskuse nabízeli své tipy na jimi ověřené aplikace. Účastníky rozdělíme do vhodných skupin, dle toho o jak početnou třídu se jedná (aktivita je připravena až pro 8 skupin).

### **Reflexe**

Ve chvíli, kdy skončí hra, projdou účastníci s lektorem jednotlivé aplikace, popíší je a představí.

Pokud je potřeba, lektor upřesní názvy a funkce jednotlivých aplikací. Vždy se zeptá, zda někdo logo či aplikaci zná a zda ji využívá.

Při malém počtu skupin lze prodloužit čas aktivity a každé skupině přiřadit více druhových kategorií aplikací.

Otázky:

Kolik času denně průměrně trávíte na mobilu? Na které aplikaci trávíte nejvíce času?

Je nějaká aplikace, která zde nezazněla, má praktické využití a máte s ní dobrou zkušenost?

### **3.6.2 Aktivita č. 2 (Vernisáž)**

#### **Charakteristika**

Aktivita, která je uváděna jako vernisáž fotografií, které vyfotili účastníci během prvního dne. Na vernisáž naváže reflexe o principech fungování sociálních sítí, zejména o přidělování „lajků“ a jejich účinku.

#### **Cíl**

Účastník hodnotí práci ostatních a přijímá ohodnocení od spolužáků.

Účastník vysvětlí, proč je možné považovat sdílení svého života na sociálních sítích jako riziko.

Účastník diskutuje se svými spolužáky, vrstevníky téma využívání sociálních sítí.

Účastník popíše, jak funguje vyplavování dopaminu v souvislosti s využíváním sociálních sítí.

#### **Materiály**

Vytištěné fotografie z předchozího dne, sada smajlíků pro každého účastníka (Příloha č. 13 – Smajlíci – Hodnocení), rámečky se suchým zipem pro připevnění smajlíků.



## **Příprava**

Vytisknout fotografie, které vyfotili účastníci z prvního dne. Je třeba rozvěsit ve vhodném prostředí předem vytištěné fotografie v rámečcích se suchým zipem. Naladit atmosféru vernisáže pomocí hudby, přítmi nebo jiných světelných efektů. Nachystat emotikony pro každého účastníka aktivity (dohromady 24 emotikonů pro jednoho účastníka).

## **Motivace**

Zeptáme se účastníků: Byli jste někdy na výstavě obrazů? Víte, co je to vernisáž? Je to slavnostní zahájení výstavy. My jsme si pro vás takovou vernisáž připravili a teď vás na ni pozveme. Nejdříve v místě vernisáže pustíme relaxační hudbu. Nabízíme účastníkům chvílku pro ně samotné, aby si prohlédli jednotlivé fotografie. Je možné na úvod připravit drobný přípitek jako zahájení vernisáže.

## **Pravidla**

Dostanete obálku s hodnotícími smajlíky.

Úkolem každého z vás je přiřadit minimálně pět smajlíků k pěti různým fotografiím.

Ideálně rozdejte všechny hodnotící smajlíky.

Není možné hodnotit svou fotografii.

Nedávejte více svých smajlíků k jedné fotografii.

Jedná se o samostatnou práci, nikoli skupinovou zábavu.

Věnujte čas tomu, co vytvořili vaši spolužáci, a zkuste je ohodnotit.

## **Metodické poznámky**

Instruktor by měl při vysvětlování pravidel navodit správnou atmosféru, klidnou, soustředěnou. Není téměř možné zajistit, aby nikdo nevěděl, jakou fotku kdo fotil, ale je dobré, aby alespoň nevěděli všichni o fotkách od všech. To, že ví, která fotka je koho, můžeme potom využít při reflexi.

## **Reflexe**

Následuje hned po aktivitě. Ptáme se účastníků na jejich pocity ohledně jejich ohodnoceného výtvoru (je možnost nechat každého odprezentovat svou fotku i s ohodnocením).

Sledujete příspěvky lidí na sociálních sítích? Zajímají vás jen fotky a videa nebo čtete i komentáře? Proč vy sami sdílíte fotky na sociálních sítích?

Je pro vás důležité ohodnocení? Sledujete přibývající lajky?

Proč si myslíte, že je to pro lidi v dnešní době důležité?

Jak často při běžné konverzaci na sociálních sítích používáte emotikony? Jsou pro vás důležité? Proč?

Jaký je rozdíl mezi větami:

„To si ze mě děláš srandu.“

„To si ze mě děláš srandu :D“

„To si ze mě děláš srandu :(“



## 3.7 Metodický blok č. 7 (YouTube)

V této části programu se budeme věnovat konkrétní sociální síti, a tou je YouTube, účastníci se seznámí s typy videí, která se na YouTube šíří, a mají možnost zažít živé streamování a napětí a přípravy s ním spojené.

### 3.7.1 Aktivita č. 1 (Stream)

#### Charakteristika

Účastníci si připraví scénku na konkrétní zadání, kterou zahrají před kamerou a je živě streamovaná.

#### Cíl

Účastník si vyzkouší, kolik přemýšlení a času zabere příprava videa na YouTube, které má mít kvalitní obsah tak, aby se za výsledek pak nemusel stydět.

Účastník vyjde ze své komfortní zóny a zažije napětí živého vysílání.

Účastník jmenuje typy videí, která se na YouTube objevují.

#### Materiály

Typy YouTube videí (Příloha č. 15 – Typy YouTube videí) pro každou skupinu do ruky, kostýmy, návrhy scének, zařízení na stream (GoPro kamera, mobil, notebook, připojení na internet), světla, kartičky pro čas výběrů kostýmů a zkoušky scénky.

#### Příprava

Nachystat místnost s technikou pro živý stream, vyzkoušet si předem funkčnost, je možnost i při první a zároveň generální zkoušce účastníků před samotným živým vstupem. Nachystat místnost, ve které budou účastníci, kteří zrovna neúčinkují, umožnit jim, aby vše mohli online sledovat (plátno, dataprojektor, připojení).

Necháme účastníky, ať se do skupin rozdělí sami.

#### Motivace

Uvedeme aktivitu slovy: Možná někdo z vás touží po tom stát se youtuberem, možná někdo z vás už něco podobného zkoušel. My vám dáme teď možnost, abyste si vyzkoušeli, jaké to je vymyslet obsah videa, přichystat si k realizaci vše potřebné a následně to před kamerou online předvést.

Hlavní motivací je pro účastníky fakt, že jejich výkon bude živě streamovaný na internetu. Živý přenos s sebou nese jisté napětí, že je to jednoduše „na živo“, a proto není prostor na opravu chyby. Další motivací je, že se na to budou dívat neznámí sledující nebo jejich rodiče.

#### Pravidla

Máte za úkol ve skupině nachystat scénku v délce okolo 3 minut (maximálně 5 minut), téma si můžete vybrat z nabízených, nebo vymyslet sami.

Téma by se mělo týkat médií, internetu a sociálních sítí.

Téma a také místo, kde budete zkoušet, nahlásíte instruktorovi.





Vylosujete si kartičku, na které je čas, kdy máte možnost jít do kostymérny a kdy máte přijít na zkoušku na stream.

Stream bude v jednom kuse, takže je potřeba se střídat tak, aby byly co nejmenší prodlevy.

Ted' se společně podíváme na prezentaci a ukážeme, jaká YouTube videa lze vytvořit. Můžete si vybrat jedno z nich nebo vymyslet svoje vlastní.

Na přípravu scénky máte 50 minut (včetně zkoušky a vyzvednutí kostýmů).

Pokud byste potřebovali nějakou pomůcku k videu, obraťte se na nás.

### **Metodické poznámky**

Je možné, že se stane, že někdo z účastníků nebude chtít vystupovat před kamerou. Zkusme ho nejdřív povzbudit, namotivovat, když ani to nepomůže, nenuťme jej do toho.

Necháme, ať se účastníci rozdělí do týmů sami, vyberou si spolužáky, se kterými se cítí dobře, bezpečně a se kterými si rozumí, což je u tohoto typu aktivity vhodné. Je dobré předem říct, kolik týmů po kolika lidech mají udělat.

Je nutné omezit hluk čekající skupinky a hlídat si, aby byly co nejkratší prostoje.

Mezi jednotlivé vstupy si může lektor připravit své vstupy, například o tom, o jaký kurz se jedná, co všechno účastníci dělají, ukázat fotky z vernisáže apod., aby prostoje mezi jednotlivými scénkami nebyly příliš „hluché“.

Odpoledne před samotným programem můžeme udělat na Facebooku malou reklamu, že toto živé vysílání proběhne. Prostřednictvím učitele můžeme oslovit také rodiče.

### **Reflexe**

K reflexi se vrátíme druhý den ráno při ranním servisu.

Zeptáme se, kdo už někdy natáčel videa na YouTube.

Kdo měl trému, ale překonal ji? Z čeho pramenila vaše nervozita?

Psal někomu z vás nějaký váš kamarád či rodina, že se dívali? Jaké byly jejich reakce?

Jak dlouho trvalo vymyslet obsah videa? Vnímáte svůj stream jako obsahově kvalitní pro diváka?

Co vám přijde na živém vysílání nejtěžší? Jaké schopnosti a vlastnosti musí dobrý youtuber mít?

### **3.7.2 Aktivita č. 2 (Večerní rituál) – viz 3.3.3 Aktivita č. 3 (Večerní rituál)**

Večerní rituál má každý den stejný průběh.

## **3.8 Metodický blok č. 8 (Ranní start II)**

Viz 3.4 Metodický blok č. 4 (Ranní start I), pouze aktivita sloužící jako rozcvička je jiná.

### **3.8.1 Aktivita č. 1 (Vytahovaná)**

#### **Charakteristika**



Účastníci se probudí a nastartují do nového dne. Jedná se o zábavnou pohybovou hru.

## **Cíl**

Účastník je probuzený a rozprouďený pro další navazující program.

## **Materiály**

Matrace, hudba, papír na zapisování bodů, fix, šátky (klobouky/čepice/šátky).

## **Příprava**

Zjistit přesný počet dívek a chlapců (pokud je stejný, nemusíme chystat čepice nebo šátky, pokud je rozdílný – nachystáme je tak, abychom účastníky rozdělili na dva týmy. Nachystat akční hudbu. Z matrací vytvořit kruh.

## **Motivace**

Vytahovaná je určitý druh tance, který se specializuje na tu část, kdy probíhá vyzvání k tanci. Během vytahované se neustále střídá dámská a pánská volenka. Nicméně tímto vyzváním tanec také končí. Jedná se tak o tanec velmi dynamický!

## **Pravidla**

Nyní vytvoříme dva týmy – kluci a holky.

Sedněte si na matrace do kruhu.

Když začne hrát hudba, ten, kdo stojí v kruhu, se rozběhne k hráči opačného týmu/pohlaví. Vytáhne ho do kruhu a posadí se na jeho místo.

Tak se to opakuje, dokud hraje hudba. Ve chvíli, kdy hudba přestane hrát, se hráči zastaví a tým, který má méně hráčů v kruhu, získává bod.

Sedí ten hráč, jehož zadek se dotýká matrace. Hrajeme fair play, takže vždy řekne sám hráč, jestli se ve chvíli zastavení hudby matrace dotýkal nebo ne.

Hrajeme do 7 vítězných bodů.

## **Metodické poznámky**

Pokud je lichý počet účastníků, může do hry přizvat pedagoga, ale pro hru to není nutné.

Vždy hlásíme skóre a motivujeme účastníky.

V průběhu hry lektor zastavuje hudbu, zapisuje body a případně kontroluje, kdo už seděl a kdo ještě ne.

## **Reflexe**

Není nutná.



## 3.9 Metodický blok č. 9 (Závěr)

V závěrečném bloku chceme shrnout zásadní momenty programu a motivovat účastníky k tomu, že se za témata, o kterých jsme se bavili, nezavřou dveře, až odjedou, ale naopak jsou to zkušenosti do jejich každého dne s mobilním telefonem nebo u počítače.

### 3.9.1 Aktivita č. 1 (Fotící pexeso)

#### Charakteristika

Běhací aktivita ve skupinkách. Založená na principu klasického pexesa. Účastníci hledají dvojice za pomoci mobilního telefonu.

#### Cíl

Účastník pracuje v týmu, plánuje společnou strategii, efektivně komunikuje.

Účastník se uvolní před závěrečným hodnocením.

#### Materiály

Kartičky pro pexeso (Příloha č. 16 – Pexeso), mobilní telefony s foťákem, lana na vyznačení prostoru pro porovnávání.

#### Příprava

Rozmístit kartičky po prostoru. Dopředu upozornit účastníky, aby měli nabité své mobilní telefony. Lany vyznačit prostor pro možnost porovnávání v něm.

#### Motivace

Uvedeme aktivitu slovy: Jistě si všichni pamatujeme z dětství hru pexeso. A nyní máme možnost si pexeso zahrát trošku netradičně a moderně.

#### Pravidla

Úkolem je získat co nejvíce dvojic stejně jako v běžném pexesu.

Kartičky jsou rozmístěny na dvou místech cca 25 m od kruhů, ve kterých jsou skupinky.

Skupinky mají 4-5 členů.

Mimo kruh, který vyznačuje prostor pro porovnávání, mohou být vždy jen dva hráči.

Na jedno vyběhnutí smíte otočit jednu kartičku a vyfotit.

Ve vyznačeném prostoru můžete porovnávat fotky kartiček.

Pokud si myslíte, že máte dvojici, nahlásíte to instruktorovi a dva hráči pro ni běží.

Instruktor zkontroluje donesené kartičky, pokud jsou stejné, tým si dvojici nechá. Pokud ne, vrátí ji zpět na místo (vrácení se počítá jako vyběhnutí).

Na hru samotnou je 45 min.

Na konci hry se sečte počet dvojic a vyhlásí vítěz.



## **Metodické poznámky**

Kartičky je dobré zatížit, aby v případě větru neuletěly. Je dobré chodit a sledovat prostor a dovysvětlit pravidla. Účastníci někdy nepochopí pravidla, tak je dobré to v průběhu hlídat a popřípadě vysvětlit.

## **Reflexe**

Aktivita slouží jako uvolnění před hodnocením, proto není potřeba na tuto hru reflexi dělat.

### **3.9.2 Aktivita č. 2 (Fotoprezentace a hodnocení)**

#### **Charakteristika**

Aktivita pro ukončení a zhodnocení celého kurzu.

#### **Cíl**

Účastník se ohlédne za tím, co se svými spolužáky prožil, co nového se dozvěděl.  
Účastník dá zpětnou vazbu lektorům.

#### **Materiály**

Fotoprezentace z kurzu, krabice na hodnocení, emotikony z vernisáže, papír s nedokončenými větami.

#### **Příprava**

Vytvoření fotoprezentace z fotek účastníků pořízených během kurzu. Je třeba fotky promítat na plátně či stěně, na kterou všichni účastníci dobře vidí. Vytvoření krabice, smajlíků a tisk nedokončených vět pro získání zpětné vazby od účastníků.

#### **Motivace**

Zeptáme se účastníků: Líbil se vám kurz? Příště může být ještě lepší, když budeme vědět, co se vám opravdu líbilo a bez čeho byste se raději obešli. Velmi nám záleží na tom, jak tento program hodnotíte. Buďte, prosím, upřímní.

#### **Pravidla**

Nejprve se společně podíváme na fotoprezentaci toho, co jsme společně zažili. Připomeneme si program, který se během kurzu odehrával.

Jak jste právě viděli v prezentaci, zažili jsme spoustu aktivit.

Ty jsou zapsány na této velké krabici. U každého názvu je malá dírka.

VeźmĚte si tři rŮznĚ smajlíky a podle jejich významu je, prosím, hoďte k aktivitĚ, kterou vyberete.

Až se vám podaří přidĚlit smajlíky, veźmĚte si papír s nedokonĚenými vĚtami a zkuste jej prosím, dokonĚit.

## **Metodické poznámky**

Psaní vět je anonymní, je možnost nabídnout účastníkům podepsání.

## **Reflexe**

Není.



### 3.10 Metodický blok č. 10 (Senzibilizace)

Zpětná vazba na kurz Život online – ohlédnutí se za kurzem, bilancování příležitostí a hrozeb spojených s každodenním využíváním internetu, příjemně prožít dvě hodiny ve škole opět společně jako třídní tým, ale zároveň:

- si uvědomit nutnost zodpovědného individuálního chování v prostředí sociálních sítí.
- zjistit, co všechno život na sociálních sítích může dávat, ale také brát.

#### 3.10.1 Aktivita č. 1 (Fotografie)

##### Charakteristika

Aktivita, při které se účastníci podívají na fotky z kurzu a připomenou si ho.

##### Cíl

Účastník si připomene zážitky z kurzu, motivuje se k další práci.

##### Materiály

Fotografie z kurzu, plátno, dataprojektor, audiotechnika.

##### Příprava

Kompletace fotografií, prezentace, podbarvení hudbou.

##### Motivace

Promítání fotografií, ve kterých jsou oni sami aktéry, bude jistě atraktivní, připomeneme si také hezké chvíle společně stráveného kurzu.

##### Pravidla

Pohodlně se usadte a sledujte, co se bude dít.

##### Metodické poznámky

Je dobré nastavit prezentaci na delší dobu trvání snímku, ať si můžou prohlédnout a připomenout si zážitky.

##### Reflexe

Není.

#### 3.10.2 Aktivita č. 2 (Co se ti vybaví)

##### Charakteristika

Aktivita pro připomenutí kurzu.

##### Cíl

Účastník si připomene kurz z vlastního pohledu, na základě svých zážitků.



## **Materiály**

Papíry A4, psací potřeby.

## **Příprava**

Žádná.

## **Motivace**

Vyzveme účastníky: Pojdme zkusit sepsat co nejvíce věcí!

## **Pravidla**

Na kterýkoliv papír napište, co se vám vybaví, když se řekne kurz Život online.

## **Metodické poznámky**

Účastníci mají více papírů, aby si mohli vybrat, na který papír něco napíšou. Důvodem je urychlit psaní, aby aktivita netrvala moc dlouho.

Můžeme papírům dát také různé nadpisy – Program, Informace apod. Ty budou značit určitou kategorii, ke které mohou účastníci přepisovat.

## **Reflexe**

Není.

### **3.10.3 Aktivita č. 3 (Kvíz)**

#### **Charakteristika**

Aktivita k připomenutí a prověření znalostí účastníku z kurzu.

#### **Cíl**

Účastník si znovu vybaví informace předané během programu.

#### **Materiály**

Papír, psací potřeby, prezentace (Příloha č. 17 – Kvíz).

#### **Příprava**

Připravíme plátno, dataprojektor a nachystaný kvíz. Je dobré podívat se na prezentaci dopředu.

Rozdělíme účastníky do skupin podle počtu (ideální počet pro skupinku jsou 4 lidé)

#### **Motivace**

Vítězná skupina získá sladkou odměnu.

#### **Pravidla**

Budou promítány otázky na plátno, každá skupinka na papír zaznamená odpověď a zvedne ruku na znamení, že už má odpověď zapsanou.



Na konci budou odhaleny správné odpovědi.

Každá odpověď je za jeden bod.

Vítězem se stává skupina s nejvíc body.

### **Metodické poznámky**

Je nutné si prezentaci projít, aby vedoucí aktivity věděl, o čem se mluví, a dokázal reagovat.

### **Reflexe**

Zeptat se, na kolik otázek odpověděli dobře. Je to podle nich dost?

Je nějaká otázka, na kterou žádná skupinka neodpověděla dobře? Pokud ano, tak proč?

## **3.11 Metodický blok č. 11 (Život online)**

### **3.11.1 Aktivita č. 1 (Napiš si, řekni si)**

#### **Charakteristika**

Aktivita, při které si zažijí rozdíly mezi psanou a mluvenou formou.

#### **Cíl**

Účastník popíše rozdíl mezi vyjadřováním v běžném životě a mezi chatováním.

Účastník jmenuje důvody, proč se na sociálních sítích vyjadřujeme jinak než v reálu, a vnímá psychologické pozadí a dopad napsaného slova a to, že něco napsat je mnohem jednodušší než to říct do očí.

#### **Materiály**

Proužek papíru, psací potřeby.

#### **Příprava**

Připravit papíry.

#### **Motivace**

Uvedeme aktivitu slovy: Při komunikaci v online světě si často píšeme hodně zpráv. Určitě vás už někdy napadlo, co by vám lidé mohli napsat kladného/záporného. A také, jaký to je pocit, když vám někdo něco takového napíše.

#### **Pravidla**

Dostanete proužek papíru.

Na jednu stranu napište větu, kterou byste nechtěli, aby vám někdo napsal, a na druhou stranu to, co byste chtěli, aby vám někdo napsal.

Pravidla po napsání:

Po napsání si stoupněte do dvojic čelem k sobě a řekněte si navzájem větu, kterou nechcete dostat.



Potom si řekněte do očí větu, kterou chcete, aby vám někdo napsal.

Postupně se vystřídáte u více spolužáků (vytvoří dvě řady nebo dvě kolečka a posouvají se).

### **Metodické poznámky**

Je důležité, aby se druhá část pravidel přečetla až po tom, co si věty napíší. Podle počtu účastníků je potřeba se rozhodnout, jestli si postupně řeknou větu se všemi účastníky nebo jen s částí. Systém řady nebo kolečka zajistí, že si kromě první dvojice nebudou vybírat, komu věty řeknou.

### **Reflexe**

Jakým způsobem jste uvažovali při vymýšlení? Vycházeli jste z něčeho, co už jste zažili, nebo z představy?

Jak jste se cítili, když jste ty věty slyšeli? Co to ve vás vyvolávalo? Chtěl někdo odejít?

Je podle vás rozdíl, když vám tu větu někdo pošle, nebo řekne?

Proč se na sociálních sítích vyjadřujeme jinak než v reálu?

### **3.11.4 Aktivita č. 4 (Hra na odreagování)**

#### **Charakteristika**

Hráči se na rychlost vyměňují na židličkách, podle zadaných charakteristik.

#### **Cíl**

Účastník se odreaguje před dalším programem.

#### **Materiály**

Židle.

#### **Příprava**

Postavíme židle do kruhu a připravíme si charakteristiky, které budeme vyvolávat.

#### **Motivace**

Není nutná.

#### **Pravidla**

V kruhu máme o jednu židli méně, než je nás, a tedy jeden z vás stojí uprostřed.

Budu postupně říkat věty, které začínají frází „Vymění se ti...“. Všichni, na které tato věta bude pasovat, se musí zvednout ze židle a najít si jiné místo alespoň ob jednu židli od své.

Úkolem hráče, který byl na začátku uprostřed, je pokusit se sednout si na volnou židli.

Otázky:

Vymění se ti:

- komu se dnes nechtělo vstávat.





- komu se dnes chtělo do školy.
- kdo umí říct nějaký vtip.
- kdo už někdy vydržel víc jak den bez mobilu.
- kdo hraje nějakou počítačovou hru.
- kdo má hodně přátel na FB.

aj.

### **Metodické poznámky**

Vždy po kole se můžeme doptat hráče, který zůstal v kole, na doptávající dotaz ohledně zadání, které proběhlo.

Např. A v kolik jsi šel spát?

Na co ses do školy těšil?

Jakou počítačovou hru hraješ?

### **Reflexe**

Není nutná.

### **3.11.3 Aktivita č. 3 (Co mi sociální sítě dávají a berou)**

#### **Charakteristika**

Diskusní aktivita o plusech a mínusech sociálních sítí.

#### **Cíl**

Účastník diskutuje nad přínosy a riziky sociálních sítí.

Účastník společně se skupinou vytvoří seznam největších rizik a přínosů.

#### **Materiály**

Papíry, podložky, propisky, flip chart a fixy.

#### **Příprava**

Nachystáme místnost tak, aby se po ní účastníci mohli volně rozptýlit, dále si připravíme papíry, podložky a propisky, flip chart a fixy.

#### **Motivace**

Sociální sítě mají bezesporu mnoho užitečných prvků a mnoho přínosů pro mě samotného i pro různé skupiny, komunity. A také mají bezesporu dost úskalí, kterým je lepší se vyhnout.

#### **Pravidla**

Dostanete 5 minut, kdy si každý sám napíšete na papír tři klady a tři zápory, které vidíte na sociálních sítích a jejich využívání.



Pokud máte napsáno, spojte se do dvojice a budete mít za úkol dohodnout se opět pouze na třech kladech a záporech.

Nyní vás spojíme ještě jednou, máme tedy čtveřice. (Opakujeme, dokud nevzniknou dvě skupiny.)

Nakonec vytvoříte jako třída tři klady a tři záporny.

### **Metodické poznámky**

Je dobré jim flip chart s výsledkem předat, aby si ho mohli dát do třídy, a zůstane tak na očích.

### **Reflexe**

Souhlasíte s třemi klady a záporny, které nakonec vznikly?

Měli jste dostatek argumentů pro diskusi?

Jak jste k těmto argumentům došli?

### **3.11.4 Aktivita č. 4 (Hodnotící teploměr)**

#### **Charakteristika**

Krátká hodnotící aktivita na závěr.

#### **Cíl**

Zjistit, jak na účastníky působil program a jakou vidí jeho přínosnost.

#### **Materiály**

Vytvořený seznam otázek, na které se chceme v návaznosti na průběh programu zeptat.

#### **Příprava**

Připravíme si soubor otázek, které nás zajímají, a okruhy, na které chceme dostat zpětnou vazbu.

#### **Motivace**

Není.

#### **Pravidla**

Všichni sedí v kruhu.

Postupně vám budu pokládat otázky a vy rukou ukážete kladné nebo záporné hodnocení.

Pokud zvednete ruku úplně nahoru, je to kladné, pokud ji dáte na zem, tak negativní.

Na škále od země až po úplné zvednutí můžete také vyjádřit své pocity.

### **Metodické poznámky**

Otázky jsou kladeny postupně a je možné se účastníků zeptat na vysvětlení, doptat se na konkrétní otázky, body.



Je nutné formulovat otázky tak, aby se na ně dalo odpovídat na stupnici. V případě doptávání je dobré měnit účastníky, kterých se ptáme. Otázky je také dobré pokládat tak, aby jenom nehodnotili, jak se jim aktivity líbily, ale také, jak jim přišly přínosné, jak se při nich cítili apod.

### **Reflexe**

Celá aktivita je reflexe programu.

Otázky, které můžeme položit:

Bavil vás kurz Život online?

Změnili byste něco v programu? Pokud ano, tak se zeptat co.

Máte konkrétní aktivitu/zážitek, který si vybavíte? Jaký zážitek to je?

Dozvěděli jste se něco nového? Pokud ano, tak se zeptat co.

Byl pro vás kurz přínosný? Pokud ano, jak? A pokud ne, proč?



## Seznam použité literatury

BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga? - online hry, sex a sociální sítě - diagnostika závislosti na internetu - prevence a léčba*. Praha: Grada ve spolupráci s Masarykovou univerzitou, 2015. ISBN 978-80-210-7975-5.

GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. *Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!*. Brno: CPress, 2018. ISBN 978-80-264-1805-4.

CHAPMAN, Gary a Arlene PELLICANE. *Vztahy v digitálním světě*. Praha: Návrat domů, 2016.

Kolektiv pedagogických pracovníků OD. *Orientační dny - Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj*. Střední školy. Fryšták: DIS SKM, 2012.

Kolektiv pedagogických pracovníků OD. *Orientační dny - Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj*. Základní školy. Fryšták: DIS SKM, 2012.

Kolektiv autorů OD. *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí*. Metodika a aktivity v průřezových tématech Osobnostní a sociální výchova a Multikulturní výchova. Fryšták: DIS SKM, 2008.

PELÁNEK, Radek. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-353-6.

REITMAYEROVÁ, Eva a Veronika BROUMOVÁ. *Cílená zpětná vazba*. Praha: Portál, 2007.

### Použité internetové zdroje:

Amazing mind reader reveals his 'gift' - YouTube. *YouTube* [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 11.08.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=F7pYHN9iC9I>.

## Odkaz na materiály k realizaci programu

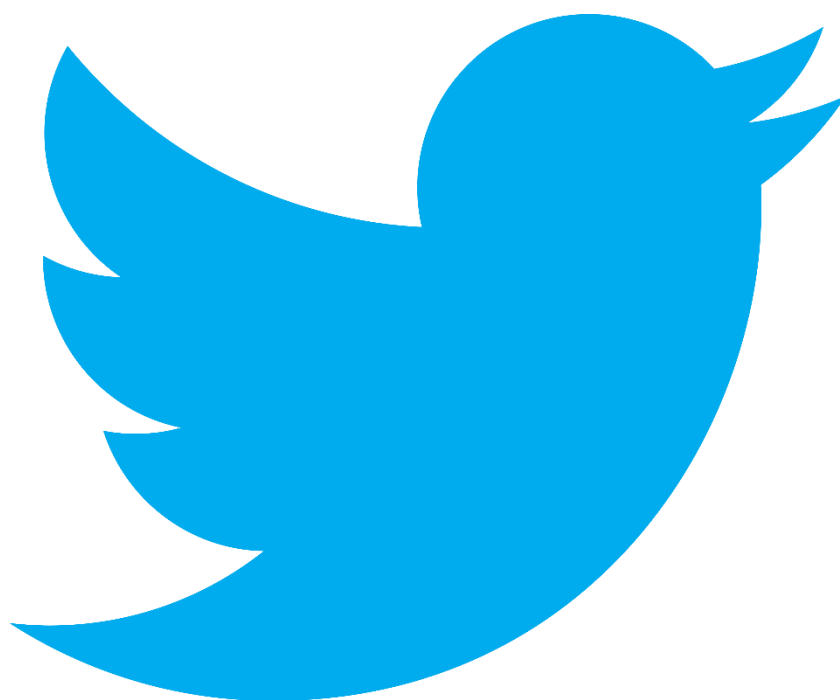
Všechny materiály potřebné k realizaci programu (metodické materiály, pracovní listy, metodické video aj.) naleznete na adrese: <https://www.disfrystak.cz/rkdk/>



## 4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu

Příloha č. 1 – Přivítání – Loga sociálních sítí













Příloha č. 3 – Presentace focení

[https://prezi.com/view/kgLGwc1wZaZYlybCCFLp/?fbclid=IwAR3PU9v8R0QO0IMsTdvHjalydKs-ocbz6pZi1YWvwBmN-2wURN6c3zjrn\\_U](https://prezi.com/view/kgLGwc1wZaZYlybCCFLp/?fbclid=IwAR3PU9v8R0QO0IMsTdvHjalydKs-ocbz6pZi1YWvwBmN-2wURN6c3zjrn_U)

Příloha č. 4 – Instagram účty

[https://drive.google.com/open?id=15Bh0yc4r\\_joG07BybQ9a5-lNooQTSx1L](https://drive.google.com/open?id=15Bh0yc4r_joG07BybQ9a5-lNooQTSx1L)

Příloha č. 5 – InternetChallenge

[https://drive.google.com/open?id=1AQKaMPQFk6k6S2Uh763zAyEYfkRe\\_eqW](https://drive.google.com/open?id=1AQKaMPQFk6k6S2Uh763zAyEYfkRe_eqW)

Příloha č. 6 – AdventureAgency

<https://drive.google.com/open?id=1uTDEXYzSMvjuKfbobJX-3pBqsVUeieRe>

*(Námi vytvořené materiály.)*



## REGISTRAČNÍ FORMULÁŘ

„Adventure agency“

### Údaje o účastníkovi:

Jméno Příjmení:

Datum narození:

E-mail:

**Vstup na akci je povolen od 6 let. Účastníci mladší 10 let musí přijít v doprovodu zákonného zástupce nebo rodinného příslušníka staršího 18 let. Do 15 let věku je potřeba podepsat tento formulář.**

Já, výše uvedený/á, svým podpisem stvrzuji pravdivost uvedených údajů a následovně:

1. Účastník prohlašuje, že je zdravotně způsobilý účastnit se Akce. Je si vědom rizik vyplývajících z případné zdravotní či jiné nezpůsobilosti.
2. Účastník dále prohlašuje, že se seznámil s všeobecnými obchodními podmínkami pořadatele, uveřejněnými na druhé straně tohoto formuláře (dále jen „VOP“). Zároveň s těmito podmínkami svým podpisem vyjadřuje souhlas a souhlasí se zpracováním osobních údajů.
3. Účastník prohlašuje, že je srozuměn s možností vzniku škody nebo újmy na svém zdraví v průběhu Akce v důsledku nedodržování VOP či provozního řádu akce a že účast na Akci je na vlastní riziko. Organizátor neodpovídá za škody a újmu na zdraví způsobenou porušením povinností Účastníka vyplývajících z VOP a jiných pokynů organizátora.
4. Organizátor si vyhrazuje právo měnit program, podmínky akce, a to i bez předchozího oznámení.

Odevzdáním tohoto formuláře potvrzuji převzetí pásky opravňující ke vstupu na Akci

**Adventure Agency.**

Ve Fryštáku dne:

Podpis:



Závazná pravidla akce a všeobecné obchodní podmínky společnosti Profesmedia s.r.o., IČO: 03487226, se sídlem Milady Horákové 1455/1, U podjezdu, 542 36 Hradec Králové, zapsané v obchodním rejstříku vedeném Krajským soudem v Hradci Králové, oddíl R, vložka 855432 (dále jen „Pořadatel“) pro účast na Akci pořádané Adventure Agency (dále jen „Obchodní podmínky“).

#### Registrace a registrační poplatek

- Účastník se zavazuje k bezmezné účtě vůči lektorům.
- Podpisem stvrzuji, že v případě smrti souhlasím s darováním orgánů pro jiné lidi.
- Podpisem potvrzuji a dovoluji použití fotek a video materiálů pro veřejné účely.
- Registraci je možné provést on-line prostřednictvím elektronického formuláře dostupného na internetové adrese [www.disfrystakiede.cz](http://www.disfrystakiede.cz). Po odeslání vyplněného registračního formuláře Provozovateli kliknutím na možnost „Odeslat“ jsou údaje v registračním formuláři Provozovatelem považovány za závazné (Účastník tímto zároveň prohlašuje, že se seznámil s Obchodními podmínkami a podmínkami ochrany osobních údajů). Provozovatel bez zbytečného odkladu registraci potvrdí na e-mailovou adresu účastníka, kterou uvedl v registračním formuláři. Doručení tohoto potvrzení je uzavřena smlouva mezi účastníkem a Pořadatelem (dále jen „Smlouva“)
- Účastník souhlasí s použitím komunikačních prostředků na dálku při provádění registrace on-line a jejich náklady (dle základní sazby) si hradí účastník sám.
- Výše registračního poplatku je uvedena v potvrzení o registraci a řídí se aktuálními ceníkem Pořadatele, který je k nalezení na internetové adrese [www.disfrystakiede.cz](http://www.disfrystakiede.cz), nebo v registračním stánku Pořadatele v místě konání akce.
- Registrační poplatek je možno zaplatit následujícími způsoby:
  - v hotovosti při registraci na místě;
  - bezhotovostně platební kartou při registraci na místě i registraci on-line;
  - bezhotovostně převodem na účet Pořadatele č. 6787543234/0300, vedený u ČSOB (dále jen „účet Pořadatele“) při registraci on-line.
- Registrace je považována za platnou až po zaplacení, a to částkou platnou v den platby.
- Zaplacením se rozumí připsání celé částky na účet Pořadatele nebo vydání potvrzení o zaplacení registračního poplatku v hotovosti.
- Zaplacený registrační poplatek je konečný, nevratný ani ho nelze převést na jinou osobu nebo akci, a to ani ze zdravotních důvodů. Slevy lze uplatnit nejpozději do okamžiku dokončení registrace účastníka.
- Podpisem stvrzuji, že během 24 hodin udělám 30 dřepů a 20 kliků na vyzvání lektora a s dohledem lektora.
- Souhlasím s prodloužením doby odevzdání mobilního telefonu o 8 hodin.
- Pořadatel po zaplacení registračního poplatku bez zbytečného odkladu účastníkovi vydá potvrzení, že se účastník řádně zaregistroval a zaplatil registrační poplatek. Na základě tohoto potvrzení bude účastníkovi umožněn vstup na akci. V případě registrace účastníka on-line toto potvrzení zašle na e-mailovou adresu uvedenou účastníkem při registraci. V případě, že účastník poplatek neuhradil ani v den akce, Smlouva zaniká.
- Pořadatel má právo přerušit nebo uzavřít registraci, a to i bez předchozího upozornění.

#### Podmínky účasti na akci

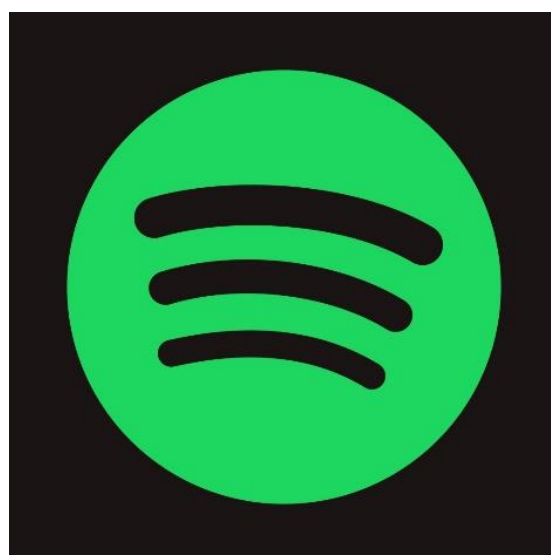
- Účast na Akci zahrnuje použití atrakce (rozměr sklouznutí po až 310 metrů dlouhé skluzavce).
- Akce je otevřena všem zdravotně způsobilým účastníkům starším 6 let včetně.
- Účastníci ve věku 6-10 let se mohou zúčastnit pouze v doprovodu alespoň jednoho z rodičů nebo jiného svého zákonného zástupce.
- Účastníci ve věku 10-15 let musí předložit písemný souhlas rodičů nebo jiného zákonného zástupce.
- Každý účastník prohlašuje, že se akce účastní dobrovolně.
- Před vstupem na akci se musí každý účastník důkladně seznámit s Obchodními podmínkami a skutečnost, že byl s těmito podmínkami náležitě seznámen, musí účastník potvrdit svým podpisem. V případě, že jakýkoli porušení tohoto bodu vstup na akci umožněn. Účastník v takovém případě nemá právo na vrácení registračního poplatku, ani na náhradu jiné újmy, která by mu neumožněním vstupu na akci případně mohla vzniknout.
- Každý účastník zároveň prohlašuje, že je zdravotně způsobilý k účasti na skluzavce a na všech aktivitách souvisejících s událostí a jeho účast na akci nepředstavuje pro něj ani okolí nebezpečí. Zároveň si je vědom, že jakýkoli porušení tohoto bodu představuje porušení jeho povinností vyplývajících z těchto Obchodních podmínek a je z tohoto plně odpovědný.
- Účastník musí mít po celou dobu akce viditelně připevněnou registrační pásku předepsaným způsobem, tj. připnutou na zápisť. Jinak může být Pořadatelem akce okamžitě vyloučen z účasti, bez nároku na vrácení registračního poplatku nebo náhrady jiné škody s tím související.
- Je zakázáno vstupovat na skluzavku s jakýmkoli nebezpečnými předměty,

kteří mohou porušit její povrch nebo skluzavku samotnou nebo jakkoli jinak ohrozit bezpečnost účastníků (například nůž, střelné zbraně, nůžky, kyseliny a jiné nebezpečné látky a další).

- Účastník je povinen po celou dobu akce respektovat pokyny Pořadatele, jako i dalších osob, které s Pořadatelem na organizaci akce spolupracují a mohou být takto výslovně označeni (např. označením „pořadatel“).
  - Pořadatel není odpovědný za jakoukoliv škodu na majetku nebo jinou újmu vzniklou v souvislosti s účastí na akci nebo jejím sledováním.
  - Pořadatel má právo vyloučit z akce jakéhokoli účastníka, jehož chování by mohlo ohrozit či ohrožuje bezpečný průběh akce nebo bezpečnost ostatních účastníků či jakýmkoli jiným způsobem tyto Obchodní podmínky či právní předpisy. Vyloučený účastník je povinen opustit neprodleně akci, a nemá právo na vrácení registračního poplatku, ani na náhradu jiné újmy, která mu vyloučením z akce vznikla.
  - Účastník se akce nesmí účastnit pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných nebo psychotropních látek, případně tyto konzumovat v době účasti na akci. Při účasti na akci se zakazuje kouření (případně i konzumace jídla a nápojů, žvýkačky).
  - Účastníci při svém pohybu v prostoru konání akce musí dbát rovněž na bezpečnost osob pohybujících se v okolí akce, zejména je zakázáno překonávat ohrazení prostoru konání akce mimo místa k tomu určená, vyhazovat předměty z tohoto prostoru apod.
  - Svoje osobní věci si účastníci musí odkládat na místech k tomu speciálně vymezených a určených Pořadatelem.
  - Pořadatel si vyhrazuje právo změn v programu, propozicích, těchto Obchodních podmínkách, a to i bez předchozího oznámení.
  - Akce se uskuteční bez ohledu na povětrnostní podmínky. Pouze v případě extrémních podmínek či jiných okolností, které jsou mimo kontrolu Pořadatele a které mohou mít vliv na zdraví nebo bezpečnost účastníků (bouřka, prudký déšť, kroupy apod.), je Pořadatel oprávněn posunout začátek akce nebo akci zcela zrušit. V takovém případě není Pořadatel povinen vrátit registrační poplatky, ani nahradit jinou škodu, která by v důsledku toho účastníkům případně mohla vzniknout.
  - Každý účastník se účastní akce na vlastní riziko a nebezpečí a odpovídá výlučně sám za svou fyzickou připravenost a způsobilost.
  - Každý účastník si je vědom všech rizik spočívajících v nebezpečí vzniku škody nebo jiné újmy na zdraví vzniklé při účasti na akci, které mohou zahrnovat:
    - odřeniny, opuchliny, zlomeniny, podvrtnutí části těla
    - zranění způsobená horkem nebo zimou (včetně popálenin)
    - zranění zaviněná ostatními účastníky
    - srdeční infarkt, trvalé ochrnutí, tonutí, utonutí
    - riziko značného zranění s trvalými následky, související smrt
    - onemocnění z vody pokrývající skluzavku (infekce...)
  - Účastník akce se v maximálním rozsahu povoleném právními předpisy zříká nároku na odškodnění za škodu, zprůštuje odpovědnosti a pouští od nároků vůči Pořadateli.
  - Účastník akce vědomě a dobrovolně souhlasí s podrobením se všem uvedeným a stanoveným podmínkám týkajících se účasti na akci.
  - Pokud však během akce zpozoruje něco neobvyklé nebo značné riziko, upozorní na toto nebezpečí nejbližšího pořadatele akce.
- #### Pojištění
- Každý účastník je povinen mít uzavřeno zdravotní pojištění na dobu akce pro případné ošetření záchranou službou nebo hospitalizací.
  - Pořadatel neposkytuje účastníkům pojištění (zdravotní, úrazové, odpovědnosti, apod). Pokud je potřeba pojištění nějakého druhu, je na účastníkovi si jej sjednat samostatně, zejména zdravotní pojištění pro případné ošetření/hospitalizaci. Případné náklady budou účtovány účastníkovi.
- #### Práva z vadného plnění
- Práva a povinnosti Pořadatele a účastníků ohledně práv z vadného plnění se řídí příslušnými obecně závaznými právními předpisy (zejména ustanoveními § 1914 a násl. občanského zákoníku).
- #### Ukončení smlouvy
- Účastníci nemohou z důvodu uvedeného v ustanovení § 1837 písm. j) odstoupit od Smlouvy dle ustanovení § 1829 občanského zákoníku.
  - V ostatním je možné Smlouvu ukončit v souladu s právními předpisy.
- #### Mimosoudní řešení sporů
- Pokud jsi podmínky dočetl až sem, gratulujeme. Nic z podmínek neříkej spolužákům. Podepiš smlouvu a pod podpis napiš heslo „Elektronická stopa“. Získáš pro sebe zkrácení doby odebrání mobilního telefonu a nebudou na tebe platit žádná ustanovení této smlouvy, kromě zásad bezpečného chování. V případě, že někomu jinému prozradíš obsah těchto podmínek, bude ti doba odebrání mobilu prodloužena až o 24 hodin.
- #### Závěrečná ustanovení
- Tyto Obchodní podmínky nabývají účinnosti dne 25. května 2018.



Příloha č. 10 – Loga aplikací

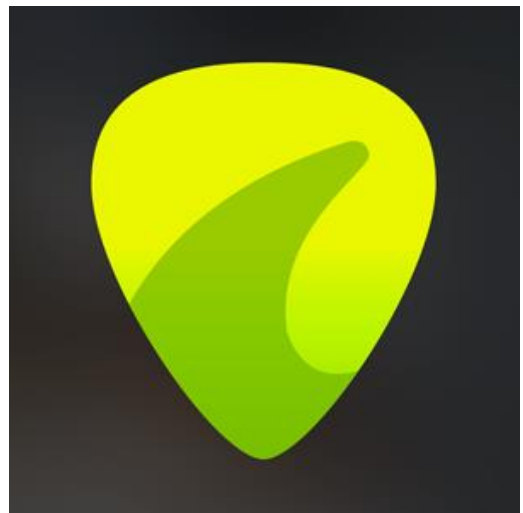




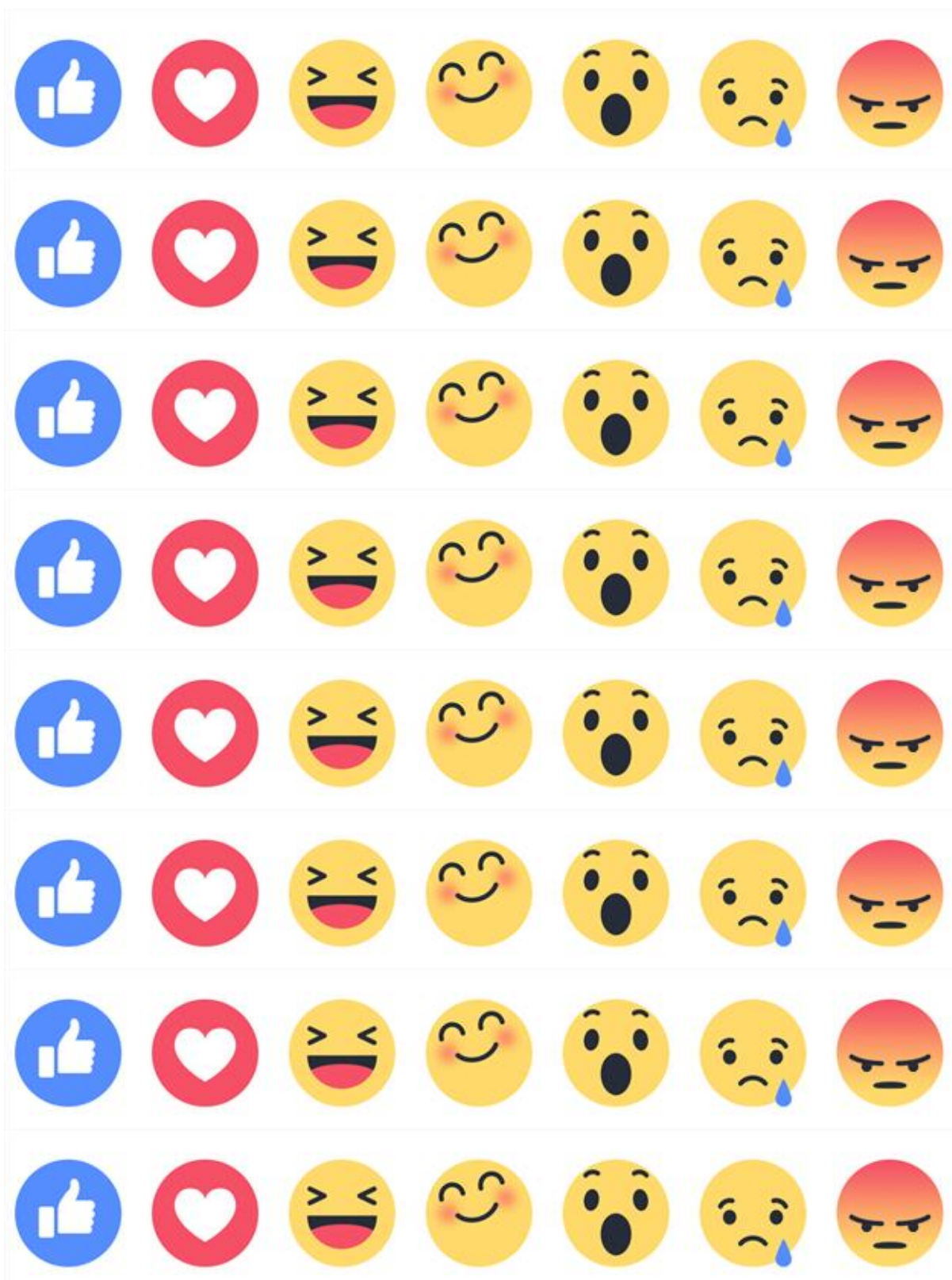












### **VLOG**

Vlog je forma videa, ve kterém sledující seznamuješ se svým dnem či víkendem. Může se také jednat o cestovní vlog, humorné video nebo seznámení diváka s novinkami z tvého života.

### **CHALLENGE**

Challenge neboli výzva je druh videa, ve kterém své sledující chceš upoutat a pobavit díky svým zajímavým výkonům v nějaké minihře nebo výzvě. Může se tak jednat o výzvu, ve které máš k sobě pár partáků nebo soupeřů, ale také o výzvu, ve které soutěžíš sám, třeba proti času.

### **DIY**

DIY je forma videa, ve které se snažíš svým sledujícím ukázat postup k výrobě jakéhokoli výtvaru, výrobku nebo i životního stylu.

### **SKETCH**

Sketch je zábavná forma videa, kde máš možnost zachytit různé situace z rozdílného úhlu pohledu. Častým tématem bývá Představa x Realita na dané téma.

### **UNBOXING**

Jako úspěšný youtuber jistě spolupracuješ s různými značkami, které ti zasílají své produkty. Tyto produkty můžeš ukázat svým sledujícím právě ve videu zvaném unboxing. Před kamerou otevřeš balíček, co ti přišel. Okomentuješ, proč sis tento produkt vybral, a nezapomeň zmínit, zda se jedná o placenou spolupráci, nebo ne.

### **HAUL**

Pokud rád nakupuješ nové věci a chceš ukázat svým sledujícím, co máš nového, a třeba i říct odkud, za kolik a zda to byla dobrá investice, forma videa Haul je přesně pro tebe. Co ve videu budeš ukazovat, je čistě na tobě. Může se jednat o kosmetiku, oblečení, ale klidně i o nábytek nebo jiné vybavení.

### **REAKČNÍ VIDEO**

Štve tě situace v politice? Na YouTube scéně? Nebo kdekoli jinde? Reakční video je prostor pro tvou reakci na některou z konkrétních situací nebo afér, které se dějí. Měl by zaznít tvůj názor, tvé důvody, proč nesouhlasíš nebo naopak souhlasíš s danou situací.

### **LET s PLAY**

Hraješ hry? Ať už jsou online nebo ne, natoč se při tom. Může to být návod, jak se dostat do dalších levelů!

### **MAKEUP TUTORIAL**

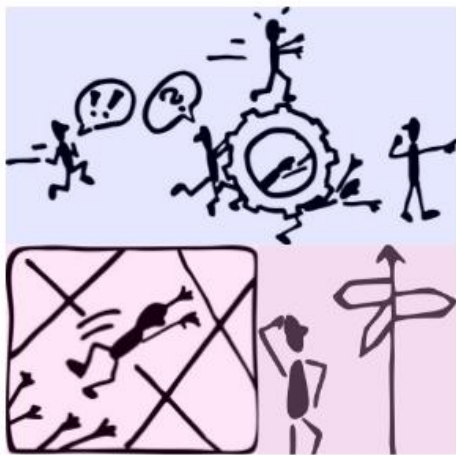
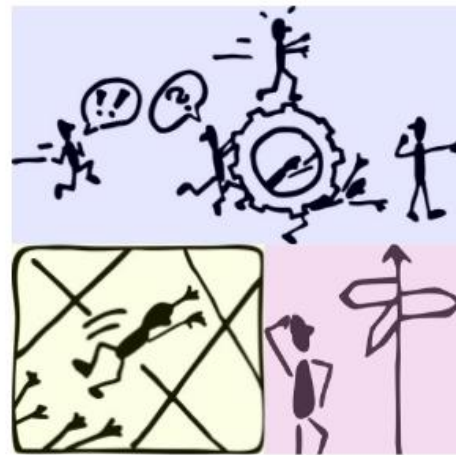
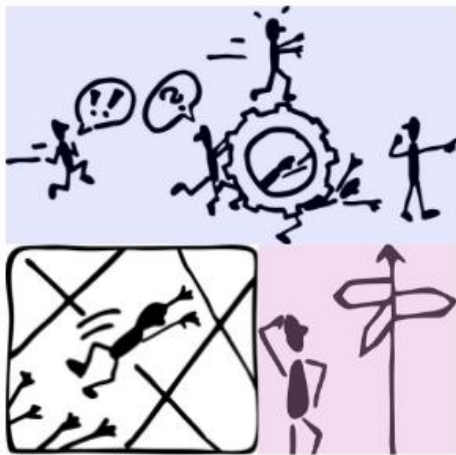
Ukaž ostatním, jaký je tvůj postup při líčení nebo klidně jak probíhá tvá ranní rutina. Možná některé své sledující inspiroješ a pomůžeš těm, co nevědí, k čemu se používají oční stíny a rozjasňovač.

### **Q a A**

Otázky a odpovědi. Tenhle druh videa je hlavně pro tvé sledující. Vyzvi je, ať se tě zeptají na to, co je zajímavé, a pak jim odpověz. Forma videa je na tobě.



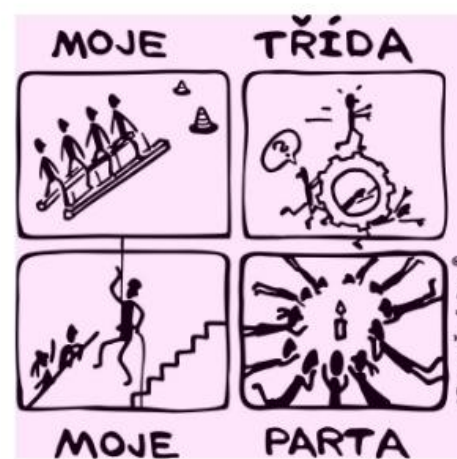
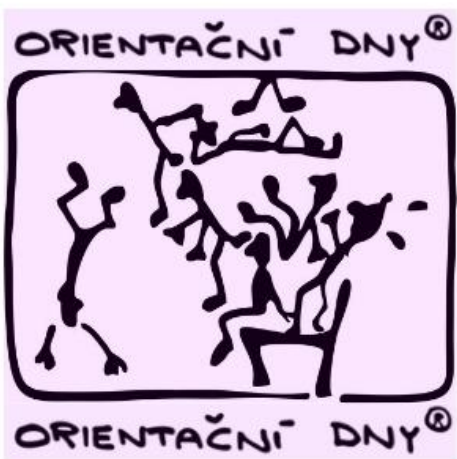
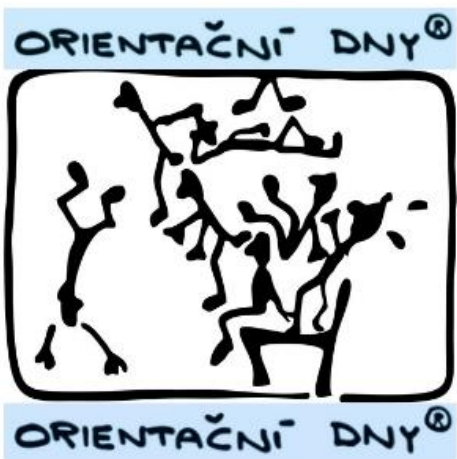


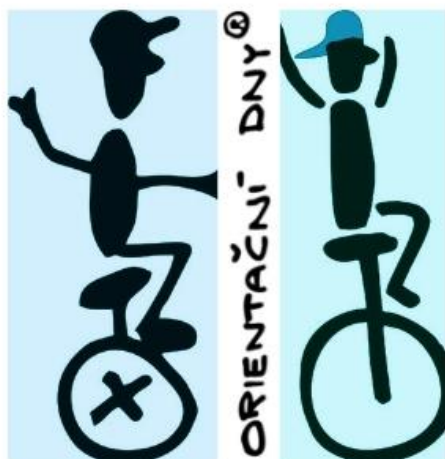
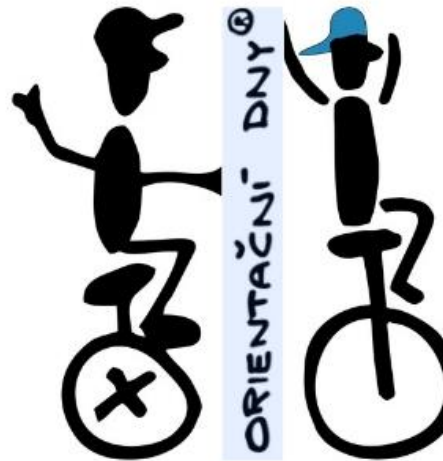
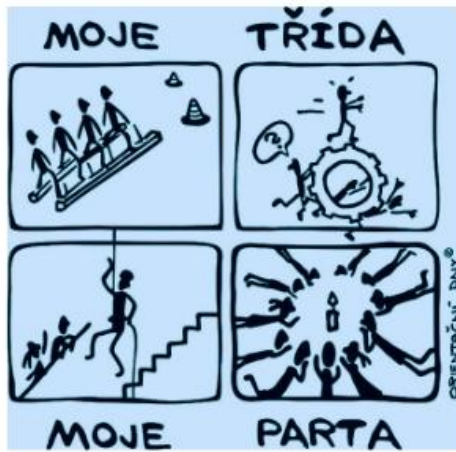
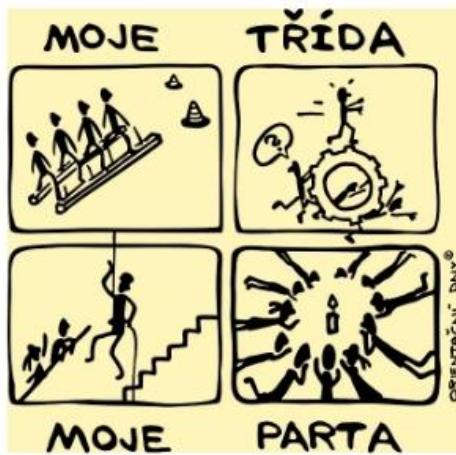


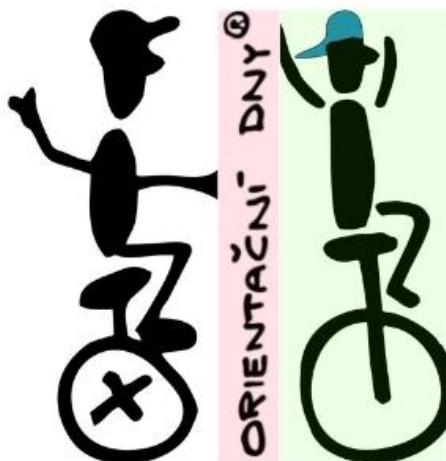
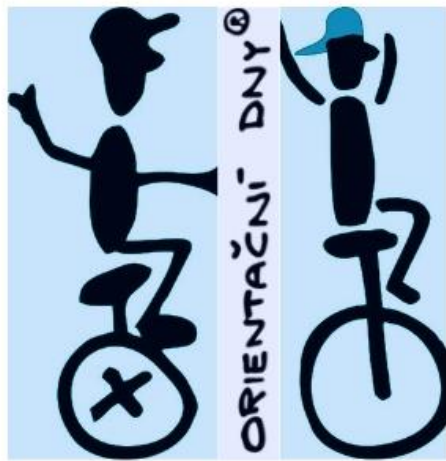








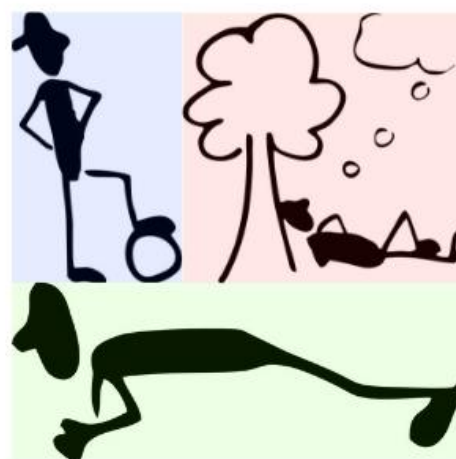
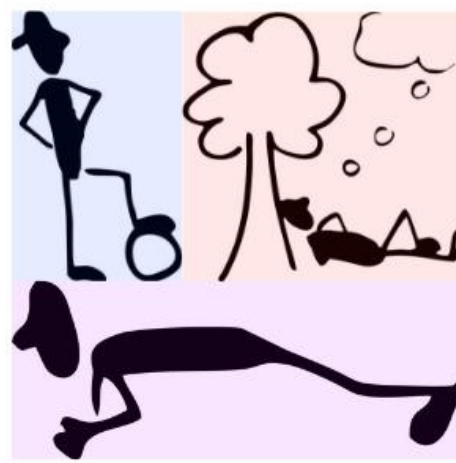


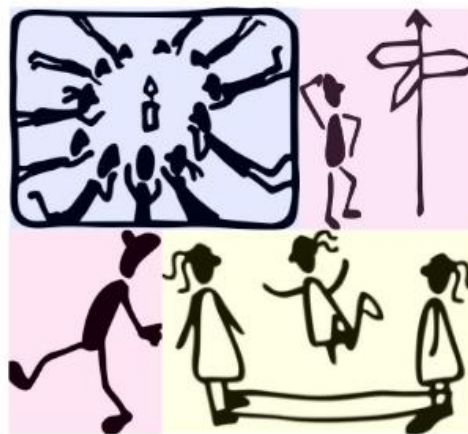
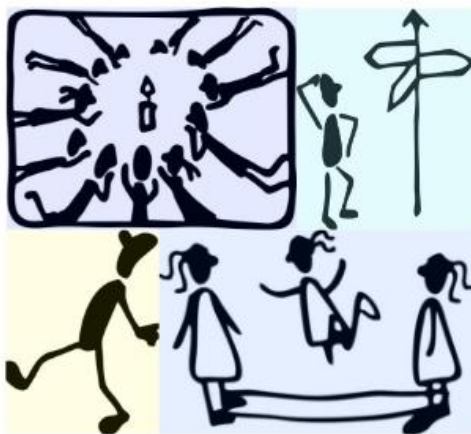
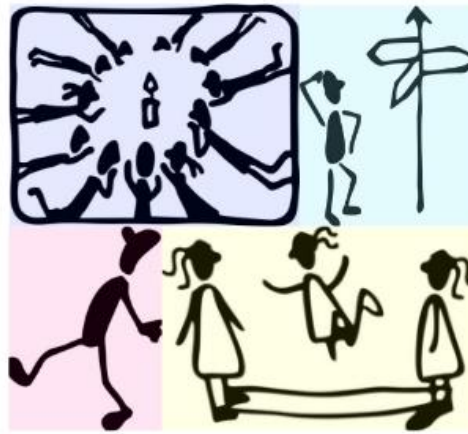
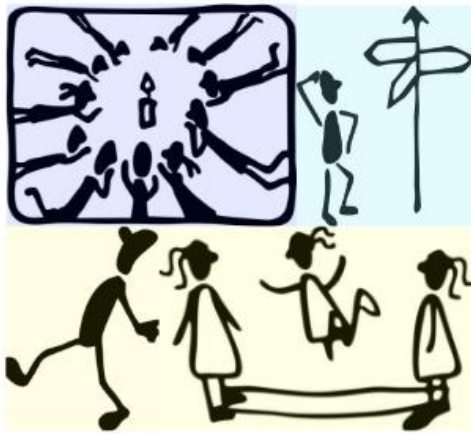
















Příloha č. 17 – Kvíz

<https://drive.google.com/open?id=1xlp84c2hI-lrd10r46Z6Qe40ZBV-STB8>



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



## 5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů



Příloha č. 2 – QR kódy pro tisk, metodika

1. Co znamená zkratka DIS a kdo jsou Salesiáni?



2. Kde můžu být ráno v 7:30?



3. Co když se zraním?



4. Pro koho je tu výtah?



5. Mám se v domě přezouvat?





6. Kudy se vydat v případě nebezpečí?



8. Může se v areálu DISu kouřit, pít a požívat omamné látky?



7. Co udělám po jídle?



9. Třídí se tady odpad?





10. Zapomněl jsem si spacák. Co budu dělat?



12. Patří mobil na program?



11. Na pokoji mám nábytek. Co s ním?



13. Co s klíčem od pokoje?





14. Co můžu dělat v herně?



15. Můžu využít hřiště?



16. Kde se můžu napít?



17. Jak se skládají talíře v jídelně?



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání





A. Dům Ignáce Stuchlého. Salesiáni jsou mužský řeholní řád založený v 19. století sv. Janem Boskem.



C. V případě nebezpečí využij nouzové schodiště za pokoji.



B. Každé zranění nahlas instruktorovi.



D. Pokud nemáš spacák, můžeš si půjčit povlečení. Cena za zapůjčení povlečení je 100 Kč.







- E. V herně si můžeš zahrát kalčo, stolní tenis a kulečník. Kulečník je možné hrát jenom za přítomnosti osoby starší 18 let.



- G. Výtah je pouze pro hendikepované nebo zraněné účastníky a pro instruktory pro přepravě těžkých věcí.



- F. Pitný režim je k dispozici na baru a po zavírací době baru v přízemí na okně proti schodům.



- H. Po jídle je potřeba vzít hadr a utřít po sobě stůl.





I. V domě se přezouvejte, pokud přezůvky nemáte, tak řekněte instruktorovi.



K. Ano, třídí. Tašky najdete ve své klubovně a na chodbě je popelnice na plast.



J. Každý den v 7:30 je možnost v kapli navštívit mši svatou.



L. Odpověď najdeš nalepenou nad okénkem v jídelně.





M. Hřiště můžeš využívat. Míče jsou k zapůjčení na recepci proti vratné kauci.



O. Nábytek na pokoji nepřesouvej a ani se do něho neschovávej.



N. Klíče od pokoje nevynášejte z domu. V případě, že se jde mimo dům, klíče odevzdejte do košíčku na recepci a po příchodu si je opět vezměte.



P. V celém areálu je zakázáno kouřit, pít alkohol a požívat omamné látky. V případě porušení je pokuta 500Kč.





Q. Mobil na program nenoste, pokud bude potřeba, budou vás instruktoři informovat.



2-J

3-B

4-G

5-I

6-H

7-C

8-P

9-K

10-D

11-O

12-Q

13-N

14-E

15-M

16-F

17-L

## Odpovědní Klíč

1-A



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



1. Co znamená zkratka DIS a kdo jsou Salesiáni?
  2. Kde můžu být ráno v 7:30?
  3. Co když se zraním?
  4. Pro koho je tu výtah?
  5. Mám se v domě přezouvat?
  6. Kudy se vydat v případě nebezpečí?
  7. Co udělám po jídle?
  8. Může se v areálu DISu kouřit, pít a požívat omamné látky?
  18. Třídí se tady odpad?
  19. Zapomněl jsem si spacák. Co budu dělat?
  20. Na pokoji mám nábytek, co s ním?
  21. Patří mobil na program?
  22. Co s klíčem od pokoje?
  23. Co můžu dělat v herně?
  24. Můžu využít hřiště?
  25. Kde se můžu napít?
  26. Jak se skládají talíře v jídelně?
- 
- A. Dům Ignáce Stuchlého. Salesiáni jsou mužský řeholní řád založený v 19. století sv. Janem Boskem.
  - B. Každé zranění nahlas instruktorovi.
  - C. V případě nebezpečí využij nouzové schodiště za pokoji.
  - D. Pokud nemáš spacák, můžeš si půjčit povlečení. Cena za zapůjčení povlečení je 100 Kč.
  - E. V herně si můžeš zahrát stolní fotbal, stolní tenis a kulečnick. Kulečnick je možné hrát jenom za přítomnosti osoby starší 18 let.
  - F. Pitný režim je k dispozici na baru a po zavírací době baru v přízemí na okně proti schodům.
  - G. Výtah je pouze pro hendikepované nebo zraněné účastníky a pro instruktory k přepravě těžkých věcí.
  - H. Po jídle je potřeba vzít hadr a utřít po sobě stůl.
  - I. V domě se přezouvejte, pokud přezůvky nemáte, tak řekněte instruktorovi.
  - J. Každý den v 7:30 je možnost v kapli navštívit mši svatou.
  - K. Ano třídí. Tašky najdete ve své klubovně a na chodbě je popelnice na plast.
  - L. Odpověď najdeš nalepenou nad okénkem v jídelně.
  - M. Hřiště můžeš využívat. Míče jsou k zapůjčení na recepci proti vratné kauci.
  - N. Klíče od pokoje nevynášejte z domu. V případě, že se jde mimo dům, klíče odevzdejte do košíčku na recepci a po příchodu si je opět vezměte.
  - O. Nábytek na pokoji nepřesouvej a ani se do něho neschovávej.
  - P. V celém areálu je zakázáno kouřit, pít alkohol a požívat omamné látky. V případě porušení je pokuta 500Kč.
  - Q. Mobil na program nenoste, pokud bude potřeba, budou vás instruktoři informovat.



## Příloha č. 8 – Doporučení, metodika

Čas na reflexi je 30 min.!!!

### 1. blok – diskuse v kroužku (10 min.)

Může nám někdo shrnout, co jste teď celé dopoledne dělali, co jste prožili?

Když si vezmeme ty smluvní podmínky, přečetli jste si je?

Zvedne ruku ten, kdo podepsal smluvní podmínky? / A kdo ne?

Proč jste to podepsali? / Proč jste to nepodepsali?

Bylo tam něco, co vás zarazilo? U čeho jste se pozastavili?

Když si vezmeme ty smluvní podmínky a projdeme si hlavní pasáže, zjistíme, že (vypíchnout ty body, co chceme vypíchnout, jestli tam budou zmíněné kliky – vyžadovat je po nich, prodloužení doby odevzdání mobilů).

Poslat předmět a ať se každý vyjádří, co mu teď probleskává hlavou, jaké z toho mají pocity.

### 2. blok – promítání nástrojů a postupů, které mohou pomoci (20 min.)

Kde se s tím můžou potkat? (Smlouvy, obchodní podmínky, ...)

Jak se tomu bránit? Ctrl+F (vyhledávat jednotlivá slova)

Najít na Googlu informace o e-shopu (Heuréka, zboží.cz) nebo o stránce, programu (recenze, ne e-miminko apod.).

Zaškrtávací políčka, kontrolovat v e-shopech i při stahování aplikací (doplňky prohlížeče, aplikace v mobilu).

Oprávnění aplikaci – úprava v mobilu.

Upozornění na stránky, kde je možné zjistit, jestli byla prolomena adresa, dostupné z: <https://havebeenpwned.com>

Anonymní mód – neukládá historii ani cookies pro pozdější využití. V době, kdy jste v anonymním okně, jste ale pro stránku poskytovatele připojení (viditelní).

Anonymní režim má v každém prohlížeči trochu jiné vlastnosti.

Jste pořád detekovatelní prostřednictvím IP adresy.

VPN (Virtual Private Network, virtuální privátní síť).

Umožňuje brouzdat po internetu inkognito, nezobrazuje se vaše IP adresa, ale jiná. Pro stránky se jevíte jako návštěvník z jiné země nebo z jiného města. Nabízí to např. Avast jako doplněk antiviru.

TOR (The Onion Router) počítačová síť, která pracuje na principu změny IP adresy (vyvinuta námořnictvem US), existuje prohlížeč Tor, který zajistí tuto funkci. Je využíván i teroristy, proto má pověst nelegálního prostředku. Ale využívají jej třeba novináři v zemích, kde není svoboda projevu.



VPN služby zdarma není vhodné používat, je tam riziko, že data prodají jiným společností.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Příloha č. 11 – Rozdělení aplikací, metodika

FOTOGRAFIE a VIDEO	
Lightroom InShot Google Fotky Snapseed	<ul style="list-style-type: none"> <li>– úprava fotek</li> <li>– úprava videí</li> <li>– zálohování fotek</li> <li>– úprava fotek</li> </ul>
JÍDLO	
Fourquere Dáme jídlo Rohlík.cz Wolt.cz	<ul style="list-style-type: none"> <li>– tipy na podniky</li> <li>– hotové jídlo do domu</li> <li>– nákup ingrediencí přes aplikaci</li> <li>– hotové jídlo do domu</li> </ul>
DOPRAVA	
IDOS Můj Vlak Skyscanner Rome2Rio	<ul style="list-style-type: none"> <li>– spojení po ČR a okolí (on-line)</li> <li>– vlakové spojení po ČR (off-line)</li> <li>– levné lety</li> <li>– spojení z bodu A do bodu B – celosvětově</li> </ul>
UBYTOVÁNÍ	
AirBnb Booking.com TripAdvisor Couchsurfing.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ubytování u místních, kempech, hostelech či hotelech</li> <li>– ubytování u místních i v hotelech, dražší než AIRBNB</li> <li>– tipy na ubytování, destinace i památky</li> <li>– přespání u místních obyvatel zdarma</li> </ul>
HUDBA	
Spotify Shazam Musixmatch GuitarTuna	<ul style="list-style-type: none"> <li>– knihovna hudby</li> <li>– rozpoznávač hudby</li> <li>– texty k poslouchaným písním na YT nebo Spotify</li> <li>– ladička na kytaru, akordy i lekce hraní</li> </ul>
LEHČÍ NAKUPOVÁNÍ	
Stocard Spendee Fér potraviny Xe Currency	<ul style="list-style-type: none"> <li>– databáze zákaznických kartiček</li> <li>– vedení účetnictví</li> <li>– na základě čárového kódu – složení i popis výroby</li> <li>– přepočítávač měn podle aktuálních kurzů</li> </ul>





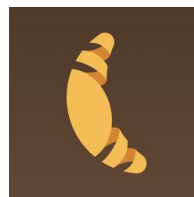
ŠKOLNÍ POMOCNÍČÍ	
Photomath Google Překladač Duolingo Bakaláři	<ul style="list-style-type: none"> <li>– kalkulačka, co vypočítá každý příklad i rovnici</li> <li>– překladač slov i frází</li> <li>– hravé procvičování angličtiny</li> <li>– rozvrh, známky, suply, domácí úkoly – vše pohromadě</li> </ul>
MOBILNÍ VYCHYTÁVKY	
T–mobile ČHMÚ Qualitytime BlueLightfilter	<ul style="list-style-type: none"> <li>– sledování volných SMS, dat i minut – každý operátor má</li> <li>– počasí dle české meteorologické stanice</li> <li>– měřič času strávený na mobilu</li> <li>– tlumič modrého světla</li> </ul>



Příloha č. 12 – Loga a názvy, metodika



Lightroom



Rohlík.cz



InShot



Wolt



Google Fotky



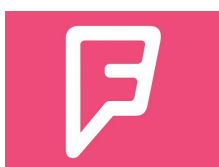
IDOS



Snapseed



Můj Vlák



Fourquere



Skyscanner



Dáme jídlo

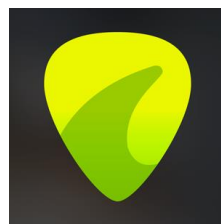


Rome2Rio





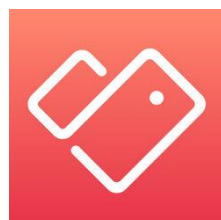
AirBnb



GuitarTuna



Booking



Stocard



TripAdvisor



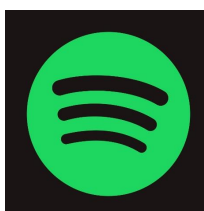
Spendee



Couchsurfing



Fér potraviny



Spotify



Xe Currency



Shazam



Photomath



Musixmatch



Google Překladač





Duolingo



BlueLightfilter



Bakaláři



Záchranka



T-mobile



Mapy



ČHMÚ



Minut



Qualitytime



## 6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi

Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi je přiložena na adrese: <https://1url.cz/Jr2QF>.

## 7 Příloha č. 4 - Odborné a didaktické posudky programu

Odborné a didaktické posudky programů jsou zde: <https://1url.cz/5Koz2> a <https://1url.cz/iKozq>.

## 8 Příloha č. 5 - Doklad o provedení nabídky ke zveřejnění programu

**Program je uveřejněn:**

- Na našich webových stránkách: <https://www.disfrystak.cz/rkdj/>
- Na metodickém portálu RVP.cz: <https://digifolio.rvp.cz/user/view.php?id=12634>
- Na rvp.cz dále vznikl článek k propagaci projektu dostupný na: <http://1url.cz/frHLg>

**Program vznikl v návaznosti na PŘEDCHOZÍ PROJEKTY s názvem:**

Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí (2008)

<https://1url.cz/prHHb>

Pro 2. stupeň ZŠ. Cílem všech našich programů pro školy je přivádět mladé lidi k utváření vlastního názoru a ochotě přijmout odpovědnost za svůj život. K tomu docházíme společným řešením jejich otázek a problémů z oblasti sebepoznání a vytváření vlastní identity, mezilidských vztahů (rodina, partnerské vztahy, vrstevníci), závislostí (drogy, alkohol, gamblerství), sekt a globálních otázek. Skrze tyto společné rozhovory a zážitky mají žáci a studenti možnost se i jako třída navzájem sobě více přiblížit a lépe se poznat. Dochází tak k většímu zájmu o druhého, zkvalitnění vzájemných vztahů, utváření třídního kolektivu.

Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – ZÁKLADNÍ ŠKOLY (2012)

<https://1url.cz/crHHP>

Obecným cílem projektu je zkvalitnění vzdělávání na základní realizaci programů zaměřených na rozvoj hodnotové orientace žáků v oblasti trvale udržitelného rozvoje a environmentální výchovy. V oblasti postojů a hodnot se zaměřujeme na tyto aspekty: vnímání života jako nejvyšší hodnoty; respektování jedinečnosti, důstojnosti a neopakovatelnosti života; aktivní účast na ochraně a utváření životního prostředí; ovlivnění životního stylu a hodnotové orientace žáků; uvědomění etického rozměru ekologického, sociálního a komunikačního jednání; ocenění rozmanitosti projevů života, kultury a každého člověka.

Rozvoj hodnotové orientace žáků pro udržitelný rozvoj – STŘEDNÍ ŠKOLY (2012)

<https://1url.cz/krHHc>

Hlavní myšlenka projektu byla utvářena získanými poznatky v Akcionszentrum Benediktbeuern, ze vzdělávacích seminářů a společných úvah pedagogů a lektorů projektu. Stanovili jsme obecný cíl projektu Orientačních dnů (které tento projekt rozvíjí): Chceme společně s učiteli a žáky vytvořit prostor k sebepoznání a k objevení spirituální (duchovní) dimenze života mladých lidí.



## **AKTUÁLNÍ PROJEKT, který vznikl:**

Dramaturgie a zejména určité programové bloky na tři výše zmiňované projekty navazují. Jedná se o ranní uvedení do dne, večerní zakončení a využití místa ztišení.

### Rozvoj kompetencí pro demokratickou kulturu (2021)

<https://www.disfrystak.cz/rkdk/>

Pro 2. stupeň ZŠ a SŠ. V rámci tohoto projektu bylo vytvořeno a ověřeno 9 vzdělávacích programů, které povedou k rozvoji kompetencí pro demokratickou kulturu. Část každého programu bude realizována v rámci zážitkového kurzu, další část přímo ve škole. Cíle vzdělávacích programů jsou podpora demokratických hodnot, prevence extremismu, respekt ke kulturním odlišnostem, prevence xenofobie a dalších negativních jevů ve společnosti. Podpora rozvoje kritického myšlení s cílem chránit děti a mládež před manipulací vedoucí k rizikovému chování, podpora aktivit vedoucí k aktivnímu osobnímu rozvoji a k ochraně zdraví v propojení všech jeho složek (sociální, psychické a fyzické). Vytváření vzdělávací nabídky zaměřené na porozumění médiím a její aktivní užívání, podpora rozvoje vzdělávacích aktivit zaměřených na prevenci rizik a řešení možných krizových situací spojených s užíváním médií, podpora rozvoje schopnosti odhalovat mediální manipulaci a bránit se jí, rozvíjení kompetence dětí a mládeže pro kreativní vytváření vlastních mediálních obsahů.

## **Odkazy na PODOBNĚ ZAMĚŘENÉ PROJEKTY zde:**

### Vzdělávání pro volný čas – Multikultura:

<https://databaze.op-vk.cz/Product/Detail/27189>

Pro SŠ. Projekt byl zacílen na prevenci rasismu a xenofobie prostřednictvím podpory multikulturní výchovy a vzdělávání. Naplněno prostřednictvím prožitkových seminářů, zpracovaných materiálů včetně podpůrných. Nezměřitelným cílem projektu bylo zpřístupnit žákům jiný pohled na cizince, nebrat je jako cizí element, ale jako součást běžného života.

### Média do škol:

<https://databaze.op-vk.cz/Project/Detail/3923>

Pro žáky 2. stupeň ZŠ. Projekt inspirativně propojuje školu a volnočasové středisko. Učí žáky zacházet s moderními technologiemi z oblasti médií, konkrétně: psát, fotografovat, natáčet a stříhat, vytvořit časopis, rozhlasovou zprávu, audio pohlednici nebo televizní reportáž. Motivuje je, aby se zajímali a **aktivně tvořili** svět médií, kolem nás. Vznikly zajímavé výstupy např. Příručka Jak se dělá multimediální redakce, která obsahuje praktické tipy, technické rady, pracovní listy a metodické pokyny.

### Schools of equality: rovnost začíná ve škole:

<https://databaze.opvvv.msmt.cz/vystup/1429>

Pro SŠ. Hlavními tématy tohoto projektu je empatie, identita a jinakost, emoce a zvládání konfliktních situací, sebezpřijetí a přijetí jinakosti a šikana. Díky otevření těchto důležitých a těžkých témat si



studující budou moct prozkoumat svou vlastní identitu a postoje, vyzkouší si, jak můžou řešit konflikty nenásilně, vytvoří si pravidla třídy nebo se zamyslí nad tím, jakou roli hrají stereotypy a normy ve společnosti, proč a jak vzniká šikana a co můžeme dělat jako jednotlivci nebo kolektiv pro prevenci tohoto jevu. Program vychází z teorie a metod Nenásilné komunikace, která vnímá způsob komunikace jako klíčový z hlediska možnosti lepšího vzájemného porozumění, spolupráce, respektu a schopnosti řešit konflikty, rozpoznat násilí a vyhledat pomoc.

#### Informace pro rozvoj demokratické společnosti:

<https://databaze.opvvv.msmt.cz/vystup/1120>

Pro SŠ. Hlavním cílem programu je rozeznávat důležitost každé jednotlivé informace pro předání ve sdělovacím procesu. Dílčím cílem tohoto projektu je efektivní zpracování informací pro příjemce v podobě poutavé prezentace, avšak přijatelnou formou, tak aby prezentující a posluchač navázali kvalitní spojení s následkem správného porozumění. Projekt rozvíjí učení se „umění“ správné prezentace a i obhajoby informací, které zpracovávám a posílám dále do světa.

#### Demokracie zážitkem:

<https://databaze.opvvv.msmt.cz/vystup/1302>

Pro žáky 2. stupně ZŠ. Tento zážitkový kurz je proto zaměřen převážně na kritické myšlení a reflexi aktivit ale i procesů. Výrazné místo v programu má i otevřenost a respekt k odlišným názorům a projevům chování.

#### Respekt nebolí:

<https://databaze.op-vk.cz/Project/Detail/127>

Pro SŠ. Studenti se učili získávat kompetenci k prosazování lidských práv v různých oblastech do běžného života v jejich nejbližším okolí. Zároveň se učili formulovat cíle, aktivity a rozpočet takové akce a po jejich realizaci si i vyhodnotit úspěšnost. Z evaluací je zřejmé, že pro velkou většinu z nich se jednalo o pozitivní zkušenost, při níž se naučili konkrétním dovednostem a uvědomili si význam problematiky lidských práv pro každodenní život. Zapojení studentů i pedagogů bylo posíleno využitím sociálních sítí, kdy byla vytvořena facebooková stránka Variant, v níž se propojují informace z oblasti vzdělávání, tak informace a novinky z oblasti lidských práv.

#### **Zdroje:**

Úvodní strana – Databáze výstupů projektů OP VK. *Úvodní strana – Databáze výstupů projektů OP VK* [online]. Copyright © 2014 Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky [cit. 10.08.2022]. Dostupné z: <https://databaze.op-vk.cz/>

OPVVV - Databáze výstupů. *OPVVV - Databáze výstupů* [online]. Dostupné z: <https://databaze.opvvv.msmt.cz/>

Programy pro školy - [www.disfrystak.cz](http://www.disfrystak.cz). *SDB Fryšták* [online]. Dostupné z: <https://www.disfrystak.cz/rkd/>



## 9 Nepovinné příloh

### Odkazy na videa k programům:

Dotkni se sebe: <https://youtu.be/vzTRStZGr-M>

Jsem jaký jsem: <https://youtu.be/G4PkEIGlh0w>

Život online: <https://youtu.be/vZxkJXKK94M>

Láska je láska: <https://youtu.be/V-Dc2uhKp64>

Kdo najde přítele najde poklad: <https://youtu.be/o9CuyIXg-H4>

Média na druhý pohled: <https://youtu.be/d7f32SSGeMk>

Chuť na život: <https://youtu.be/gPgT5-fzTXk>

O co Ti v životě jde: <https://youtu.be/W9GF-5XBkXo>

Multikultura – nejsme tady sami: <https://youtu.be/zEixORcEaAA>

