



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

:

Alternativní metody ve školství s ohledem na individuální přístup k osobnosti žáka

**expresivní terapie jako nástroj nastavení
klimatu pro optimální spolupráci**

Žadatel: Českomoravská vzdělávací, s.r.o.

Projekt: Vzdělávání napříč KHK

Autorky: PhDr. Renáta Ševčíková, Bc. Pavlína Langerová

Obsah:

Úvod

- 1. Vzdělávání**
- 2. Pedagogické prostředky**
- 3. Vzdělávací metody**
- 4. Alternativní metody ve vzdělávání**
- 5. Alternativní metody v současné pedagogické praxi**
- 6. Alternativní metody při zvládání konfliktů**

Závěr

Použitá literatura a odkazy

Příloha

Úvod

Každý člověk, ať je dítětem nebo žákem nebo dospělým či dokonce starcem, se vzdělává. Sice v různé míře, ale pořád vzdělává. Stále se něčemu učí a novému přivyká. A každý se také vzdělává jinak a jinými způsoby a hledá nové cesty, jak se to, co potřebuje vědět, naučí co nejlépe a nejrychleji.

Tato úvaha již navozuje právě tu správnou situaci a v rámci ní i otázky: „Jak se to mám naučit? Jakou metodou?“

Tato publikace je určena především pedagogickým pracovníkům, aby získali malý přehled o možnostech využití některých metod při procesu vzdělávání. Chce přiblížit vytváření šancí žákům při vzdělávání. Každý pedagogický pracovník se vždy ve své profesi zamýšlí nad tím, jak žáky naučit tomu, co je cílem v určité vybrané oblasti vzdělávání a také, jak je tomu naučit co nejlépe a nejefektivněji. Má v tom značnou volnost, ale také musí respektovat určitá pravidla. Přitom však také musíme připouštět i to, že pedagogický pracovník může improvizovat.

Tato krátká publikace je pomůckou v hledání odpovědí na otázky pedagogických pracovníků. Chceme jim touto pomůckou předložit malý návod k tomu, aby jejich vzdělávání mělo smysl a význam v současném světě i pro budoucnost a aby dokázali využívat některé alternativní metody při vyučování.

V první části publikace bude uvedeno to nejobecnější, tedy – co je to vzdělávání, jaké místo ve vzdělávání mají pedagogické prostředky, tedy především vzdělávací metody.

V druhé části bude pojednáno stručně o metodách vzdělávacích se zaměřením na metody alternativní. Podíváme se na ně z hlediska teoretického rozdělení a pak také z hlediska současné pedagogické reality.

Třetí část publikace přibližuje metodu ve vzdělávání, další část pojednává o alternativních metodách z obecného teoretického pohledu a vybírá z historie ty nejdůležitější směry. Pátá část blíže specifikuje konkrétní alternativní metody, zejména ty, které byly a jsou v pedagogické praxi využívány. Na tuto část navazuje pak oddíl s alternativními metodami pro zvládání konfliktů několika náměty pro učitele.

Nakonec je přiložen malý sebereflektující dotazník pro učitele jako pomůcka k zamyšlení nad vlastním pedagogickým působením, který umožní také podívat se na práci z pohledu efektivity a působení ve vzdělávání.

1. Vzdělávání

Pojem vzdělávání je odborný pedagogický termín, který patří mezi základní pedagogické kategorie.

Vzdělávání je proces směřující primárně k rozvoji jedincových vědomostí, dovedností, návyků a schopností, případně postojů, hodnot a norem. Je to specifický a cílený proces, který vede k učení jedince (dítěte, žáka, studenta, dospělého). Vzdělávacími výsledky jsou (primárně, ale nejen to) vzdělanost, vzdělání, kvalifikace. Výsledkem procesu vzdělávání jsou úrovně, stupně, druhy vzdělání – rozlišujeme vzdělání základní, střední a vysokoškolské. Výsledkem může být také vzdělání teoretické nebo praktické, odborné.

Vzdělávání je ovlivněno především biologickými faktory (genetické dispozice, konstituce, poškození organismu, nemoc apod.), psychologickými faktory (úroveň poznávacích schopností, jako jsou myšlení, pozornost, motivace žáka a sebeovládání), pedagogickými faktory (kvalita prostředí a procesu vzdělávání) a sociálními faktory (sociální prostředí, ze kterého pocházejí žáci a učitelé, socioekonomické zázemí jako vybavenost a úroveň životních podmínek v regionu apod.).

Zásadním procesem při vzdělávání probíhajícím uvnitř jedince, ať je to dítě, žák, student nebo dospělý či starý člověk, je učení. Při učení se v psychice jedince zapojují procesy vnímání a představivosti, pozornost, hlavně paměť a také myšlení i řeč. „Učení je psychický proces, který probíhá v jednotě tělesných i duševních předpokladů a schopností žáka“. (wikipedia) Je to vcelku náročný, ale velmi přirozený a často spontánní proces. Proces učení je sice bytostnou součástí vzdělávacího procesu a podrobně ho studuje vědní disciplína pedagogická psychologie, zde však nebudeme o tomto procesu pojednávat.

2. Pedagogické prostředky

Pojem pedagogické nebo také edukační prostředky je odborný termín patřící do základních pedagogických kategorií.

Mezi základní pedagogické prostředky patří působení prostředí adaptovaného pro pedagogickou činnost, vyučování, masmédiá, práce, hra, umění, sport, edukační činitelé jako jsou lidé, instituce, organizační formy, metody, obsahy ve smyslu obsahu výuky a nakonec konkrétní materiální i duchovní prostředí.

Pojem edukační prostředí je současným moderním pojmem. Avšak již J. A. Komenský se ke školnímu prostředí vyjadřoval: „Škola sama má být místo příjemné, vábící uvnitř i vně oči. Uvnitř budiž světlý, čistý pokoj, ozdobený všude obrazy, až už jsou to obrazy znamenitých mužů, ať zeměpisné mapy, ať památky historických událostí nebo nějaké emblémy. Venku pak budiž u školy nejen volné místo k procházkám a společným hrám, nýbrž i nějaká zahrada, do níž by byli časem pouštěni a naváděni se těšit pohledem na stromy, kvítí a byliny.“

Současná pedagogika definuje tuto kategorii takto: „Učební prostředí je vytvářeno všemi fyzikálně-senzorickými elementy, jako je osvětlení, barva, zvuk, prostor, nábytek, aj., které charakterizují místo, v němž se má žák učit.“¹

3. Vzdělávací metody

Pojem metoda (vzdělávací) je základní pedagogickou kategorií.²

Metoda (z řeckého „methodos“) znamená „cestu nebo postup, uspořádaný systém vyučovací činnosti učitele a učebních aktivit žáků, směřujících k dosažení daných výchovně-vzdělávacích cílů“. Pojmem metoda ve vyučování se zabýval už J. A. Komenský a mnoho dalších pedagogů a filozofů. „Vyučovací metody jsou postupy nebo způsoby předávání informací a osvojování vědomostí, dovedností a způsobilostí. Prostřednictvím metod se uskutečňuje vazba cíle a obsahu pedagogického procesu s jeho výsledkem“. Ten je dán změnami ve vědomostech, dovednostech a postojích žáků.

„Metody se realizují v procesu osvojování konkrétního obsahu, jsou spjaté se specifikou vyučovacího předmětu a konkrétními didaktickými úlohami. Učitel musí být s různými vyučovacími metodami dostatečně obeznámen, aby mohl v konkrétní situaci volit jejich optimální kombinaci. Ve vyučovacím procesu se mohou různé metody střídát nebo uplatňovat souběžně“.³

Volba vyučovací metody záleží na řadě faktorů, které musí učitel vzít v úvahu již při přípravě vyučovací hodiny (úroveň žáků, vybavení školy a třídy aj.)

¹ PRŮCHA, J.: Moderní pedagogika. Praha: Portál, 1997.

² ŠVEC, S.: Základní pedagogická terminologie (2002, s. 18)

³ JŮVA, V. sen. a jun.: Úvod do pedagogiky. Brno: Paido, 1999.

Volbu metody ovlivňují tyto faktory:

- učivo (tzn. předmět, téma konkrétní vyučovací hodiny),
- věk žáků,
- intelektové předpoklady a učební zkušenosti žáků,
- organizační forma vyučování
- vybavení školy (laboratoře, počítače, didaktická technika, knihovna, atd.),
- profesionální a osobnostní předpoklady učitele.

Klasifikace vyučovacích metod⁴

I. Hledisko vycházející ze zdroje poznání

Slovní metody – „metody slovního projevu jsou založeny na vnímání a chápání řeči posluchači, kteří si osvojují nové poznání. Mezi ně patří: metody monologické, tzn. výklad učitele ve formě vyprávění, vysvětlování nebo školní přednášky; metody dialogické, při nichž dochází k výměně názorů mezi učitelem a žáky nebo mezi žáky navzájem; patří sem rozhovor, dialog, diskuse, panelová diskuse, brainstorming; práce s textem – studium literatury, práce s učebnicí, slovníky, encyklopediemi, odbornými časopisy, čtení textů z displeje počítače, písemné práce různého druhu“.

Názorné a demonstrační metody – „zaujímají významné místo. Umožňují, aby výuka byla dostatečně konkrétní, přesvědčivá a zajímavá. Spojují v sobě metodu předvádění (demonstrace) a pozorování. Předvádění je činnost prováděná za účelem pozorování. Předváděny bývají reálné předměty a jevy nebo jejich modely či obrazy, a to buď přímo, nebo zprostředkovaně pomocí přístrojů. Činností žáků je pozorování. Sledovaný jev je předváděn za účelem tohoto pozorování, nebo probíhá nezávisle, například při exkurzi“.

Základem bývá demonstrační pokus, který může být ve vyučování zařazen různými způsoby: před výkladem nového učiva, současně s výkladem nového učiva, po výkladu nového učiva. Exkurze je organizační forma vyučování, v níž převládají názorně demonstrační vyučovací metody. Je to metoda s vysokou poznávací aktivitou, nikoliv pouze výlet určený ke zpestření vyučování. Kromě poznávání má exkurze také významnou funkci motivační a výchovnou. Žáci se při ní bezprostředně seznamují s realitou nebo profesí a vnímají její vlastnosti.

Mezi demonstrační metody také patří práce s obrazem - didaktický obraz v nejširším pojetí zahrnuje názorné ztvárnění učiva, od prosté kresby na tabuli, přes nástěnné obrazy, ilustrace v učebnicích až po obraz vytvářený prostředky dynamické projekce s počítačovou grafikou. Instruktaž - uplatňuje se zejména při vytváření a rozvíjení různých druhů kompetencí, zejména motorických, ale také pracovních, technických a sociálních.

Metody vytváření praktických dovedností – „v každém vyučovacím předmětu si žáci osvojují vědomosti a dovednosti a na jejich základě se potom vytvářejí prakticky využitelné

⁴ PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J.: Pedagogický slovník. 3. rozšířené vydání. Praha: Portál, 2001.

kompetence. Mezi nejběžnější metody vytváření praktických dovedností patří: napodobování, manipulování (prostřednictvím ohmatávání, přemísťování, ochutnávání a rozebírání předmětů), laborování (umožňuje provádět jednoduché pokusy, jimiž si žáci ověřují poučky a další poznatky) a experimentování (ve škole může mít několik podob: praktické experimentování ve smyslu zkoušení a ověřování různých jevů a školní experimentování, které představuje zjednodušenou formu výzkumné činnosti)“.

Aktivizující metody - se charakterizují jako postupy, při nichž se výchovně vzdělávacích cílů dosahuje především **na základě vlastní učební činnosti žáků** a které vedou k rozvoji myšlení žáků, a to především z hlediska získávání myšlenkových dovedností a rozvoje poznávacích potřeb. Patří sem především metoda diskuse nebo besedy na určité téma, metody inscenační, situační dramatické apod.

„Metoda diskuse je taková forma komunikace a učitele a žáků, při níž si všichni účastníci vzájemně vyměňují názory na dané téma, na základě svých znalostí uvádějí argumenty pro svá tvrzení, a tím společně nacházejí řešení daného problému.

Situační metody navazují na tradiční požadavek spojení školy se životem. Spočívají v řešení problémů, které vycházejí z nějaké skutečné události, konfliktu nebo střetu zájmů v aktuální sociální situaci.

Inscenační metody bývají v různých pedagogických koncepcích označovány různými termíny, jako dramatická výchova, hraní rolí, interakční hry apod. Jejich podstatou je sociální učení v modelových situacích.“

Významnými metodami z hlediska alternativních postupů při vzdělávání jsou metody heuristické. Ty jsou zaměřeny na tvůrčí řešení problémů. Na rozdíl od tradičních postupů učitel nesděluje žákům poznatky přímo v hotové podobě, ale vede je k tomu, aby je samostatně objevovali a zjišťovali, přičemž tento proces iniciuje, podporuje nebo i řídí.

Metody využívající moderní technické prostředky – výuka podporovaná počítačem, výuka s využitím televize, výuka systémem e-learning.

II. Hledisko podle etap vyučovacího procesu

Podle postupu vyučování je dělíme na metody předkládání – expozice učiva, metody upevňování – fixování učiva, metody ověřování a hodnocení.

„Expoziční metody – metody podání učiva: např. přednáška, vyprávění, popis, instrukce, různé metody zprostředkovaného přenosu didaktické techniky či manipulací s předměty, heuristické metody, samostatná práce žáků, dále také metody motivační – usměrňují zájem žáka; motivační vyprávění, motivační rozhovor a motivační demonstrace, a dále také metody opakování probraného učiva – ústní reprodukce, reprodukce spojená s demonstrací, rozhovor, písemné řešení úloh;

metody osvojování nového učiva – sem patří metody slovního projevu – monologické a dialogické, metody práce s učebnicí nebo jinými texty, metody smyslového pozorování (demonstrace), metody manipulace s předměty – laboratorní práce, frontální pokus, didaktická hra, metody nácviku dovedností, metody písemných prací;

fixační metody jsou metody upevňování získaných poznatků, dovedností a návyků, tedy metody opakování a procvičování učiva; opakování vědomostí ústní, písemné, rozhovor, beseda, dramatizace, nácvik dovedností, metody ústního a písemného opakování a procvičování vědomostí, metody upevňování dovedností; metody prověřování a hodnocení žákovských výkonů = diagnostické a klasifikační metody – ústní zkoušky, písemné zkoušky, praktické zkoušky, didaktické testy, metody získávání diagnostických údajů – pozorování, explorační metody (pedagogická anamnéza, diagnostický rozhovor, pedagogický dotazník)“.

III. Hledisko míry samostatnosti žákova učení

Podle míry samostatnosti postupu žáka při učení dělíme metody na:

„metody informativní, založené na předkládání hotových poznatků, které si žáci osvojují jako vědomosti, obvykle na základě paměťových procesů; patří sem výklad, vyprávění, demonstrace, ilustrace, učební činnosti žáků jsou např. naslouchání, zapisování, reprodukování textu, popis jevů.

Pak jsou to metody reproduktivní a aplikační, směřující k upevňování vědomostí a k utváření některých dovedností spojených s užitím postupů a zvládnutím algoritmů; v učení se uplatňuje paměť, porozumění, vybavení; žáci reprodukují s porozuměním, interpretují, vysvětlují postupy a užívají je při řešení úloh; patří sem např. laboratorní metoda, řešení typových úloh“.

Významnými metodami z hlediska alternativních postupů při vzdělávání jsou také metody aktivizující, které usilují o to, aby žáci aktivně vstupovali do procesu poznávání, zapojovali se do řešení problému, odhalovali vztahy, vyvozovali závěry, srovnávali jevy, posuzovali a hodnotili, argumentovali; mohou být založeny na samostatné práci žáků nebo na kooperativních aktivitách; příkladem aktivizující metody je problémový výklad, skupinové řešení problému, didaktická hra.

Další významné metody z hlediska využití alternativních postupů při vzdělávání jsou metody tvořivého charakteru, jako metody badatelské, heuristické a umělecky tvůrčí, kdy žáci **objevují problémy, vytvářejí nové postupy, původní projekty,** umělecké výtvořky a výkony nebo veškeré nové hodnoty; jsou realizovány buď jako samostatná práce, nebo jsou založeny na kooperaci.

IV. Hledisko myšlenkových operací

Podle logičnosti postupu (např. výkladu nebo postupu žákova cvičení) ve vyučování, dělíme metody na analytickou a syntetickou metodu, induktivní a deduktivní metodu, metodu abstrakce a konkretizace a generalizace a determinace.

4. Alternativní metody ve vzdělávání

Alternativní školství, alternativní směry nebo metody je pojem označující zvláštní typ škol, které vyučují žáky jinak, než tradiční „herbartovské školy“ (často i „herbartovské metody“ výuky, které u nás často setrvávají v pedagogické praxi jako tradiční metody výuky v různé míře dodnes). Termín herbartovská škola je v současné pedagogické praxi již zaměňován za termín tradiční nebo klasická škola či výuka¹.

Alternativní škola (metoda) se zákonitě objevuje v okamžiku stabilizace určité standardní školy (metody). „Jejich cílem je pomoci nejen žákům, kteří jsou postižení specifickými poruchami učení, ale i těm, kteří se chtějí vzdělávat odlišným způsobem. Vzdělávání žáků ve speciální škole vyžaduje uplatnění alternativních metod vzdělávání, které pomáhají překonávat bariéry plynoucí z jejich postižení. Dávají také příležitost žákům, kteří by v klasickém školství nebyli úspěšní. Význam alternativního školství spočívá zejména ve snaze zabývat se minoritní částí žáků, kteří nevyhovují systému vytvořenému klasickým školstvím pro majoritní část žáků. Klasické školství je v zajetí konzervativních představ, nutnosti vzdělat co nejvíce žáků v rámci omezených finančních možností. Proto nelze očekávat, že se alternativní školství přes svoje klady stane hlavním vzdělávacím proudem. Reformy klasického školství se obvykle snaží nejvýznamnější alternativní prvky integrovat“.⁵

Příklady některých inspirativních alternativních směrů z historie:

14.-15. stol. Vittorino da Feltre – Dům radosti – Vybuřoval školu v přírodním prostředí, ve které se snažil harmonicky rozvíjet tělo i ducha svých žáků, podporoval střídmost i tvořivost, odstranil tresty, jako první zavedl žákovskou samosprávu, vyučování bylo vedeno tak, aby žáci látce rozuměli.

17. stol. J. A. Komenský (1592-1670) – pansofická škola v Blatném Potoce – Požadoval přiměřenost a respektování individuálních zvláštností žáků, praktické, aktivní názorné a přirozené vyučování (hry, tělocvik, divadelní představení), ve škole byly na stěnách obrazy.

18. stol. Jean Jacques Rousseau (1712-1778) – volná (přirozená) výchova – Prosazoval humanizaci, volný a přirozený vývoj dětí, reagování na podněty dítěte, výchovu nepoznamenanou soudobou ani tradiční kulturou, ale v souladu s přírodou.

19. stol.: Lev Nikolajevič Tolstoj (1828-1910) – svobodná výchova v Jasně Poljaně - Vytvořil systém volné výchovy bez rozvrhu hodin a zvonění, domácích úloh, pamětního učení a trestů. Koncepce bez učebního plánu umožňovala svobodnou volbu předmětu, obsahu i metody učení. Děti měly úplnou volnost pohybu a příchodu i odchodu z vyučování.

20. a 30. léta 20. stol. - celosvětové **Hnutí nových škol** odstartovalo změny ve školství (nejprve v jednotlivých třídách nebo v předmětech, později v ucelených výchovných systémech). Velký vliv mají názory a činnost Švédky Elen Keyové, protagonistky celého hnutí a autorky knihy Století dítěte. Vznikají **reformní školy**: montessori, waldorfská, daltonská, ap.

⁵ RÝDL K.: Alternativní pedagogické hnutí v současné společnosti, Brno, 1994

Pokusné a reformní školy vznikaly i u nás a byly motivovány stavem školské praxe. Reformní snahy byly násilně přerušeny roku 1948.

Poté následovalo období **jednotné školy**, tedy období, kdy vzdělávání bylo řízeno centrálně vydávanými dokumenty (učební plány, učební osnovy). Ve vydávaných dokumentech pak byly také jednotné přístupy ke vzdělávání žáků, jednotné formy a metody včetně obsahu vzdělávání. V tuto dobu se školy v podstatě nikterak od sebe nelišily.

Jedinou odlišností ve školství v uvedené době bylo speciální školství, které bylo reprezentováno školami pro děti a mládež vyžadující zvláštní péči.

60. až 80. léta 20. století – objevuje se vlna antipedagogiky, vedou se bouřlivé diskuse o funkci výchovy, stoupá zájem rodičů o otázky výchovy a antiautoritativní výchova je realizována např. v různých komunách. V USA, Velké Británii a dalších západních zemích vznikají volné školy (free schools, open schools) inspirované Summerhillskou koncepcí A. S. Neilla.

Již v 80. letech se některé prvky reformních škol objevovaly ve vzdělávání, ovšem to jen díky některým učitelům a učitelkám, někdy školám, které měly informace a dostatek odvahy ke změně.

Po roce 1989 se proud informací o vzdělávání v jiných zemích a o reformních školách dostal i k českým pedagogům a postupně do předškolního, základního i středního vzdělávání. Mnozí z pedagogických pracovníků navštěvovali školy v zahraničí (v Německu, v Rakousku, v Holandsku, ve Francii, ve Velké Británii apod.), aby viděli na vlastních očích, co je možné při vzdělávání a jak organizovat proces vzdělávání jinak, s úspěchem a lépe.

Jedním takovým úspěšným vzorem pro proces vzdělávání v základních školách po roce 1989 byly **školy s Daltonskými prvky**. „Původem této myšlenky byl **Daltonský učební plán** (též „daltonský laboratorní plán“, „daltonský systém“ nebo jen zkráceně „dalton“), což je metodický způsob výuky, jehož autorkou je Helen Parkhurstová (1886-1973). Daltonský plán byl poprvé zaveden do zkušební praxe v únoru 1920 ve škole Dalton, stát New York, kde Parkhurstová zřídila vyšší školu. Její vize školního systému byla ovlivněna jejími cestami po Evropě, zejména po Itálii, kde se seznámila s metodikou Marie Montessori (Helena Parkhurstová byla žákyňou Marie Montessori). Hlavní myšlenkou daltonského plánu je odlišná organizace vzdělávání na rozdíl od jiných tradičních směrů. Mezi učitelem a žákem existuje určitá úmluva o harmonogramu práce na určité období. Žák rozhoduje sám o své práci, sám si určuje tempo a učí se spolupracovat s ostatními žáky. V současnosti českých škol Daltonský plán není nikdy jediným systémem ve škole, vždy se zařazuje jako doplněk k tradičnímu školnímu systému. Každá škola si sama určuje, jak ho využije. Některé školy vkládají do výuky tzv. daltonské bloky. Jsou to většinou dvouhodinové bloky, které se vkládají do rozvrhu jednou až dvakrát týdně. Jiné školy zase využívají daltonský systém určitý týden v měsíci. Vždy je vymezen určitý pracovní plán, který by měl žák v daném období splnit. Po splnění plánu záleží jen na žákovi, jak se rozhodne vyplnit svůj zbývající čas. Většinou to bývají různé připravené úkoly na opakování a rozvíjení učiva, anebo určitá zájmová činnost v podobě zájmových kroužků. Daltonský plán se využívá především kvůli jeho ideálům a kladům“.



Po sametové revoluci v roce 1989 se daltonský plán vrací do českých škol a vznikají různé iniciativy. Např. v roce 1994 se na čtyřech brněnských školách začínají ve spolupráci s holandskými odborníky ve výuce používat daltonské prvky. Asociace českých daltonských škol vznikla v roce 1996 za podpory Školského úřadu (nyní Odboru školství Magistrátu města Brna) a holandských daltonských odborníků. Zakládajícími členy byly čtyři brněnské základní školy Husova, Chalabalova, Křídlovická a Mutěnická. V současné době s Asociací aktivně spolupracují desítky škol z celé ČR, Slovenska a zahraničí. V roce 2000 se Asociace českých daltonských škol podílela na založení mezinárodní organizace Dalton International. (wikipedia.cz)

Tato Asociace českých daltonských škol pořádala a pořádá setkání, konference a workshopy zaměřené na rozšiřování myšlenek, předávání nápadů a zkušeností dalším pedagogickým pracovníkům a školám.

Montessoriovská škola je mateřská nebo základní škola, jež se řídí zásadami, které navrhla italská lékařka a pedagožka Maria Montessori (1870-1952). Maria Montessori byla první žena v Itálii, která absolvovala studium medicíny, věnovala se pak výchově mentálně postižených dětí a roku 1907 otevřela pro děti z chudých rodin první Dům dětí (Casa dei Bambini). Při své práci si všímala, jak děti vstřebávají zcela přirozeně a nenuceně znalosti ze svého bezprostředního okolí, viděla, jak se děti učí mezi sebou, což ji inspirovalo k jejímu celoživotnímu úsilí o reformu vzdělávání. Vychází z potřeb malého dítěte. Výchovu chápe jako realizaci svobody dítěte, které má více možností rozvíjet tvořivé síly. Zajišťuje svobodný a spontánní rozvoj dítěte. Hodnocení je bez známek. Přizpůsobuje tempo možnostem dítěte bez zvonění, zasedacího pořádku a trestu. Poskytl dětem volnost v upraveném prostředí tak, aby bylo bohaté na aktivity. Učitel by neměl bránit dítěti ve zkušenostech, musí mu věnovat pozornost. Ne naopak. Učitel k dítěti chová respekt a staví se k němu jako by jednal s dospělým člověkem. Nemá právo s žákem manipulovat a zaměřovat se na jeho špatné vlastnosti, hledá negativní rysy sám v sobě. Učitel a žák jsou rovnocennými partnery, proto k němu projevuje maximální vstřícnost, otevřenost, trpělivost. Dítě si tudíž samo určuje tempo výuky. Pedagog dává dítěti možnost svobodné volby, ale zároveň pomáhá a radí tam, kde je dítě nerozhodné. Maximální volnost udílí dítěti tehdy, když je schopno samo převzít

zodpovědnost. Zasahuje, když se dítě nudí, nedokáže si vybrat činnost nebo jsou-li porušována pravidla. Postupně v dítěti utváří vlastní zodpovědnost.



Tento druh alternativních škol se nejvíce rozšířil v Německu, v Itálii, v Nizozemí, v Rusku a v Číně. V ČR se **Montessoriovskými zásadami** řídí více jak 70 mateřských a 27 základních škol, například v Pardubicích, Praze, Kladně, Jablonci nad Nisou, Olomouci, Novém Jičíně, Frýdku-Místku, Zlíně a Uherském Hradišti. (<http://cs.wikipedia.org>) V 90. letech vznikla Asociace Montessori a Kruh přátel Montessori škol se soukromou školou Montessori v Praze na Černém Mostě, které po několika letech zanikly. Program Montessori začaly realizovat mateřské školy v Kladně a v Jablonci nad Nisou. Společnost Montessori byla založena v roce 1999 v Praze aktivitou paní dr. Jitky Brunclíkové a začala organizovat vzdělávání pedagogů se zahraničními Montessori lektory, pod vedením a supervizí těchto lektorů přebíral přípravu kurzu český lektorský tým.

Waldorfské školy a Waldorfská pedagogika vychází z anthroposofické antropologie Rudolfa Steinera (1861-1925), která si všímá zákonitostí vývojových kroků dítěte a mladého člověka, proměn a rozvoje jeho vztahu ke světu a jeho schopnosti učit se. Učební plán, metody a obsahy výuky waldorfské školy jsou z tohoto poznání přímo odvozeny. Na výchovu je ve waldorfských školách nahlíženo jako na vývojový proces, v němž jsou určité předměty zaváděny ve specifických fázích individuálního rozvoje osobnosti. Smyslem je upravit učební plán potřebám a postupně se rozvíjejícím schopnostem dítěte.

Waldorfská škola byla založena jako jednotná dvanáctiletá všeobecně-vzdělávací škola pro děti všech sociálních vrstev společnosti. Vedle tradičního obsahu (vzdělávací program waldorfských škol v Čechách naplňuje vzdělávací standardy vydané Ministerstvem školství) má waldorfská škola zajišťovat všestranný rozvoj dítěte v praktických a uměleckých oborech - učební plán waldorfských škol je velmi bohatý. Je tím zohledněna skutečnost, že schopnosti nadání dětí se velmi odlišují. I proto tu nalezneme vedle "tradičních" předmětů, např. i knihařství, pletení, tkání, zahradnictví, zeměměřičství, atd. Touto rozmanitostí nabídky se chtějí učitelé waldorfských škol co nejvíce přiblížit stavu, kdy každé dítě pro sebe najde v učebním plánu něco, v čem bude mít šanci vyniknout - zužuje se tak rozdíl mezi méně

a více nadanými nebo zručnými. Výkony žáků nejsou motivovány známkovým hodnocením, ale živým zájmem o probíranou látku. Vysvědčení na konci školního roku mají formu slovního hodnocení, které charakterizuje všechny přednosti a nedostatky dítěte, jeho pokroky i obtíže v uplynulém školním roce. Pro život a práci ve waldorfských školách platí zásada, že spolupráce žáků jasně převažuje nad jejich vzájemnou soutěživostí.

V učebních plánech waldorfských škol se zřetelně projevuje snaha nenadřazovat žádný předmět či skupinu předmětů nad druhé. Dívky se tak účastní i práce se dřevem a kovem, chlapci pletou, háčkují, atd. Smyslem je dát všem dětem široký, nesespecializovaný základ - každý z předmětů totiž rozvíjí dílčí aspekty široké palety lidských kvalit. Dalším důležitým zřetelem, který je v učebním plánu zohledněn, je co možná největší prolínání jednotlivých témat. Ve vyučování je snaha stavět mosty mezi jednotlivými obory a předměty, představovat dětem svět ve vzájemných vztazích a ve vztahu k člověku.

V učebním plánu waldorfských škol je také patrná snaha dosáhnout souladu mezi vědou, uměním a duchovními hodnotami. Právě tento soulad pravdy (vědy), krásy (umění) a dobra (duchovních hodnot) se má stát základem pro vhodné vzdělání.



V poslední době se koná dost odborných akcí, které pomáhají učitelům zorientovat se ve složité problematice nových, moderních a alternativních vzdělávacích metod. Existují také webové stránky a portály, které nabízejí přímo ke stažení některé metody vzdělávání nabízené a vyzkoušené samotnými učiteli (např. <http://rvp.cz>).

Nelze si nevšimnout toho, že v poslední době pronikají do pedagogické praxe také veškeré informační a komunikační technologie. Ty již zmíněné alternativní směry a metody ještě rozšiřují a znásobují tak efektivitu procesu učení dětí, žáků, studentů a dospělých či starých jedinců. Tak například na konferenci **Alternativní metody výuky 2010** (viz odkaz na <http://www.inflow.cz/zprava-z-konference-alternativni-metody-vyuky>) byly předvedeny a nabídnuty mnohé tyto metody. Například: Aktivizace žáků prostřednictvím hlasovacích systémů, E-learningový kurz, program pro plánování exkurzí, elektronický plán výuky, implementace power pointových prezentací a multimediálních objektů do výuky, inovace vzdělávání pomocí internetové výuky, multimedia a interaktivní studijní materiály, počítačem podporovaná výuka, software jako nástroj k vytváření názorných výukových materiálů, projektově orientovaná výuka, tvorba a využití digitálního videa, atd.

Jednou z alternativních metod stále častěji využívaných je takzvaná Khanova škola. Jedná se o jednoduchá videa zveřejněná na internetu, kde se mohou žáci učit vlastním tempem. K další lekci tak nepostoupí, dokud předchozí látce neporozumí.

Existuje u nás také sdružení aktivních škol, které se dlouhodobě angažují v rámci programů, jež realizují různé organizace (Rodiče vítáni, Program Začít spolu, Certifikát Férová škola, Program Ekoškola, Program Škola podporující zdraví, Program Škola pro udržitelný život, Certifikát Světová škola). Zapojení do programů neznamená, že je škola „nejlepší“, ale rozhodně je to významný signál, že škola na sobě pracuje a uvažuje v širším kontextu než jen o sobě samé.

Avšak na straně druhé od všech již doposud zmíněných alternativních metod jsou přítomny ve školství také takové, které obohacují proces vzdělávání spíše vnitřně. Jde o metody prožitkové, metody relaxační a některé metody převzaté z jógy. O nich bude pojednávat část šestá – Alternativní metody při zvládání konfliktů.

Shrnutí:

„V alternativní výchově a vzdělávání jsou v současné době uplatňovány dva základní principy: princip svobody určené pravidly a princip činnosti a tvořivé aktivity. Ty právě odlišují vzdělávání tradiční od alternativního“.⁶

Jak uvádí různí současní autoři - alternativní metody vyzdvihují především vlastní poznávací činnost žáka, jeho aktivitu, tvořivost a samostatnost, dále v procesu humanizace vidí zásadní proměnu školy v orientaci na člověka, zaměření na žáka a jeho potřeby. Tomuto pojetí odpovídají i současné tendence a pracovní postupy, jejichž výčet uvádí Svobodová následovně:

- pozitivní přístup - snaha, aby použité metody vedly k dosažení maximálního možného výkonu žáka, který mu přináší dobrý pocit z práce, uspokojení a podporuje jeho sebedůvěru. Svůj význam má zde pochvala, morální ocenění, radostná pracovní atmosféra či pouhý úsměv,

⁶ RÝDL K.: Alternativní pedagogické hnutí v současné společnosti, Brno, 1994

- individualizace - realizovaná s ohledem na temperament, různost učebních stylů jednotlivých žáků, tempa práce, úrovně zkušeností, schopností a zájmů,
- vlastní činnost - může se jednat o dialog, diskusi, pokus, práci spojenou s řešením problému, projekt, dramatizace, tvořivé psaní,
- variabilita - možnost různých výsledků při použití různých postupů v různých předmětech, předvídání a především akceptování různosti,
- svoboda - nedirektivní působení učitele a příjemná a zdravá atmosféra vyučování a klima školy. Žáci jsou vedeni k pochopení demokratických aspektů svobodného života a chování s právem vyvíjet se podle svých možností, projevit svůj názor, s odpovědností za vlastní činy, jednání a rozhodnutí,
- kooperace - spolupráce žáků bez soutěžení nebo soupeření. Je to pomoc, rada, argumentace, obhajoba vlastního a přijetí názoru druhých, bez konfliktů, napětí. Zásadou je nenásilí, empatie a soucítění,
- konstruktivní přístup - žák není nucen pouze přijímat, ale na základě svých zkušeností, vědomostí a schopností pomáhá konstruovat svoje poznání; je angažován v procesu, kdy objevuje, snaží se porozumět, řeší, komunikuje, zjišťuje, kombinuje, srovnává, koriguje názory, asociuje,
- smysluplnost a srozumitelnost - žáci využijí a následně užívají toho, co se dozvěděli, pomáhá jim to v orientaci ve světě a v životě. Vycházíme z reálných zkušeností běžného života,
- hravost
- zdravotní aspekt - vedeme žáky ke zdravému životnímu stylu, k odpovědnosti za vlastní zdraví,
- globální pojetí - učivo je stále častěji integrováno do tematických celků, které umožňují pochopení souvislostí, celistvosti světa, provázanosti všech jeho problémů.

Tento uvedený výčet tendencí a postupů se pro pedagogického pracovníka může stát také při výběru vhodné metody práce při vzdělávání kritériem výběru. Podle kritérií lze zázeji vybírat, přitom však je třeba přihlížet k situaci při vzdělávání, ke schopnostem samotného učitele, pedagogickým cílům a požadovaným kompetencím a především k osobnosti žáka a jeho potřebám.

5. Alternativní metody v současné pedagogické praxi

V pedagogické praxi předškolního, základního a středního, vyššího odborného vzdělávání se však situace po roce 2005 (po přijetí zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání - školského zákona) zaměřila na kurikulární reformu v celém systému vzdělávání. To znamenalo především vydání národních kurikulárních dokumentů, rámcových vzdělávacích programů a poté také tvorbu vlastních školních vzdělávacích programů ve školách a školských zařízeních. V nich pak již mohly všechny školy i školská zařízení postupovat relativně svobodně, avšak přitom musely respektovat dané požadavky příslušných rámcových vzdělávacích programů nebo požadavky

školského zákona. Svobodné postupy mohly volit právě v oblasti metod, částečně i forem vzdělávání. Proto se dnes již školy neprezentují jako školy s takovým či jiným programem.

Mají svůj vlastní školní vzdělávací program, ve kterém byly zapracovány alternativní metody vzdělávání a ty jsou také využívány.

Zdá se však často v konkrétní pedagogické praxi, že každý učitel považuje za nejdůležitější svůj postup ve vyučování, tedy postup, jak se má žák danému obsahu naučit podle jeho vlastního či osobního názoru a zkušenosti, někdy dokonce dle intuice. Tak bylo v několika výzkumech zjištěno (zveřejněno na internetu např. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy v Praze), že učitelé znalosti o nových nebo alternativních metodách vyučování mají, ale tyto metody zcela nepoužívají. Mimo to bylo při hodnocení škol v rámci inspekční činnosti České školní inspekce zjištěno a zveřejněno v článkách na internetu, že: *„...nemalá část žáků nemá ambici zlepšovat svoje vzdělávací výsledky (konkrétně pětina žáků 8. ročníků ZŠ a třetina žáků 4. ročníků ZŠ). Odpovídá to zjištěním z mezinárodních šetření, v nichž vztah českých žáků ke škole a vzdělávání patřil mezi nejhorší. Dalším zajímavým zjištěním je fakt, že žáci se jen velmi zřídka věnují samostatným badatelským aktivitám. Téměř polovina žáků uvedla, že nikdy v rámci výuky přírodovědných předmětů nepřipravovali (49 %) ani neprováděli (45 %) samostatně pozorování, pokus nebo jinou badatelskou činnost, dvě třetiny žáků jen občas podle vlastního vyjádření sledují pokus nebo jinou praktickou činnost učitele.“*

V závěrech ve Výroční zprávě České školní inspekce za rok 2012/2013 uvedených v části týkající se základního vzdělávání na straně 57 se uvádí: *„V hodinách stále výrazně převažuje frontální výuka“.*

Tak se po těchto informacích nabízí otázka: *„Jak to vlastně s tím vzděláváním a využíváním alternativních metod ve výuce ve školách je?“*

A co pedagogové?

Jak na tuto nabídku a množství metod, případně na uvedená zjištění, bude reagovat pedagogický pracovník? Předpokládejme, že při výběru vzdělávací metody se bude zamýšlet nad volbou vhodné metody, vhodného postupu nebo kombinace metod.

Co všechno by měl brát v úvahu?

Odborná literatura a zejména pedagogická praxe požaduje po učiteli, že: „Nejdůležitější složkou profesní vybavenosti jsou právě ty, které se přímo týkají vyučovací činnosti. Mezi nejdůležitější patří: znát základní metody výuky a umět v dané situaci zvolit metodu adekvátní, znát metodiku povzbuzování a trestání a umět ji aplikovat na jednotlivého žáka, ve třídě, umět hodnotit učební výkon žáka,..." PRŮCHA, J.: Moderní pedagogika. Praha: Portál, 1997 (strana 221).

Jak konstatuje Mojžíšek (1988, s. 22) „je nejvyšším smyslem a posláním vyučovací metody dosáhnout účinně a pokud možno trvale požadovaných změn ve vzdělání osobnosti objektu“.

Dodává, že jde tedy „o dosažení maximální didaktické efektivity metody“. Na základě výše řečeného jsme zvolili vhodnou vyučovací metodu, pokud námi právě zvolená metoda je:

- informativně nosná - zprostředkovává pouze plnohodnotné, obsahově nezkrácené informace a dovednosti
- formativně účinná - rozvíjí poznávací procesy
- racionálně a emotivně působivá - shrne, aktivuje žáka k prožitku učení a poznávání
- výchovná - rozvíjí morální, sociální, pracovní a estetický profil žáka
- přirozená - a to jak ve svém průběhu, tak i v důsledcích
- použitelná v praxi
- adekvátní žákům - věk, učební schopnosti, jejich osobní předpoklady, studijní připravenost, osobní charakteristika jedince, psychologická charakteristika žáků a třídy jako celku
- adekvátní učitelům jeho odborné a metodické vybavenosti, zkušenosti, pedagogickému mistrovství
- didakticky ekonomická
- hospodárná, finančně ekonomická
- hygienická

K tomuto výčtu můžeme doplnit i další faktory, které každý učitel zvažuje před výběrem samotné metody, rozhodující jsou tyto další kritéria:

- druh a stupeň vzdělávací instituce či školy
- charakter oboru či učebního předmětu
- organizační formy - prostředí, počet žáků, čas
- zvláštnosti vnějších podmínek vyučování

V průběhu vyučování však nemusíme nutně pracovat pouze s jednou vyučovací metodou, obecně platí, že se různé vyučovací metody prolínají; během vyučování je můžeme měnit či střídat.

Proto odborné pedagogické publikace nabízí učitelům mnoho různých metod a pro pedagogy **doporučují** toto:

- V přípravě promýšlejte více způsobů, jak žákům předložit učivo a jak dosáhnout cíle.
- Preferujte postupy, v nichž žák může sám objevovat.
- Problémové žáky je třeba vždy zaúkolovat, plánovat postupy žáků a zjišťovat, jaké jsou jejich průběžné výsledky.
- Po činnosti žáků zjistit jejich osobní výsledky, případně je nechat samy zhodnotit činnost.
- Při práci je třeba stále využívat pozitivní výzvy, pomáhat jim.
- Důležité je správně motivovat žáky.
- Nevytvářejte u žáků nebo eliminovat stres a negativní pocity.

Postup pedagogického pracovníka by měl být takový, aby moderní výukové metody pomohly učinit učení pro žáky příjemnější, zajímavější a zábavnější a hlavně, aby se vzdělávající se jedinci dobře připravili na učení, aby jim učení bylo příjemné, aby nebylo zbytečné a oni

znali jeho smysl a využití a aby se zkvalitnily jejich znalosti, dovednosti, případně návyky, postoje a přesvědčení, tzn. výsledky vzdělávání. Pro všechny pedagogické pracovníky je stále výzvou to, aby učení nebylo stereotypní, a aby se žák učil rád s chutí a aby všechny nabyté vědomosti, dovednosti a kompetence využíval v budoucím osobním, rodinném, profesním životě.

Takže si vlastně můžeme před přípravou na vyučování (vyučovací hodinu, vzdělávací jednotku) sami sobě položit takové otázky:

Je nutné použít výkladu? Nemohu využít jiné třeba modernější metody?

Nemohli by sami žáci něco zjistit sami?

Když sami pracují, tak jak postupují? Znají pravidla, aby postupovali úspěšně a stejně?

Mohu je v průběhu za jejich aktivitu také hodnotit?

Co budu u žáků hodnotit?

Jak rozdělám úkoly a role žáků?

Nemohli by mi vlastně sami žáci pomoci?

Když dokončí úkoly (v nestejném čase), co pak budeme dělat, jak vyhodnotíme práci?

Neměl bych si nachystat otázky, zda pochopili obsah učiva a souvislosti?

Nemohli by žáci sami také hodnotit sebe nebo také druhé?

A nemohli by něco, co pochopili nebo co jim bude zadáno, učit ostatní?

A tak bychom mohli pokračovat dál....

„K této části je na závěr vhodné napsat, že metod k výběru má učitel mnoho, záleží jen na něm, jakou vybere a jak bude při vzdělávání postupovat. K tomu, aby měl učitel dobrou zpětnou vazbu, přikládáme v příloze také malý seznam otázek k zamyšlení a k sebereflexi učitele“.⁷

V dnešní době mnoha možností v informačních a komunikačních technologiích se na internetu nabízí alespoň u nás několik organizací, které Vám nabídnou již připravené a vyzkoušené pedagogické metody. Nebo jsou také takové organizace, které Vám připraví a vytvoří na míru určité pedagogické postupy. Uvádím alespoň některé:

Metodický portál RVP najdete na www.rvp.cz

⁷ HALIŠKA J.: K některým problémům vzdělávání a výchovy, Praha, 2007

Metodický portál vznikl jako hlavní metodická podpora učitelů a k podpoře zavedení rámcových vzdělávacích programů ve školách. Jeho smyslem bylo vytvořit prostředí, ve kterém se budou moci učitelé navzájem inspirovat a informovat o svých zkušenostech. Základními kameny portálu jsou pestrost, komplexnost, garantovanost, kvalita obsahu a inovativnost. Obsahem jsou nejčastěji informace o tom, jak vytvářet jednotlivé části ŠVP, jak inovovat vlastní výuku předmětů, jak si poradit s rozvojem a hodnocením klíčových kompetencí a řada dalších informací z oborových témat. Jedná se o podněty, které by měly přinášet inspiraci do výuky.

Společnost AISIS, o.s. najdete na www.aisis.cz

Jejím posláním a zájmem je vymýšlet, tvořit a nabízet programy, projekty a produkty, které umožňují lidem rozvíjet klíčové životní dovednosti, napomáhají k rovným příležitostem a podporují trvalý rozvoj organizací.

Alternativní školy najdete na www.alternativniskoly.cz

Infogram portál na podporu informační gramotnosti najdete na www.infogram.cz

ERA Evropská rozvojová agentura přináší do České republiky zahraniční know-how v oblasti inovací ve vzdělávání. Najdete ji na eracr.cz

A další.

6. Alternativní metody při zvládání konfliktů

Alternativní metoda - cvičení čchi-kung

Náš moderní svět je stále ovlivňován vědou a to i v oblasti zdraví a zdravotních problémů. „Nezpracovaný konflikt může vyústit v psychosomatické choroby a proto cvičení čchi kung⁸ nabízí alternativní metodu, jak si uchovat psychické i fyzické zdraví. Jde o soubor starých cviků vedoucích ke kultivaci čchi - životní síly“. Tato cvičení vedou k i samotné prevenci před negativním působením možných konfliktů v pedagogické praxi.

Je vhodné je cvičit pravidelně, v pravidelném čase, v čistém vyvětraném prostoru. Nejlépe venku. V prostředí, kde Vás druzí neruší. Pokud dojde k vyrušení, buď se vraťte k poslednímu cviku, nebo začněte znovu.

Cvičte s plným uvědoměním svého těla. Nevěnujte pozornost svým myšlenkám. Nechte bez povšimnutí běžet své myšlenky. Nebojujte s nimi.

⁸ RŮŽIČKA, R. a SOSÍK, R.: Čchi kung-Cesta ke zdraví a dlouhověkosti, 1. vyd. 2002

Na začátku a konci cvičení se uvolněte, zhluboka se nadechněte a vydechněte. Zklidněte se, dosáhnete poté hlubšího účinku cviků. Opakovaně.

Všechny cviky provádějte v lichém počtu.

Pokud jste v místě, kde svítí slunce, hledejte, zda Vám vyhovuje, když Vám svítí do zad nebo do tváře.



1. Cvičení pro dráhu srdce a tenkého střeva

Sed, chodidla se dotýkají, propleteme prsty rukou a uchopíme chodidla. Pokrčíme paže a předklonem se přitáhneme ke špičkám nohou.



2. Cvičení pro dráhu ledvin a močového měchýře

Sed snožmo, pomalý předklon, uchopíme špičky nohou. Uvolníme svalstvo, pocítujeme tok čchi zády.



3. Cvičení pro dráhy osrdečníku a trojitého

ohříváče

Sed roznožmo, malíková hrana chodidla je přiložena k zemi, kolena směřují k zemi. Zkřížíme paže na kolenou, hluboce s kulatými zády se předkloníme. Ideálně je hlava na zemi. Uvolníme svaly, cítíme tok čchi na zádech a v pažích.

Alternativní metoda – uvolnění a relaxace

Jako další alternativní metodu lze využít cvičení, které popisují v knize Proti stresu krok za krokem aneb jak získat klid a odolnost proti nejistotě autoři Ján Praško a Hana Prašková,⁹. „Jedná se o uvolnění a vnitřní klid aneb techniku „je mi to jedno“. Popisují fyzické příznaky stresu, reakce na organismus (pocení, zvýšení tepu, napětí ve svalech) i reakce v chování (únik od problémů) a reakce v myšlení (proč mám smůlu jen já)“.

Jako možnou alternativní metodu doporučují uvolnění pomocí relaxace. Co to je relaxace? Jedná se o stav psychického a tělesného uvolnění. Během ní dochází k postupnému zklidnění. Většina lidí tento stav důvěrně zná, jen si ho neuvědomují.

Proč je relaxace důležitá:

Vede k uvolnění a zabraňuje pokračování stresové reakce

Zvyšuje odolnost na stres

Zvyšuje schopnost soustředit se

Zvyšuje pocit důvěry a optimismu

Relaxace je dovednost, kterou se musíte naučit. Nečekejte okamžitý efekt, i řídit auto se nenaučíte ze dne na den. Stačí 15 minut denně a je lepší laskavý nikoliv přísný přístup k sobě.

Cvičení:

Natáhněte se a pozorujte, jak se Vám dýchá. Představujte si, jak vzduch do Vás vchází nosními dírkami, prochází nosohltanem až do plic. Tam se na několik vteřin zastaví a pak vychází stejnou cestou zpět. Mezi nádechem a výdechem je krátká přestávka.

Doporučení:

Volný oděv

Klidná místnost

Můžete využít relaxační hudbu

Ležte na zádech, ruce mírně podél těla, případně jemně položené na břichu, pro kontrolu dechu

⁹ PRAŠKO, J. a PRAŠKOVÁ, H.: Proti stresu krok za krokem, Grada, 2001, strana 115

Vnitřní pasivní postoj

Pomalé dýchání

Koncentrování pozornosti

„Má-li smysl mluvit o nějakém motoru vývoje, ve kterém se generuje síla vedoucí svět směrem od starého k novému, potom řešení neustále vznikajících konfliktů je procesem, který v tomto pomyslném motoru probíhá. A konflikty jsou palivem tohoto motoru“.

Řešení konfliktů a umění rozhodovat, 1994¹⁰

U řešení konfliktů je vhodné znát a využívat i nové alternativní metody, jen tak si zajistíme zdravý a plnohodnotný život – a to pracovní, soukromý i rodinný.

¹⁰ PLAMÍNEK, J.: Řešení konfliktů a umění rozhodovat, Argo, 1994

Závěr

Každý má právo na vzdělání – to znamená, že každý člověk může být vzděláván v určitém typu vzdělávacího zařízení, pokud splní dané podmínky pro tento typ vzdělávání. Vždy je možné vzdělávat jedince různých věkových kategorií a s různými schopnostmi, a to takovými metodami, aby bylo dosaženo co nejlepšího výsledku. Přestože výsledek do značné míry závisí na žákovi samotném a také na jeho zázemí, je především na učiteli, jakou metodu vybere a použije. Jak žáka na cestě doprovodí.

Existuje množství metod vzdělávání a tak se nabízí nepřehledné množství cest, jak dospět ke vzdělávacím cílům a požadovaným kompetencím u dětí, žáků, studentů a dospělých či starších jedinců. Je na učiteli, jakou cestu a postup zvolí. Je pro to třeba využít dobrých příkladů z pedagogické praxe, znalostí o žácích, znalostí a dovedností nabytých ve vzdělávacích aktivitách.

Cesty k cíli mohou být ve vzdělávacích zařízeních a ve školách příjemné a radostné.

Použitá literatura a odkazy

1. KAŠOVÁ, J.: Škola trochu jinak. Projektové vyučování v teorii i praxi. Kroměříž: Iuventa 1995.
2. RÝDL, K.: Alternativní pedagogické hnutí v současné společnosti, Brno, 1994
3. JŮVA, V. sen. a jun.: Úvod do pedagogiky. Brno: Paido, 1999.
4. PRŮCHA, J.: Moderní pedagogika. Praha: Portál, 1997.
5. PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J.: Pedagogický slovník. 3. rozšířené vydání. Praha: Portál, 2001.
6. ŠVEC, S.: Základní pedagogická terminologie (2002, s. 18)
7. <http://cs.wikipedia.org>
8. HALIŠKA, J.: K některým problémům vzdělávání a výchovy, Praha, 2007
9. MOJŽÍŠEK, L.: Vyučovací metody, Praha, 1988
10. SVOBODOVÁ, J.: Výběr z reformních i současných edukačních koncepcí (Zdroje inspirace pro učitele), Brno, 2009
11. Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů
12. www.csicr.cz
13. <http://everest.natur.cuni.cz/konference/2010/prispevky.php>
14. www.nuv.cz
15. RŮŽIČKA, R. a SOSÍK, R.: Čchi kung-Cesta ke zdraví a dlouhověkosti, 1. vyd. 2002
16. PRAŠKO, J. a PRAŠKOVÁ, H.: Proti stresu krok za krokem, Grada, 2001
17. PLAMÍNEK, J.: Řešení konfliktů a umění rozhodovat, Argo, 1994

Obrázky převzaty ze stránek

www.montessoricr.cz

http://www.daltoninternational.org/images/Artikelen_homepage/Ascham_035.jpg

<http://www.waldorf-brno.cz/zakladni-skola/waldorfska-pedagogika/waldorfska-specifika/>

Příloha č. 1

*Sebereflexe – některé otázky k zamyšlení: učitel - učitelka*¹¹

1. Mám zájem na výsledcích svém pedagogické práce?
2. Chci být dobrým učitelem?
3. Jsem schopen/pna hodnotit sám/sama sebe?
4. Jsem ochoten/ochotna přijmout hodnocení druhých?
5. Chodí mi do výuky druzí pedagogové hospitovat?
6. Umím a chci hledat příčiny určitého chování žáků i v sobě? Ve své práci a umím přiznat chybu?
7. Uvědomuji si stále, že vzdělávám a vychovávám své žáky vším, každou svou vlastností, projevem, chováním?
8. Zním své žáky? Zním jejich rodinné prostředí, vlastnosti, obtíže, vím, proč se tak chovají?
9. Jsem schopen/schopna si udržet přirozenou autoritu u svých žáků? Víím, jak to dělám?
10. Jsem schopen/schopna a ochoten/ochotna změnit styl a metody pedagogické práce? Když ne i když ano, tak proč?
11. Co je příčinou mých úspěchů i neúspěchů v mém pedagogické práci?
12. Mám dostatek svých znalostí a dovedností a informací ke své práci se žáky? Co ještě potřebuji?
13. Co mě v pedagogické práci uspokojuje?
14. Spolupracuji se svými kolegy/kolegyněmi? Na čem s jak?
15. Dokážu o sebe pečovat ve smyslu o své duševní zdraví? Když nemám úspěch, necítím dobrou odezvu, jak to překonávám?

¹¹ HALIŠKA J.: K některým problémům vzdělávání a výchovy, Praha, 2007 (strana 28)

Vysvětlivky v textu:

ⁱ Klasická nebo tradiční výuka či vzdělávání je chápána jako třída žáků pasivně a poslušně naslouchající výkladu učitele, který jim předává své nabyté vědomosti.

ⁱⁱ Frontální výuka je způsob vyučování, v němž učitel pracuje hromadně se všemi žáky ve třídě jednou společnou formou, se stejným obsahem činnosti. Tomu odpovídá také uspořádání prostoru učebny (Průcha, Walterová, Mareš 2001).