



Čas přípravy
10 minut



Čas realizace
bez limitu



Prostor
venku i tělocvična



Roční období
kdykoliv



Počet účastníků
minimálně 10



Věková kategorie
15+

HRY DŮVĚRY

Obecný cíl:

Rozvoj těchto kompetencí: občanská, sociální a personální, pracovní.

Konkrétní cíl:

Překonání strachu, důvěra v ostatní, odvaha.

Motivace:

Lidské jednání se téměř vždy vztahuje k budoucnosti a musí se tedy opírat o věci, které nelze bezpečně vědět. Přesto se jednajícím člověkem musí rozhodovat a i když se snaží svá rozhodnutí různě pojistit, musí se na určité lidi a věci spoléhat. Důvěra je proto nezbytným předpokladem života ve společnosti a lidské společnosti si vytvořily množství různých institutů, které důvěru podporují, případně pojišťují. Zároveň však důvěra vždy obsahuje jistou míru nejistoty a rizika zklamání nebo zneužití – jinak bychom o důvěře nehovořili. Důvěra k druhým lidem může být všeobecná, jak tomu bývá u přátel, ale může být i omezená jen na určité oblasti. Člověk běžně důvěřuje odborníkovi (lékaři, právníkovi, instalatérovi), i když o jeho charakterových vlastnostech nemusí mnoho vědět. Důvěra se získává poměrně obtížně, ale dá se velmi rychle ztratit nepoctivostí, lží a podobně.

Legenda:

Planeta Pravda – viz příběh v úvodu metodiky.

Provedení:

Hra první – kyvadlo důvěry: Dva hráči – A, B se postaví čelem k sobě ve vzdálenosti cca 1,5 m. Doprostřed mezi ně si stoupne třetí osoba – hráč C, který může být čelem otočen ke kterémukoli krajnímu hráči. Hráč C je kyvadlo, má nohy u sebe, ruce připažené k tělu, tělo drží rovně a zlehka se převáží dozadu za sebe na krajního hráče, např. A. Ten hráče C zachytí rukama za záda či ramena. Padající hráč C má nohy stále na jednom místě, a to uprostřed mezi hráči A a B. Hráč A pak hráče C od sebe zlehka odstrčí směrem k hráči B, který jej opět zachytí rukama za ramena. Odstrčení se pak opakuje zase směrem k hráči A. V podstatě hráči A a B s hráčem C kývají. Pokud hráč C zvládne kyvadlo v uvedené vzdálenosti, mohou se hráči A a B posunout dozadu, tzn. zvětšit vzdálenost mezi nimi, samozřejmě tak, aby mohli hráče C stále zachytit při kývání. Vyhraje ten, který kyvadlo zvládne při největší vzdálenosti hráčů A a B.

Hra druhá – ulička důvěry: Vytvořte dvojřadu, tak aby hráči v řadě A stáli naproti hráčům v řadě B (tedy čelem k sobě). Vzdálenost mezi řadami bude na předpažení rukou, ale tak, aby hráči z jednotlivých řad na sebe nedosáhli. Všichni do vytvořené uličky mezi řadami předpaží ruce, ale nebudou je navzájem nijak spojovat. Jeden z účastníků stojící od uličky cca 10 m musí vytvořenou uličku, v níž jsou nataženy ruce ostatních, co nejrychleji proběhnout ve vzpřímené poloze. Jakmile odvážlivec doběhne k začátku dvojřady, hráči v řadách musí uhnout s rukama směrem nahoru těsně před probíhajícím hráčem, ale tak, aby mu neublížili. Tedy ne moc brzo (to by nebylo ono) a ani ne moc pozdě (to by snadno došlo k úrazu). V podstatě běžec probíhá tzv. „mexickou vlnou“. Běžec by neměl v uličce zpomalovat. Značí to pak, že má strach a ostatním nevěří. Takhle se mohou vystřídat všichni. Hra se hodnotí dle času běhu.

Hra třetí – posuvný pás: Vytvoříme řadu za sebou stojících hráčů bez velkých mezer. Hráči dají ruce nahoru a rukama si následně budou předávat hráče a posunovat ho od počátku řady k jejímu konci. Hráč, který bude posunován po řadě stojících si stoupne na počátek řady zády k prvnímu v řadě, připaží a napne tělo do roviny. Dva až čtyři pomocníci jej v této poloze zvednou na „posuvný pás“ – čelem nahoru. Jakmile je vysazen, hráči v řadě jej zvednutými rukama posunují směrem na konec řady, kde mu opět pomocníci pomohou dolů. Takhle se zase vystřídají všichni. U této hry je potřeba dohlédnout na fyzicky vyrovnaný posuvný pás v celé délce, tj. aby na jednom delším úseku pásu nebyli shromáždění fyzicky slabší jedinci.

Hra čtvrtá – pád důvěry: Tuto hru je možné hrát na místě, kde je nějaké převýšení minimálně 1,5 m, maximálně 2 m. Např. u nějaké opěrné zdi s travnatou plochou. Účastníci hry se shromáždí pod opěrnou zdí do houfu, který je připraven zachytit padajícího odvážlivce stojícího na opěrné zdi. Padající by měl být při pádu otočen zády k chytajícím. Pád si mohou vyzkoušet postupně všichni.

Moje poznámky:

**Přístup k dětem se specifickými vzdělávacími potřebami:**

Zrakově postižení – záleží na typu postižení. Je potřeba dobře slovně popsat situaci i při samotném průběhu aktivity, pomoci jedinci, aby si hmatem ověřil rozmístění spoluhráčů. Hra „ulička důvěry“ – nevhodné.

Sluchově postižení – pomalé a hlasité vysvětlení her s možností odezírat ze rtů vedoucího.

Pohybově postižení – dle druhu postižení, u lehčích forem je aktivita možná.

Mentálně postižení – u lehčích postižení srozumitelné vysvětlení her v jednoduchých krátkých větách, názorné ukázky. U těžších postižení – nevhodné.

Řečově postižení – bez omezení. Jen dát dostatečný prostor na komunikaci mezi hráči.

Obtížně vychovatelní – striktní hranice a pravidla při práci.

Jedinci se specifickými poruchami učení a chování – bez omezení.

Pozor na:

Neustále zdůrazňovat bezpečnost při těchto hrách. Pokud se některý z účastníků neodhodlá některou hru podstoupit, nenuťte ho. Důrazně upozornit „chytající“, že musí splnit, co se od nich v dané hře dle pravidel očekává – jde o prověření důvěry v týmu, ne o hazard se zdravím.

Moje poznámky: