



## VEKOVÁ SKUPINA

4 - 6. ročník ZŠ

## LITERÁRNA PREDLOHA

B. Kardošová: Traja kamoši  
a fakticky fantastický bunker

## MOŽNOSTI VYUŽITIA

Škola (Slovenský jazyk a literatúra)  
Dramatický krúžok  
Knížnica

## CIELE a TÉMY

- ja a moje miesto
- bezpečné prostredie
- zvládanie krízových situácií
- sebahygiena

## POMÔCKY

čiapka / šiltovka, veľká deka, bliaci papier, lepiace papieriky, písadlá

## ČAS

2 x 45 minút

## USPORIADANIE PRIESTORU

priestor s možnosťou voľného pohybu

## AUTORKA METODIKY

Veronika Kořínková / Dramacentrum EDUdrama

Projekt vznikol v spolupráci s Divadelným ústavom  
v Bratislave

## PRIEBEH LEKCIE

Prevedieme vás príbehom, kde si spolu vytvoríme hlavného hrdinu a spolu s ním budeme pátrať po tom kam sa podieť, keď sa veci okolo nás kazia a rozpadajú. Naučíme sa, ako si vytvoriť bezpečný priestor aj v na tých najrušnejších a najnepravdepodobnejších miestach ako sa o seba postarať a formulovať svoje potreby a pochopiť, že na to nie sme sami. Spoločnými silami rozuzlíme zápletku, lebo veríme, že každý príbeh môže mať happy end.

### 1. MÔJ PRIESTOR

#### budovanie predstáv, práca vo dvojiciach

Aby sme vytvorili funkčný proces, budeme potrebovať hrdinu, jeho príbeh a konflikt v tomto príbehu. Hrdina hľadá rôzne riešenia pre svoj problém a následne sa rozhoduje – v tomto kroku vytvárame bezpečné miesto.

Aktivita: Dvojice. Zobrať účastníka na najobľúbenejšie miesto s tým, že má zavreté oči, popíše zmyslovo, čo vidí, cíti, *počuje- zvuk využijeme neskôr pri zvukovom orchestri* (v kruhu si povieme každý jeden detail, ktorý nám utkvel, alebo dáme názov priestoru v ktorom sme boli.

### 2. KONŠTRUKCIA / priestorová aktivita

Pomôcky: čiapka

Zoznamovanie sa so základnými princípmi s ktorými budeme pracovať, predstavivosť, tvorba bezpečného miesta

Aktivita: Účastníci stoja v kruhu (**čapica**) je v strede. Konštrukcia tiel v priestore, aby čapica bola najlepšie Čo - najviac sama - najviac ohrozená - najviac v bezpečí

### 3. MAPA PRÍBEHU

#### tvorba imaginárneho priestoru

Tvorba fiktívneho mesta, kde sa pohybuje náš hrdina, kde býva na základe našich predstáv

Aktivita: Predstavíme si obyčajné menšie mesto, každý pridá jednu vec, ktorú tam chce mať a v priestore naznačí, kde sa nachádza. (Ak nikto iný nepovie les, lektor pridá les)

### 4. HRDINA / vonkajšia charakterizácia postavy

Pomôcky: čiapka, baliaci papier

Tvorba nášho hrdinu – vonkajšia charakteristika

Aktivita: Pomenujeme si nášho hrdinu/hrdinku nejakým neutrálnym menom. Čiapka ide do kola, každý povie ako vyzerá hlavný predstaviteľ – vonkajší opis. Ako vyzerá? Ako sa volá? Charakteristiky sa nesmú navzájom vylučovať. Zapišeme na baličák.

## 5. SOCHY / vnútorná charakterizácia postavy, živý obraz

Aktivita: Každý si predstaví, čo hrdina rád robí, čo má rád a podobne. Účastníci vyjadrujú pohybovo, potom zamrznú a na vyzvanie pomenujú v roli hrdinu čo robia, majú radi a pod. Pomôžte im otázkami: Čo rád robí? Čo má rád? Aký je jeho obľúbený predmet v škole? Čo sa mu snívalo? Kam najradšej chodí? Zapišeme na baličák.

## 6. HOVORIA O MNE, ŽE SOM... / úvaha, individuálna práca

Premýšľanie o sebe z pohľadu iného – „zvonka“. Moja negatívna vlastnosť/charakteristika

Aktivita: Účastníci sa rozdelia do dvojíc. Vo dvojiciach sa rozprávajú o svojich vlastnostiach, ktoré sú považované za negatívne, o ktorej im druhí hovoria (napr. Lenivosť). Každá dvojica nájde jednu takú vlastnosť, ktorú má spoločnú. Zapišeme na baličák.

## 7. POLOPLNÝ POHÁR / úvaha

Iná perspektíva, pozitívne myslenie.

Aktivita: V akej situácii môže byť táto vlastnosť pozitívna? Kedy sa môže takáto vlastnosť hodiť? Následne tieto vlastnosti budeme otáčať na pozitívne – otočíme ich.

## 8. PRECHÁDZKA PO MESTE / simultánna improvizácia

Vyskúšať si zatiaľ vymyslené, zopakovanie, prepájanie, vytvoreného.

Aktivita: Kto je náš hrdina? Aký/aká je? Kde je? Kam rád/rada chodí? Kam rád chodí keď sa cíti osamelo, v nebezpečí, bezpečne? Prejdeme sa ako hlavný hrdina po meste (po štvrtiach, ktoré sme si tam dali, po miestach, ktoré dali iní a nám sa páčia, ale máme už otočenú vlastnosť, ktorú sme hl. hrdinovi dali. Môžeme niekoľkokrát zastaviť a zmeniť miesto, vlastnosť.

## 9. ČASOVÁ KAPSULA / živé obrazy, práca v skupinách

Zažiť si rôzne pohľady, vžiť sa do rôznych charakterov. Byť schopný skonkretizovať opisy v priestore – pozorovať vytvorené konštelácie

Aktivita: Aké by to bolo byť... Čo by som robil keby som bol... ako to ovplyvňuje (učiteľ, rodič, náš hrdina, spolužiak...) Účastníci sa rozdelia do troch skupín. Budú tvoriť živé obrazy na základe opisu, ktorý dostanú a následne situácie rozpohybujú. *Keď si niečím nie ste istý, nakreslite si to a hneď vám to bude jasnejšie.*

- Tatko s mojim starším bratom, mama s mojim mladším bratom a ja, prostredný, toto je fakticky moja rodina v ktorej som navyše, ako vidno.*
- Toto sú moji učitelia, vždy na mňa za niekto kričí, že nemám prezuvky, zošit, vtedy sa trasiem od zlosti, ale nič nepoviem*
- Ferova banda a tučný Fero. Myslia si, že sa ich všetci bojíme. Nútia všetky decká, aby im dali svoje jedlo. Čakajú na mňa pri škole. Sú stále hladní a chcú po mne desiatu a kolu. Kolu som vypil, keď som čakal na autobus a desiatu som si zabudol. Akože nebojím sa ich toľko, ale ...*

## 10. PROBLÉMOVÉ KONŠTALÁCIE / skupinové kompozície, horúce kreslo

Pomôcky: stolička

Skúmanie vlastných hraníc

Aktivita: Kedy potrebujem odísť zo situácie? Ako sa hrdina/hrdinka cíti, čo potrebuje, čo by jej/jemu pomohlo?

Účastníci sa vrátia do role nášho hrdinu a sadnú si na „horúcu stoličku“ Následne jedného požiadame aby dokončil nasledovnú vetu:

„Ja nikdy nikoho nenútim aby/do...“

Účastník na stoličke je obklopený „kresbami A B C“ – ostatní účastníci obklopujú stoličku a znázorňujú charakter obklopujúceho hrdinu, podľa situácii v predošlom cvičení, zamrznú. Účastník sa poobzerá dookola. Výmena. Kým každý nesedel na stoličke.

## 11. LES / tvorba predstáv, voiceband

Pripomenutie si svojho bezpečného miesta, odísť z konfliktnej situácie, porozumenie vlastným hraniciam.

Aktivita: Ako to znie na mojom bezpečnom mieste? Kam idem v ťažkej situácii? Predstavíme si les. Vytvoríme ho za pomoci rôznych zvukov, ktoré si v lese predstavujeme. Mali by sme použiť aj zvuky z úvodného cvičenia (opis obľúbeného miesta).

## 12. MÔJ BUNKER, DOMČEK NA STROME / tvorba bezpečného priestoru

Pomôcky: veľká deka

Aktivita: Ako sa môžem na chvíľočku vytratiť? Ako sa môžem upokojiť? Vstúpime do skrýše v lese/domčeku na strome a prinesieme si tam každý jednu vec, ktorú tam chceme mať. Ľahneme si – autogénne cvičenie – zavri oči, uvedom si teplú mäkkú zem pod tebou, ako vonia... počúvaj zvuky naokolo.

### 13. DOKTOR HAFLING, NEVIDITELNÝ KŔŇ / tvorba postavy

Aktivita: Tvorba priateľa – hľadanie pomoci a jej prijatie. Čiapka koluje po priestore. Každý dá Haflingovi jednu vlastnosť – výzor – vonkajší opis. Opakuje sa rovnaký princíp ako pri opise hrdinu. Poprosíme ho o radu pre naše problematické konštelácie – situácie.

### 14. DOBRÉ RADY / hľadanie riešení a ich použitie v situáciách, diskusia

Aktivita: Ako a kedy by som použil/a rady Haflinga? Doktor Hafling nám dá rady. Diskusia o týchto radách a ich uplatnení:

- Niektorým veciam nestačí rozumieť, treba ich aj cítiť, a to chce čas.
- Na smútok je najlepšia jazda na koni, na korčuliach .... /hýbať sa, športovať...fyzicky proti smútku/
- Každý vidí a počuje prírodu a všetko naokolo inak, zatvorí oči, a keď ich znovu otvorí, všetko je inak
- Keď chcete aby vás rodičia (ostatní) naozaj pochopili, musíte im svoje názory dávkovať po kvapkách, neprepáliť začiatok
- Keď človek niečo naozaj chce, musí byť trpezlivý a postupovať po malých krôčikoch
- Keď sa vám bude zdať, že celý svet je proti vám a nikto vás nechápe, dajte si ryžový nákyt.
- ...ten kŔň bol veľmi zlý, každého kto si na neho sadol, zhadzoval.... toho koňa nikto nemal rád, ale on si myslel, že ho nikdy nikto nemal rád a preto to robil
- Každý problém (aj matematický) sa dá vyriešiť
- Keď si rozvešiaš niečo po izbe /vzorcu z matiky/ usadí sa ti to v pamäti
- Keď zavriete oči, zrazu lepšie počujete
- Keď sa pomaly zakrádaš, ďalej zájdeš a lepšie budeš počuť
- Keď vám niečo nie je jasné, skúste si to nakresliť ...
- Treba vedieť, kedy prestať
- Keď niečo chceš, musíš byť trpezlivý a nepodliehať panike
- Čím väčšia láska, tým väčší strach – čím viac máš niekoho rád, tým viac sa o neho bojíš
- Nič nie je tak, ako to na prvý pohľad vyzerá

### 15. ROZUZLENIE / skupinová improvizácia

Aktivita: Uplatnenie rád, ich porovnanie situácii ich analýza a reflexia. Účastníci vytvoria tie isté tri skupiny ako predtým. Vráti sa k svojim konšteláciám a hranej situácii, tentokrát v nej podajú radu a prijímajú radu – vyriešia situáciu v improvizovanej hre.

### 16. ZÁVER / myšlienky hrdinu

Pomôcky: deka, lepiace papieriky, písadlá

Zažiť si bezpečný priestor, spracovávanie zážitku, uvoľnenie

Aktivita: Čo by som ja poradil hrdinovi? Na kúsok papiera každý napíše jednu dobrú radu, ktorý by hrdinovi dal, vojde do bunkra a pripne radu na jeho stenu. Môže si v bunkri/domčeku aj ľahnúť a vnútorne reflektovať, uvoľniť sa.

### 17. REFELXIA / rozhovor v kruhu

Sedíme a čiapka koluje v kruhu. Každý reflektuje svoju skúsenosť z workshopu. Diskusia.

---