

Na jedné lodi

*Metodický manuál pro realizaci interaktivního a vzdělávacího programu pro všechny, kteří pracují s dětmi **mladšího školního věku**.*

Hlavním cílem je poskytnout účastníkům prostor pro **zlepšování i upevňování techniky hry na drumben/buben**, ale také pro **zážitek ze společného bubnování i radost z výstupu společné tvořivé práce**.

Program pak dále může přinést:

- prostor pro účastníka být „sám“ a také „se skupinou“;
- možnost užít si atmosféru, kterou vytváří skupinová práce; možnost užít si pocit „patřit“ někam;
- posílení sebevědomí a víry ve vlastní schopnosti;
- rozvoj kreativity a fantazie.



Byl jednou jeden kapitán a ten měl loď, ale chybělo mu to nejdůležitější. Neměl posádku. A protože se chtěl vydat na širé moře za dobrodružstvím, trápil se, obcházel jeden přístav po druhém, ale takovou posádku, se kterou by mohl bez obav projít i těmi nejnebezpečnějšími nástrahami a nejdivočejším dobrodružstvím, nemohl najít.

Námořníci, které potkával, byli buď příliš hloupí, nebo příliš vzteklí. Nedokázali se soustředit, báli se práce, někteří se dokonce báli i vody, a to nejhorší, nedokázali všichni dohromady spolupracovat, táhnout za jeden provaz a společně zvládnout takové věci, jako natáhnout plachty, nebo se postavit nebezpečí.

Až dorazil do našeho přístavu. A viděl vás, děti. Co vy na to, pomůžete mu? Necháte se najmout na jeho loď? Pokud byste do toho šli, tak ale budete muset projít vstupní zkouškou... Budete muset dokázat, že umíte spolupracovat.



SEZNÁMENÍ S DRUMBENEM

Vyjdeme z metodologického materiálu „Seznámení s Drumbenem“. Seznámíme děti s Drumbenem – můžeme využít zde uvedené cvičení. Poté provedeme s dětmi cvičení Rytmické cítění a spolupráce.

Kapitán má velkou radost, že ve vás našel konečně ty pravé námořníky. A protože jste už řádně proškolení, tak se můžete nalodit.

NALODĚNÍ

Cíle:

- Zjistit, kde se ve skupině jednotliví účastníci cítí být
- Podpořit sounáležitost skupiny
- Rozvíjet výtvarné vyjádření, kreativitu



Na velký balící papír předem nakreslíme obrys lodi. K balicímu papíru připravíme pastelky, voskovky či fixy. Každé dítě si pak vybere místo, kam se chce na loď nakreslit. Může si vybrat také, v jaké roli chce na loď fungovat. A vůbec nevadí, když bude víc lodníků, kuchařů, plavčíků či kormidelníků. Kapitán však může být jen jeden...

Poznámka: Možná bude pro třídní učitele jednotlivých tříd zajímavé pozorovat, kam a jak se kdo z dětí nakreslí.

Tak, hotovo. Všichni jsme naloděni, zásoby jsou v suchu v podpalubí, rum pro kapitána taky, takže je čas vyplout. Kapitán velí: „Natáhněte plachty“ a „Vytáhněte kotvy“. A už je to tady. Loď odrazila od břehu, lodní stroje pracují, pevnina se vzdaluje a příbuzní a známí mávají bílými kapesníčky a volají na nás, abychom se šťastně vrátili. Dobrodružná plavba začíná. A aby se nám lépe plulo, pojďme si zazpívat námořnickou píseň a u toho zabubnovat.

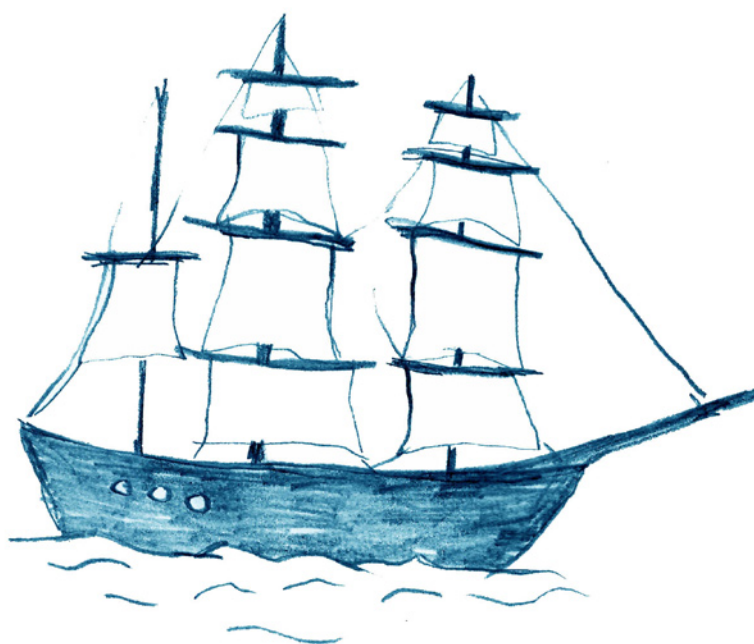
PÍSEŇ MLADÝCH NÁMOŘNÍKŮ

Cíle:

- *Rozvíjet hlasových dovedností a schopnosti rytmizovat písně*
- *Upevňovat koordinaci levé a pravé mozkové hemisféry*

C Ami
 Zvedněte plachty námořníci
 G Emi
 Zvedněte plachty námořníci
 C Ami
 Zvedněte plachty námořníci
 D D⁷ G
 Slunko pěkně svítí.

C Ami
 Vyplujeme s lodí do dálky
 G Emi
 Vyplujeme s lodí do dálky
 C Ami
 Vyplujeme s lodí do dálky
 D D⁷ C
 Ryby už jsou v síti.



Konečně jsme na širém moři. Je slyšet jen jeho šumění (lektor společně s účastníky přejíždí dlaní přes vršek Drumbenu a vydávají tak zvuky podobné moři, hlavně si však masírují unavené ruce). **Pozorujeme v moři zajímavé mořské živočichy. Sluníčko svítí, sem tam se přes oblohu mihne racek chechtavý** (lektor napodobí zvuk racka).

Vtom se na nebi objeví mráček, ze kterého se stává velký mrak. Začíná drobně pršet. (Děti vydávají pomocí prstů na Drumben zvuk počínajícího deště). **Děšť ale houstne. Vypadá to na velkou průtrž.** (Děti bubnují tak, aby napodobily zvuk velkého deště). **Do toho přichází hromy a blesky.** (Skupina se může rozdělit na ty, napodobují dešť a na děti, které napodobují zvuk hromu). **Bouře je opravdu divoká. Lodí to kymácí, všichni se musíme pevně držet všeho, co najdeme, aby nás vlny nesmetly do moře. To je ale hrůza. Kdy už to skončí? Snad teď – bouře se pomalu uklidňuje. Hromy a blesky ustávají. Děšť slábně. Je zase krásně.** (Účastníci se nechají vést pokyny lektora a pomalu se ztišují).

Tak a je klid. Kapitán jde zkontrolovat ztráty. A jéje. Odplavaly nám všechny záchranné čluny, také zbraně a (bohužel) i všechny zásoby. Zato jsme všichni živí a zdraví. To je dobře. Kapitán se pátravě rozhlíží po okolí dalekohledem. Hledá nějakou pevninu, kde bychom mohli doplnit to, co nám vzala voda. Zaostruje, zkoumá a vidí! Obrací se k nám, svým námořníkům, oznamuje, že má dvě zprávy, dobrou a špatnou. Jakou prý chceme slyšet první? Ta dobrá je, že vidí nedaleko ostrov. Ta špatná je, že kolem dokola ostrova je bažina plná krokodýlů, kterou naše loď nedokáže proplout, protože by uvízla. Je totiž moc velká. Co s tím, obrací se kapitán k nám, svým námořníkům. Máte nějaký nápad, děti?

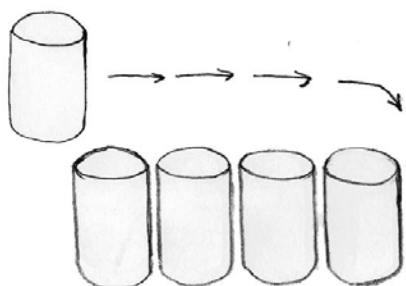


BAŽINA

Cíle:

- *Upevnit schopnosti spolupracovat ve skupině*
- *Rozvíjet týmovou komunikaci*
- *Nácvičit argumentaci a plánovat při tvorbě strategie*
- *Rozvíjet hrubou motoriku*
- *Upevnit schopnost se soustředit a být loajální se skupinou*

Skupina ztroskotanců musí přejít bažinu plnou nebezpečných krokodýlů. Přechod bažiny probíhá na Drumbenech.



Volíme *Drumbeny* stejné velikosti, které se postaví těsně vedle sebe a vytvoří se tak dlouhá řada. Je dobré dbát na to, aby mezi *Drumbeny* nevznikla žádná mezera.

Každý účastník se postaví na jeden *Drumben*. Přes bažinu se celá řada účastníků posune dopředu tak, aby zůstal volný poslední *Drumben*. Poslední účastník v řadě zvedne tento *Drumben* a podává jej po řadě dopředu. První účastník v řadě postaví tento *Drumben* před sebe a popojde na něj. Celá řada se pak posune směrem dopředu a poslední účastník posílá další *Drumben*.

Takto se skupina pomalu posunuje pryč z bažiny. Pravidlem, které posiluje týmovou pospolitost, je omezení „mluvení“ během přechodu přes bažinu. Vysvětlením je, že krokodýli v bažině špatně vidí, ale dobře slyší, takže je třeba být zticha. V okamžiku, kdy někdo toto pravidlo poruší a promluví, popř. se zasměje či strčí souseda, popř. když někdo spadne z *Drumbenu*, sebere jim „krokodýl“ jeden *Drumben*, a tudíž se účastníkům ztíží podmínky přechodu přes bažinu. Ještě více se tím však posílí spolupráce. Pro větší motivaci skupiny může lektor hrát roli „krokodýla“, který skupinu obchází a číhá na sebemenší porušení pravidel hry. Po skončení aktivity je dobré udělat závěrečnou reflexi, kdy sami účastníci budou hovořit, jak prožívali průběh hry a také o tom, co mohli jako skupina udělat lépe, či co se jim podařilo.

Tip: Velmi se nám osvědčilo při této aktivitě doprovodit atmosféru různými zvuky z bažin, příp. zatemněním, což zvýší napětí a motivuje účastníky k většímu nasazení a respektování pravidel během hry.



Uff, to bylo teda napínavé. Kapitán byl celý zpocený strachy, že to nedokážeme. Ale my jsme to dokázali. Stálo nás to sice dost sil a nervů, ale už jsme na ostrově. Rozhlížíme se tu po jídle, protože nám při tom předchozím dobrodružství pořádně vyhládlo. Kapitán nás rozdělil. Určil čtyři námořníky, kteří budou hlídat ohniště, zbytek jde pod jeho vedením hledat jídlo. Výprava byla opravdu úspěšná. Lovili jsme zvířata, našli jsme tedy maso. Potom jsme nasbírali ovoce a zeleninu, všeho na ostrově rostlo dost a dost. A našli jsme i zdroj pitné vody. Všechno jsme nabrali do košů a nesli zpátky k tábořišti, jenže...

Začalo znovu pršet a okolo našeho ohniště se utvořil vodní příkop, přes který jsme se nemohli dostat k našim čtyřem kamarádům. Alespoň ne hned. A přeplavat s koši plnými jídla, jsme nemohli. Kapitána ale napadlo řešení. Bude to sice náročné, ale pojďme to zkusit!



Boj o jídlo

Cíle:

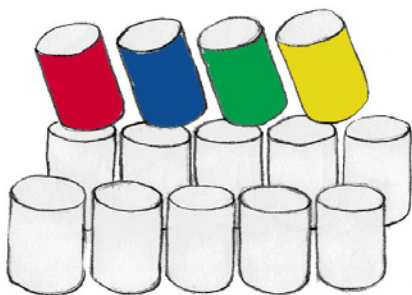
- Posílení a rozvoj schopnosti pracovat ve skupině, posilování schopnosti komunikovat
- Upevňování tolerance k ostatním a zodpovědnosti za sebe a skupinu
- Rozvíjení hrubé i jemné motoriky

Námořníci se dostali přes bažinu na neobydlený ostrov. Je třeba sehnat potravu. Uspořádá se tedy výprava, která bude úspěšná. Skupina najde s pomocí lektora zásobíště potravin (půjde o lehké plastové míčky čtyř barev). Zelený míček charakterizuje zeleninu, žlutý ovoce, červený maso a modrý pitnou vodu. Skupina se nadšeně vrací do tábora a těší se, že si z vyhledaných potravin uvaří jídlo.

V době jejich nepřítomnosti se však rozvodnila řeka, kterou předtím v pohodě přebrodivili, ale nyní už to nepůjde. Členové skupiny zjistí, že budou muset potravu přeházet přes řeku a vrátit se do tábořiště delší a náročnější cestou. V táboře naštěstí zůstali čtyři strážci skladů. Každý z těchto strážců spravuje jeden barevný Drumben. Do zeleného patří zelenina, do žlutého ovoce atd.

Řeku představují dvě řady drumbenů. Skupina se musí domluvit na strategii, díky které bezpečně dostane konkrétní druh potravy/vodu do příslušného, stejně barevného, Drumbenu za řekou. Pokud míček spadne, potravina je kontaminovaná a odnáší jí voda. Strážci skladu mohou házejícím pomáhat tak, že zvednou Drumben a nastavují ho pro lepší trefu. Ani strážci, ani házející však nesmí překročit danou hranici (rozbouřenou řeku).

Po domluvě strategie začíná akce. Pokud se ocitlo v Drumbech málo tolik potřebné potravy/vody, lektor pomocí reflexe dovede skupinu ke změně strategie a k pojmenování toho, co je třeba dělat lépe, popř. jaká pravidla je třeba dodržovat. Akce „přehazování“ se pak může zopakovat.



Konečně se nám podařilo všechno jídlo přeházet k našim kamarádům tak, aby se vzájemně nepomíchalo. Naši kuchaři pak uvařili naprosto úžasné jídlo a my jsme se pořádně nadlábli. Však jsme si to po všech těch útrapách zasloužili. Zapálili jsme veliký oheň, abychom v noci odháněli divoká zvířata, kapitán určil hlídky, a my jsme se všichni pomalu uložili k spánku. Byli jsme unavení, tak jsme usnuli, jako když nás do vody hodí.

IMAGINACE A RELAXACE

Cíle:

- **Zklidnit své tělo, emoce a odpočinout si**
- **Rozvíjení schopnosti si představovat, fantazie**

Lektor vypráví nebo čte, co se dělo v noci. Může použít libovolné hudební nástroje a doprovodit se jemnou náladovou hudbou. Nechá účastníky zaujmout pohodlnou pozici vleže nebo vsedě. Požádá je, aby zavřeli oči, a nechá je představovat si obrazy, které jsou v textu popsány. Když se námořníci mají začít budít, nechá účastníky, aby následovali text, protáhli se a zacvičili si. Dojde k určitému zlidnění a relaxaci všech zúčastněných.

A vlny, které se rozbíjely o pobřeží, nám šuměly do spánku. Vlahý vítr nám chladil obličej a čechral vlasy. A měsíc, stříbrný jako lesklá mince, nás svým vážným a stříbrným svitem hlídal až do rozednění.

Ráno se objevilo na nebi sluníčko. Bylo ještě rozespalé. Nejprve se protáhlo. Pak zjistilo, že dole pod ním spí mladí námořníci a oddechují, někteří chrápou a někteří vržou zuby. Sluníčko si je všechny zvědavě prohlédlo, pak vystrčilo jeden svůj zlatý prstík a pošimralo námořníky na tváři. Ale námořníci se jen poškrábali, otočili se a spali dá. Tak si sluníčko dalo tu práci a natáhlo k námořníkům pět prstíků.

To už námořníky trochu probudilo. Začali se vrtět a ošívat. A když sluníčko poslalo další ruku, aby pomohlo té první se šimráním, námořníci si protírali oči, protahovali se a pomalu vstávali, udělali si malou rozcvičku, nasnídali a se hledali kapitána. Ten tam ale nebyl. Volali a hledali ho, ale on se objevil až před polednem, a oznámil jim dobrou zprávu. Obešel celý ostrov, což mu nezabralo tolik času, protože ostrov byl malý. A našel malou skulinku v bažině, které si včera nevšimli, byla totiž viditelná jen, když jste byli na ostrově. Tu skulinku pak kapitán využil, aby tam mohl zakotvit loď, pro kterou obětavě doplaval. Jásali jsme a provolávali kapitánovi slávu. Ještě jednou riskovat život při procházení přes bažinu se nám už nechtělo. Naložili jsme na loď zásoby jídla a pitné vody a vydali jsme se na cestu domů. Byli jsme moc rádi, že už se nám nic strašného nepříhodovalo a bezpečně jsme dopluli až do našeho přístavu.

REFLEXE

Cíle:

- **Rozvíjet schopnost dávat sám sobě i druhým zpětnou vazbu**
- **Posílit a rozvíjet týmovou komunikaci**
- **Rozvíjet a posilovat osobní i skupinové sebevědomí**

Předtím, než se námořníci v přístavu rozloučí s kapitánem, posadí se do kruhu a kapitán jim položí několik otázek. Nabízíme zde některé a zároveň je možné je modifikovat, popř. přidat další. Důležité je však myslet na to, aby to byly otázky otevřené, na které účastníci mohou reagovat jednoduchými větami či souvětími.

Návrh otázek:

- *Co jste se v průběhu plavby naučili?*
- *Co vás v průběhu plavby překvapilo?*
- *Co vás v průběhu plavby pobavilo?*
- *Báli jste se něčeho v průběhu plavby?*
- *Který okamžik plavby pro vás byl nejvíc napínavý a proč?*
- *Který okamžik plavby vás naštval/rozzlobil a proč?*
- *Který okamžik plavby vás nejvíc rozesmál a proč?*
- *Co pro vás v průběhu plavby bylo hodně důležité. Bez čeho si myslíte, že bychom se nedokázali vrátit domů?*
- *Komu z ostatních námořníků byste chtěli za něco poděkovat a za co?*
- *Komu z ostatních námořníků byste chtěli něco doporučit? A co?*