

Voda – Nové pohledy



Reconnect with Nature



Reconnect with Each Other

Cílem dopoledního programu (4 x 45 min) je posílit u žáků propojení s přírodou a upevňovat vztahy se spolužáky, a to tím, že vytváříme nové společné příjemné zážitky a zároveň nabízíme prostor ke sdílení názorů, pocitů a potřeb. Program se realizuje u okolního vodstva – např. u místního rybníčku, jezera, náhonu, potoka nebo řeky. Můžete zůstat na jednom místě po celou dobu nebo si vybrat míst více a přesouvat se k nim. Žáci si mj. trénují i všímavost a jsou vedeni k hlubšímu zamyšlení nad svým pohledem na vodu a dalšími souvisejícími tématy. Seznámí se s jinými pohledy na vodu, vycházející z případové studie z Nového Zélandu. Také získají příležitost se touto perspektivou podívat na “svou” místní vodu. Žáci také zažijí hravé a dynamické aktivity. Vodou se nechávají inspirovat k různým dílům a tvoření a na závěr přemýšlí, jak sami mohou přispět k tomu, aby místnímu vodstvu bylo lépe a pečovali jsme o něj citlivěji a promyšleně.

Cíle:	Žáci prohlubují propojení s přírodou – jsou venku v přírodě blízko vodstva, místo prozkoumávají různými smysly, inspiroují se bohatstvím přírody a seznámí se s jinými pohledy na vodu. Bytí venku, v přírodě, zvyšuje wellbeing, tj. všestrannou osobní pohodu. Snižuje stres, zlepšuje náladu, a celkově se cítíme lépe. Žáci posilují napojení se na druhé, na spolužáky – posilování vztahů prostřednictvím společných aktivit a pozitivních zážitků venku. Dále v průběhu diskuzí a reflexí se sdílí pocity, názory a potřeby, což rozvíjí vzájemnou empatii a prohlubuje porozumění druhým.
RVP ZV:	Klíčové kompetence: K občanství a udržitelnosti Respektující vztah k životu a k světu: - Žák projevuje ohleduplný, citlivý a podporující přístup k živým jedincům, přírodě a světu jako celku. Klíčové kompetence: Osobnostní a sociální Budování a udržování zdravých vztahů: - Žák rozšiřuje okruh vztahů. Empatie a porozumění druhým: - Žák se vyrovnává s odlišnostmi s respektem k druhým lidem.
Věk:	10 let a více (lze upravit i pro mladší věk)
Délka:	4 × 45 min
Místo:	místo u vody (rybníka, jezera, přehrady, náhonu, potoka, řeky...)
Pomůcky:	Pomůcky a materiály si připravte na tyto části: - Vodní divadlo: kartičky s různými přírodními elementy a jevy. - Hraní s vodou: dle zvolené aktivity si připravte pomůcky (např. nádoby na vodu, lžíce) - Tvoření: připravte pomůcky a materiály podle vybraných aktivit
Doporučení:	- Předem se dobře seznámte s místem, kam se s žáky vydáte. Prozkoumejte i blízké okolí. Ujistěte se, že je místo bezpečné pro volný pohyb dětí. Je-li to úplně nové místo, můžete před programem ve škole procvičovat orientaci na mapě a místo si představit. - Připravte pro žáky seznam věcí, které se jim během programu mohou hodit (např. svačina, voda, pláštěnka, podsedák, pevné boty, repelent, ručník). - Nezapomeňte vzít s sebou lékárničku a zásoby pitné vody.

BLOK 1

ZAHÁJENÍ (15 minut)

- ★ **Kruh.** Vytvořte na začátku s žáky kruh tak, aby všichni na sebe navzájem viděli a dobře se slyšeli. Mohou stát nebo sedět.
- ★ **Místo a pravidla.** Na začátku seznámte žáky s místem. Společně si připomeňte, jak se chovat v přírodě a obzvláště u vody bezpečně a s respektem, a domluvte se na pravidlech, např. kde přesně se mohou pohybovat, s jakou hlasitostí atd. Dejte prostor na otázky.
- ★ **Cíle a plán dne.** Stručně prozradte žákům, co je čeká, a jaké je časové rozvržení dvou bloků, včetně přestávk.
- ★ **Nálada a energie.** Zeptejte se všech, s jakou náladou začínají a kolik mají energie. Rychlou zpětnou vazbu od všech lze např. získat pomocí metody "teploměru" nebo palec nahoru a dolů. To vám pomůže zjistit, s čím žáci začínají, a věnovat čas případným obavám či nepohodě. Zároveň můžete nahlas shrnout, jakou energii má nyní celá skupina a jaké je převládající rozpoložení na začátku dne. Pak se k tomu vraťte na konci programu a v reflexi se doptejte, zda se něco změnilo a jak se žáci cítí nyní po několika hodinách v přírodě.

ÚVODNÍ ČÁST (20 minut)

- ★ **Jméno a voda.** Vyzvěte žáky, aby každý vymyslel jedno slovo, které souvisí s vodou a začíná na stejné písmeno jako jejich křestní jméno. Můžete začít vy se svým vlastním příkladem a poté jim dát chvíli na přemýšlení. Žáci pak po kruhu jeden po druhém řeknou jméno a dané slovo. Je-li propojení s vodou nejasné, žáci vše vysvětlí.
- ★ **Krok vpřed.** Zůstaňte v kruhu a informujte žáky, že nyní se společně naladíte na téma voda a to z různých úhlů pohledu. Řeknete několik vět a pokud je žáci vyhodnotí jako pro ně pravdivé, tak udělají krok vpřed, směrem do kruhu. Na základě toho se pak můžete doptávat více. Po každé otázce se žáci vrátí zpět do kruhu. Vymyslete si věty, které jsou relevantní a zajímavé pro vaši třídu a váš kontext. Zde je několik příkladů:
 - *V létě rád/a chodím na tobogány.* (Příklad doplňující otázky: Jaký je váš oblíbený?)
 - *Mám rád/a, když v létě prší.*
 - *Už jsem v životě někdy byl/a chytat ryby.*
 - *Umím skákat šipku do vody.*
 - *Piju rád/a obyčejnou vodu.*
 - *Už jsem někdy v životě viděl/a úhoře na vlastní oči.*
 - *Chtěl/a bych se někdy potápět v moři.*
 - *Otužuju se – sprchuju se studenou vodu doma.*
 - *Rád/a jezdím na paddleboardu.*
 - *Už jsem někdy plaval/a v řece nebo v potoce.* (Jste-li blízko řeky nebo potoka, tak se doptejte přímo na ně.)
- ★ **Vodní divadlo.** V této aktivitě zapojí žáci celé tělo a nastartují svou kreativitu. Dopředu si připravte kartičky s různými vodními elementy či jevy. (např. *vodní vír, ledovec, vodopád, padající kapky, bouřka*). Žáci vytvoří skupiny, přičemž jejich velikost se může lišit. Kartičku si mohou vylosovat, nebo máte-li dostatečný počet, tak každá skupina dostane sadu 2–3 kartiček a vybere si jeden jev, který pak znázorní. Úkolem tedy je ve skupině společně svými těly ztvárnit daný přírodní element nebo jev. Lze využít pohyb i zvuk (bez mluvení). Vyhradte 5 minut na přípravu. Poté každá skupina prezentuje a ostatní hádají.

HLAVNÍ ČÁST: SMYSLY (50 minut)

- ★ **Naše lokalita.** Obsah tohoto kroku se bude odvíjet od toho, v jakém konkrétním místě se s žáky právě nacházíte, u jakého vodstva:
 - Nejprve žákům pomozte si vybavit, co všechno vědí o náhonech, potocích, řekách, jezerech, rybnících, přehradách atd. Co si pod tím přesně představují a jaké jsou mezi nimi rozdíly?
 - Poté se zaměřte na vodstvo v místě, kde právě jste. Co vše o něm žáci vědí? Jaké informace, zajímavosti můžete doplnit?
- ★ **Jiné pohledy.** Již zde můžete krátce zmínit, že na naší planetě jsou společnosti a kultury, které k vodě přistupují jinak. Tím můžete žákům rozšířit obzory a perspektivy. V naší společnosti, či obecně v západních společnostech, se často mluví o vodě jako o přírodním zdroji, který lidé využívají pro svůj užitek. Diskutuje se o tom, jak ji v krajině regulovat a řídit, jaké problémy může přinášet v zemědělství a průmyslu atd. Oproti tomu existují i jiné společnosti, ve kterých je voda uctívána, například považována za člena rodiny, nebo je vnímána jako entita, která má mít svá práva (např. právo být svobodná a čistá). Tyto pohledy na vodu najdeme např. u Maorů na Novém Zélandě či obecně u některých původních národů z Jižní, Střední nebo Severní Ameriky.
- ★ **Otázky a pozorování.** Upravte následující otázky a úkoly podle vodstva v místě, kde se nacházíte.
 - *Jak asi žije tento rybník / jezero / potok...? Jaký je život v něm a na něm?*
 - *Pojďme nyní 3 minuty jen potichu pozorovat vodu v tomto místě. Zaměřte se na všechny detaily. Zbystřete zrak, sluch i čich.*
 - *Co vše jste slyšeli, viděli, cítili?*
 - *Napadaly vás při tom nějaké otázky?*
- ★ **Hraní s vodou.** Před přestávkou zařadte hrou nebo více dynamickou aktivitu pro celou skupinu či týmy. Vy nebo žáci můžete přijít se svou vlastní hrou nebo nabízíme tyto:

VODNÍ ŠTAFETA

Žáci vytvoří týmy a závodí s časem. Úkolem je ve 2 minutách nabrat co nejvíce vody. Zvažte velikost nádoby (stejná pro všechny týmy), v které budou žáci vodu přenášet a velikost nádoby, do které budou vodu vlévat. Jedná se o štafetu, a proto je důležité se střídat. Komu se povede nabrat nejvíce vody? Na konci časového limitu zvažte nebo změřte, kolik vody se každému týmu podařilo přenést.

ANI KAPKA NAZMAR

Úkolem je přenést co nejrychleji vodu z místa A na místo B, aniž by se vylila. Může to být ve dlaních nebo na lžici atd. Cestu můžete udělat náročnou – klikatěním, přelézáním větví, obcházení stromů atd. Do přípravy a vymýšlení můžete zapojit samotné žáky.

VODNÍ HAD

Vytvořte stejně velké týmy, tzv. hady. Žáci v týmech stojí v řadě za sebou a na signál si začnou předávat vodu. Vyzkoušejte různé způsoby, např. nad hlavou, pod nohama, zezadu dopředu. Vítězí tým, který udrží co nejvíce vody.

- ★ **Reflexe:** Společně v kruhu se ohlédněte za proběhlou hrou a zvolte vhodné otázky pro vaši skupinu:
 - *Koho hra vtáhla? Jak moc jste si ji užili?*
 - *Co vám při hře šlo? A naopak nešlo? Čím to bylo?*
 - *Jak se vám pracovalo v týmech? Co by se dalo příště zlepšit a jak?*
 - *Koho byste ve svém či jiném týmu rádi za něco ocenili?*

BLOK 2

HLAVNÍ ČÁST: TVOŘENÍ (60 minut)

- ★ **Molekuly.** Tuto aktivitu zařadte, pokud chcete po přestávce zvýšit dynamiku a celkovou energii skupiny. Nejprve se žáků zeptejte, co přesně znamená H₂O a pak jim prozradte, že si zahrajete tzv. molekuly. Naznačte, v jakém prostoru se přesně bude hrát. Úkolem žáků je chodit po prostoru v různých směrech a různou rychlostí, a jakmile uslyší tlesknutí a číslo, musí vytvořit skupiny přesně podle tohoto čísla (např. trojice, pětice...). Kdo zaváhá a nevytvoří včas s někým molekulu-skupinu, tak vypadává. Pokračujte až do poslední vítězné dvojice. Alternativou k tlesknutí je pouštět skladbu (např. doporučujeme tematickou Modlitbu za vodu) a místo tlesknutí ji vypnout.
- ★ **Kvíz o vodě.** Cílem této aktivity je otevřít nová témata spojená s vodou. Jednak zdůraznit její důležitost pro život lidí a pro naši planetu obecně, a zároveň upozornit na globální problémy, které my, lidé, způsobujeme nebo k nim velkou měrou přispíváme. Naznačte na zemi dvě místa – jedno bude ANO (pravda) a druhé místo NE (lež). Požádejte žáky, aby se po každé větě rozhodli, zda je podle nich věta pravdivá nebo ne a podle toho se správně postavili k ano nebo ne. Poté prozradte správnou odpověď a téma případně dále v diskusi rozvedte. Příklady vět:

- *Lidské tělo je z více než poloviny tvořeno vodou.* (**Ano.** Voda je ve svalích, krvi i v mozku. Bez ní by naše tělo nemohlo fungovat, protože pomáhá přenášet živiny a ochlazovat tělo.)
- *Voda je jediná látka na Zemi, která se v přírodě vyskytuje ve třech skupenstvích.* (**Ano.** Najdeme ji jako pevný led, kapalnou vodu i plynnou vodní páru.)
- *Slaná voda tvoří asi 60 % všechny vody na Zemi.* (**Ne.** Voda tvoří 97 %. Většina vody je v oceánech a mořích, které jsou slané. Sladké vody, kterou můžeme pít, je jen malé množství.)
- *Všechna pitná voda na světě je uložena v řekách.* (**Ne.** Řeky obsahují jen malou část sladké vody. Většina pitné vody je ukryta v podzemí, v ledovcích nebo v jezerech.)
- *Na Antarktidě je ukryto nejvíce sladké vody na Zemi.* (**Ano.** Velké množství sladké vody je zamrzlé v podobě ledu a sněhu právě na Antarktidě.)
- *Na pouštích nikdy neprší.* (**Ne.** V pouštích prší velmi málo, ale někdy přece jen prší. Proto tam mohou po dešti na krátkou dobu vyrůst rostliny.)
- *Bez vody vydrží člověk déle než bez jídla.* (**Ne.** Bez vody vydržíme kratší dobu.)
- *Všechny sladkovodní řeky na světě tečou na konci do moře nebo oceánu.* (**Ne.** Některé končí v jezerech nebo vysychají v poušti.)
- *Moře jsou znečištěná plastovým odpadem a to mj. ohrožuje i mořské želvy, které si plast pletou s medúzami.* (**Ano.** Želvy vidí plovoucí igelitové sáčky a myslí si, že jsou to medúzy, tedy jejich potrava. Když plast snědí, může je to zabít.)
- *V Tichém oceánu vznikl obrovský „plastový ostrov“ tvořený odpady.* (**Ano.** Mořské proudy nahromadily odpad do jednoho místa. Tento „ostrov“ je větší než několik evropských států dohromady.)

Aktivitu můžete shrnout tím, že voda je pro lidský život i obecně pro život na naší planetě nezbytná. Bez ní by tu nic nebylo. A to je ten hlavní důvod, proč v některých kulturách a společnostech mají k vodě jiný vztah než většina z nás. Více si vody váží, oslavují ji, někdy i třeba nazývají matkou nebo sestrou.

- ★ **Tvoření.** Informujte žáky, že nyní se nechají inspirovat vodou. Budou mít možnost si vybrat, co s ní budou dělat, co budou tvořit, a zda individuálně, ve dvojicích nebo menších skupinách. Časový limit je přibližně 20–30 minut a vytvoří-li něco konkrétního, tak si díla poté společně představíte. Doporučujeme si dopředu promyslet, co vše lze žákům v této aktivitě nabídnout, co místo a podmínky dovolují a vybavit se podle toho pomůckami. Žákům při rozhodování může pomoci vidět různé možnosti sepsané na větším papíru nebo kartičkách. Více skupin může pracovat i na stejných úkolech. Dejte svobodu dětem přijít i s jejich vlastními nápady. Důležité je se inspirovat vodou a využívat smysly. Příklady úkolů najdete zde:

- ★ **Malování na kameny:** Poskytněte žákům speciální fixy či barvy.
- ★ **Hráze:** Jste-li u potoka nebo řeky, někteří žáci jistě neodolají a pustí se do staveb.
- ★ **"Land art":** Pomocí přírodnin žáci vytvoří umělecká díla, např. spirály, věže, obrazy inspirované vodou či okolní přírodou.
- ★ **Domečky:** Žáci mohou využít různé přírodniny a postavit domeček či dům u vody jakékoliv velikosti.
- ★ **Tetování:** Tetování inspirované vodou pomocí speciálních fixů na kůži či henou.

- ★ **Tvorba:** V průběhu tvoření vše monitorujte a připomínejte, kolik času zbývá.
- ★ **Představení:** Nyní žáci představí svá díla, je-li to možné. Nezapomeňte díla zdokumentovat, abyste měli společné vzpomínky. Po prezentaci každého díla vyzvěte spolužáky, aby formulovali alespoň dvě ocenění (*Co vás zaujalo? Co byste ocenili na díle?*) a případně položili autorům další otázky.

UZAVŘENÍ (30 minut)

- ★ **Reflexe.** Vytvořte kruh a společně diskutujte o předchozí aktivitě a celém programu:
 - *Co vás při práci nebo tady v tom místě obecně zaujalo nebo příjemně překvapilo?*
 - *Jaké smysly jsme dnes využívali?*
 - *Vnímali jste dnes vodu jinak než obvykle? Čím to bylo jiné?*
 - *Naučili jste se dnes o vodě něco nového?*
 - *Chtěli byste sem k vodě chodit se školou častěji? Nebo s rodinou?*
- ★ **Strážci vody.** V kruhu povězte žákům:
 - *Na Novém Zélandě dostala v roce 2019 řeka Whanganui titul právní osoby, to znamená, že dostala práva, podobně jako lidská bytost, a Maorové se stali oficiálně jejími "strážci", protože jí od nepaměti dobře rozumí a velmi si jí váží. Dokáží jí naslouchat, všímají si, co se s ní děje, co asi právě potřebuje. Snaží se zabránit např. znečištění, aby se do ní nevlévaly odpadní vody z továren, nebo tam nejezdily motorové čluny atd. Tito strážci usilují o to, aby se dařilo veškerému životu v řece i okolo ní.*
 - *Představte si, že vy se stanete strážci _____ (doplňte místní vodstvo), tak co byste jí popřáli? Co myslíte, že by _____ potřebovala? Co byste naopak nechtěli, aby se jí např. nedělo? co by se jí nemuselo líbit...*
- ★ **Co dál?** Na závěr podle místního kontextu a potřeb vaší třídy se zaměřte buď na téma učení venku a sice, co vše lze udělat pro to, aby se to dělo častěji. Nebo vnímáte-li ve skupině energii a chuť stát se "strážci" místního vodstva a pečovat o něj, využijte to a naplánujte společně další kroky (např. téma na další hodinu, schůzku atd.). Pokud máte ve třídě skupinku žáků kteří mají ochotu věci měnit a zlepšovat (např. tím, že budou šířit dále informace ve škole, v místní komunitě, na sociálních sítích nebo tím, že budou k vodě chodit a monitorovat, zda se jí daří dobře, případně zdokumentovávat), vytvořte pro ně bezpečný prostor a rozvíjejte jejich aktivní přístup. Další náměty a strategie pro vyučující, jak rozvíjet u žáků klíčovou kompetenci k občanství a udržitelnosti, naleznete přímo v RVP u témat: Směřování k udržitelné budoucnosti (KOB-UDR-000-ZV9-001), Odpovědné rozhodování a jednání (KOB-ODP-000-ZV9-001), Aktivní občanství, participace a zmocňování (KOB-PCP-000-ZV9-001). Další doporučení naleznete i zde pod lekcí.

TIPY NA ZDROJE:**Řeka Whanganui (Nový Zéland)**

Filmový dokument: "Já jsem řeka a řeka je mnou" (2024). K dispozici i na webovém portálu Jeden svět online.

Média: *Posvátná řeka na Novém Zélandu získala status živé bytosti. Poprvé v historii* (Deník)

The Guardian: *Saving the Whanganui: can personhood rescue a river?*

Andri Snaer Magnason (Island):

Kniha: "O času a vodě" (Argo, 2022)

Podcast: *Andri Snaer Magnason: O času a vodě. Náš svět, tak jak ho známe, mizí* (Český rozhlas)

Robin Wall Kimmerer (USA, Potawatomi)

Kniha: "Naslouchání mechu" (Kazda 2021)

Rozhovor (video): *Robin Wall Kimmerer on What Nature Teaches Us About Giving Back* (Museum of Science)

Další tipy do výuky:

Krátká videa: "Mother Nature", "The Ocean", "Nature is speaking" (Conservation International)

TIPY A DOPORUČENÍ, JAK NAVÁZAT NA TENTO PROGRAM★ **Mezipředmětové projekty:**

- tvorba plakátů (fyzicky či digitálně) nebo instalace na téma vodstvo nebo konkrétně práva řeky (inspirované příběhem strážců Maorů)
- psaní krátkých příběhů či básní z pohledu vody (v českém či cizím jazyce)
- zpracování údajů a jejich vizualizace (např. o okolním vodstvu nebo spotřebě vody v domácnostech, ve škole)
- tvorba online mapy (okolní vodstvo) se zajímavostmi

★ **Diskuze nebo minifórum ve třídě:** žáci ve skupinkách dostanou role s různými pohledy na vodu (zemědělec, rybář, ekolog, politik, řeka sama atd.), udělají si k nim průzkum dle zadaných instrukcí a diskutují o tom, co voda komu přináší, co vodě každý dává a jak o ni pečujeme. Na závěr se shrne, co je v našich pohledech stejné, o co usilujeme všichni a co můžeme pro vodu a vodstvo dělat. Cílem je zažít **demokratický proces hledání dohody a trénovat naslouchání, argumentaci a diskuzní dovednosti**.★ **Třídní projekt „Naše voda“:** zmapování okolního vodstva (informace k historii, současnosti, vize do budoucna, příběhy, fotografie, videa, rozhovory s pamětníkem, environmentální problémy apod.). Výstupem může být nástěnka ve společných prostorech školy, výstava plakátů a fotografií, blog, elektronický zpravodaj, příspěvky na sociálních sítích, krátký film nebo představení pro rodiče či místní komunitu.★ **Podpora aktivního občanství a udržitelnosti:** průzkum a zmapování příležitostí ke zlepšování místního vodstva, návrhy na změny, příprava akčního plánu, představení plánu a realizace.

Find more at: www.allies.education