

# Metodika ke spotu s názvem: Odmítání

## Základní charakteristika video spotu

**Délka:** 61 vteřin

**Obsahová charakteristika:** Odmítání, umění odmítnout  
Nátlak a rizika vyplývající z chybných rozhodnutí  
Motivace k rozhodování o svém zdraví

## Základní pokyny pro práci

**Věková skupina:** vhodné pro základní a střední školy

**Jak spot využít ve školní výuce – návrhy:**

### Zařazení do výuky

Člověk a jeho svět – 1. stupeň ZŠ

Výchova ke zdraví, Rodinná výchova, Výchova k občanství, Osobnostní a sociální výchova -  
2. stupeň ZŠ

Biologie, Základy společenských věd, Občanská výchova – střední školy

*Průřezová témata: osobnostní rozvoj (sebepoznání, seberegulace)*

*morální rozvoj (rozhodovací dovednosti, hodnoty, postoje)*

### Návaznost spotu na školní výuku

Součinnost s výchovným poradcem a školním psychologem

2. Propojení s osobnostním a morálním rozvojem

a) osobnostní rozvoj – sebepoznání a seberegulace

b) morální rozvoj – rozhodovací dovednosti, hodnoty a postoje

### Metody práce se školním kolektivem

1. Interaktivní výklad spojený s diskusí

a) Sebevědomí, asertivita a umění odmítnout

b) Význam komunikace a zdravých vztahů

c) Možné důsledky nátlaku a chybných rozhodnutí

### 2. Skupinové diskuse

a) Proč Vás může někdo do něčeho nutit? Pokuste se vymyslet co nejvíce případů s dobrým i špatným úmyslem.

b) Co by Vám nedělalo problém odmítnout a co ano – jaké situace?

### 3. Řešení případových studií

a) Co byste udělali, kdybyste byli svědkem toho, jak se někdo snaží Vašemu kamarádovi vnutit něco, co nechce (myšleno, alkohol, drogy atp., ne např. spotřební zboží ☺)

b) Pokuste se navázat na spot a dopsat příběh, co se mohlo té dívce stát – a jaké by to mohlo mít důsledky nejen pro ni, ale i její blízké.

### 4. Samostatné vyhledávání informací

a) Vyhledejte na internetu, jaké jsou účinné způsoby odmítání („gramofonová deska“ atd.)

- b) Vyhledejte na internetu nabídku kurzů asertivity, inspirujte se a pokuste se vytvořit vlastní prezentaci s nabídkou takového kurzu (se vším, co je podle Vás důležité).
- c) pokuste se vyhledat na internetu i z jiných zdrojů, zda existuje spojitost mezi konzumací alkoholu a drog a násilným trestným činem a uveďte nalezené příklady.