



PRACOVNÍ LISTY

15. TÝDEN

Zvídalka a kouzlo sdílení

O otevřené dlani, strachu z nedostatku
a radosti, která roste



Někdy máme něco tak moc rádi,
že si to chceme nechat jen pro sebe.
Možná se bojíme, že když se rozdělíme,
nezbude nám dost.
Zvídalka to také poznala.
Našla kouzelné Sluneční maliny
a nejdřív si je schovala jen pro sebe.
Jenže potom objevila něco zvláštního...

**Když se o radost podělila,
nebylo jí méně. Bylo jí víc.**

★ Co se tento týden učíme?

- ♥ všimnout si, když se bojíme, že nám něco nezbude
- ♥ poznat rozdíl mezi sevřenou a otevřenou dlaní
- ♥ pochopit, že sdílení nemusí znamenat, že musíme všechno rozdat
- ♥ objevit, že společná radost může být ještě větší
- ♥ vnímat, že i my můžeme něco dát a zároveň něco přijmout
- ♥ respektovat, že na sdílení někdy ještě nejsme připraveni



Malá myšlenka na tento týden:

„Když otevřu dlaň,
může do ní něco nového přiletět.“





PRACOVNÍ LIST 1

15. TÝDEN

Co se stalo Zvídalce?

Varianta pro děti 3–6 let



1 Co Zvídalka našla?

Zakroužkuj správnou odpověď:



Sluneční
maliny



hromadu
oříšků



kouzelné
květiny



hříbečky

2 Proč Zvídalka nechtěla Vítkovi říct o malinách?

Zakroužkuj správný obrázek:



bála se, že jí je
Vítek sní a na ni
žádné nezbydou



chtěla
být sama



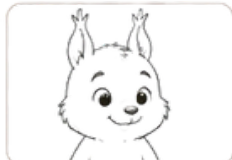
Vítek ji
zlobil



nevěděla,
kde Vítek
bydlí

3 Jak se Zvídalka cítila, když jedla maliny sama?

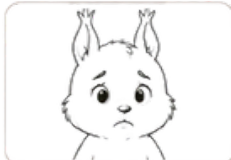
Vybarvi jeden nebo více obrázků.



radost



strach



smutek



vzteky



samota

4 Co se stalo s malinami?

Zakroužkuj správný obrázek:



začaly ještě
více zářit



začaly
pohasínat



zmokly



zmizely pod
zem

5 Co Zvídalka poradila teta Sova?

Spoj obrázek sovy se správnou situací.



•  otevřenou dlaň

•  sevřenou pěst

•  útěk

•  schování malin

6 Co se stalo, když Zvídalka přivedla Vítka?

Zakroužkuj správné odpovědi:



maliny se
rozzářily



Zvídalka měla
větší radost



keř začal
růst



všechno
zmizelo

Zvídalkina proměna

Doplň pomocí obrázků:

Nejdřív Zvídalka:



držela maliny
jen pro sebe.

Potom:



bála se, že jí
nezbydou.

Nakonec:



otevřela dlaň
a podělila se.



PRACOVNÍ LIST 1



Příběh o strachu, že nezbude

Varianata pro děti 7–10 let

1.) Co bylo na Slunečních malinách tak lákavé?



2.) Čeho se Zvídalka bála, když pomyslela na Vítka?



3.) Proč jí nakonec samotné jedení malin nepřineslo tolik radosti, jak čekala?



4.) Co podle tebe znamenala slova tety Sovy, že „radost potřebuje zrcadlo“?



5.) Co se změnilo, když Zvídalka přivedla Vítka?



6.) Proč podle tebe začaly maliny znovu zářit?



Zvídalkčina změna

Nejdřív si myslela, že:



Potom zjistila, že:



Nakonec pochopila, že:



PRACOVNÍ LIST 2

Moje sevřená a otevřená dlaň

Varianta pro děti 3–6 let



SEVŘENÁ DLAŇ

Když něco hodně nechci pustit,
moje ruce mohou být:



napjaté



tvrdé



vystražené



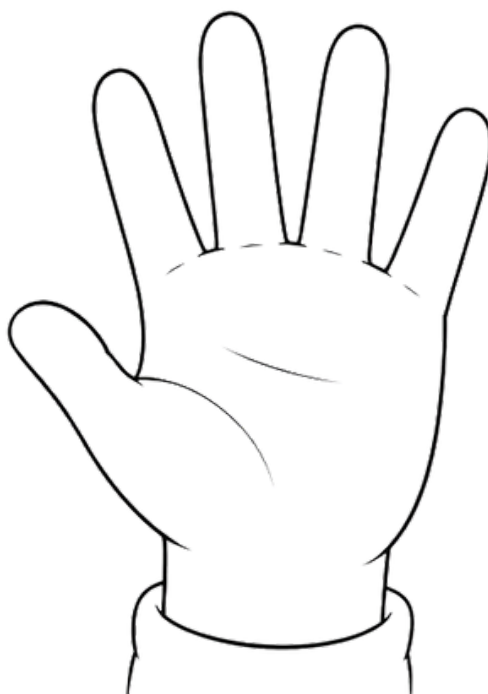
schované



Vybarvi, jak se tvá sevřená dlaň cítí.

OTEVŘENÁ DLAŇ

Když dlaň otevřu, může:



Vybarvi, jak se cítí tvá otevřená dlaň.

? Co bys dnes mohl/a někomu darovat,
aniž by to muselo být něco, co vlastníš?



úsmev



objetí



svůj čas



hračku



hezké slovo





PRACOVNÍ LIST 2



Když něco držím příliš pevně

Variantha pro děti 7–10 let

Doplň:

Když se bojím, že mi něco nezbude, moje tělo může...



Moje „sevřená pěst“ se u mě může objevit například tehdy, když...



Co mi pomáhá cítit, že mám dostatek?



Otevřená dlaň

Napiš nebo nakresli tři věci, které můžeš někomu dát a přitom je nemusíš vlastnit:

1.)  _____

2.)  _____

3.)  _____

A co můžeš od někoho přijmout?



Ozvěna radosti

Varianta pro děti 3–6 let

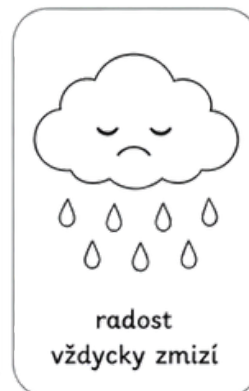


Vybarvi, jak se radost může šířit dál.



Co se může stát, když se podělím o radost?

Zakroužkuj obrázky, které se ti líbí.





PRACOVNÍ LIST 3



Moje ozvěna radosti

Variantha pro děti 7–10 let

Vzpomínáš si na chvíli, kdy tě něčí radost „nakazila“?

Co se stalo?



Co udělal druhý člověk?



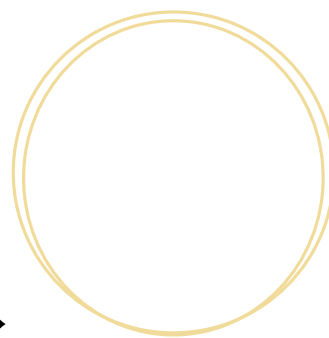
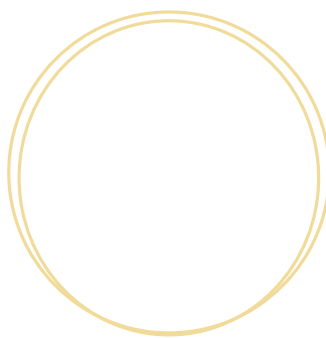
Jak ses začal/a cítit ty?



A změnilo se potom něco v náladě kolem vás?



Nakresli řetěz radosti



Já







Do každého kolečka napiš nebo nakresli člověka, kterému bys mohl/a předat něco hezkého a on by pak mohl poslat radost dál.
Co by to mohlo být?



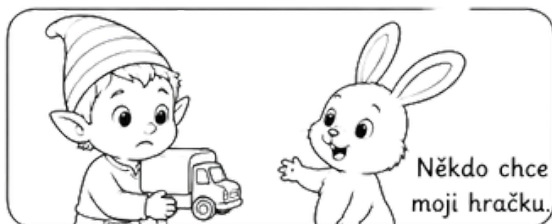
Sdílení není „musíš dát“

Varianta pro děti 3–6 let



Co můžu říct?

Spoj situaci s větou, která může pomoci.



„Ještě si s ní hraju.“



„Tady, můžeš si vzít.“



„Teď ještě nechci. Až budu hotový/á.“

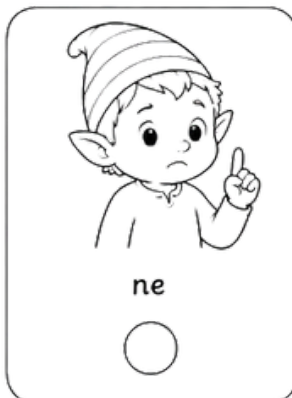
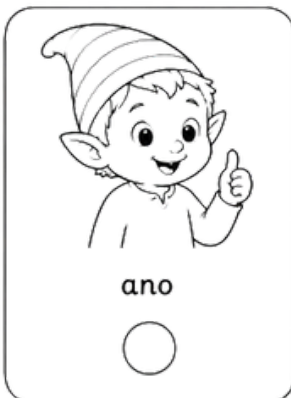


„To nevadí. Můžeme si hrát jinak.“



Vyber jednu nebo více odpovědí

Když mám něco rád/a, mám se o to vždycky hned rozdělit?





PRACOVNÍ LIST 4

Sdílení ≠ povinnost

Varianta pro děti 7–10 let



Přečti věty a označ:

ANO – může být v pořádku

NE – není to nutné

Situace	ANO	NE
„Ještě si s tím hraju.“	☐	☐
„Chci se o to podělit.“	☐	☐
„Musím dát všechno, jinak jsem lakomý/á.“	☐	☐
„Můžu říct, že ještě nejsem připravený/á.“	☐	☐
„Můžu nabídnout něco jiného.“	☐	☐
„Kamarád musí půjčit svou věc, protože já chci.“	☐	☐

Moje věta pro chvíli, kdy ještě nechci sdílet:

„.....“

Moje věta pro chvíli, kdy se rozdělit chci:

„.....“



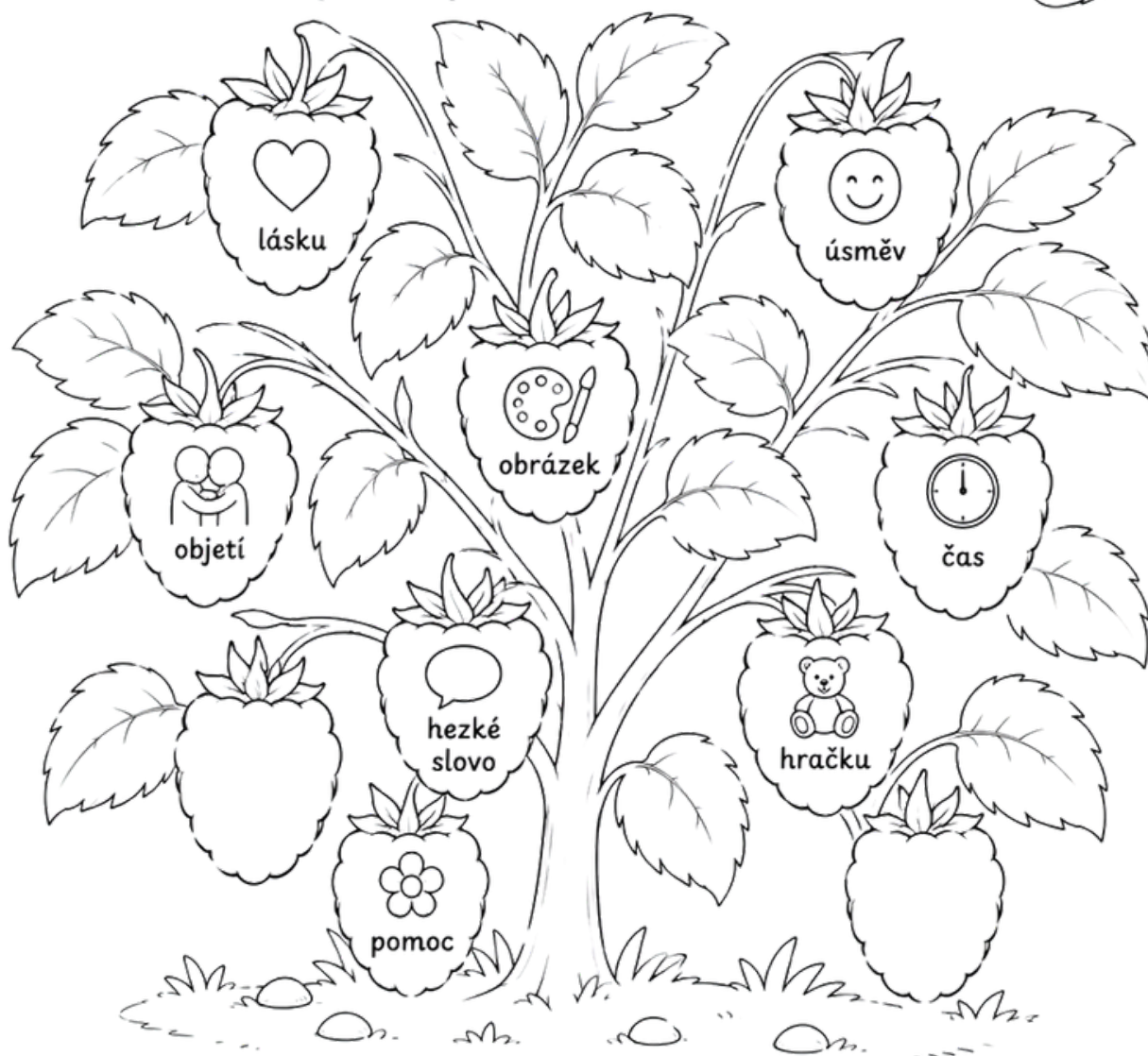
✧ PRACOVNÍ LIST 5 ✧

✧ Kouzelná malina – ✧
✧ když se radost násobí ✧

Varianta pro děti 3–6 let



Vyber a vybarvi, co vše můžeš sdílet.



Co se stane s radostí, když ji pošlu dál?

MOJE RADOST

TVOJE RADOST

SPOLEČNÁ RADOST





PRACOVNÍ LIST 5

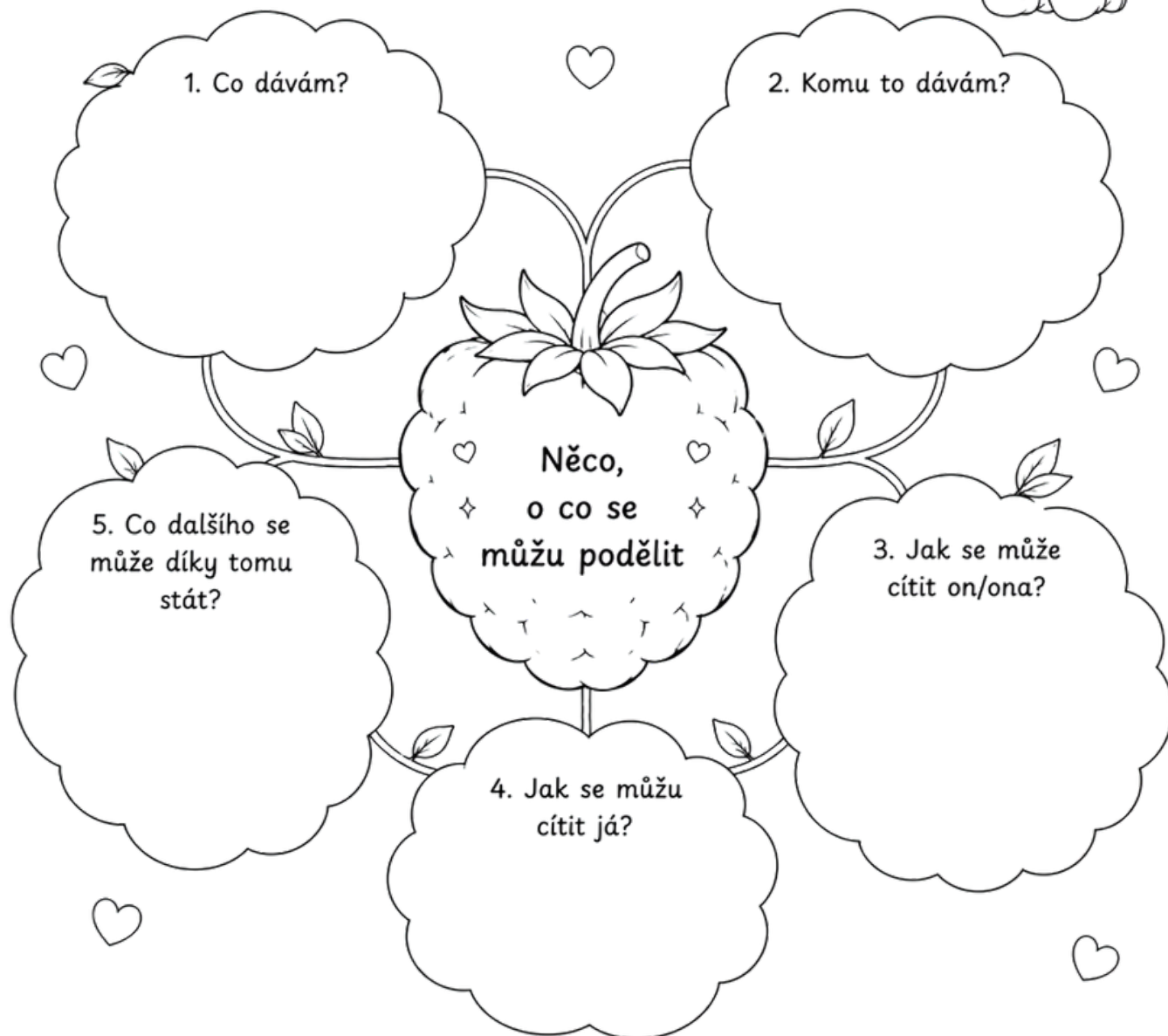


Varianta pro děti 7–10 let

Z malého dárku může vyrůst velká radost



Nakresli svou vlastní kouzelnou malinovou mapu.



Moje kouzlo násobení



Když někomu dám _____, může získat _____.

A já díky tomu můžu získat _____.

A společně můžeme zažít _____.





Malá myšlenka na tento týden

_____ ♥ _____

„Když se o radost podělím, nemusí jí být méně.

_____ ♥ _____

Někdy jí může být ještě víc.“



Dopis od Zvídalky



Milá kamarádko, milý kamaráde,

tentokrát jsme si povídali něco o sdílení.

Našla jsem kouzelné Sluneční maliny. Byly nádherné a moc mi chutnaly. A tak jsem dostala strach, že když se o ně podělím, nezbude mi dost.

Možná tenhle pocit někdy znáš také.

Někdy máme něco moc rádi a nechce se nám to pustit z tlapek.

A někdy se bojíme, že když něco dáme, budeme mít méně.

Teta Sova mi ale ukázala něco důležitého. Když dlaň pevně sevřeme, něco v ní sice udržíme, ale nic nového do ní nemůže přijít. Když ji otevřeme, můžeme něco dát. A také můžeme něco přijmout. 🙌

Zjistila jsem, že když jsem přivedla Vítka k malinám, moje radost nezmizela. Naopak. Viděla jsem jeho rozzářené oči, slyšela jeho smích a najednou byla moje radost ještě větší. ❤️

Ale víš co?

Sdílení neznamená, že musíš vždycky všechno dát.

Někdy můžeš říct: „Ještě si s tím hraju.“

A někdy můžeš říct: „Tady, pojd', rozdělíme se.“

Důležité je všimnout si svého srdíčka a učit se poznávat, kdy je tvoje dlaň připravená otevřít se.

Měj se krásně a opatruj svoje srdíčko.

Tvoje Zvídalka ❤️





ZÁVĚR PRO DÍTĚ:

CO UŽ ZNÁM A UMÍM

🍓 O SDÍLENÍ 🍓



👐 OTEVŘENÁ DLAŇ

Když se bojím, že mi něco nezůstane,
můžu se zastavit a všimnout si svých rukou.



✊ SEVŘENÁ PĚST

Někdy něco držím pevně,
protože se bojím, že mi nezůstane.
Můj strach ze mě nedělá špatného člověka.



🍓 SLUNEČNÍ MALINA

Sdílení může přinést radost.



✨ OZVĚNA

Radost se někdy přenáší
z jednoho člověka na druhého.



❤️ VOLBA

Nemusím se dělit jen proto, že mě někdo nutí.
Můžu říct:

„Ještě nejsem připravený/á.“

A také můžu říct:

„Chci se podělit.“



MŮJ NEJVĚTŠÍ OBJEV TENTO TÝDEN

Co jsem pochopil/a
o sdílení?



KDYŽ SE PODĚLIT NECHCI

Můžu:



zastavit se



podívat se na své dlaně



všimnout si, čeho se bojím



říct, co potřebuji

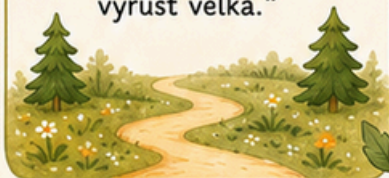


rozhodnout se, jestli už
jsem připravený/á



MALÁ MYŠLENKA NA CESTU

„Nemusím dát všechno.
Ale když mám chuť
otevřít dlaň,
může z malé radosti
vyrůst velká.“



Mám právo
cítit, co cítím.



Nemusím svou radost
nebo věci schovávat.



Můžu sdílet,
když jsem připravený/á.