

FAROS –

Program na rozvoj
tvorivosti u detí
v mladšom
školskom veku



Inšpiratívny sprievodca
pre školských psychológov –
facilitátorov tvorivosti a zážitkového
učenia.

2025

Autorka: *PaedDr. Veronika Maková*

FAROS
● ● ● ●

FAROS je akronym pre päť základných oblastí, ktorým sme sa rozhodli pripísať osobitú pozornosť v rámci rozvoja tvorivosti u detí:

F - fantázia,

A - aktivizácia zmyslov,

R - rozvoj divergentného myslenia,

O - odvaha riskovať,

S - spolupráca.

Program FAROS je navrhnutý ako dlhodobejší program (10 stretnutí po 45 minút), ktorý možno prispôbiť veku, prostrediu a špecifickým potrebám detí. **Kombinuje princípy neformálneho vzdelávania, metódy práce školského psychológa prvky zážitkového učenia.** Je inkluzívny, odstraňuje bariéry tvorivosti, ktoré v školách často vznikajú – ako je strach zo zlyhania, nadmerná orientácia na výkon či absencia bezpečného priestoru na experimentovanie – a zároveň slúži ako inšpirácia pre pedagógov, ktorí chcú pokračovať v rozvíjaní tvorivého potenciálu svojich žiakov aj po skončení programu.

OBSAH

Úvod	2
FANTÁZIA	4
<i>Aktivita: Ostrov FAROS</i>	5
<i>Aktivita: Fantázia bez hraníc</i>	7
AKTIVIZÁCIA ZMYSLOV	11
<i>Aktivita: Telo ako nástroj tvorivosti</i>	12
<i>Aktivita: Kreatívne laboratórium</i>	14
ROZVOJ DIVERGENTNÉHO MYSLENIA	17
<i>Aktivita: Záhadný balík – stavaj, tvor a premýšľaj</i>	18
<i>Aktivita: Dokonči obrázok – ale nemôže to byť ...!</i>	24
ODVAHA RISKOVAŤ	30
<i>Aktivita: Tvor z hmoty</i>	31
<i>Aktivita: Cesta do neznáma</i>	33
SPOLUPRÁCA	37
<i>Aktivita: Nemožná misia</i>	38
<i>Aktivita: Faros Festival</i>	41
Odporúčania	44

Autorské práva © PaedDr. Veronika Maková, 2025.

Všetky práva vyhradené. Obsah tejto publikácie je chránený autorským právom. Je povolené zdieľanie s uvedením zdroja a tlač na osobné/nekomerčné účely. Akékoľvek komerčné použitie alebo úpravy sú zakázané bez písomného súhlasu autora.

F
A
N
T
Á
Z
I
A

AKTIVITA:

Ostrov FAROS

Ciel: Rozvíjať u detí schopnosť vytvárať symbolické reprezentácie vnútorných predstáv a formulovať príbehy, ktoré slúžia ako nástroje pre spracovanie emócií, budovanie identity a podporu tvorivého myslenia.



6 – 12 rokov



2 x 45 minút

01

Materiál a pomôcky:

Veľký papier (rolka, baliaci papier), výkresy A4, A3, A2, pastelky, voskovky, vodové, temperové, akrylové farby, novinový papier na koláže, kusy látok z rôzneho materiálu, biologický materiál – slama, konáre, šišky, kusy dreva, piesok, kartóny, krabice od topánok, rolky od toaletného papiera, lepidlo, lepiaca páska, lepiaca tavná pištoľ, nastrihané kusy kartónov (rôzne veľkosti), klobkú vlny, povrazu, nite, modelovacia hmota (zmiešaná múka, voda, soľ).

Motivačný úvod – imaginácia:

Facilitátor (školský psychológ) deti pozve, aby sa pohodlne usadili do kruhu (ideálne na koberec) a na chvíľu zatvorili oči. Tichým hlasom rozpráva príbeh: „Predstavte si, že plávate po mori. Voda je pokojná, slnko jemne hreje a vietor vám šepká do uší neznáme príbehy. Zrazu sa pred vami v hmle začína objavovať tvar – ostrov, aký ste ešte nikdy nevideli. Nie je na žiadnej mape, nájdete ho len vtedy, keď naozaj veríte v silu svojej fantázie. Tento ostrov sa volá FAROS – je to miesto, kde sa rodia nápady, kde stromy šepkajú príbehy a rieky tečú z farieb. Každý, kto sem vstúpi, sa stáva tvorcom – architektom svojich snov. Ako vyzerá ten ostrov? Má farebné hory? Lietajúce ryby? Skryšiu pre odvážne nápady? Zátoku pre zvedavosť?“ Facilitátor (školský psychológ) vedie s deťmi diskusiu, podporuje ich v tom, aby svoje myšlienky vyjadrili slovné. Deti sú následne vyzvané, aby svoje predstavy zachytili výtvorne – ako mapu ostrova, ako krajinu, koláž alebo priestorový 3D model.

Po imaginatívnom úvode deti dostanú čas a priestor na vytvorenie vlastného Ostrova FAROS. Môžu si zvoliť, či budú tvoriť v 2D (kresba, maľba, koláž) alebo v 3D (priestorový model z rôznych materiálov). Každý môže pridať vlastné zákutia: jaskyňu nápadov, rieku fantázie či horu odvahy. Deti sú vedené k tomu, aby jednotlivé časti ostrova pomenovali, priradzovali im významy a prepájali ich do príbehov. V tomto tvorivom procese je vítané vrstvenie materiálov, kombinácia techník a spontánne experimentovanie. Facilitátor (školský psychológ) počas tvorby sprevádza deti otázkami: *„Čo je v tejto jaskyni ukryté? Kto žije na vašom ostrove? Ako sa volá loď, ktorá vás na tento ostrov priviezla? Čo robíte, keď sa na vašom ostrove stratíte?.* Cieľom nie je výsledné výtvarné dielo, ale proces symbolického stvárňovania vlastného vnútorného sveta, práce s emóciami, túžbami a predstavivosťou.

zdieľanie a príbehy:

Deti môžu opísať, čo predstavujú jednotlivé miesta na ostrove, aké bytosti tam žijú, aké pravidlá na ostrove platia, čo sa tam deje alebo čo by sa tam mohlo udiť v budúcnosti. Môžu vymyslieť rôzne príbehy, ktoré sa odohrávajú na ostrove.

Psychologický prínos:

Aktivita Ostrov FAROS ide za hranice výtvarnej tvorby – umožňuje deťom symbolicky spracovať vlastné pocity, zážitky či túžby, bezpečne vyjadriť svoj vnútorný svet prostredníctvom príbehov a obrazov, budovať si vlastnú identitu – porozumieť sebe cez vlastný príbeh, trénovať empatiu – počúvať príbehy ostatných a vnímať ich svet, zažiť prijatie a rešpekt v tvorivej skupine. Reflexia môže byť ukončená krátkou otázkou: *„Čo ste si dnes odniesli z výletu na ostrov FAROS?“* alebo spoločným „balením kufra“ – deti menujú jednu vec (nápad, pociť, zážitok), ktorú si odnášajú z ostrova domov do skutočného sveta.

AKTIVITA:

Fantázia bez hraníc

Ciel': Podporiť schopnosť detí tvoriť originálne príbehy, prepájať nesúvisiace prvky a rozvíjať flexibilitu myslenia. Aktivita tiež podporuje vyjadrovanie emócií a spoluprácu v skupine.



6 – 12 rokov



45 minút

Materiál a pomôcky:

kartičky s obrázkami (príloha A), lepiaca páska alebo špagát, veľký papier, fixky, pastelky, lepidlo, neprehľadné vrecúško.



01

Motivačný úvod – otvor dvere do krajiny fantázie:

Facilitátor (školský psychológ) deťom povie, že dnes sa vydajú na dobrodružnú cestu do krajiny, kde nič nie je nemožné – kde lietajú slony, hodiny plačú a rieky tečú hore kopcom. Krajina, kde sa každému sníva bdely sen. Deti sa postavia a spoločne „otvorí neviditeľné dvere“, cez ktoré vstúpia do tejto krajiny. Facilitátor ich môže krátko viesť jednoduchou imagináciou – „*Predstav si, že si otvoril dvere a uvidel pred sebou zvláštny svet. Aké zvuky tam počuješ? Aké farby vidíš? Aká bytosť ťa víta?*“. Po skončení imaginácie facilitátor (školský psychológ) rozdelí žiakov do dvojíc alebo trojíc (ak pracuje s väčšou skupinou detí).

Každé dieťa (alebo dvojica/trojica) si náhodne z neprehľadného vrecúška vytiahne 3 až 5 obrázkov. Úlohou detí je vytvoriť príbeh, ktorý všetky tieto prvky spojí do jedného príbehu – napríklad: obrázok chlapca, žiarovky a sopky vybuchujúcej dúhu. Deti vymýšľajú, čo sa stalo, kto sú hrdinovia, kde sa dej odohráva a aký problém sa rieši. Príbeh môžu nakresliť ako komiks, vytvoriť ako plagát alebo mapu príbehu, zahrať ako krátku scénu, alebo ho jednoducho prerozprávať ostatným.

Záverečná reflexia:

03

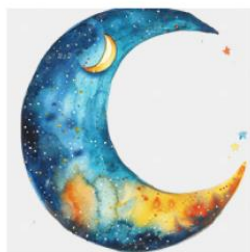
zdieľanie a fantazijný kruh

Každá skupinka alebo dieťa predstaví svoj príbeh ostatným. Po každom príbehu sa môžu ostatní opýtať otázku („*Ako sa cítil hrdina?*“, „*Čo by sa stalo, keby...?*“), čím sa podporí rozvoj empatie a tvorivého myslenia v skupine. Facilitátor (školský psychológ) aktivitu zakončí otázkou: „*Ako ste sa cítili, keď ste si mohli vymyslieť vlastný svet?*“ alebo krátkou reflexiou: „*Bola by krajina bez hraníc zábavná, chaotická alebo inšpirujúca? Prečo?*“



Psychologický prínos:

Táto aktivita posilňuje dôveru vo vlastnú tvorivosť, trénuje schopnosť vytvárať súvislosti medzi nesúvisiacimi podnetmi (divergentné myslenie), uvoľňuje psychickú tensiu prostredníctvom fantázie a humoru, podporuje schopnosti a tímovú spoluprácu, učí deti, že aj z „nezmyslov“ môže vzniknúť niečo hodnotné.





A

K

T

I

V

I

Z

Á

C

I

A

Z

M

Y

S

L

O

V

AKTIVITA:

Telo ako nástroj tvorivosti

Ciel': Objavovať vlastné telo ako kreatívny nástroj, rozvíjať hmatové, vizuálne a pohybové vnímanie a podporiť spontánne sebavyjadrenie.



6 – 12 rokov



45 minút



Motivačný úvod - aktivizácia zmyslov:

Facilitátor (školský psychológ) rozmiestni rôzne po miestnosti pomôcky a vytvorí tak tvorivé zákutia. Ideálne je zorganizovať miestnosť v ktorej bude prebiehať tvorivá činnosť nasledovne: lavice a stoličky umiestniť po obvodu učebne a vytvoriť tak, čo najväčší voľný priestor, na ktorom sa rozprestrie plastová fólia ako ochranná vrstva. Ideálne je deťom poskytnúť plášte na ochranu oblečenia, alebo požiadať deti vopred, aby si priniesli náhradné oblečenie, ktoré môžu cielene zafarbiť (staré tričká, staré nepoužívané tenisky/poškodené tepláky a podobne).

Materiál a pomôcky:

prírodný piesok, jemná múka, soľ, strukoviny (šošovica, fazuľa), netoxické prstové farby/farby na telo/tváre, veľké papiere (napr. baliaci papier, lepenka, plátno/biela bavlnená plachta), plastové fólie napr. maliarska/kartóny na zakrytie podlahy, utieraky, zrkadlá, vlhčené utierky, prístup k umývadlu, lepidlo/lak v spreji na fixáciu sypkých materiálov.

Psychologický prínos:

Táto aktivita pomáha deťom uvoľniť sa, vnímať vlastné telo ako zdroj tvorenia, rozvíjať taktilné a kinestetické vnímanie a zároveň spracovávať emócie cez zážitok. Bezpečný a nehodnotiaci priestor podporuje autenticitu, spontánnosť a tvorivú odvahu.

Deti si v úvode aktivity zatvoria oči a facilitátor (školský psychológ) ich vedie krátkou imagináciou zameranou na zmyslové vnímanie:

– „Predstavte si, že vaše ruky kreslia bez štetca. Čo by ste nimi namaľovali/ vytvorili? Čo by ste na rukách cítili?“

– „Vystrite obe ruky pred seba. Dotknite sa končekom palca postupne všetkých vašich prstov, spojte dlane a rôzne si poprepletajte prsty. Čo by ste týmito rukami vytvorili, keby máte na rukách iba štyri prsty bez palcov?“
- „Sústredte sa na svoj čuch. Čo cítite v miestnosti? Sadnite si na zem a znova sa postavte. Otvorte oči a vyberte sa bez slov tam, kde chce vaše telo tvoriť.“

Následne deti (pod dohľadom facilitátora) v tichosti po miestnosti skúmajú rôzne povrchy (piesok, soľ, látku, papier, vlastnú pokožku). Na zoznamovanie sa s materiálmi a uvoľnenie fantázie nechá facilitátor (školský psychológ) deťom približne 10 minút. Po uplynutí 10 minút pozve všetky deti k tvorbe.

Realizácia-zmyslová tvorba:

Tvorba v piesku, múke a iných sypkých materiáloch:

Na podlahe sú nasýpané menšie kôpky piesku alebo múky. Deti môžu: *kresliť do piesku prstami, dlaňami alebo chodidlami, rôznymi predmetmi..., vytvoriť „piesočnú stopu“ vlastného tela (napr. obkresliť ruku, nohu, celé telo)...,experimentovať s textúrou a pohybom (napr. „ako sa hýbe piesok, keď sa nahnevám?“)...*

Maľovanie telom:

Deti dostanú prístup k netoxickým farbám na telo – môžu si ich naniesť na ruky, chodidlá, predlaktia a pohybom, dotykom alebo tlakom ich otláčať na papier/plátno. Môžu:

- vytvoriť „farebný autoportrét“ – otláčkami tela ...
- „nakresliť emóciu“ iba farbou a dotykom ...
- vytvoriť spoločný obraz v skupine alebo s kamarátom...

Záverečná reflexia:

Facilitátor (školský psychológ) zvolá všetky deti k sebe, spoločne si prechádzajú jednotlivé stanovištia a deti môžu popisovať ukazovať, čo tvorili a inšpirovať tak ostatných. V závere prehliadky facilitátor (školský psychológ) kladie otázky:– „Ktorou časťou tela si najradšej tvoril(a), Aké to bolo – maľovať telom? – „Čo ti hovoril piesok, keď si sa ho dotkol?“

AKTIVITA:

Kreatívne laboratórium

Ciel': Podporiť spoluprácu, koordináciu, komunikáciu a tvorivé myslenie pri praktickej, hravej výrobe rôznych „magických“ hmôt. Deti sa učia rozdeľovať si úlohy, dohodnúť sa na postupe, tvorivo skúšať nové veci a reflektovať spoločný zážitok.



6 – 12 rokov



45 minút

01

Motivačný úvod – tím výskumníkov:

Facilitátor (školský psychológ) deti motivuje: „*Vitajte v Kreatívnom laboratóriu! Dnes sa stanete výskumníkmi magických materiálov. Vašou úlohou bude v tímoch vytvoriť štyri tajomné hmoty – každá má iné schopnosti. Ale pozor! Podarí sa vám to len vtedy, keď sa navzájom počúvate, dohodnete sa a pracujete ako tím.*“ Následne facilitátor (školský psychológ) rozdelí deti do skupín po 3 až 4.

Materiál a pomôcky:

misky, lyžice, odmerky, ochranné podložky alebo obrúsky, zástery, handričky, papier a pastelky/fixky.

Domáca plastelína: *hladká múka, soľ, voda, olej, potravinárske farbivo/prírodné farbivo (napr. šťava z cvikly, kurkuma), arómy (škorica, vanilka) na aktiváciu čuchových receptorov. Obleck (tzv. newtonská kvapalina): kukuričný škrob, voda, farbivo.*

Modelovacia pena: *pena na holenie, školské lepidlo (PVA), jedlá sóda, trocha vody, trblietky, potravinárske/prírodné farbivo.*

Samotvrdnúca modelovacia hmota: *1 šálka kukuričného škrobu, 2 šálky jedlej sódy, 1/4 šálky studenej vody*

Facilitátor (školský psychológ) priebežne pozoruje tímovú dynamiku, povzbudzuje ku komunikácii: „*Ako ste sa dohodli na farbe?*“, „*Kto drží odmerku, kto mieša?*“, „*Čo robíte, keď niekto nesúhlasí?*“

Stanovište 1: Domáca plastelína

Deti podľa návodu vytvárajú domácu plastelínu – samy rozhodnú o farbe, vône a konzistencii. Úlohou detí je vytvoriť „supermodelovaciu hmotu“ a navrhnuť sošku „tímového maskota“.



Stanovište 2: Oobleck (nenewtonská kvapalina)

Deti miešajú škrob a vodu, kým nevznikne hmota, ktorá je pri stlačení tvrdá a v kľudovom stave tekutá. Môžu s ňou experimentovať (púšťať si ju po rukách, vtláčať do nej dlane). Úlohou detí je vymyslieť využitie tejto hmoty v skutočnom alebo vymyslenom svete– „*Čo by sa dalo touto hmotou zachrániť?*“.

Stanovište 3: Pena na modelovanie

Deti vytvárajú farebnú penu (pena na holenie + PVA lepidlo + sóda). Môžu ju použiť na kreslenie 3D obrázkov alebo vytvárať vzory. Úlohou detí je vytvoriť kolektívne „umelecké dielo“ (obrázok alebo spoločný erb tímu).



Stanovište 4: Samotvrdnúca modelovacia hmota

Deti vytvárajú modelovaciu hmotu, ktorá časom zatvrdne, zmiešaním kukuričného škrobu, jedlej sódy a studenej vody. Môžu ju použiť na modelovanie sochy alebo totemu ich tímu.

Záverečná reflexia:

Deti sa usadia do kruhu alebo k svojmu stolu a spoločne diskutujú.

Otázky facilitátora:

- „Pri ktorej hmote sa vám najlepšie spolupracovalo?“
- „Čo bolo na spolupráci najzábavnejšie? A čo najťažšie?“
- „Ako ste rozhodovali, kto čo robí?“
- „Skúsili ste si dnes niečo, čo by ste sami nespravili?“
- „Čo by ste poradili inému tímu, aby sa im dobre spolupracovalo?“



Psychologický prínos:

Deti trénujú spoločné plánovanie, aktívne počúvanie a tvorivé rozhodovanie. Zažívajú, že neistota a pokus-omyl sú normálne a zábavné. Buduje sa tímová identita, vzájomná dôvera a radosť z výsledku, ktorý zažili spolu. Vnímajú, že každý má iný štýl práce a všetky nápady môžu byť užitočné. Práca s hmotami rozvíja aj zmyslové vnímanie, trpezlivosť a vedomie tela.

An abstract, ethereal background of swirling purple smoke or ink on a light cream-colored surface. The smoke is denser on the left side, creating a soft, organic shape that frames the text.

R
O
Z
V
O
J

D
I
V
E
R
G
E
N
T
É
H
O

M
Y
S
L
E
N
I
A

AKTIVITA:

Záhľadný balík – stavaj, tvor a premýšľaj

Ciel': Rozvíjať schopnosť detí hľadať netradičné riešenia a využívať bežné predmety novým spôsobom, podporiť tvorivé a priestorové myslenie, schopnosť improvizovať a prezentovať svoj výtvor.

01

Príprava aktivity:

Odporúčame, deťom vopred zaslať zoznam vecí, ktoré si majú priniesť – alebo môže facilitátor (školský psychológ) pripraviť jednotlivé pomôcky zo školských zdrojov vo forme tvorivých balíčkov pridelených k jednotlivým pracovným listom.



6 – 12 rokov



45 minút

Materiál a pomôcky:

pracovné listy (príloha),
materiál/pomôcky
vyobrazené v pracovných
listoch.

Motivačný úvod – otvorenie balíka:

Facilitátor (školský psychológ) deťom rozdá „tvorivé balíčky“ (alebo ich vyzve, aby si pripravili na pracovný stôl veci, ktoré si mali priniesť z domu). Motivuje žiakov slovami: „*Dnes ste tvorcovia z Ostrova FAROS, ktorých čaká veľká výzva. Na stole máte pracovný list a zoznam bežných pomôcok a materiálov. Vašou úlohou je z týchto materiálov vytvoriť – nový produkt. Facilitátor (školský psychológ) môže deťom klásť otázky:*

- „*Čo si myslíte, že z tohto materiálu dokážete vytvoriť?*“
- „*Aké vlastnosti by mal mať váš výtvor? Bude to niečo užitočné? Smiešne? Čudné?*“ „*Bude váš finálny výtvor slúžiť niekomu – človeku, zvieraťu, fantazijnej bytosti?*“

Realizácia - tvorivá

výzva – stavaj a premýšľaj:

Deti majú určený čas (napr. 30 minút), počas ktorého môžu z materiálu: vytvoriť objekt, nástroj, stroj, tvora, dopravný prostriedok alebo sochu, môžu mu dať meno, vymyslieť funkciu a krátky príbeh: „Kto to používa? Prečo to existuje? Čo to dokáže?“.

Facilitátor (školský psychológ) môže deti motivovať doplnkovými otázkami:

- „Ako si prišiel na tento nápad?“
- „Použil si všetky materiály? Ktorý ti dal najviac zabrat?“
- „Aký problém tvoj výtvor rieši?“



Záverečná reflexia a zdieľanie – výstava:

Deti svoje výtvory predstavia ostatným – môžu: dať výtvoru názov, vysvetliť, ako ho postavili, pridať príbeh alebo funkciu, zhodnotiť, čo ich prekvapilo alebo čo by nabudúce urobili inak. Z výrobkov odporúčame vytvoriť mini výstavu/galériu niekde na vymedzenom priestore triedy (pod nástenkou, na skrini v triede).

Psychologický prínos:

Táto aktivita stavia na schopnostiach detí pracovať s obmedzeniami, čo je kľúčový prvok tvorivosti. Deti sa učia hľadať netradičné spôsoby využitia známych vecí, trénujú flexibilitu myslenia, spoluprácu a odvahu experimentovať. Zároveň si posilňujú sebadôveru, a zisťujú, že aj z mála sa dá vytvoriť niečo hodnotné.

Pracovní list

Priprav si všetko, čo vidíš na obrázkoch na pracovný stôl.



Vytvor z materiálu nejaký produkt. Snaž sa použiť len materiál, ktorý máš na stole.

Pracovní list

Priprav si všetko, čo vidíš na obrázkoch na pracovný stôl.



Začni tvoriť

Vytvor z materiálu nejaký produkt. Snaž sa použiť len materiál, ktorý máš na stole.

Pracovní list

Priprav si všetko, čo vidíš na obrázkoch na pracovný stôl.



Začni tvoriť

Vytvor z materiálu nejaký produkt. Snaž sa použiť len materiál, ktorý máš na stole.

Pracovní list

Priprav si všetko, čo vidíš na obrázkoch na pracovný stôl.



Začni tvoriť

Vytvor z materiálu nejaký produkt. Snaž sa použiť len materiál, ktorý máš na stole.

AKTIVITA:

Dokonči obrázok – ale nemôže to byť...!

Cieľ: Rozvíjať u detí divergentné myslenie - flexibilitu myslenia, originalitu a schopnosť pozeráť sa na bežné veci z nového uhla pohľadu. Podporiť deti v rozvíjaní originality, prekonávaní stereotypného myslenia a hľadani neobvyklých riešení.



6 – 12 rokov



45 minút

Materiál a pomôcky:

pracovné listy, písacie potreby,
perá, ceruzky, fixky, pastelky

01

Motivačný úvod – iný pohľad:

Facilitátor (školský psychológ) predstaví deťom pracovný list s jednoduchým, neúplným tvarom (napr. polkruh, čiarka, zvlnený tvar): „Pozrite sa na tento tvar. Čo vás ako prvé napadne? Čo by ste z neho asi nakreslili? Možno mesiac, dúhu alebo rybu... Ale dnes si to trochu sťažíme. Skúsime vytvoriť niečo celkom iné – nie to, čo nám napadne ako prvé. Náš mozog totiž často ide po najľahšej ceste. Ale čo ak ho prekabátíme a nájdeme nový, nezvyčajný spôsob, ako sa na obrázok pozrieť?“. Facilitátor (školský psychológ) rozdá deťom pracovné listy s rôznymi abstraktnými alebo geometrickými tvarmi a povzbudzuje ich, aby sa vyhli očakávaným a bežným riešeniam.

Realizácia - individuálna práca - tvorivé dokončovanie:

02

Každé dieťa dostane 2 pracovné listy s rôznymi tvarmi. Úlohou je dokresliť každý obrázok tak, aby z neho vzniklo niečo nečakané, originálne, zábavné – a predovšetkým nie to, čo im napadlo ako prvé. Môže to byť napríklad lietajúci dom, pretekajúci zmrzlinový pohár, tancujúca hora alebo čokoľvek iné, čo napadne len im.

Facilitátor (školský psychológ) môže počas práce klásť podnecujúce otázky: „Čo ešte by sa z toho dalo spraviť?“ „Skús vymyslieť, čo najbláznivejšiu možnosť.“ „Ako by to dokončil niekto z Marsu?“

03

Záverečná reflexia a zdieľanie

V záverečnej fáze deti navzájom zdieľajú svoje výtvory v kruhu alebo dvojiciach. Každé dieťa môže stručne opísať, čo vytvorilo, ako prišlo na svoj nápad a čo ho inšpirovalo.

Facilitátor (školský psychológ) podporuje reflexiu otázkami:

„Bolo pre vás ťažké nevytvoriť to, čo vás napadlo ako prvé?“ „Čo vám pomohlo prísť na nový nápad?“ „Ktorý výtvor ťa najviac prekvapil a prečo?“ „Čo sa ti na tejto aktivite páčilo alebo nepáčilo?“

Na nástenke odporúčame vytvoriť mini „galériu tvorivosti“, kde si deti vystavia svoje obrázky a spoločne ich môžu obdivovať celý školský rok. V závere môže v rámci reflexie facilitátor (školský psychológ) položiť deťom otázku: „Kde v živote by sa ti hodilo vedieť myslieť inak?“

Psychologický prínos:

Táto aktivita stimuluje schopnosť hľadať viacero možných riešení, potláča stereotypné myslenie a podporuje odvahu vystúpiť z komfortnej zóny. Umožňuje deťom zažiť, že aj nezvyčajné nápady sú hodnotné a že tvorivosť je proces otvorený všetkým. Zároveň posilňuje sebavedomie, keďže deti zažívajú úspech aj pri netradičnom a hravom prístupe.



Dokresli obrazok.

Toto nie je oblak. Je to



Dokresli obrázok.

Toto nie je netopier. Je to



Dokresli obrázok.

Toto nie je úsmev. Je to



Dokresli obrázok.

Toto nie je hviezda. Je to



O
D
V
A
H
A

R
I
S
K
O
V
A
Ť

AKTIVITA:

Tvor z hmoty

Ciel: Podporiť schopnosť detí vytvárať netradičné 3D objekty a tvary na základe abstraktných podnetov, rozvíjať predstavivosť, flexibilitu myslenia a kreativitu v priestore.

Materiál a pomôcky:

Starý novinový papier alebo kuchynské utierky, voda, múka (alebo škrob), lepidlo, misky, štetce, balóniky alebo iné konštrukčné základy (voliteľné), akrylové alebo temperové farby, podložky na prácu, rukavice (voliteľne), ochranné plášte.



6 – 12 rokov



45 minút

Psychologický prínos:

Podporuje najmä rozvoj abstraktn. a symbolického myslenia. Deti si trénujú tvorivé a originálne nápady, učia sa vytvoriť niečo nové z bežných vecí. Umožňuje bezpečný prenos emócií do hmoty a ich následné spracovanie.

Posilňuje sebauvoľnenie, schopnosť verbalizovať svoje nápady, postoje, myšlienky a emocionálne prežívanie. Rozvíja trpezlivosť a jemnú motoriku.

Tvorba papierovej hmoty – recept:

Spolu s deťmi vytvoríte papier-mâché hmotu: Natrhajte papier na malé kúsky a nechajte ho nasiaknuť v miske s teplou vodou (aspoň 10 minút). Pridajte trochu múky a lepidla (napr. Herkules) – vznikne lepkavá kaša. Rozmiešajte rukami alebo mixérom na jemnú hmotu. Odstráňte prebytočnú vodu (jemne vytlačte). Hmota je pripravená na modelovanie.



Motivačný úvod – tajomná výzva:

Facilitátor (školský psychológ) sa snaží deti vtiahnuť do tvorivého sveta: „Predstavte si, že ste umelci, ktorí dostali veľmi zvláštnu úlohu: Vytvoriť niečo, čo ešte nikto nikdy nevidel. Nie sochu človeka, zvierata ani predmetu, ktorý už existuje. Vytvorte niečo nové – tvor z iného sveta, postavu z vašej fantázie alebo sochu emócie. Ako by mohol vyzeráť strach, odvaha alebo radosť? Alebo môžete vytvoriť tvora, ktorý žije na vašom Ostrove FAROS.“ Facilitátor (školský psychológ) môže ukázať pár abstraktných tvarov alebo zvláštnych siluet ako inšpiráciu, ale deti si samy určia smer tvorby.

02

Realizácia – modelovanie vlastnej sochy:

Deti vytvárajú vlastného tvora alebo sochu, ktorú si najprv predstavia a pomenujú. Pracujú voľne, prípadne na konštrukčný základ (balón, rolička, kartón).

Facilitátor (školský psychológ) podporuje deti (počas ich tvorby) otázkami:

- „Ako sa tvoj tvor volá?“
- „Čo vie tento tvor robiť, čo iní nevedia?“
- „Je to zviera, robot, myšlienka?“
- „Ktoré časti tela sú jeho silou?“
- „Keby rozprával, čo by nám povedal?“



Záverečná reflexia a zdieľanie

Po zaschnutí alebo počas sušenia deti svoje výtvary predstavia: „Čo si vytvoril(a) a prečo?“ „Aký príbeh má tvoj výtvor?“ „V čom je výnimočný?“ Facilitátor (školský psychológ) podnecuje empatické počúvanie a podporu medzi deťmi.

AKTIVITA:

Cesta do neznáma

Ciel': Podporiť odvahu riskovať, schopnosť rozhodovať sa v neistote, rozvíjať predstavivosť, tvorivé riešenia a dôveru vo vlastné nápady. Aktivita podporuje spontánnosť, vnútornú motiváciu a schopnosť zvládať neistotu hravou formou.



6 – 12 rokov



45 minút



Motivačný úvod — príbeh a batoh odvahy:

Facilitátor (školský psychológ)
deťom rozpráva príbeh:

„Predstavte si, že stojíte pred cestou, ktorú ešte nikto neprešiel. Volá sa Cesta do neznáma. Vede cez krajiny, kde veci fungujú inak než u nás. Vašou úlohou je prejsť touto cestou. Ale pozor – nikto vám nepovie, čo je správne. Budete sa musieť rozhodovať sami – podľa svojho pocitu, nápadu, odvahy. Budú pred vami otázky, výzvy, zvláštne voľby. Ale nie ste na to sami – v batohu máte jeden magický predmet, ktorý vám pomôže.“

Materiál a pomôcky:

Kartičky s dilemami (vytlačené alebo napísané), „magické predmety“ (kameň, plášť), fantazijné rekvizity na dotvorenie priestoru (napr. deky, stoličky, farebné šnúry, vankúše), jemná hudba na pozadie (dobrodružná, ambientná), malé papierové „batôžky“ (voliteľné), papier a pastelky na reflexiu.

Každé dieťa si vytiahne jednu kartičku s magickým predmetom (napr. „neviditeľný plášť“, „ceruzka odvahy“, „šepkajúci kameň“) a vezme si svoj „batoh do neznáma“ (papierový alebo imaginárny).

Realizácia – cesta a rozhodovanie v neznámých situáciách:

Deti sa jednotlivito alebo v malých skupinkách vydávajú na „cestu“. Facilitátor (školský psychológ) im číta kartičky s dilemami, na ktoré musia zareagovať.

Príklady dilem:

- „Pred tebou stojí múr, ktorý ťa pustí len ak povieš niečo, čo si v živote ešte nikdy nepovedal. Čo to bude?“
- „Most pred tebou je tenký ako nitka. Prejdeš cez neho spievaním vymyslenej pesničky alebo po štyroch, ako opica?“
- „Z jaskyne počuť podivný hlas. Môžeš odpovedať vlastným tancom alebo tajným slovom. Čo si vyberieš?“

Deti si vyberajú spôsob, ako výzvu zvládnuť – čokoľvek, čo vymyslia, je správne. Facilitátor (školský psychológ) ich v tom podporuje, občas vstupuje do „scény“ ako postava alebo komentár (napr. „v diaľke sa objaví v podobe hovoriacej ryby...“).

Záverečná reflexia a zdieľanie

- čo som zažil/a na ceste:

Na záver si deti sadnú do kruhu a rozprávajú o svojej ceste.

Facilitátor (školský psychológ) počas reflexie kladie otázky:

- „Ktoré rozhodnutie bolo pre teba najťažšie?“
- „Ako ti pomohol tvoj magický predmet?“
- „Čo si sa o sebe dozvedel/a?“
- „Skúsil/a si niečo, čo by si bežne nerobil/a?“
- „Ako si sa cítil/a, keď si si vymyslel/a vlastné riešenie?“

Deti môžu nakresliť mapu svojej cesty alebo symbol svojej odvahy ako záverečný výstup.



Psychologický prínos:

Aktivita umožňuje deťom „trénovať“ odvahu a sebadôveru v prostredí bez hodnotenia. Rozvíja flexibilitu myslenia, schopnosť prijímať neistotu a vytvárať vlastné originálne riešenia. Podporuje symbolické a tvorivé myslenie, sebavyjadrenie a zážitkové učenie. Deti zažívajú, že rozhodnutie nemusí byť „správne“, ale môže byť ich vlastné – a to je hodnota sama o sebe. Pomáha budovať psychologickú bezpečnosť, kde je zlyhanie prirodzenou súčasťou procesu.

**„Stojíš pred dverami, ktoré sa otvoria
len na netradičné zaklopanie alebo baletné vystúpenie.
Čo si vyberieš?“**

**V strede lesa rastie strom,
ktorý sa ťa spýta na zvláštnu otázku.
Odpovieš mu hlasom mimozemšťana
alebo písmenami vymysleného jazyka?“**

**„Pred tebou sa otvára dúhový portál.
Prejdeš ním len ak vyslovíš
úplne nové slovo alebo urobíš výraz tváre,
aký ešte nikto nikdy nevidel.“**

**„Pod nohami sa objaví lúka otázok.
Odpovieš na ne kresbou vo vzduchu alebo radšej
zaspievaš detskú pieseň?“**

**„Pred tebou stojí múr, ktorý ťa pustí len ak povieš niečo,
čo si v živote ešte nikdy nepovedal. Čo to bude?“**

**„Most pred tebou je tenký ako nitka.
Prejdeš cez neho spievaním vymyslenej pesničky
alebo po štyroch, ako opica?“**

**„Z jaskyne počuť podivný hlas.
Môžeš odpovedať vlastným tancom
alebo tajným slovom. Čo si vyberieš?“**

**„Na ceste stojí obor z hmly.
Zmizne len vtedy, ak mu ukážeš nový pohyb,
ktorý si ešte nikdy nerobil/a, alebo
mu povieš vymyslené meno. Čo si vyberieš?“**

**„Na brehu rieky stojí loď, ale nemá veslá.
Povieš loďke príbeh, aby ťa preplavila,
alebo jej zaspievaš riekanku, ktorú si práve vymyslel/a“**

**„Na konci tunela je strážca nudy.
Prejdeš len vtedy, ak predvedieš najnudnejší pohyb
alebo predvedieš leňochoda“**

S
P
O
L
U
P
R
Á
C
A

AKTIVITA:

Nemožná misia

Cieľ: Podporiť kolektívne hľadanie rôznych ciest k riešeniu, rozvíjať tvorivé (divergentné) myslenie, schopnosť počúvať iných, dopĺňať nápady a hľadať alternatívy. Aktivita zároveň rozvíja odolnosť voči nejasnosti a schopnosť riešiť problém v tíme.



6 – 12 rokov



45 minút

01

Motivačný úvod - zadanie výzvy:

Facilitátor (školský psychológ)
predstaví koncept:

„Vaša skupina dostane nemožnú misiu – zdanlivo nezvládnuteľnú úlohu. Cieľom nie je ju splniť podľa pravidiel, ale vymyslieť čo najviac rôznych spôsobov, ako by sa to dalo – akokoľvek bláznivo, vynaliezavo či nečakane.“

Materiál a pomôcky:

Kartičky s „nemožnými misiami“, Veľký papier a fixky pre každú skupinu, Voliteľne: rekvizity (motúz, papierové krabice, plastové poháre, štipce, atď.)



Psychologický prínos:

Posilňuje schopnosť generovať alternatívy a originálne nápady. Učí spolupráci pod tlakom, rešpektu k rôznym prístupom. Buduje toleranciu k neistote a dôveru vo vlastné schopnosti. Zábavnou formou ukazuje, že problémy môžu mať mnoho riešení – a nie vždy logických.

Deti sa rozdelia do skupín po 4–5. Každá skupina si vylosuje alebo dostane kartičku s misiou. Majú 15 – 20 minút na to, aby vymysleli čo najviac rôznych nápadov, ako misiu splniť. Každý nápad zapíšu alebo zakreslia.

Príklady „nemožných misií“:

- *Ako dopraviť vajíčko z jedného konca miestnosti na druhý bez dotyku a bez zničenia?*
- *Ako sa dostať z miestnosti, keď všetky dvere aj okná sú zamknuté?*
- *Ako zahrať divadlo, keď nikto nemôže hovoriť, písať ani sa hýbať?*
- *Ako zachrániť plyšového medveďa zo sopky len s použitím 3 predmetov z triedy?*

Záverečná reflexia - prezentácia riešení a spätná väzba:

Každá skupina odprezentuje svoje najzaujímavejšie riešenia. Ostatné deti môžu doplniť vlastné nápady. Facilitátor (školský psychológ) vedie reflexiu:

- *„Ktoré riešenie vás najviac prekvapilo?“*
- *„Kedy ste museli najviac spolupracovať?“*
- *„Kto prišiel s najbláznivejším nápadom – a prečo sa vám páčil?“*
- *„Čo by sa stalo, keby ste mali ešte viac času/nástrojov/pravidiel?“*



**Ako premeniť obyčajný papier na niečo,
čo lieta, pláva a zároveň stojí?**

**Ako dopraviť vajíčko z jedného konca miestnosti
na druhý bez dotyku a bez zničenia?**

**Ako sa dostať z miestnosti,
keď všetky dvere aj okná sú zamknuté?**

**Ako dostať správu zo zapečatenej obálky
bez toho, aby si ju otvoril(a)?**

**Ako sa dotknúť stropu, ak nemôžeš skákať,
stavať vežu ani použiť stoličku?**

**Ako urobiť kocku z niečoho, čo vôbec nie je pevné,
napríklad zo soli, piesku, múky?**

**Ako zapnúť svetlo v miestnosti bez použitia vypínača,
mobilu, hlasu ani dotyku?**

**Ako prejdeš cez miestnosť triedy z jednej strany na druhú,
keď sa nesmieš dotknúť zeme?**

**Ako urobiť z niečoho, čo nepláva loďku, ktorá vydrží
na hladine aspoň 10 sekúnd?**

**Ako postaviť čo najvyššiu vežu bez toho,
aby sa čokoľvek lepilo, viazalo alebo podopieralo?**

AKTIVITA:

Faros Festival

Ciel': Spoločné zdieľanie zážitkov z programu, posilnenie sebadôvery, uznanie tvorivosti každého účastníka a symbolické uzatvorenie programu.



6 – 12 rokov



45 minút



Motivačný úvod - otvorenie festivalu:

Facilitátor (školský psychológ) poďakuje deťom za ich odvahu tvoriť, spolupracovať a skúšať nové veci. Vyzdvihne,

že každý prispel niečím jedinečným. Spolu s deťmi sa môže obzrieť späť pomocou prehliadky vystavených tvorivých diel a zdieľania spoločných zážitkov z programu.

Materiál a pomôcky:

„Tvorivé listy uznania“ (malý diplom), farebné papiere, veľké plátno alebo biely výkres veľkosti A1, pastelky, fixky, tematická hudba (nepovinné).



Realizácia - tvorivá bodka: Každé dieťa si vytvorí „odtlačok svojej tvorivosti“ – nakreslí alebo vytvorí symbol, ktorý preňho predstavuje tvorivosť, a napíše k nemu jedno slovo (napr. „odvaha“, „hra“, „zábava“, „nápad“). Všetky sa nalepia na spoločný plagát ako pamiatka. Následne facilitátor (školský psychológ) preje k slávnostnému odovzdaniu diplomov: Deti dostanú malý diplom alebo list uznania s menom a vetou, ktorá vystihuje ich silnú stránku v rámci programu (napr. „Za nebojácne nápady“, „Za humor a fantáziu“, „Za podnetné otázky“). Vety vytvorí facilitátor (školský psychológ) spoločne s pedagógmi a asistentmi, ktorý sa programu zúčastnili spolu s deťmi.

Závěrečný kruh a reflexia:

Každý môže (dobrovoľne) dokončiť jednu vetu:

„Po programe sa cítim...“, „Najviac ma bavilo...“,
alebo „Najviac ma prekvapilo...“.

03

Psychologický prínos:

Zvyšuje sebauvedomenie, posilňuje zážitok úspechu a uznania, symbolicky uzatvára spoločný proces a podporuje pozitívne spomienky na zážitkové učenie.



DIPLOM

Absolvovanie programu
FAROS

V PRAXI:

odporúčania

- Školský psychológ vystupuje ako facilitátor tvorivých procesov, ktorý podporuje deti v tvorivej činnosti, symbolických hrách, dramatizácii a spontánnom vyjadrovaní.
- **Je vhodné, aby do tvorivej činnosti boli zapojení aj pedagógovia, ktorí vyučujú v danej triede, pretože tým vzniká prirodzené premostenie medzi svetom tvorivých aktivít a bežným vyučovaním.** Pedagógovia, ktorí zažijú tvorivý proces spolu s deťmi, podľa nášho pozorovania z praxe, ľahšie porozumejú jeho významu, prenesú tvorivý prístup do svojej výučby a posilnia vzťah s deťmi prostredníctvom spoločného zážitku. Zároveň sa tým znižuje riziko, že tvorivosť ostane izolovaná len na stretnutia so školským psychológom, práve naopak, stáva sa súčasťou každodenného školského života.

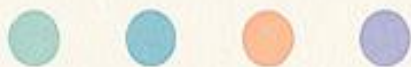
„Tak ako staroveký maják na ostrove Faros v Alexandrii osvetľoval cestu lodiam v tmavých vodách, nami navrhnutý program FAROS symbolicky „osvetľuje“ cestu deťom aj pedagógom k objavovaniu a uvoľňovaniu svojho tvorivého potenciálu“.

Všetky grafické prvky použité v tejto publikácii boli vytvorené pomocou umelej inteligencie (AI).



Tvorivosť je živá, keď ju niekto vidí a podporí.

FAROS



1. vydanie, 2025.