Ideály a realita

Kdo je krásný? Jsem to já? Je to člověk, kterého sleduji na sociálních sítích? Cílem tohoto listu je především nabídnout žákům prostor pro zamyšlení a diskuzi nad tématem ideálů, sebelásky, vnímání sebe sama a chování se k druhým.

Žáci budou pracovat ve skupinách, budou potřebovat volné papíry, malé papírky (nebo post-it bločky) a běžné psací potřeby. Pro první úkol je třeba přístup na internet. Tento list slouží jako metodický podklad pro vyučující.

Tento metodický list obsahuje:

* **zadání pro žáky**,
* *pokyny pro vyučující*,
* *případná upozornění na rizika či otázky, které se mohou v rámci tématu objevit*,
* základní informace o tématu (resp. odkazy, kde informace získat),
* slovníček používaných pojmů (českých i anglických).

[Video: Mít rád sebe i vlastní tělo](https://edu.ceskatelevize.cz/video/13569-mit-rad-sebe-i-vlastni-telo)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. „Univerzální“ ideály krásy?! 
* Práce ve skupinách.
* Úkol 1: **Vyhledejte ideál krásy (kdo byl/je považovaný za krásného/krásnou) v různých dobách/společnostech.**
* Úkol 2: **Co mají společného? V čem se liší?**
* *V seznamu by se měly objevit historické osobnosti (např. Věstonická venuše, rakouská císařovna Sisi, Twiggy,…) i různá společenství (např. masajské ženy a jejich bronzové obruče na krku).*
* *Druhý úkol zadávejte až po vypracování prvního. Cílem je uvědomění si, že ideály jsou pokaždé jiné.*
* *Nezapomeňte, že „ideály“ se týkají i mužů.*
1. Náš slovníček 
* Práce ve skupinách.
* Úkol: **Vymyslete nejlepší „překlady“ těchto běžně používaných anglických slov: selflove, body shaming, body neutrality.**
* *Nejde o nalezení oficiálních překladů, ale nejlepšího vyjádření toho, co je tím míněno. Může jít klidně spíše o delší popis (definice). Odhlasujte nejlepší překlady a vyvěste je na nástěnku.*
1. Chválící plakátIndividuální práce.
* Úkol: **Napište komplimenty/pochvaly, které nekomentují tělo druhého. Můžete se inspirovat třeba tím, jakou pochvalu byste rádi slyšeli vy sami.**
* *Po vypracování se všechny komplimenty (každý na jednom lístečku) hodí do jednoho koše a jsou po jednom vytahovány a čteny. Všechny (nebo např. 10 nejlepších) se nalepí na větší (barevný) papír a tvoří „chválící plakát“. Ten se vyvěsí na dobře viditelné místo, aby byla inspirace vždy po ruce.*
* *Doporučuji, aby výsledné komplimenty četl vyučující – aby mohl případně nepřečíst ty, kde si někdo záměrně udělal legraci ze zadání a napsal něco nevhodného. Pokud na takový lísteček narazíte, pouze sdělte, že autor lístečku asi nepochopil zadání, a tudíž sem jeho výtvor nepatří. (Poznámka: Doporučuji „vadné“ lístečky odnést a vyhodit do koše v kabinetu, aby se žáci k této „inspiraci“ opravdu nemohli dostat.)*

Doplňující informace:

* „Ideály krásy“ mohou vytvořit podhoubí pro šikanu založenou na něčím vzhledu.
* Oceňování druhého (i sebe) je v současné společnosti něco, co nejde snadno a co se často musíme naučit. Nečekejte tedy, že vaši žáci to budou hned umět.

|  |
| --- |
| SLOVNÍČEK |
| SELFLOVE | sebeláska, láska k sobě za každých okolností |
| BODY SHAMING | zesměšňování, zostuzování, ztrapňování těla jiného člověka |
| NEBINÁRNÍ LIDÉ | lidé, kteří se necítí ani jako ženy, ani jako muži, stojí mimo toto duální rozdělení, taktéž označováni jako (gender)queer nebo genderově diverzní |
| BODY NEUTRALITY | neutrální postoj k vlastnímu i cizímu tělu |

 Autor: Tereza Lubasová
Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [https://creativecommons.org/choose/?lang=cs].