

- Plánovat budoucnost.
- Pochopit, že dosažení cílů vyžaduje smysl pro záměr, závazek a disciplínu.
- Naučit se a navčítovat proces stanovování cílů, který se skládá ze sedmi kroků.
- Poznat a vyhledávat pozitivní vzory.
- Naučit se vyrovnávat s problémy, které se při snaze o dosažení cíle objeví.

Než začnete .....	4
Dopis rodinám .....	6
Pomůcky, materiály, požadavky na přípravu .....	7
Rozšiřování témat části v prostředí školy a komunity .....	9
Zahřívací aktivity .....	10

### LEKCE 1: Cesta mým životem: Dívat se dopředu ..... 14

Cíl lekce: Naučit se více o vytyčování cílů.

Na konci lekce žák dokáže:

- Definovat záměr, cíl a vytyčování cílů.
- Vysvětlit, jak nám záměr může pomoci učinit moudrá rozhodnutí a vytyčit si pozitivní cíle.
- Rozpoznat způsoby, jak může vytyčování cílů pomoci člověku být úspěšný a produktivní.
- Naučit se rozlišovat krátkodobé a dlouhodobé cíle.

### LEKCE 2: Pozitivní vzory ..... 19

Cíl lekce: Poznat vlastnosti pozitivních vzorů.

Na konci lekce žák dokáže:

- Poznat vlastnosti pozitivních vzorů.
- Vysvětlit vztah mezi tím, čeho lidé dosáhnou, a jejich vlastnostmi.

### LEKCE 3: Cesta k úspěchu ..... 23

Cíl lekce: Pochopit, jak mohou smysl pro záměr, jasně dané hodnoty a stanovené cíle pomoci lidem stát se úspěšnými.

Na konci lekce žák dokáže:

- Popsat různé způsoby, jakými lidé definují úspěch a dosahují ho.
- Poznat pozitivní rozhodnutí, hodnoty a cíle, které vedly lidi k tomu, že se stali úspěšnými.

### LEKCE 4: Rosteme vytyčováním cílů – část 1 ..... 27

Cíl lekce: Zopakovat si a procvičit kroky vytyčování cílů.

Na konci lekce žák dokáže:

- Popsat osobní cíle.
- Vysvětlit, proč je důležité mít cíle.
- Procvičit si vytyčení krátkodobých a dlouhodobých cílů.

<b>LEKCE 5: Rosteme vytyčováním cílů – část 2</b> .....	33
Cíl lekce: Procvičit si kroky vytyčování cílů.	
Na konci lekce žák dokáže:	
• Procvičit si vytyčení krátkodobých a dlouhodobých cílů.	
<b>LEKCE 6: Portréty odvahy: Snažení se, překonávání problémů a začínání znovu</b> .....	38
Cíl lekce: Naučit se vyrovnávat se s problémy, které se při snaze o dosažení cíle objeví.	
Na konci lekce žák dokáže:	
• Vysvětlit, jak aplikovat přístup „Z propasti na vrchol“ na zklamání, která snaha o dosažení cíle přináší.	
• Procvičit si použití přístupu v problematických situacích.	
<b>LEKCE 7: Těšit se</b> .....	42
Cíl lekce: Prodiskutovat hodnotu a důležitost pozitivního přístupu.	
Na konci lekce žák dokáže:	
• Poznat pojmy, které se vztahují k této části a jsou obsaženy v článku.	
• Vysvětlit, jak nám může vytyčování cílů a jejich dosahování pomoci uspět v životě.	
<b>LEKCE 8: Můj příběh: Za dvacet let od této chvíle</b> .....	44
Cíl lekce: Přemýšlet nad možnými úspěchy příštích dvaceti let.	
Na konci lekce žák dokáže:	
• Nastínit cíle, kterých chce on či ona v následujících dvaceti letech dosáhnout.	
• Napsat životopis po dvaceti letech (jakoby žáci stanovených cílů již dosáhli).	
• Podělit se o svůj životopis se spolužáky.	
<b>LEKCE 9: Projekt učení službou: Hodnocení, prezentace, oslava</b> .....	48
Cíl lekce: Zhodnotit projekt učení službou a naplánovat jeho oslavu.	
Na konci lekce žák dokáže:	
• Přemýšlet nad tím, jaké výsledky přinesla účast na projektu <i>učení službou</i> .	
• Naplánovat, jak lze ukázat, čeho bylo dosaženo a co jste se naučili.	
• Naplánovat oslavu projektu.	
Využití témat části v kurikulu .....	52
Zhodnocení výsledků (kritéria) .....	56
Část 7 Testy: Cíle a pravidla .....	57
Část 7 Testy .....	60