

PROFESIONÁLNÍ MÉDIA

– METODICKÝ LIST PRO UČITELE

CÍL LEKCE:

Cílem této lekce je, aby děti pochopily, že profesionální média (např. reklamy, časopisy) zobrazují upravené a nereálné obrazy. Tyto obrazy vytvářejí falešné představy o tom, jak bychom měli vypadat, a mohou vést ke snížení sebevědomí a negativnímu vztahu k našemu tělu.

POSELSTVÍ:

Média často manipulují s obrazy tak, aby vypadaly dokonale, ale tato dokonalost není skutečná. Nemá smysl se srovnávat s obrázky, které vidíme v médiích.

INSTRUKCE PRO UČITELE:

- **Co by měli učitelé sdělit:**
 - „Profesionální média, jako jsou reklamy a časopisy, často používají úpravy fotografií, aby modelky a modelové vypadali perfektně. Tohle není skutečný obraz toho, jak lidé vypadají.“
 - „Nemá smysl se srovnávat s těmito obrazy, protože jsou manipulované a nereálné.“
 - „Důležité je přijmout sebe takového, jaký jsi, a ne se snažit odpovídat něčemu, co není skutečné.“

VHODNÉ AKTIVITY:

1) DISKUSE NA OTÁZKY:

- Dejte nějaký příklad profesionálních médií.
- Jaké problémy mohou profesionální média způsobovat?
- Jak myslíte, že profesionální média upravují své fotky? Jak na vás tyto obrázky působí? Ovlivňuje to, jak vnímáte sebe sama?

2) HRA „ODHAL MANIPULACI“

Vezměte několik reklam z různých médií (časopisy, televizní reklamy apod.) a nechte děti je rozebrat, jak byly tyto obrázky manipulovány – jak byly upraveny, jaké techniky byly použity (např. použití photoshopu, změny osvětlení, pózování). Diskutujte, jak tyto reklamy mohou ovlivnit jejich vnímání krásy a sebe sama.

3) TVORBA VLASTNÍ REKLAMY

Děti vytvoří reklamní kampaň na produkt (např. šampon), ale s důrazem na realističnost a bez úprav. Diskutujte o tom, jak by mohla vypadat „realistická“ reklama.

4) ZRCADLOVÁ AKTIVITA

Děti si stoupnou před zrcadlo a napíšou si pozitivní věci, které na sobě oceňují. Nechte je zapsat 3 věci, které jsou vidět v zrcadle (např. „Mám ráda své vlasy, protože jsou přirozené.“) a 3 věci, které vidět nejsou – vlastnosti, charakteristiky (např. „Líbí se mi můj smysl pro humor.“, „Mám na sobě rád, že se nikdy nevzdávám.“). Poté diskutujte o tom, jak se cítí, když se zaměří na své pozitivní charakteristiky.

