

UČITELSKÝ MĚSÍČNÍK

4 | 2024

TĚLOCVIKÁŘKA ŘEKLA,
ŽE MÁ MOC VELKÝ ZADEK...

ČTENÁŘSTVÍ V HODINÁCH
ANGLIČTINY

PSYCHOHYGIENA
U ASISTENTA PEDAGOGA





KONFERENCE

Škola jako místo setkávání

Nenechte si ujít 2. ročník oblíbené konference a rezervujte si své místo včas!

4. 10. 2024

Novotného lávka, Praha

Více informací

www.skolajakomistosetkavani.cz



Wolters Kluwer

OBSAH

ZAMYŠLENÍ NAD

- O dvou vousáčích a didaktice – díl I.** | Ing. Milan Hausner 2
Mít někoho | PhDr. Václav Mertin 3
Učitelé jsou hrozní a děti ve škole trpí! | Alena Burgetová 5

UČITELSKÉ ŘEMESLO

- Hospitační vychytávky. 8. část – A co žáci?** |
Mgr. Irena Trojanová, Ph.D. 7
**Posilování vnitřní motivace u dětí se speciálními
vzdělávacími potřebami** | Autorský tým PROP 8
Čtenářství v hodinách angličtiny | Pavla Nawratová, Eva Mitchell ... 10

ROZHOVOR

- Jak se jí spustila anorexie? Tělocvikářka řekla,
že má moc velký zadek** | Kamila Tkáčová 12
Noc vzdělávání: návštěvníci se vracejí a je jich čím dál tím víc |
Natálie Vosmíková 15
Umění a kreativita dokážou připravovat na věci dosud neznámé |
Jiří Raiterman 17
**Nesmíme dětem dávat obrazovku jako digitální dudlík,
říká expertka na digitální wellbeing Lábusová** | Adéla Lábusová ... 19

PŘEDSTAVUJEME

- Počernická světýlka – jedna z tradičních akcí
v Horních Počernicích** | Mgr. Ivona Kobrová 21
Ze sígrů byli najednou milí a rozumní lidé | Martin Novák 23
Interaktivní expozice, která baví učitele i žáky |
Bc. Simona Kubátová 26

INOVACE A INSPIRACE

- Nové publikace pro demokratické vzdělávání** |
Pavel Matějka, Vladimír Dobeš 28
Učte prvouku jinak s novými učebnicemi z TEREZY |
Jitka Krbcová 30

INFORMUJEME

- Bezplatný program Den pro školu reaguje na potřeby
společnosti a pracovního trhu 21. století** | Michaela Veselá 32

KLIMA ŠKOLY

- Psychohygiena u asistenta pedagoga** | Veronika Kartáková 34
**Spánková edukace – efektivní cesta ke zlepšení spánku
našich studentů?** | Bc. Lucie Horáčková,
PhDr. Anna Frombergerová, Ph.D. 35

O dvou vousáčích a didaktice – část I.

MILAN HAUSNER

„Není nic tak mocného jako myšlenka, jejíž čas přišel.“

„Není nic tak nebezpečného jako myšlenka, pokud je to jediná, kterou máte.“

Seymour Papert

Není všechno zábava

„Lidské vzdělávání stojí před kvalitativní změnou, kterou přináší vědecko-technická revoluce, multimediální programy či virtuální realita, různé posilovače mentálního myšlení či umělé inteligence...“ Tuto větu jsem napsal poprvé před nějakými 20 lety. Kdykoli do vzdělávání vstoupí nějaký nový faktor, učení se navzdory svému skoro již tradičně konzervativnímu běhu přece jen proměňuje.

O revizích vzdělávacího obsahu už také slyšíme takřka celé roky (dobře, věky to ještě nejsou), ale výsledek víceméně stojí stejně na učitelích a jejich snaze držet s dobou krok. A teď díky umělé inteligenci možná tempo ještě zrychlilo, byť právě probíhající revize notně supí za vícerychlostní lokomotivou.

Pořád nemám pocit, že změna nástrojů a celého prostředí se propisuje do lidského myšlení. Školský i rodičovský systém však v mnohém zůstává dokonce ve století minulém.

Moderní otevřený systém, který hodnotí nové a nové informace, dokáže je třídit a uvážlivě aplikovat do vědního poznání, je skutečnou možností. **Nevracejme se do doby, kdy jsme měli předepsáno, kdy, kde, co a v jakém pořadí žákům vykládat, jak je hodnotit a co očekávat.**

To ale neznamená, že přístup učitele nevychází z docela pevných základů, které tak úplně zahodit nemůžeme: z **reálné didaktiky učení**, kterou v dobách různorodých a způsobem pro ně typickým popsali dva vousáči.

Prvním byl Jan Amos, kterého nijak představovat nemusím. Druhým pak Seymour Papert, zakladatel konstruktivistického přístupu k učení – představy budování mentálních modelů založených na zkušenosti. **Byl zastáncem myšlenky aktivní výuky v tvořivém, neformálním, a dokonce i neuspořádaném učebním procesu s podporou technologií, pokud s nimi žáci mohou experimentovat, objevovat a konstruovat své vlastní projekty.** V zásadě se dá říci, že jeho představa výuky programování se teď v našich vzdělávacích modelech začíná naplňovat. I když i zde bychom ve světle opravdového dětského světa měli zůstat nohama na zemi a nejen létat po obrazkách mezi jedničkami a nulami.

Mnohé ze stávajících až příliš módních materiálů i ve vzdělávání je dobré hodnotit více než střízlivě, protože jde zejména o... komerční zájem. Koukněte se i na své škole do skladů a kabinetů, kolik tam najdete CD, zařízení či techniky, na které padá prach a zapomnění.

Třeba opravdu patřím do škarohlídkových století minulých a mé schopnosti předvídat nejsou tak ryze pozitivní. Navíc jsem se narodil v Evropě, kde převládá skepse. Nemohu se tedy vrhnout posedlým nadšením na jakoukoli technologii jako na ideální všelék na všechny problémy současného vzdělání, drog či pornografie. A to ještě ve světle moderního chápání (či spíše nepochopení) světa učení jako všeobjímající zábavy.

Ano, stres, který nás obklopuje, je závažným faktorem limitujícím naše schopnosti. Určitá forma mírného, „rozumného“ stresu je však právě oním motivátorem, který člověka jako biologický organismus pohání vpřed. Neočekávejme úspěch bez určitého tlaku, prostě to tak nefunguje.

Což mne vede k uštěpačné poznámce. V rámci svého školení na jedné střední škole jsem chtěl ověřit základní znalosti ochrany osobních údajů jednoduchým testem. Může být profesní školení učitelů jen zábavou či jen „odsezenou“ a „odkukanou“ povinností? Co jsem se dozvěděl, chtěl dozvědět a zároveň ověřit, si raději nechám pro sebe.

Aby se technologie, umělá inteligence či virtuální realita dala využít účelně, a ne jen efektně, musíme se pohroužit do dávné minulosti, k našemu druhému vousáčovi. Panu Komenskému.

MOTIVACE

Dobrý učitel i rodič ví, že motivace studenta, tvořivý přístup, problémové učení a heuristický přístup jsou rozhodující elementy předznamenávající moderní vzdělávání. Proč pak stále na školách existuje biflování či nádenické učení, frontální výuka? Pohodlnost učitelů? Byrokratický tlak? Retro představy o vzdělávání? Úzkostná paní ředitelka? Nevím, ale téměř 70 % hodin odučených frontálně je docela varujícím fenoménem. A AI to nespasí.

Motivace je tím, co determinuje naše chování od samotného zrodu. Dejme dětem dostatek podnětů a nebudou mít čas na drogy. Zní to frázovitě, ale tak to je.

NÁZORNOST

„Ať je učitelům zlatým pravidlem, aby se všechno předkládalo všem smyslům, pokud je to jen možné. To znamená, aby se věci viditelné zraku, slyšitelné sluchu, čichatelné čichu, ochutnatelné chuti a hmatatelné hmatu předkládaly všem smyslům. A jestliže se něco může vnímat několika smysly, nechť se to děje několika smysly. Nic není v rozumu, co nebylo předtím ve smyslech. Proč by se tedy počátek vyučování nedál raději věcným názorem než slovním podáním věci?“

Tato zásada je snad nejstarší a nejpřirozenější princip vzdělávání a poučování kohokoliv o čemkoliv. Požaduje, aby se všude, kde je to jen trochu možné, opíralo osvojování vědomostí a dovedností o vjemy, skutečnosti a představy reálných jevů, předmětů a procesů, o jednotu konkrétního a abstraktního. Vnímání se stává alfou a omegou výchovného procesu. Vkládat J. A. Komenskému do úst termín „umělá inteligence“ je nepatřičné, mluvil převážně o té přirozené. Rozhodujícím prvkem názornosti je propojení pozorování s analýzou přírodních, společenských jevů a jejich následné zobrazení ve světle žákovských zkušeností. Badatelská výuka je jednou z možných cest a využití čidel v přírodních vědách je nepochybně prvním vhodným vzhledem do světa velké vědy. Názornost je nedílnou součástí procesu osvojování vědomostí

a dovedností. Povzbuzuje zájem o učivo, podněcuje pozornost a usnadňuje zapamatování vědomostí a dovedností, napomáhá pochopení učiva.

Rozhodujícím momentem pro úspěšnost jakékoli metody je především doba, po kterou je žák působení média vystaven. Další problém je před námi: 20–30 minut obrazovkového času se nejspíše dá ideálně v hodinách nastavit. Pak udržíme intenzivní a plně řízenou pozornost. Dá se ale takovému požadavku dostat v běžném životě? Dostaňte dítě od obrazovky, když ani sebe nepřesvědčíte! Imaginací si vybavme typický obraz večera v běžné rodině – manželka v kuchyni lamentuje nad vystydlou večeří, tatínek se synkem buší do kláves...

Druhou podstatnou složkou je i způsob, jak se vlastní představy žáků tvoří. Klasický přístup je konstruuje postupně a hledá spojovací můstky. Moderní toky informací jsou jen nepřeberná změť informací v různých formách, tvarech, formátech a pravdách. Pan Papert by měl z dnešní školy radost.

„Vzdělání není jenom o učení, ale o tom, jak se učit.“

„Učit se bez přemýšlení je zbytečné. Přemýšlet bez učení je nebezpečné.“

Seymour Papert



Ing. Milan Hausner, bývalý ředitel ZŠ Lupáčova, lektor a poradce

Mít někoho

VÁCLAV MERTIN

Jsme poněkud alergičtí na práva dětí. Málokdy opomeneme podotknout, že dnešní děti mají práv hodně, dost dobře se většinu z nich snaží uplatnit a využít, ale s naplňováním povinností mají značné potíže. Přesto bych si dovolil zavést a propagovat ještě jedno další právo dětí, které bychom měli zajistit a naplnit v podstatné míře my blízcí dospělí. Samotné děti jeho uskutečnění tentokrát určitě vymáhat nebudou, protože o něm nevědí, a i kdyby, tak by stejně netušily, jak je pro jejich život důležité. Samy si navíc naplnění této potřeby skutečně zařídit nedokážou.

Každé dítě by mělo mít někoho (samozřejmě raději víc osob), kdo mu je blízký, koho má rádo, kdo má rád je, komu může důvěřovat, s kým může mluvit, když potřebuje, na koho se

může spolehnout, kdo má pro jeho starosti pochopení a nechá je ve štychu, když nastane problém. Věřím, že tento můj požadavek nikdo neodmítne s tím, že je zbytečné o tom

ZAMYŠLENÍ NAD

psát, protože je přece samozřejmé, že každé dítě někoho takového určitě má. Jinak by přece ani nemohlo přežít. A že jde o zásadní starost obou rodičů, s čímž pochopitelně naprosto souhlasím. U velké části dětí tomu tak opravdu je. Tuto roli u nejmenších plní obvykle ke spokojenosti dětí maminka, v některých ohledech i táta, o něco později se v mírně redukované podobě může přidat i paní učitelka, někdy i prarodiče. U starších dětí mohou tuto úlohu specifickým dílem naplňovat vrstevníci či další dospělé osoby.

Jenže u všech dětí tomu tak není. Najít sice dostanou, oblečené chodí pěkně, i na výlet a na prázdniny na tábor vyjedou, ale odmala si musejí zvykat na to, že poněkud zkomplikovaly život rodičů, že ti na ně nemají moc času, protože neustále pracují, a proto se jim nemohou příliš věnovat, navíc nemají velké pochopení pro dětské starosti, dokonce jim někdy ubližují. Jiné zažívají opakované zklamání z nesplněných slibů, nechováme se k nim vždy hezky, bereme jim životní jistoty, odmala se od nich odtahujeme, jejich trápení nechceme slyšet nebo na ně reagujeme značně neempatickým, výhradně poučujícím nebo bagatelizujícím způsobem. A naší pomocí jsou často jen prázdná slova. Další dospělí se k dětem nechovají přiměřeně, protože je chtějí co nejlépe připravit na samostatný náročný život v dospělosti, takže je otužují spartánskou výchovou. Mají je sice rádi, ale bez větších projevů citu.

Nezapomínejme na to, že existují děti, které sbírají víceméně pouze pozitivní odezvy. Ze všech prostředí a od naprosté většiny lidí. U nich uvedená potřeba bývá vcelku přiměřeně uspokojována. Ne že bychom jim je měli přestat poskytovat s tím, že přece mají dost, ale mělo by nás to vést k zamyšlení, abychom programově mysleli víc i na ty děti, kde hrozí nebezpečí, že nemají naději na žádný přátelský vztah ani pozitivní odezvu. Hůř se učí, dost zlobí, nemají stejné materiální vybavení jako ostatní děti, nejsou hezké/příjemné/milé, snaží se prosadit neakceptovatelnými způsoby, jejich pohled na svět se značně liší od mainstreamu stejné věkové kategorie, takže i spolužáci se od nich někdy odvracejí. Určitě si nemyslíme, že si děti tuto variantu života zvolily samy.

Některé další děti nevyhledávají ve škole společnost. Dokonce se tváří, že jim to tak vyhovuje. Nenechme se ošálit. Málokdy tomu tak je i ve skutečnosti. Jen mívají opakující se zkušenosti, že nemohly najít ve třídě přiměřenou odezvu, takže se brání tím, že rezignují a vrstevníky ve třídě aktivně odmítají. Patrně nejsou ani jinak příliš komunikativní, možná jsou introverti, mají obavy samy začít hovor, nevědí, o čem si povídat, jejich zájmy nejsou úplně mainstreamové.

Škola může mírně přispět ke změně situace. Učitel jistě není osoba, která by primárně měla naplňovat tuto úlohu náhradní opory, či dokonce důvěrníka dítěte. Rozhodně nepřebírá úlohu fungujících rodičů, hraje maximálně roli pozitivního doplňku.

Nicméně jedno dvě potřebné děti, které se na něj poněkud víc naváží, by mohl zvládnout každý. Nemám pochopitelně na mysli, že se pedagogové nechají dítětem připravit o každou přestávku, odpolední nebo večerní volno, protože ono si chce povídat a řešit rozmanité každodenní starosti. Jsou totiž učitelé, kteří tuto úlohu naplňují až přes osobní míru, takže si více pouštějí takové dítě/děti i do mimopracovního života. To sice nelze zakázat, ale učitel by si to měl velmi rozmyslet. Konkrétním dětem může částečně pomoci, ale neměla by na to doplácet vlastní rodina. Samozřejmě úplně všichni žáci by měli mít pocit, že učitelé jsou ve škole pro ně.

Druhá a silnější linie školní pomoci je programová podpora bohatých přátelských a bezpečných vztahů mezi spolužáky. V určitém období to mohou být právě vrstevníci, s kým lze opakovane probírat a řešit nejrůznější záležitosti, které nejsou vhodné na rozhovory s dospělými. Podělit se s nimi o trápení i radosti a naděje. Oni sice zpravidla nepomohou, ale bývají ochotni poslouchat. I proto, že chtějí sami povídat. Pokud má dítě takové kamarády někde jinde, jejich absence ve třídě příliš nevádí. Ovšem existují děti, pro které je třída jediné prostředí, ve kterém vrstevníky potkávají. *Kde jsi byl o prázdninách? Doma. Chodíš do nějakého kroužku? Ne. Co děláš odpoledne? Jsem doma a koukám na televizi nebo hraju hry.* Znovu se mi na mysl vracejí pravidelné třídnické hodiny, které by jednak umožnily otevírat rozmanitá lidská témata a současně by mohly podpořit vztahy ve třídě. Je dobře, že i česká škola si víc uvědomuje svou úlohu v této oblasti. A jestli zavede předmět osobnostní a sociální výchova, bude to jen dobře. Jen je tato cesta zatím zbytečně pomalá a z mého pohledu i kostrbatá.

Text může působit tak, že bych chtěl ukládat učitelům další povinnost. Řada učitelů tímto způsobem funguje už dávno, i bez mých doporučení. A my pak na ně s vděkem vzpomínáme i v pozdní dospělosti. Jenže to dnes na základě existujících znalostí nestačí. Je žádoucí, aby se české školství této oblasti věnovalo systémově a systematicky, tedy zásadně víc, než jak to dělá dneska.

Dospělí dobře vědí nebo alespoň tuší, jak náročné je být osamělý. Děti se od nás neliší, v zásadě mají stejné potřeby. A my bychom se neměli tvářit, že se se vším, tedy i s osaměním, nějak vypořádají samy. Nejprve je musíme všemu naučit a pak můžeme očekávat lepší zvládání rozmanitých životních situací.



PhDr. Václav Mertin,
dětský psycholog

Učitelé jsou hrozní a děti ve škole trpí!

ALENA BURGETOVÁ

Také vás už zvedá ze židle neustálé kritizování učitelů a vzdělávacího systému? Zdá se, že v posledních letech všichni vědí nejlíp, jak se mají děti učit a jak to má ve školách vypadat. Tedy – všichni, kdo ve školách nepracují.

Pro kritiku je vždycky snadné sáhnout, když se mě to netýká. Říct, že je všechno špatně a má to být celé úplně jinak, je jednoduché, když zároveň nemusíme ono „jinak“ zařizovat my. Který učitel nemá zkušenost s rodičem stěžujícím si na neustálé prázdniny, na to, že děti nic neumějí, že se s nimi jedná ve škole špatně atd.? V odpovědi na otázku „Už jste někdy ve škole učil?“ rodič zblekotá: „No to ne, to já bych nemoh“ nebo „To já bych je zabil!“ Úsměvné, leč svým způsobem smutné.

Ač sama nejsem učitelka, často přicházím do styku s vyučujícími základních a mateřských škol. Víím, že na kurzy zážitkové pedagogiky a výuky hudbou se nepřihlásí zapřísáhlý příznivec frontální výuky a milovník učebnic vyplněných od začátku do konce, ale i tak cítím, že takové házení do jednoho pytle je hodně nespravedlivé. Potkávám spousty nadšenců, kteří své práci věnují skutečně velké množství energie.

A možná proto píšu tyto řádky. Chci povzbudit ty, kterých je naštěstí čím dál víc. Ty, kteří přistupují k dětem a učení jinak, i když to pro ně není vždy jednoduché. Ty, kteří vnášejí do školy pohodu a radost a dávají čas a prostor i těm dětem, které ho potřebují víc.

Třeba některým takovým průvodcům dětí přijde vhod pár postřehů, které jsem během doby svého učení nasbírala. Asi všechno podstatné budete vědět, ale známe to, sem tam si připomenout známé pravdy není na škodu.

Tak tedy:

1. Učitel není zodpovědný za to, co se student naučí. Je zodpovědný pouze za svoji práci, kterou dělá, jak nejlépe umí. A to je připravit prostor, ve kterém se žák může snadno dozvědět nové věci, zpřístupnit studentům nové informace tak, aby je pochopili. Zbytek už je na studentech samých.
2. Čím víc zapojujeme smyslů a prožitků, tím je šance na pochopení ze strany žáků větší. A vedlejším efektem je to, že takové učení baví i učitele. Skvělé je, že díky mnoha projektům a platformám si učitelé mohou sáhnout pro inspiraci, když ta vlastní už dojde.
3. Když pedagog učí venku, velmi se snižuje riziko vyhoření. Děti navíc venku vnímají lépe než uvnitř. (To je sice překvapivé, leč vědecky dokázané.)
4. Co se dá do písničky, to po pár zazpíváních z hlavy nedostaneme. Kde všechny ty písničky brát? Nejsou na všech-

no, ale na hodně věcí ano. A dají se složit i s dětmi přímo při vyučování. Co třeba dodat melodii násobilce? Mnohdy stačí i pouhý rytmus a paměť se velice zlepší.

5. Nejde všechno písničkou? Výtvarná činnost je báječná cesta. Vypadá jako zdržování v hodině, ale když si něco k tématu z přírodopisu nebo historie nakreslíme, tak už na to také nezapomeneme. Vizuální pomůcky pomáhají, zejména když je tvoříme sami.
6. A důležitý bod na závěr: Když už nevím, co dál, dopřeji si pauzu. Nemusím zvládat všechno za každých okolností. I učitel má právo vypnout. A když ani to nepomáhá, pomůže láska. Jak řekl jeden moudrý kněz: „Láska není cit, ale rozhodnutí.“ Jakmile dítě pocítí, že je přijímáno takové, jaké je (i když se zrovna chová dost náročně), změkne, otevře uši a je možné s ním komunikovat mnohem snáz. To je pravda odzkoušená tisíci psychology i rodiči a platí nejen na děti, ale i na dospělé. Ze všech výše uvedených bodů je asi nejtěžší na provedení, ale to neznamená, že bychom se jí měli vzdát!

Ze srdce vám přeji hodně sil a trpělivosti, protože vaše práce je důležitá pro nás pro všechny. Co se naučíme jako děti, to nám připadá samozřejmé po celý život. Proto je důležité předávat dětem to, co si přejeme, aby bylo pro dospělé normální. Kéž by to byl respekt, radost a lehkost bytí místo pouhého plnění povinností. S různými alternativami přicházejí mnohé neziskové organizace. Prosím, neberte jejich projekty jako něco, co vás chce zničit nebo dohnat k zoufalství, že musíte přibrat ještě toto a tamto. Vznikají proto, aby vám práci usnadnily.



ZAMYŠLENÍ NAD

MELODY English – výuka angličtiny hudbou

Program ve spolupráci se školami usiluje o to, aby se k pedagogům dostaly komplexní materiály usnadňující zapojení prožitkové pedagogiky do hodin angličtiny. Společnost má za sebou letité zkušenosti s výukou přátelskou všem dětem, a to jak dětem bystrým, tak handicapovaným. Program je odzkoušený na stovkách žáků, včetně

dysfaticů a dětí s ADHD, a doporučují ho speciální pedagogové jako pomůcku vhodnou nejen pro děti s SPU.

Organizace MELODY English má akreditaci MŠMT, se školami spolupracuje i na bázi grantů a dotací a nabízí akreditované kurzy výuky hudbou a prožitkem pro angličtináře v celé České republice. Více informací najdete na www.melodyenglish.cz/.



Alena Burgetová, zakladatelka programu MELODY English



pasparta

Medvídci Ka a Neka

Jana Holubová

Obrázkové karty Medvídci Ka a Neka jsou navrženy tak, aby formou přívětivé hry pomáhaly budovat zdravý rozvoj dětské osobnosti.

Jsou inspirovány faktickými poznatky z oblasti vývojové a dětské psychologie, speciální pedagogiky a neurovědy. Karty povzbuzují životně důležité dovednosti pro pochopení všeho, co se týká zdravého JÁ: sebevědomí, sebepřijetí, sebehodnoty či sebereflexe. Jsou oporou pro budování vztahů s ostatními lidmi, učí porozumění emočním stavům a pomáhají nalézat řešení životních situací. Umožňují dětem komunikovat, vést rozhovory a dávájí hlas i těm, kteří potřebují pomoci s vyjádřením pocitů.

Sada obsahuje 54 pevných karet
ve formátu 10 × 10 cm s kulatými rohy
a doprovodný sešit

390 Kč



www.pasparta.cz



Hospitační vychytávky

8. část – A co žáci?

IRENA TROJANOVÁ

Zatím jsme se ve všech dílech našeho seriálu o hospitacích zabývali především učitelem, tím, co dělá ve vyučovací hodině, aby posunul znalosti a dovednosti svých svěřenců požadovaným směrem. Dnes se zaměříme na žáky a budeme sledovat jejich reakce na snahu učitele.

Jak poznám, že žáky předmět zajímá? Někdy to z nich přímo vyzařuje, jindy zůstává zájem skrytý. Mám úžasný zážitek z hodin přírodopisu, kde žáci začali probírat mořské savce. Smršť dotazů jako „A opravdu rodí mláďata do vody?“, „A jak je krmí?“ či „A neutopí se?“ vyvolala živou diskusi a věřím, že ani já, ani žáci (a rozhodně ani kolegyně) na ni hned tak nezapomeneme. Takže když sleduji zájem žáků o daný předmět, mám v hospitačním protokolu:

Zájem o předmět – žáci:

- vhodně pokládají otázky
- hledají souvislosti
- průběžně se aktivně projevují

Zájem o předmět je přímo úměrný znalostem žáků. Pokud látka děti zajímá, určitě si poznatky lépe zapamatují. Ve zmiňované hodině kolegyně zopakovala, a tedy utvrdila základní znaky savců, a pokud někdo považoval za savce jiný živočišný druh (jedna žákyně k nim neochvějně zařazovala žábu), ostatní zdůvodňovali odlišnosti. V závěru hodiny zbyl čas na skupinovou práci s tématem „zajímaví savci“ (např. klokan, netopýr...), která ještě víc podpořila znalosti i zájem o předmět. Znalosti žáků jsou pozorovatelné, když:

Znalosti – žáci:

- prezentují správně získané znalosti
- s případnou chybou dále pracují
- zvládají samostatnou práci

Nejen při samostatné práci je nutná kázeň. Všichni ale víme, že není kázeň jako kázeň, protože na ni má vliv použitá metoda výuky. U skupinové práce je kázeň uvolněnější, ale i tak stanovte pravidla: přidělte členům skupiny role, určete čas i rozsah práce (pokud nemáte předem připravený pracovní list)... A kromě prezentace výsledku dejte následně prostor na sebehodnocení, jak se žákům ve skupině pracovalo (a opět kritéria – zda pracovali všichni, jestli si dávali vzájemně prostor pro vyjádření...). Možná budete muset pravidla zpočátku připomínat, ale do budoucna se vám to určitě vyplatí.

Jiná kázeň je pak samozřejmě vyžadována třeba u výkladu nové látky, demonstračním pokusu nebo psaní testu. Za mě ještě jedna důležitá položka a tou jsou zautomatizované úkony. Třeba když píšete na tabuli, předpokládám, že si text nebo výpočty zaznamenávají i žáci. A pozor! Zjistila jsem, že ironie v takovém případě příliš nefunguje: „Proč si nepíšeš, co je na tabuli?“ „To si mám psát?“ „Asi to píšu, jen abych si procvičila pravopis...“ „Tak to jo...“ Musela jsem to tedy nakonec vysvětlit jasně. Každopádně ohledně kázně mám v hospitačním protokolu:

Kázeň – žáci:

- věnují prezentaci učitele dostatečnou pozornost
- mají zautomatizované potřebné úkony (zápis do sešitu, rozdělení do skupin...)
- kázeň odpovídá použité metodě výuky

Ke kázni jde ještě doplnit jedna položka a tou je klima třídy:

Klima třídy – žáci:

- přiměřeně na sebe reagují
- nepoužívají odsuzující komunikaci

Nejen vztahy mezi žáky, ale také vztah učitel–žáci (popř. asistent–žáci) je nesmírně důležitý. Hodně jsme přemýšleli, jak takový vztah nazvat, a nakonec se nám jako nejvhodnější jevil termín důvěra. Když někomu věříme, cítíme se bezpečně, můžeme si dovolit chybovat a víme, že bude cesta k nápravě. Jak se taková důvěra pozná? Při hospitaci chtěl učitel zopakovat látku a očima vybíral, koho se zeptá. Žáci neklopili hlavy, pohled mu opláceli, a když jednoho z nich vyvolal, uslyšel: „Pane učiteli, dnes prosím ne, necítím se na to.“ Byla jsem zvědavá na odpověď učitele, která překvapila: „Tak kdo to vezme za něj?“ Přihlásila se žákyně a kolega jen poznamenal: „Děkuji a doufám, že jí to někdy oplatí.“ Takže i tak se dá situace vyřešit. Jak tedy poznám, že žáci učiteli věří?

Důvěra v učitele – žáci:

- nebojí se učitele zeptat

- vyjadřují (i neverbálně) důvěru v učitele
- přiměřeně na učitele reagují

Tolik tedy k žákům, i když sami cítíte, že provázanost s učitelem je velká. Ve třídě jsou to vždy dvě strany, pedagog

(nebo pedagogové) a žáci, kdo ve vzájemné interakci naplňuje školní vzdělávací program. Tak do vašich interakcí hodně elánu!



Mgr. Irena Trojanová, Ph.D., ředitelka ZŠ Bohumila Hrabala, Praha, lektorka a konzultantka v oblasti vzdělávání

Posilování vnitřní motivace u dětí se speciálními vzdělávacími potřebami

AUTORSKÝ TÝM PROP

Vzdělávání dětí se speciálními vzdělávacími potřebami představuje mnoho výzev, které vyžadují specifický přístup a pozornost. Nejdůležitější je zaměřit se na jejich individuální potřeby a podporovat jejich vnitřní motivaci, která hraje klíčovou roli v jejich úspěchu ve škole. Tento článek přináší praktické strategie a osvědčené metody, které pomáhají posilovat motivaci dětí a podporují jejich sebevědomí. Odhaluje, jak motivované děti aktivněji a úspěšněji přistupují k učení, a poskytuje cenné tipy pro efektivní práci s dětmi se speciálními vzdělávacími potřebami ve výukovém procesu.

Děti se speciálními vzdělávacími potřebami vyžadují častější podporu, aby mohly úspěšně překonávat výzvy. Pomáhá jim v tom jak interní, tak externí motivace, které společně ovlivňují lidské chování a rozhodování. Je optimální, když dítě dokáže najít vnitřní motivaci k plnění aktivit a úkolů důležitých pro jeho rozvoj a vzdělávání. Avšak u některých dětí je potřeba posílit také motivaci zvenčí. Co tyto termíny znamenají?

• **Interní motivace:** Interní motivace vychází z přirozené lidské touhy po poznání. Tento druh motivace se zaměřuje na potřeby, zájmy a cíle, které přinášejí vnitřní pocit uspokojení a radost z vykonaných aktivit. Patří sem osobní cíle, zájem o danou činnost nebo předmět ve škole nebo touha po osobním rozvoji. Vyučující a asistentky či asistenti pedagoga (dále jen „asistenti“), kteří mají přehled o svých žácích a žákyňách, mohou výuku uzpůsobit tak, že do ní zařadí jejich zájmy a díky tomu ji ztraktivní pro všechny děti. Pokud se jim podaří provázat zájmy s učivem ve škole, získají pozornost většiny dětí, které budou mít o výuku větší zájem.

• **Externí motivace:** Externí motivace vychází z vnějších faktorů nebo podnětů a slouží jako doplněk interní motivace. Typickým příkladem je hodnocení prostřednictvím známek, vysvědčení, ústní nebo písemná sdělení rodičům a samozřejmě pochvala. Děti dobře vědí, že úspěch přináší odměny, proto mnohé z nich formuje k větší cílevědomosti a výkonnosti.

• **Motivace založená na strachu:** Jedná se o druh externí motivace, který je spojený s obavami z negativních výsledků a selhání. Na děti jsou často kladeny vysoké nároky ze strany rodičů nebo jsou neustále srovnávány s ostatními. Některé děti jsou tak motivovány strachem z potenciálních neúspěchů. Tato motivace je bohužel velmi častá, ale je třeba si uvědomit, že neposiluje sebevědomí ani sebedůvěru.

Podpora vnitřní motivace u dětí se speciálními vzdělávacími potřebami vyžaduje komplexní a individuální přístup. Klíčové je porozumění potřebám každého dítěte a poskytnutí takového prostředí a podpory, které mu pomohou dosáhnout

plného potenciálu. Je to samozřejmě delší proces, vyžadující čas a trpělivost jak ze strany vyučujících a asistentů, tak ze strany samotných dětí a jejich rodičů. Zároveň je třeba mít na paměti, že vývoj probíhá postupně nebo se může zdát, že stagnuje. A i když vývoj není vždy viditelný, je i stagnace považována za úspěch ve srovnání s možným zhoršením situace. Aby se děti ve škole cítily dobře, je třeba podniknout následující kroky:

- **Drobné úspěchy:** Je nezbytné věnovat pozornost každému jednotlivému úspěchu, kterého dítě dosáhlo. Jedná se o mezilidské vztahy, osobní rozvoj, volnočasové aktivity nebo dokončování pracovních a školních úkolů. Vždy je třeba ocenit, kam se dítě posunulo, a motivovat ho k dalším pokrokům.

- **Sdílení úspěchů:** Pro děti je důležité, když je pochválíme před rodiči nebo vrstevníky. Vyučující mohou ve třídě vyzdvihnout úspěchy dítěte před ostatními spolužáky a spolužačkami a poskytnout mu pochvalu nebo ocenění za jeho úsilí a výkony. Nezbytná je i komunikace s rodiči a rodinnými příslušníky, aby věděli, kam se jejich dítě posunulo a jaký pokrok udělalo.

- **Vnímání úspěchů:** Místo posuzování, zda dítě zvolilo správný, nebo chybný postup, je vhodné soustředit se na popis toho, co dítě konkrétně dělá a k čemu jeho činnost vede. Je tedy důležité více popisovat a méně hodnotit. Popisováním dáváme dítěti najevo, že se jeho práci věnujeme a že má naši plnou pozornost.

- **Budování vzájemné důvěry:** Když se dítě obává neúspěchu, je důležité projevit mu důvěru v jeho schopnosti a povzbudit jeho víru v úspěch. Jestliže dítě uspěje, je namístě pogratulovat mu k úspěchu a využít zkušenost v případě, že se obavy objeví znovu. Pokud dítě neuspěje, je důležité ocenit jeho oprávněné obavy a poskytnout mu náležitou podporu. Vhodné je pak společně naplánovat strategii pro příště. Děti by také měly vědět, že neúspěch je běžnou součástí života, se kterou je třeba se vyrovnat a nebrat ji jako selhání.

- **Respektování iniciativy a tvořivosti dítěte:** Jak již bylo řečeno, vlastní iniciativa zvyšuje vnitřní motivaci. Proto je třeba dát dítěti prostor pro vymýšlení vlastních nápadů a aktivit, pokud to nastalá situace dovoluje. Dítě tak může samo navrhnout, jak vypracuje zadaný úkol, a má pocit, že ho k tomu nikdo nenutí. Je všeobecně známo, že k cíli vede mnoho postupů a děti často dokážou objevit více cest. Není proto nezbytné vyžadovat vždy jen jeden určitý postup. Dítě ale musí umět obhájit cestu, kterou k dosažení úkolu zvolilo.

- **Respektování rozhodnutí dítěte:** Dítě by se mělo naučit samostatně se rozhodovat a nést zodpovědnost za své činy. Jen tak se může ve třídě nebo doma cítit bezpečně, protože má možnost svobodně se rozvíjet a zvyšovat své

sebevědomí. Je třeba, aby se naučilo rozhodovat, prosazovat vlastní vůli a potřeby a rozpoznat, co je nebo není důležité. Pokud dítěti tuto možnost dáme, měli bychom ji pak respektovat a následovat jeho volbu. Pokud situace vyžaduje jeho rozhodnutí zamítnout, je potřeba konkrétně vysvětlit, proč to není možné, a navrhnout jiné řešení.

Často se stává, že si děti se speciálními vzdělávacími potřebami neříkají o pomoc. V takových okamžicích je zásadní, aby vyučující nebo asistenti identifikovali faktory zapříčínající vzniklou situaci. Mezi běžné důvody patří obava dítěte z přitahování pozornosti nebo nedostatek sebevědomí. V těchto případech se doporučuje aktivně k dítěti přistoupit a nabídnout mu vhodnou podporu. U dětí se speciálními vzdělávacími potřebami je při podpoře samostatnosti a motivace podstatné rozlišovat mezi pomocí a kontrolou. Poskytnutí pomoci znamená, že na dítěti necháme větší díl zodpovědnosti, protože si o ni může říct nebo ji může odmítnout. Kontrola je naopak situace, kdy za dítě přebíráme úplnou zodpovědnost. Pro vzájemnou spolupráci je třeba dodržovat oba přístupy a v dané situaci vždy zvolit ten vhodnější. Jaké jsou nejčastější důvody, proč dítě nepožádá o pomoc?

- **Strach z odsouzení nebo stigmatizace:** Některé děti se obávají, že pokud požádají o pomoc, budou považovány za slabší a nesamostatné. Mají strach, že je ostatní odsoudí nebo jim dají nálepku pomalých a neschopných.

- **Nedostatek sebevědomí:** Děti se speciálními vzdělávacími potřebami mohou mít nízké sebevědomí nebo se cítí nejistě ohledně svých schopností. Proto váhají, zda si mají požádat o pomoc nebo zda jsou schopny zvládnout úkol nebo situaci samy.

- **Nedostatek vhodné komunikace:** Některé děti mívají problémy s komunikací nebo s vyjadřováním svých potřeb. Nejsou schopny sdělit, že potřebují pomoc, nebo nevědí, jak si o ni říct.

- **Pocit nezávislosti:** Některé děti si přejí být co nejvíce nezávislé a nechtějí budit dojem, že potřebují pomoc ostatních. Snaží se proto zvládat zadané úkoly nebo nastalé situace samy, i když to pro ně může být obtížné.

- **Negativní zkušenost:** Děti se speciálními vzdělávacími potřebami mohou mít negativní zkušenosti s předchozí pomocí nebo podporou. Pokud se cítily opomíjeny nebo nepochopeny v minulosti, mohou být ohledně požádání o pomoc velmi obezřetné.

Závěrem

Cílem článku bylo ukázat možnosti, jak efektivně pracovat s vnitřní motivací u dětí se speciálními vzdělávacími potřebami. Vyučující i rodiče by měli mít vždy na paměti, že

UČITELSKÉ ŘEMESLO

podpora jejich vnitřní motivace je klíčová pro jejich školní úspěch a osobní rozvoj. Nedílnou součástí práce s těmito dětmi je také poskytování adekvátní podpory a pomoci. Nebojte se proto výzev a připravte se na to, že investovaný čas a energie mohou přinést pozitivní a hodnotné výsledky.

Pokud vás téma zaujalo a chcete více informací a další tipy, podívejte se na web www.zapojmevsechny.cz, který sloužil jako zdroj k článku.

Web Zapojmevsechny.cz byl spuštěn na podzim 2019 s ambicí stát se průvodcem nejen společným vzděláváním, ale kvalitním a moderním vzděláváním vůbec. Je určen pedagogům, rodičům i zřizovatelům škol. Vznikl v rámci projektu Podpora společného vzdělávání v pe-

dagogické praxi (APIV B při NPI ČR), dále funguje pod NPI ČR. Najdete zde obsah naplněný zkušenostmi a praxí škol a odborníků: vzorové dokumenty, praktické příklady, metodiky, aktivity i zahraniční inspiraci. Širokou nabídku doplňuje online poradna a mapa expertních služeb. Projekt je spolufinancován z prostředků Next Generation EU.



Financováno
Evropskou unií
NextGenerationEU



Národní
plán
obnovy



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Autorský tým PROP

Čtenářství v hodinách angličtiny

PAVLA NAWRATOVÁ, EVA MITCHELL

V 8. díle seriálu čtení v oborech Pavla Nawratová a Eva Mitchell, učitelky angličtiny v ZŠ Zdice, popisují své zkušenosti s rozvojem čtenářství v cizím jazyce – proměnu učebnic, využití neučebnicových textů, prožitkové čtení a další užitečné čtenářské aktivity.

Ve čtení v angličtině jsme prošli poměrně zásadním vývojem. Od neurčitých a mnohdy velmi vágních textů vytržených z reality v učebnicích, které neměly příliš velkou návaznost, jsme se posunuli k učebnicím sady Project Explore pro druhý stupeň a Explore Together pro stupeň první, které obsahují texty přiměřené úrovni a zároveň obsahují informace pro čtenáře zajímavé, ověřitelné, provázané s jinými předměty a mnohdy inspirující. Skvělými pomocníky jsou nám také např. materiály Primary Reading Box od nakladatelství Cambridge, které obsahují výborné texty pro využití na prvním stupni.

Zdálo by se tedy, že by tento posun k lepšímu mohl stačit, ve škole se nám však začala profilovat poměrně velká skupina žáků, kteří jsou v angličtině už od nižších ročníků velmi pokročilí, jimž pouhé učebnicové texty nestačí a nenaplnují jejich očekávání a potřeby. Snažíme se tedy neustále vypořádávat s otázkou, jak se čtenářstvím neučebnicových textů v angličtině naložit.

Velkou inspirací jsou pro nás každoročně setkání angličtinářů ze škol zapojených do Pomáháme školám k úspěchu s lektorkou Gabrielou Klečkovou. Vloni jsme vyzkoušeli lekci

s básněmi, objevili jsme básničku Judith Viorst a na základě její básně Mother Doesn't Want a Dog jsme naplánovali sérii čtenářských lekcí, které jsme realizovali v 5. až 9. ročnících. Cílem bylo, aby žáci básni porozuměli, naučili se nová, neznámá slova a ve vyšších ročnících dokázali argumentovat, zda jsou maminčiny námitky, které v básni zazní, relevantní, nebo ne. Ve fázi evokace jsme se žáků ptali, zda a jaké mazlíčky doma mají, pouštěli jsme si video Funny Pets a žáci odhadovali téma hodiny.

Dále jsme doplňovali T-graf, kde si žáci vypisovali argumenty, proč mít nebo nemít domácího mazlíčka. Poté jsme si báseň poslechli a udělali scanning neznámých slov, které si děti vzájemně pomohly přeložit. Následně jsme si vybírali další aktivity ze společné banky nápadů podle úrovně žáků. Banka obsahovala např. tyto aktivity: přepis básně s tím, že místo vybraných slov žáci nakreslili obrázek, pak si báseň vyměnili a zkoušeli ji s obrázky přečíst. Mezi další možnosti, jak s básní pracovat, patří její zhudebnění, tvorba Vennových diagramů, jež zobrazují, co má společného a rozdílného had a pes, soutěž v přednesu, rap básně, případně rytmické čtení. Tyto lekce jsme s kolegyní využily také k realizaci lesson study, jejímž principem je lekci po každém odučení srovnat

a vylepšit. Lekce jsme navíc natočily a zužitkovaly k vzájemným konzultacím a reflexi výuky.

Letos realizujeme lekci na téma mravenci, v níž jsme se opět inspirovaly seminářem Pomáháme školám k úspěchu a kde propojujeme práci s autentickými odbornými texty, videem, poslechem a metodami RWCT. Využíváme metodu skládankového učení, kdy žáci nejprve podle popisu vyvozuji téma lekce, dostávají se k dalším informacím ve formě textů a videí, samostatně studují různé oblasti života mravenců a přinášejí důležité informace z expertních skupin do domovských. Na základě získaných znalostí následně srovnávají pomocí Vennových diagramů, co mají mravenci a lidé společného, a v závěru píšou krátký článek do novin.

Už v loňském roce jsme založily ve škole anglickou knihovničku z vlastních zdrojů, kde jsme nashromáždily různé knihy. Ty jsme využily k volným, neřízeným dílnám čtení, jejichž cílem bylo zmapovat zájem i schopnost žáků knihy v originále číst. Přemýšlíme, jak bychom mohly dílny pojmout lépe. Prozatím jsme je realizovaly pouze nárazově v pokročilých skupinách, kde jsme ale narazily na to, že knihy nebyly pro některé žáky atraktivní. Mnozí z nich už čtou knihy v anglickém originále sami od sebe a jsou schopni si donést knihu vlastní. Z tohoto důvodu se zrodila potřeba rozšířit knihovnu

o více titulů, které by byly pro žáky atraktivnější. Původně jsme začínaly s tituly jako Harry Potter, detektivkami od Dana Browna atd. Postupně z finanční podpory Pomáháme školám k úspěchu rozšiřujeme knihovnu o odborné knihy i beletrii pro žáky, např. o zjednodušenou četbu z Pinguin a Black Cat, které nám dávají možnost kombinovat četbu i s poslechem, který je součástí publikací. Vybíráme úroveň B1 a vyšší, i vzhledem k tomu, že dílny čtení realizujeme spíše ve vyšších ročnících a pokročilých skupinách. Zaznamenáváme si tituly, které u žáků vidíme, a snažíme se pořizovat knihy od stejných autorů.

S kolegy také sdílíme inspiraci na pravidelných učicích se skupinách, kde se snažíme věnovat právě otázkám, jak naše žáky nejen v oblasti čtenářství v angličtině posunout. Prozatím je pro nás velkou výzvou otázka zařazování čtení „mimo učebnici“ v nižších ročnících. Občas do výuky zapojujeme zjednodušenou četbu, případně originální text nižší úrovně, ale mnohdy narážíme na to, že děti mají problémy číst i texty učebnicové.

Doufáme, že se nám v budoucnu podaří do hodin zařadit pravidelné čtenářské chvíle, které se postupně u všech žáků stanou zdrojem čtení pro potěšení – *reading for pleasure* – místo čtení za účelem učení – *reading for learning*.



Pavla Nawratová, učitelka angličtiny v ZŠ Zdice, pedagogická konzultantka Pomáháme školám k úspěchu



Pomáháme školám k úspěchu



Eva Mitchell, učitelka angličtiny v ZŠ Zdice



Pomáháme školám k úspěchu

www.rizeniskoly.cz



Kompletní nabídka odborných informací pro oblast školství

Jak se jí spustila anorexie? Tělocvikářka řekla, že má moc velký zadek



Problematika týkající se poruch příjmu potravy se řeší u dospělých, ne však u dětí. Komplexnější pojetí tohoto tématu na půdě škol ale většinou chybí. Studenti Slezského gymnázia v Opavě proto nabízejí základním i středním školám možnost k nim přijet a zdarma si poslechnout přednášku v rámci projektu HELP P3. O tom, kdy a jak vše začalo, jak se dá zvládnout 32 přednášek za rok nebo o které poruchy se konkrétně jedná, jsme si povídali s Kamilou Tkáčovou, školní metodičkou prevence, učitelkou základů společenských věd a tělocviku a především koordinátorkou zmiňovaného projektu.

? Mohla byste našim čtenářům projekt HELP P3 představit?

Stručně řečeno je to projekt, který se od roku 2007 věnuje poruchám příjmu potravy. Naši studenti pořádají na toto téma několik desítek přednášek ročně pro střední a základní školy. V současnosti se zaměřují na anorexii, bulimii, výpočet BMI a představení potravinové pyramidy. Dále se věnují ortorexii, bigorexii, drunkorexii a obezitě. Kromě poruch příjmu potravy jsme se začali věnovat i stravování.

? Stravování? V jakém slova smyslu?

Nově jsme vytvořili jídelníček, s čímž nám pomohla maminka jedné ze studentek – paní Iva Urbančíková je fyzioterapeutka a vystudovaná výživová poradkyně (pětiletý obor na VŠ). Díky svému vzdělání je pro mě odborníkem, nejen produktem rychlokurzu odbytého během několika víkendů. Paní Urbančíková helpákům přednášela o zdravém talíři či o zajímavostech v oblasti stravování. Shodli jsme se se studenty, že i toto téma musíme šířit dál do světa. Proto vznikla kuchařka nápadů na vhodné snídaně, obědy, svačiny či večere. Je ke stažení na našem webu www.sgopava.cz.



? Součástí projektu je i výstava fotografií, je to tak?

Ano, jedná se práci fotografa Lukáše Horkého, která zachycuje pacienty psychiatrické nemocnice v Brně. Jsou to silné příběhy, například fotografie chlapce, který se rozešel s dívkou, a aby na sebe upozornil, přestal jíst, což pak přerostlo do anorexie. Nebo fotografie vyzábělé dívky na kapačkách, které spustila poruchu příjmu potravy učitelka v tělocviku, když jí řekla, že má velký zadek.

? Nemůžu se v souvislosti se zmíněnou paní učitelkou nezeptat, jestli je ve vašich přednáškách nějak zahrnuto i to, jak by se vlastně měli chovat učitelé, respektive jakých komentářů se určitě vyvarovat?

Jednoznačně ano, ale je to stejné, jako kdybyste chtěla třeba s novinářem hovořit o novinářské etice. Někoho se to dotkne, někoho ne. Někteří učitelé nejsou empatictí vůbec, jiní mohou být tak lidští, že už žákům zasahují do života příliš. Také je potřeba uvědomit si, co je v kompetenci učitele a co patří mezi kompetence a povinnosti rodiče. Učitelům bych poradila, ať si stanoví jasnou hranici mezi tím, kdy se ještě jedná o problematiku rodiny, a tím, kdy už o problematiku školy. Co je na nás a co už ne. Nemůžeme suplovat mámu nebo tátu. Bohužel řada rodičů deleguje své povinnosti na školu. Je na nás, abychom jim připomněli, jaká je role učitele a jaká rodiče.

? Vy tu hranici asi testujete často...

Bohužel se setkávám se studentkami, které poruchu příjmu potravy mají. Snažím se v takovém případě samozřejmě oslovit rodiče, ale často přijde reakce, že je to nesmysl. Rozumím

tomu, je to pro ně šok, oni nepoznali, že jejich dítě má problém, a říká jim to cizí člověk. Až po nějaké době, třeba i po několika měsících, se na mě ti samí rodiče obrátí a žádají mě o pomoc. V takovém případě připravím setkání pro všechny zúčastněné, tedy rodiče i jejich dítě, a bavíme se o tom, co se děje, jak se nemoc projevuje a jaké jsou možnosti. Ideální situace nastává tehdy, chce-li si žákyně či žák nechat pomoci. Mám studentky, které absolvovaly pobyt v psychiatrickém zařízení, někdy i opakovaně, a teď jsou „zdravé“. To reálně znamená, že celý život již musí rozumově řídit své stravování. Nečekají, až dostanou na něco chuť, toho by se bohužel v léčeném těle nedočkaly.

Mám obrovskou radost z každé žákyně či žáka, kteří si připustí onemocnění a pracují s ním. S vedením školy jsme domluveni na postupných krocích, které mohou být podpořeny individuálním plánem, případně přerušením studia, léčením a dostudováním školy později. Mám schované velmi osobní a krásné vzkazy, které mi dávají sílu pouštět se i do zdánlivě předem prohraných bojů a proměnit je ve vítězství nad nemocí. Právě tito studenti jsou pak skvělými školiteli našich helpáků, neboť jim například sepsali pravidla, jak bojovat s touto nemocí nebo jak relaxovat.

?) Kolik jste tento rok realizovali přednášek? A znáte celkové číslo za celou dobu fungování projektu?

Ve školním roce 2022–2023 jsme zorganizovali a uspořádali neuvěřitelných 32 přednášek pro více než 700 žáků základních i středních škol z Opavy a okolí. Celkově jsme k 1. 1. 2024 realizovali 623 přednášek.



?) Jsou podle vás poruchy příjmu potravy časté?

Má osobní – zdůrazňuji slovo *osobní* – statistika a zkušenost je poměrně alarmující: jde až o tři či čtyři žáky v každé třídě. Samozřejmě nemusí jít jen o anorexii či bulimii, ale například o bigorexii, která se vyskytuje většinou u chlapců (pozn. redakce: *Duševní onemocnění spojené se zkráceným vnímáním svého těla. Nemocní bigorexií trpí pocitem, že jejich muskulatura není dostatečně velká. Přetěžují tak svá těla hodinami v posilovně v honbě za nedosažitelným ideálem. Jako psychická porucha byla bigorexie uznána Americkou psychiatrickou asociací v roce 2013. O narůstajícím zájmu o toto téma vypovídá i počet lékařských studií, který se letos zdvojnásobil*). Myslím si, že by se o této poruše mělo více mluvit především mezi tělocvikáři. Měli by vědět, co si mohou způsobit třináctiletí kluci, kteří chodí do posilovny. U děvčat se objevuje stále častěji ortorexie, tedy posedlost zdravým stravováním.

?) Jaké byly začátky projektu?

Hodně jsme studovali nejrůznější materiály, např. brožury od lékařů, knihy, a sledovali odborné konference, kde jsem například mezi lékaři a psychiatry byla jedinou pedagožkou. Řada rodičů našich žáků pracuje jako lékaři, psychologové i psychoterapeuti, takže jsem je požádala o pomoc se vzděláváním helpáků a pokaždé nám vyhověli. Vždy platila tato rovnice: věnujete se našim dětem, my se budeme věnovat vašim žákům. Oslovili jsme i Miss Europe Moniku Žídkovou a s ní i ostatními odborníky natočili dokument. Zjistili jsme, že existuje instituce Centrum Anabell, pomáhající lidem s poruchami příjmu potravy, a spolupracovali jsme s ní v oblasti vzdělávání. Helpáci podali grant a z něj se financovalo vzdělávání či tvorba brožur k přednáškové činnosti. Postupně začali proškolení helpáci vzdělávat své vrstevníky a později i žáky mladší, ty na základních školách, a zvát je k nám na Slezské gymnázium, kde máme i názorné pomůcky, např. panely s množstvím cukru naměřeným v oblíbených nápojích.

?) Jak projekt financujete?

Finance získáváme různě. První grant z podpory IMCA Mládež v akci v hodnotě 240 000 Kč byl v té době megaprojekt. Se mnou jej psali a tvořili právě tehdejší helpáci. Výbornou pozici máme i ve městě Opava – pravidelně jsem informovala primátora, odbor školství, opět jsme psali granty na úrovni města. Helpáci sami hledali sponzory i v řadách svých rodičů. Z finančních prostředků pořídili třeba kopírku a především připravili nejrůznější metodické materiály, které pak mají školy k dispozici. Spolupracovali jsme i s polskými školami,

ROZHOVOR

kam jsme díky mezinárodnímu grantu mohli se studenty vyjet, pořádat tam přednášky a vytvořit polsko-českou příručku o poruchách příjmu potravy.

? Kolik studentů bývá do projektu zapojeno a jak je vybíráte?

Nevybírám je, zapojí se ti, kteří chtějí, a je to zcela dobrovolné. V projektu pracují žáci ze všech čtyř ročníků. V průběhu roku se může kdokoli a kdykoli připojit, ale i odejít. S helpáky se setkáváme každé pondělí o velké přestávce. Takzvaný nábor si žáci dělají sami již na adaptačním kurzu, kde se všechny projekty představují a žáci sdělují, proč v projektu pracují a co jim to přináší. Každý projekt má poté svého vedoucího a zástupce vedoucího z řad studentů. S těmi já koordinuji veškeré záležitosti. Komunikace se školami, kdy si školy rezervují přednášky, ale zůstává na vedoucích projektu, kteří za něj zodpovídají.



? Na vašich stránkách jsem našla informaci, že byl pro projekt HELP P3 školní rok 2022/2023 stěžejním a vaše práce se posunula o úroveň výš. V jakém slova smyslu?

Studenti a studentky 1. a 2. ročníku vytvořili zcela novou prezentaci, která teď nejen ladí s barvami školy, ale zejména ji přiblížili představám své generace. To vnímám jako velkou přidanou hodnotu. Nikdo neví o potřebách žáků více než jejich vrstevníci. Toto je vlastně stěžejní myšlenka mé práce. Celý život jsem „proškolována žáky“. Dále jsme obohatili náš program o zásady zdravého stravování, takže žáci, kteří nás přijdou navštívit, se dozvědí také informace o tom, jaké potraviny si vybírat a na co si při jídle dát pozor. Rovněž jsme začali vyrábět novou nástěnku informující o množství cukru v nápojích. Nově se věnujeme škodlivosti energetických nápojů, jež většina studentů denně pije.

? Vy i studenti se asi projektům věnujete hodně i ve volném čase, nepletu se?

Je to tak. Má práce je můj koníček, čas určitě nesleduji. Můj kabinet je „řídící středisko“ osmi projektů a podle toho to tam taky vypadá. Žáci zde mají schůzky, tvoří materiály, uvaří si čaj nebo kávu. Není divné, když nás potkáte i v kavárně či restauraci. Když dobře pracují, tak je ráda i pohostím. Paní ředitelka už to zná, proto občas udělí odměnu se slovy „abys měla na ty vaše kávačky“.

? To je od ní hezké. Podpora vedení je pro vás při realizaci projektů zřejmě velmi důležitá.

Bez toho by to nešlo. To je alfa a omega. Naše paní ředitelka Milada Pazderníková podporuje úplně všechny rozvíjející se projekty. Je nejen vstřícná a ochotná, ale i oceňující, přijde za studenty, pogratuluje jim k úspěchu a dá jim perfektní zpětnou vazbu. Bez chápavého vedení by se nedalo nic uskutečnit. Jestli to čte nějaký pan ředitel či ředitelka, doporučuji, ať se s ní spojí a doptají se, jak motivovat učitele. Na naší škole je opravdu neskutečný tah na bránu. Díky respektujícímu vedení realizujeme ve velkém i mezinárodní projekty.

? Co vás osobně na projektu nejvíce baví?

Neskutečně mě nabíjí práce se žáky. Vidíte jejich nadšení, pokrok v prezentačních dovednostech, schopnost pracovat v týmu, ochotu jít za hranice diskomfortu, úsilí o synergii a organizaci práce. Těžko se mi proto hledá něco konkrétního. Hodně mě těší, že jsem stále v kontaktu s bývalými studenty, vlastně spoluzakladateli projektu HELP P3. Dnes pracují nejen jako pedagogové a psychologové, ale i jako lékaři a soudci, jeden z nich jako stavař. Je skvělé, že když potřebujeme pomoci v jakékoliv oblasti, například s praxí, vždy se najde někdo z bývalých žáků, kdo nám vyjde vstříc. Škola jim něco dala a oni jí to teď vracejí – to jsou jejich vlastní slova. V tom vidím přidanou hodnotu naší školy. Žáci si odnášejí poznání toho, co je charita, nezištná pomoc a morálka. Projekty děláme hlavně proto, aby tady rostla generace, která bude ctít morální hodnoty. Kdybych tedy měla odpovědět na vaši otázku, řekla bych, že nejsilnější je pro mě asi pocit, že to, co děláme, není zbytečné. Já vždy říkám, že když někdo opravdu chce, klidně může změnit svět.

Rozhovor vedla Mgr. Michaela Váchová, odborná editorka Učitelského měsíčníku.

Noc vzdělávání: návštěvníci se vracejí a je jich čím dál tím víc



Jaká bude letošní Noc vzdělávání? Pestrá i osobitá! O čemž koneckonců svědčí následující rozhovor i samotná pozvánka, kterou najdete na stránce www.nocvzdelavani.cz. Akci, která je zdarma a proběhne 10. dubna 2024 na pedagogických fakultách tří českých měst, nám představila koordinátorka Natálie Vosmíková.

?) Pokud by tu byl někdo, kdo by přece jen nevěděl, co je Noc vzdělávání, jak byste mu ji představila?

Noc vzdělávání je akce pořádaná Otevřenem na pedagogických fakultách. Letos konkrétně na třech – v Praze, Brně a Olomouci – a je určena všem budoucím, začínajícím i zkušeným učitelům a učitelkám. Během jednoho večera fakulty ožijí několika workshopy, semináři a přednáškami. Na návštěvníky čeká i pestrý doprovodný program a hlavně spousta inspirace do hodin. Každý rok si vybereme určité téma, kolem kterého se celá akce točí. Loni to bylo bezpečné prostředí a letos jsou to kompetence před tabulí. Budeme se zaměřovat na kompetence z nově vzniklého Kompetenčního rámce absolventa a absolventky učitelství. Nesmím ale zapomenout na to, že vstup je zdarma, a tak může přijít opravdu kdokoli.

?) Letošní ročník je zaměřen na kompetenční profil absolventů učitelství. Co si pod tím můžeme představit?

V minulém roce vytvořilo MŠMT ve spolupráci s pedagogickými fakultami Kompetenční rámec absolventa a absolventky učitelství. Jeho cílem je zkvalitňovat přípravu budoucích vyučujících v Česku. Tento rámec stanovuje, jaké kompetence máme my, studující učitelství, po dokončení studia mít.



Je jich celkem 18 a jejich osvojení vede k tomu, aby se děti ve školách mohly učit naplno a s radostí. Naší Nocí bychom chtěli návštěvníkům tyto kompetence přiblížit a motivovat je, aby se stali takovými vyučujícími, kteří budou připraveni na svoji budoucí profesi ve všech profesních ohledech. Nebude to však jen o poslouchání přednášek a workshopů, ale připravujeme i interaktivní pomůcku, která, věříme, všechny inspiruje a namotivuje.

?) Z jakého důvodu se akce odehraje „jen“ v Praze, Olomouci a Brně?

Ačkoliv se členové Otevřena nacházejí na všech pedagogických fakultách v Česku, naše nejaktivnější studentské týmy jsou právě v Praze, Brně a Olomouci. Taková akce, jakou Noc vzdělávání je, si vyžaduje větší množství organizátorů a dobrovolníků, a proto se bude konat jen na třech fakultách.

?) Liší se nějak program Noci vzdělávání na jednotlivých fakultách?

Ano. Program je na jednotlivých fakultách jiný, ale spojuje ho téma, kterým jsou právě kompetence před tabulí. Snažíme se, aby jednotlivé přednášky/workshopy vedli lektori z dané oblasti nebo přímo vzdělavatelé z konkrétní fakulty, a proto se program na fakultách liší.

?) Mohla byste představit i nějaký konkrétní workshop – a nalákat návštěvníky?

Na programu aktuálně pracujeme, ale již brzy začneme vše postupně na sociálních sítích odtajňovat. Tak nás nezapomeňte sledovat. Proradím ale, že se můžete těšit na programy zaměřené na některé z 18 kompetencí a spoustu inspirace k tomu, jak s nimi pracovat. Když se však vrátíme zpět na loňskou Noc vzdělávání v Praze, jedním z workshopů byla například „Divadelní improvizace pro učitele“ s Janem Mrázkem, která nám ukázala, jak být živým průvodcem učiva pro děti, a dokázala nám, že například bez kreativity,

ROZHOVOR

komunikace nebo improvizace se učitel opravdu neobejde. Velice oblíbeným setkáním, které pořádáme i během akademického roku, je beseda se začínajícími učiteli, kde prozkoumáváme realitu učitelských začátků a strasti a slasti s tím spojené.

?) Když bychom zavzpomínali na předešlé ročníky, bylo něco, co vás na některém z nich příjemně nebo nepříjemně překvapilo?

Příjemná je pro nás rozhodně pozitivní zpětná vazba a to, že se k nám návštěvníci stále vracejí a je jich víc a víc. Dále bych nepoužila vyložené spojení „nepříjemně překvapilo“, ale spíše jsem byla trošku smutná, když nám na nějaký skvělý program nepřišlo tolik lidí, kolik bychom si představovali. Každopádně díky tomu jsme se ponaučili a víme, že letos musíme vylepšit propagaci jednotlivých programů. Kolikrát návštěvníky trochu odradil název, i když se pod ním skrýval opravdu super workshop. Zároveň si nikdo asi neumí dopředu představit, kolik práce příprava Noci zabere. Nejde jen o jeden večer, ale i o několik měsíců před vypuknutím. Všechna pozitivní slova a úsměvy lidí na chodbě v den D jsou ale nejkrásnější odměna.

?) Noc vzdělávání pořádá hnutí Otevřeno. Jak byste ho krátce představila?

Otevřeno je hnutí studentů, učitelů a vzdělavatelů na pedagogických fakultách po celé České republice, které vzniklo před osmi lety v Brně. Snažíme se zlepšit vzdělávání budoucích učitelů a učitelek, a to přímo zevnitř pedagogických fakult. Jak jsem již zmínila výše, naše nejsilnější studentské základny jsou v Praze, Brně a Olomouci. Jednotlivé týmy organizují nejrůznější akce na svých fakultách, ale i mimo ně. Velice oblíbená jsou například Učitelská setkání, která

pořádáme ve spolupráci s MČ Praha 7. Snažíme se i o upevnění vztahů v týmu. Pořádáme různé akce i pro nás jako tým a během roku dochází i na společná setkání jednotlivých týmů, a tak opravdu můžeme říct, že tvoříme jedno velké hnutí.

?) Jaké jsou u vás novinky? Co dalšího vás v nejbližší době čeká?

Aktuálně je u nás jedna hlavní novinka, a to taková, že jsme se rozhodli změnit naši strategii. Stále nám jde o proměnu vzdělávání učitelů. Jen jsme přehodnotili, co pro ni právě my můžeme udělat. Naši činnost chceme zaměřit na jeden cíl. Tím je, aby studenti a vzdělavatelé přijímali kompetence dle nového rámce a chtěli tvořit vzdělávání v jejich duchu. To je i jeden z důvodů, proč jsme se letošní Noc vzdělávání rozhodli směřovat právě tímto směrem. Co se týče našich aktuálních plánů, momentálně se pozornost všech soustředí právě na Noc vzdělávání. Aktivně pracujeme na tom, abychom vytvořili návštěvníkům příjemný večer, ze kterého si odnesou co nejvíce. Ať už fyzicky, nebo ve formě inspirace, kterou budou moci hned další den v hodinách využít.

?) Kdo a jak se může stát členem?

Členem může být každý, kdo svým jednáním naplňuje naši strategii a vizi. Když se zaměříme na studentský program, většina členů jsou studující pedagogických fakult. Mezi naše členy ale patří i studentky a studenti učitelských oborů na jiných fakultách. Zároveň je i důležité zmínit, že naším členem či naší členkou se nemusí stát jen studenti a studentky, ale také máme spoustu vzdělavatelských projektů, a našimi členy a členkami jsou tak vzdělavatelé a vzdělavatelky ze všech koutů Česka. Stačí se s námi spojit přes sociální sítě nebo e-mail.

Rozhovor vedla Mgr. Michaela Váchová, odborná editorka Učitelského měsíčníku.



Jsme také na facebooku



Řízení školy

Lajkujte

Komentujte

Sdílejte

Soutěžte s námi

Umění a kreativita dokážou připravovat na věci dosud neznámé



Od března mají učitelé i rodiče k dispozici MAPU uMĚNÍM. Webové rozhraní, které jim usnadní orientaci v nabídce projektů kreativních přístupů ve vzdělávání napříč celou republikou. O tom, jak projekt vznikl, jaké subjekty sdružuje nebo proč by vlastně umění mělo patřit do výuky, jsme si povídali s projektovým managerem Jiřím Raitermanem.

? Mohl byste nám hned v úvodu MAPU uMĚNÍM představit?

Jedná se o webovou stránku, která shrnuje to kvalitní, co se v kreativním vzdělávání v České republice nabízí. Ukazuje velkou škálu vzdělávacích programů a projektů, z nichž jsou některé spíše krátkodobějšího charakteru a některé dlouhodobějšího. Cílovou skupinou jsou především pedagogové, ale samozřejmě může mapa sloužit i rodičům nebo komukoliv, kdo si chce udělat obrázek o tom, jak vypadá kreativní vzdělávání, a chce se v tomto prostoru zorientovat.

? Kdo za projektem stojí?

Mapa vznikla iniciativou platformy uMĚNÍM, která existuje od roku 2019 a tvoří ji skoro 40 subjektů. Je organizátorem Festivalu umění a kreativity ve vzdělávání (FUK), ten od roku 2021 propojuje kulturní a vzdělávací organizace i jednotlivce. Cílem platformy je představit široký potenciál kreativního učení, konkrétně pak podpora kreativního učení

děti i dospělých – rozvoj znalostí a dovedností lektorů a dalších profesionálů. Platforma se taky snaží o propojení mezi různými rezorty a oblastmi, kde může být umění přínosné. A pokouší se dát kreativnímu vzdělávání větší váhu.

? Rozhovor vzniká na začátku března, ve chvíli, kdy projekt spouštíte. Jste nervózní?

Máme za sebou pilot, který odhalil drobné chyby, a my jsme se je snažili všechny odstranit, takže ne – ladíme detaily a těšíme se na spuštění. Mapa bude letos poprvé součástí programu zmiňovaného FUKu, kde každoročně nabízíme školám různé vzdělávací programy. A díky mapě bude tato nabídka tentokrát ještě mnohem širší a pestřejší.

? Zmínil jste, že pilot projektu už proběhl. Jaká je zpětná vazba?

Web se moc líbí. Zatím na první pohled hlavně jednoduchý a čistý design stránek, za nímž stojí grafický designér Matěj Růžička.

The screenshot shows the MAPA uMĚNÍM website. On the left, there's a search bar and filters for 'VĚKOVÁ KATEGORIE', 'OBOR', 'FORMÁT', 'MÍSTO KONÁNÍ', and 'LOKALITA'. Below these are buttons for 'resetovat všechny filtry' and 'hledat'. The main content area displays five project cards:

- Hudební workshopy na školách** (BRÁNA JIHLAVY): Přinášíme soudobé hudební přístupy přímo do škol. Děti se setkají s hudebními tradicemi regionu, ale také s nástroji současné doby. V průběhu workshopu si děti navíc vytvoří vlastní hudební nástroj.
 - 1. stupeň ZŠ
 - HUDBA • HISTORIE • VÝTVARNÉ UMĚNÍ • DIGITÁLNÍ MÉDIA • SPOLEČNOST
- Když byli dětmi** (OBLASTNÍ GALERIE VYSOČINY V JIHLAVĚ): Jan Zrzavý, Jan Štursa, Oldřich Blažiček. Tři umělci z Vysočiny, tři příběhy z doby, kdy byli dětmi. Vyprávění, dobové fotografie a ilustrace současných ilustrátorek, díky kterým si přiblížíme dobu dětství všech tří umělců.
 - MŠ
 - 1. stupeň ZŠ
 - HISTORIE • VÝTVARNÉ UMĚNÍ • SPOLEČNOST
- Okem, uchem i rukou** (OBLASTNÍ GALERIE VYSOČINY V JIHLAVĚ): Edukační program má proměnlivý obsah v návaznosti na výstavy, které momentálně probíhají ve zvukové galerii Igloo a galerii Alternativa. Téma ale zůstává stejné: jakými smysly můžeme vnímat umění? Stačí nám jen oči nebo můžeme využít také uši a ruce?
 - MŠ
 - 1. stupeň ZŠ
 - HUDBA • DESIGN • VÝTVARNÉ UMĚNÍ • FILM
- Srdce města** (BRÁNA JIHLAVY): Dekonstrukce – účastníci se hravou formou pokusí najít a rozlušit srdce města.
 - 1. stupeň ZŠ
 - HISTORIE • ARCHITEKTURA • SPOLEČNOST • VÝTVARNÉ UMĚNÍ
- Zaposlouchej se** (BRÁNA JIHLAVY): Napneme uši na poslech. Porovnáme tvorbu dvou hudebních inovátorů. Budeme tvořit za pomoci současných hudebních technologií.
 - 2. stupeň ZŠ
 - HUDBA • HISTORIE • DIGITÁLNÍ MÉDIA • SPOLEČNOST

? Když se podíváme čistě na praktickou stránku webového rozhraní – jak funguje? Co vše tam učitel najde?

Když půjdeme po úplně základní struktuře, na úvodní stránce se dozvídáme, co projekt představuje. Následuje stránka s názvem „Programy“, kde je možné filtrovat podle nejrůznějších kritérií, jako jsou věk, umělecký obor či formát, kde najdeme například workshop, diskusi, prohlídky, performance, představení a další. Pak jde třídit i podle místa konání a toho, zda se program může odehrávat ve škole, nebo pouze v nějaké instituci. Když pedagogové využijí kritérium lokality, možná je překvapí, kolik nabídky, o které doteď nevěděli, je v jejich regionu.

? Jaká kritéria musely splnit organizace, které jsou do projektu zařazeny a uvedeny na webu?

Hlavní přihlašování organizací probíhalo na přelomu let 2023/2024 a kromě organizací, které jsou nějakým způsobem prověřené, ať už z festivalu, nebo z platformy, byly projekty vybírány prostřednictvím open callu. Kritéria byla nastavena, věřím, přiměřeně. Vybírali jsme z parametrů, které vycházely z definice kreativního učení, a ta sama je poměrně otevřená. Máme širokou škálu programů, od těch, které kreativní učení naplňují spíše po stránce formální (postaveny jsou zejména na určité technice nebo rozvoji dovednosti), až po programy, které jsou vymyšleny hodně konceptuálně a umění se dotýkají spíše okrajově.



? Jaké typy programů na mapě uživatel najde? A co mohou konkrétně přinést do výuky?

Škála je opravdu široká. Jen takhle namátkou se mi vybaví např. skvělý workshop organizace Pěšky městem, díky kterému (nejen) děti pochopí, jak funguje veřejný prostor, urbanismus, jak nás omezuje, ale především jak ho my sami můžeme proměnit v lepší. Nebo projekt Umělci po škole, ve kterém se mladí umělci stávají na chvíli kolegy pedagoga a profitují z toho všichni – děti, pedagogové i umělci. Typy programů asi ukáže lépe web, ale napadají mě taková klíčová slova: zpestření a probuzení, změna prostředí, proměna rolí, inspirace, vnitřní bohatství...

? Jak bude probíhat aktualizace MAPY? Může se přihlásit třeba další subjekt a požádat o zařazení sám?

Vzhledem k tomu, že máme na celý projekt bohužel omezené prostředky, proběhne další open call v květnu 2024 a s ním i update nabídky, nicméně subjekty se samozřejmě mohou hlásit průběžně. O zařazení rozhoduje správní rada platformy UMĚNÍM.

? Mimo to, že jste projektový manažer MAPY, vedete vzdělávací programy v Centru současného umění DOX. Na co byste do prázdnin učitele, kteří budou číst náš rozhovor, pozval?

Určitě bych je pozval na vzdělávací programy Centra DOX – vše je na webu. A pak 25. dubna 2024 budeme mít v rámci FUKu vernisáž výstavy Úhel pohledu: identita. Prostřednictvím několika uměleckých děl ukazujeme téma identity, které rezonuje zejména u žáků druhého stupně a středoškolků. Díváme se na něj třeba optikou menšin, nebinární osoby nebo umělce zabývajícího se dlouhodobě environmentálními problémy. V Centru DOX se v rámci programů nevěnujeme pouze vizuálnímu umění, ale i tématům, která výstavy mnohdy přesahují a jsou obecně lidská, například rozvíjení empatie, tomu, co je chyba, nebo otázce, jakým způsobem se člověk může stát angažovanějším občanem.

? Jak konkrétně tedy v Centru DOX se školami pracujete?

Máme čtyři základní okruhy. První se jmenuje Vizuální umění, design a architektura. Pomocí něj představujeme základní role v oblasti současného výtvarného umění. Uvedu příklad kurátora, který nám umožňuje zabývat se tím, jak staví výstavu a zprostředkovává tím další obsah. Ukazuje ale také, jak díky volbě obrazu a slova, ať už třeba v médiích, nebo v tom, co například učitel učí, vzniká nějaký další obsah, který může být potenciálně klidně manipulativní. Vše určuje kontext. Asi jsem to popsal dost velkou zkratkou, ale snad mi rozumíte. Jednoduše ukazuje, že tím, co si vybíráme, že budeme říkat, a jak to budeme říkat, vytváříme určitou zprávu.

? A co další tři okruhy?

Druhý okruh se věnuje rozvoji empatie prostřednictvím vyprávění příběhů, využíváme metodiku převzatou od irské neziskové organizace Narrative 4, kterou založil slavný spisovatel Colum McCann. Další okruh se jmenuje společenské vědy – ve třech programech se zabýváme třemi jevy: práce s chybou, efekt přihlížejícího a společenské stereotypy. Poslední, čtvrtý okruh se věnuje digitální gramotnosti.

? A poslední otázka – proč je podle vás důležité zapojovat umění a kreativitu do vzdělávání?

To je nejdůležitější otázka! Můj osobní názor je, že umění a kreativita nabízí rozvoj dovedností, které se nám nedaří rozvíjet v každodenním životě. Skoro bych mluvil o nějakém vnitřním bohatství, vztahu k sobě a ke světu, ale o tom se

krátce mluví špatně. Pak je tu i schopnost improvizovat, řešit problémy, nebát se nebo se umět postavit před něco, co neznáme. Umění totiž často pracuje s něčím neotřelým, umí překvapit i šokovat. Umí s vámi vstoupit do diskuse a vždy jej nemusíte považovat za správné řešení. Je pluralitní. Neopírám, že je velmi důležité učit se matematiku nebo jazyk, ale věřím, že umění a kreativita dokážou připravovat na věci dosud neznámé.

Rozhovor vedla Mgr. Michaela Váchová, odborná editorka Učitelského měsíčníku.

Nesmíme dětem dávat obrazovku jako digitální dudlík, říká expertka na digitální wellbeing Lábusová



Technologie samy o sobě nejsou dobré nebo špatné, záleží na tom, jak a k čemu je využíváme. Většina toho, co se děje online, je jen zrcadlem toho, co se děje offline. V kyberprevenci je klíčová vzájemná důvěra dětí a rodičů, ale i učitel může sehrát významnou roli, vysvětluje Adéla Lábusová, metodička NPI a odbornice na kyberprevenci, digitální wellbeing a kyberbezpečnost.

? Co je wellbeing?

Někdy se používají pro vystižení wellbeingu pojmy definující nějaký pozitivní stav, jako například pohoda, spokojenost. Je to tak v pořádku, jen to může být trochu zavádějící, když si nevyjasníme dvě věci.

Jednak: wellbeing se netýká pouze psychiky. Duševní stavy nelze oddělit od toho, jak zacházíme se svým tělem, jak přemýšlíme a rozvíjíme vztahy s druhými lidmi.

Za druhé není dobré stavět kýžený stav člověka pouze na pozitivních pocitech. Cílem není dosáhnout nějakého neměnného stavu štěstí. Samozřejmě že je do jisté míry cílem určitý stav spokojenosti nebo klidu, ale je důležité zohledňovat, že nutnou – a i prospěšnou – součástí života jsou také nepříjemné pocity, náročné situace, neporozumění nebo vyčerpání. Cílem je tedy spíše zvládat nároky, jaké život přináší, nějak zdárně a pro sebe i své okolí vlídně. Proto si myslím, že nejvýstižnější je mluvit o fyzickém, duševním a mentálním zdraví.

? A jak je to s digitálním wellbeingem, jak ho nejlépe definovat?

Je toho součástí a mohli bychom ho definovat jako zdravé a člověku prospívající užívání obrazovek, ať už mobilu, televize, počítače, nebo tabletu. Klíčem k tomu je, že mám nad užíváním obrazovek kontrolu a aktivně a vědomě ho usměrňuji podle toho, co mi prospívá a co již nějak škodí.

? Kdy se s rozvíjením této dovednosti dá začít?

Ujasněme si, že se nejedná o rozvoj jedné dovednosti, ale různých dovedností, respektive kompetencí. Zásadní je vědět, že wellbeing, nejenom ten digitální, se dává do chodu rozvojem kompetencí, což je v podstatě zhodnocování svých zkušeností a znalostí. Tak podporujeme seberegulaci, tedy dovednost vlastní vůli usměrňovat své jednání. Regulované užívání obrazovky je třeba učit od nejranějšího věku rozvojem kompetencí pro pohyb v online prostředích.

? Jak máme rozvíjet tyto dovednosti a kompetence u dětí?

Stejně jako učíme děti zdravě se stravovat a nejíst sladké, kdy se jim zachce, je třeba je učit zacházet s obrazovkou. U dětí ve věku do tří let pediatři doporučují plný zákaz, kromě výjimečných situací. Dejme tomu, že do pěti let je doporučena jedna hodina denně a pak do jedenácti let dvě hodiny denně s obrazovkou. Seberegulaci času s obrazovkou ale nedosáhneme pouze nastavením časových limitů. Děti potřebují podporu k tomu, aby se postupně adekvátně věku učily užívání obrazovky regulovat vlastní vůlí, a nikoliv naší.

Tomu pomáhá, když od malička děti učíme užívat obrazovku smysluplně tak, že jsme účastní jejich způsobu užívání digitálních prostředí a rozvíjíme jejich dovednosti se v nich pohybovat. Důležité je nepoužívat obrazovku jako takzvaný digitální dudlík k utišení jakékoliv nepohody, nudy, vzteku a podobně.

? Jak pracovat s rozvíjením této dovednosti na základní a střední škole?

Dobrá zpráva je, že na nejobecnější rovině základní dovednosti rozvíjíme samotným procesem výuky. Učíme děti odpovědnosti, rozvíjíme sociálně-emoční dovednosti, kritické myšlení a tak dále. Nicméně hodně by pomohlo zaměřit se alespoň občas, třeba jednou za půl roku, přímo na rozvoj dovedností ve vztahu k online prostředí. Děti potřebují prostor, aby mohly mluvit o svých zkušenostech s digitálním prostředím, otevřeně a bez hodnocení a morálních soudů tam, kde být nemusí.

Tam, kde nějaké limity a hranice potřebujeme, je samozřejmě musíme upevňovat, například není v pořádku sdílet cizí materiály bez souhlasu. Je ale třeba zajistit bezpečné prostředí, aby děti mohly mluvit i o svých nezdarech nebo nepříjemných situacích, protože to je nutným předpokladem, abychom upevňovali to dobré a pojmenovali, co již začíná škodit nebo je nebezpečné.

? Takže je potřeba dětem ukazovat, co jim technologie přináší a jak se při jejich využívání cítí, a věst je k tomu, aby si to uvědomovaly?

Reflexe nepříjemné zkušenosti je nutnou součástí rozvoje dovedností i změny životních návyků. A pozor, všímavost k sobě (sociálně-emoční dovednosti) by měla vést i k rozpoznání jevu, že nějaká činnost často poskytuje zároveň

příjemné i nepříjemné pocity a že činnost, která přináší v danou chvíli velké potěšení, může způsobit negativní důsledky až s časovým odstupem. Proto je třeba dávat oporu pro uvědomování širšího kontextu prožívání v rámci volby činností, které se rozhodnu vykonávat.

To může být dobrou prevencí i takových fenoménů, jako například Fear od Missing Out (FoMO), tedy potřeby stále sledovat internet z důvodu strachu, že nám něco unikne. V poskytnutí alespoň minimálního prostoru pro otevřenou diskusi může škola dětem velmi pomoci. Jinak tu příležitost děti moc nemají a těžko se naučí regulovat čas s obrazovkou samy.

? Jak moc souvisí užívání digitálních technologií s naší pohodou a zdravím?

Výzkumy, které vyhodnocují dopady různých okolností a podmínek na život člověka, ukazují, že vliv digitálních technologií je příliš malý na to, abychom mu mohli přikládat vůbec nějaký význam (do 1 % vlivu na celkovou spokojenost). Jiné okolnosti mají totiž na život člověka mnohem větší efekt a ty se dominantně odehrávají ve fyzickém světě.

Digitální prostředí mohou v konkrétním životě nabýt významně negativní roli, příčina takové situace ale vždy nějak souvisí s celkovým zázemím. Škodlivým prvkům nebo strategiím různých digitálních prostředí se ubráním, mám-li pro to oporu ve svém celkovém životě. Hezky to vystihuje citace z jedné výzkumné studie: Většina toho, co se děje online, je zrcadlem toho, co se děje offline.¹

? Jaké faktory tedy ovlivňují to, zda jsou dítě, dospívající nebo i dospělý člověk spokojení?

Je to podle očekávání to, co se nemění tisíce let, a sice vztahy s lidmi, v první řadě těmi blízkými, v rodině nebo pečovatelském prostředí, ale i s vrstevníky. Důležité je i klima školy, kde se jednak odehrává velká část vztahů s vrstevníky, jednak velká část života dítěte. Jistou roli má i genetická dispozice k psychické pohodě nebo naopak nepohodě.

A samozřejmě celkový rámec toho všeho, socioekonomický status. Tedy ten hlavní a nejdůležitější faktor lidského prospívání jsou bezpečné citové vazby, protože pouze lidé mohou zajišťovat člověku základní nejdůležitější potřeby, jako třeba bezpečí a jistotu vlastní hodnoty.

Autor fotografie: Nikola Ramešová



Rozhovor vedla Lucie Šnajdrová, NPO 3.1 DIGI Národního pedagogického institutu ČR.

¹ GEORGE, M. J. a C. L. ODGERS. Seven fears and the science of how mobile technologies may be influencing adolescents in the digital age. *Perspectives on Psychological Science* [online]. 2015, roč. 10, č. 6. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4654691/>.

Počernická světýlka – jedna z tradičních akcí v Horních Počernicích

IVONA KOBROVÁ

Článek pojednává o jedné z mnoha akcí, které vznikly spontánně s cílem udělat život v místní komunitě trochu lepší, přinést někomu radost, propojit subjekty působící v městské části tak, aby se všem žilo o něco lépe.

Úvodem je třeba zdůraznit, že Horní Počernice, městská část ležící na východním okraji Prahy, mají řadu aktivních obyvatel, kteří se nezděrají pomoci druhým, pro které není zatěžko udělat něco pro druhé, přičinít se o to, aby se v naší městské části žilo lépe, aby druzí měli radost. Není totiž pro mnoho z nás větší radosti než sdílet pocit, že někomu se díky nám daří lépe. Bez nároku na odměnu, jen pro ten pocit, že se něco dělá pro blaho druhých.

Přenesme se nyní do 90. let minulého století. Byla to doba plná zvratů, euforie, avšak i rozladění z nejistoty dalšího vývoje ve společnosti. Všechno začalo kolem pana Antonína Wágnera, tehdy vedoucího skautského hnutí v Horních Počernicích. Skauti začali spontánně roznášet Betlémské světlo, díky zapojení pana P. Heriana a paní K. Trutnovské se začalo pořádat Počernická kuře a v neposlední řadě se zrodil nápad lampiónového průvodu pro rodiny s dětmi Počernická světýlka.

Nikdo tehdy nemohl tušit, jak velký zájem bude v průběhu let o tuto akci. Počernická světýlka se konají vždy na začátku listopadu, tedy i počasí hraje svoji roli, avšak dnes můžeme s radostí konstatovat, že pro účast není důležité, zda prší, sněží, mrzne, rodiny vždy přijdou. Nejen z Horních Počernic, ale i ze širokého okolí. Každý ročník přivítáme více a více účastníků, což je pro nás obrovskou motivací, abychom další ročníky dělali s ještě větším nadšením. V minulém roce jsme měli přibližně 1 500 účastníků!

Součástí akce je i finanční podpora skautského hnutí v naší městské části a Střediska křesťanské pomoci Horní Počernice (SKP HOPO). Finanční prostředky získávají prodejem připraveného občerstvení, skauti prodejem vyrobených lampiónků. Nutno zdůraznit, že dnešní podoba je založena na konceptu spolupráce více subjektů – Chvalského zámku, DDM Praha 20, SKP HOPO, Divadla Horní Počernice, MUMU, SDHCH, spolku Molechet (Jirka Stibor), skřetího klanu Rak-Taarbari a v neposlední řadě naší školy.

Jak přiblížit Počernická světýlka? Jako nádherný a romantický lampiónový průvod po stanovištích s pohádkovými bytostmi. Každý z uvedených subjektů zajišťuje své stanoviště

s postavou z našich národních pohádek. Průvod v posledních letech vede původní obcí Chvaly, která má svá až mytická zákoutí a tajemné uličky. Jsou to taková „Stínadla“ na okraji Prahy. Při svitu lampiónků a rozžářených dětských očí vlastně ani není možné nedosáhnout požadovaného kouzla sváteční chvíle a neopakovatelného zážitku. Rodiny jsou spolu, rodiče vedou děti, společně se zastavují a naslouchají pohádkovým bytostem. Nikdo nemá v ruce mobilní telefon, nikdo nesleduje, co se děje ve virtuálním světě, všichni jsou fyzicky spolu.

Vlivem covidu prodělala samotná organizace průvodu zásadní změnu. Dlouhá léta se chodilo hromadně a nám se zdálo, že to je ta nejlepší cesta. V čele kráčel skaut, který průvod vedl, rodiny s dětmi ho následovaly. Poté přišel covid se svými opatřeními, nemohlo se chodit hromadně, a tak se vytyčila trasa, kterou každý procházel svým tempem. Dnes víme, že tato varianta je mnohem komfortnější i pro samotné účastníky. Rodiny mají čas si vše řádně prohlédnout, dotknout se vodníka, víly, navíc se rozprostřením průvodu podařilo zredukovat masu účastníků na individuální rodinnou procházku.

Celý průvod vždy začíná a končí u Chvalského zámku, kde se skauti starají o oheň a je přichystáno občerstvení pro malé i velké účastníky. Občerstvení je také o předávání radosti, všichni pečeme, aby každý dostal koláč; když je zájem dětí i dospělých moc velký, rozdáváme alespoň sušenky. A samozřejmě horký čaj, ten nesmí nikdy chybět. Jestli něco chybí, tak je to komerční prodej. Ten na akci místo skutečně nemá, cílem je dát zážitek, radost, mít prostor vychutnat si něco třeba obyčejného, avšak v dané atmosféře romantického a neopakovatelného. O tom svědčí i skutečnost, že akce se účastní i ti, jimž děti dávno odrostly, případně ti, kteří jako děti chodili a nyní už zase vedou své děti, aby předávali tu radost dál.

Naše škola se zapojuje svým vlastním stanovištěm, kde se snažíme zpestřit dětským účastníkům pohádkové putování zpracováním oblíbených pohádek. Dříve jsme preferovali pohádku O Budulínkovi, v minulém roce to byla pohádka O perníkové chaloupce. Na malé účastníky u nás čekali Mařenka, Jeníček i baba Jaga s kouzelným lesem a dalšími postavami. Dokonce nám nechyběla ani nádherná perníková

PŘEDSTAVUJEME

chaloupka se vším, co k ní patří. Co na tom, že to původně byla budka hlídače parkoviště. Pár víkendů, troška nadšení a stala se z ní téměř skutečná perníková chaloupka. Kdo nespátřil, nepochopí, jaké nadšení bylo, když malí účastníci vešli do blízkosti perníkové chaloupky a mohli si vzít perníček od baby Jagy. Vedoucí školní družiny se do své role neskutečně vžila a podat jí prstíček stálo naše nejmenší mnohdy hodně úsilí. Navíc si každý účastník odnesl domů i malý keramický dáreček, který připravila školní družina.

Čeho si na akci nejvíce ceníme? Propojení všech zúčastněných, možnosti udělat radost druhým. Zapojili jsme vlastně

celou školu – perníčky pekli školní jídelna, rodiče, vychovatelky, učitelé, asistentky. Všichni pomáhali během příprav i vlastní realizace. Podařilo se nám, že se škola akcí vrátila tam, kde kdysi bývala, navrátila se do pomyslného kulturního centra obce a propojila se s každým, kdo byl přítomen.

Jako škola si velmi vážíme toho, že jsme součástí týmu nadšených lidí různých profesí, kteří rádi dělají něco pro druhé. Nikomu není nic zatěžko, každý rád věnuje svůj čas, úsilí a často své finanční prostředky k tomu, aby se akce vydařila, vše fungovalo a účastníkům jsme přinesli radost do jinak obyčejné neděle.



Mgr. Ivona Kobrová, učitelka 2. stupně na ZŠ Stoliňská, vyučující českého jazyka, dějepisu, komunikačních technologií, výtvarné výchovy a pracovních činností



KNIŽNÍ TIP

Toto není jenom kniha – manuál pro kritické myšlení a vizuální gramotnost

Jen co ráno otevřeme oči, hrne se na nás nespočet vizuálních vjemů, které nadesignovali lidé. Abychom se mezi sebou dorozuměli, posíláme si různé zprávy – plakát na zdi v pokoji, obaly věcí, nápisy na oblečení, vyšitá loga, notifikace v mobilu, pomrkávající smajlíci, reklama na ulici, symboly v MHD, graffiti na zdi a mnoho dalších zpráv vytištěných nebo rozhybaných na obrazovce. **Opravdu se ve vizuální komunikaci vyznáme a rozumíme všemu?** Zprávy mají celou řadu dobrých i špatných úmyslů. V knize Kateřiny Přidalové se naučíme, jak zprávy různými způsoby číst a tvořit.

Pro koho je kniha a jak je pojata?

- Pro čtenáře od 15ti let
- Mezipředmětová praktická příručka pro učitele
- Nástroj pro vizuální, mediální a informační gramotnost
- Báze pro kritické a kreativní myšlení
- Obsahuje názorné příklady, otázky do diskuse a kreativní úkoly

Objednejte si knihu a tvořivý workshop pro učitele nejen výtvarných oborů.

Více informací na www.designeridetem.cz/publikace/



Užší nominace Magnesia Litera 2024

Ze sígrů byli najednou milí a rozumní lidé



Jaké to je, když u jednoho stolu nad hrou Člověče, nezlob se usedne žák základní školy a senior z centra pro osoby s Alzheimerovou chorobou? Přesně to popisuje v následujícím rozhovoru Martin Novák, učitel z pražské základní školy a koordinátor projektu Obejmi hrou. „Na začátku bylo možné pozorovat obavy a jakousi rozpačitost. Vše ale ustalo ve chvíli, kdy si žáci ke klientům přisedli a museli začít přirozeným způsobem komunikovat.

Nervozita odpadla a sociální pracovníci i my učitelé jsme byli mile překvapeni, jak hladký to mělo průběh. Po pár minutách jsme měli pocit, že u stolů sedí staří známí, kteří se sešli, aby si spolu zahráli společenské hry. Prostě taková škola života, se kterou se děti postupně seznamují.“

? Mohl byste v úvodu vaši školu představit?

Naše škola nese oficiální název Základní škola Praha-Kbely a dá se říci, že se řadí mezi větší základní školy v republice. Navštěvuje ji totiž přes 900 žáků. Počátky vzdělávání sahají v městské části v různých podobách až do roku 1892. Na současné adrese funguje škola od roku 1961. Máme celkem tři budovy, starý a nový pavilon, který byl otevřen pro velký nárůst obyvatel v roce 2015. Stavebně je propojený se starou školou z roku 1961. Kromě toho máme ještě jedno menší detašované pracoviště, kde jsou umístěny první třídy.

? V říjnu loňského roku jste spustili projekt Obejmi hrou. V čem spočívá?

Je to projekt, který má primárně za cíl propojit zcela odlišné generace a nalézt vzájemné mezigenerační pochopení. To se dá samozřejmě uskutečnit několika způsoby. My jsme vybrali takový, který podle nás přinese nejenom užitek, ale i pobavení v podobě hraní deskových a karetních her. Hned první setkání ukázala, že jsme se vydali správným směrem.

? Jak takové setkání probíhá prakticky?

Děti si připraví společenské hry, které vezmou s sebou do domova seniorů. Berou s sebou jak deskové, tak karetní hry. Vždycky jim klademe na srdce, aby braly takové hry, které senioři v alzheimercentru bezpečně poznají. Někteří senioři mají z nových, neznámých her obavy, že je nepochopí, že pro ně mohou být pravidla moc složitá, proto se neznámým hrám raději vyhýbají. Dochází tak zpravidla na opravdu známé hry: člověče, nezlob se, dámu, šachy, domino, pexeso

a karetní hry přší, občas se dostane i na žolíky. Úplně nejoblíbenější je hra Člověče, nezlob se. U té se vždycky žáci i senioři baví. Je to samozřejmě samotným jejím charakterem. Při hře dochází ke skutečnému emočnímu propojení. Velmi dobré je také pozorovat nekonečné soustředění šachistů. U pexesa zase snahu dětí pomoci seniorům, kterým se hůře obracejí malé kartičky.



? Jak často žáci senioři navštěvují a jak to probíhá?

Setkání probíhá jednou měsíčně. Jedna třída se do projektu dobrovolně přihlásí a zajede do pražského Domova seniorů Vysočany. Děti se rozesadí ke stolům podle toho, co kde chtějí hrát. Krátce se seznámí a pak už jen hrají a hrají a hrají. Čas je vymezen na jednu hodinu, avšak často se nám stává, že nemůžeme jednu ani druhou skupinu od hry odtrhnout. Všichni si ji totiž chtějí dohrát...

? V Domově seniorů Vysočany jsou především klienti se sníženou soběstačností. Nevnímali jste to ze začátku třeba jako překážku?

Naštěstí ne. Od samého počátku jsme věděli, že jde o alzheimercentrum, navíc jsme s domovem spolupracovali už

PŘEDSTAVUJEME

v rámci online projektu Obejmi čtením. Nešli jsme tak do zcela neznámého prostředí. Nemálo důležitá je příprava, ve které žáky na specifické prostředí připravujeme. Před akcí vždy pedagogové se žáky mluví, připraví je na to, že někdo reaguje v pohodě, někdo pomaleji, od někoho se reakce ani nedočkáte, někdo je po půlhodině unavený a potřebuje malou pauzu. Vždy je potřeba žáky ubezpečit, že to v žádném případě není jejich chyba, že nemusí cítit žádnou vinu, když setkání neprobíhá tak, jak si oni představují. To je ostatně život, žáci získávají cenné zkušenosti.

?) Jak už bylo řečeno, projekt navazuje na již realizované Obejmi čtením. V něm děti na dálku online četly seniorům z knih a povídaly si s nimi „o životě“. Mohl byste nám projekt trochu více připomenout?

Velice rád, na tento projekt jsme na škole pyšní. Šlo v něm, jak říkáte, o to, že se žáci živě pomocí online techniky propojovali se seniory a četli jim vybrané ukázky ze svých oblíbených nebo všeobecně známých knih. Kromě čtení si také děti připravily různé otázky, vždy k nějakému tématu. A následně si se seniory povídaly. O životě, o tom, jakou měli oni školu, jaké chtěli dělat zaměstnání, když byli malí, a zda se jim to splnilo, jak a kam rádi jezdili na dovolenou, jak trávili Vánoce či Velikonoce, ale senioři také například zavzpomínali na své první lásky. Témat bylo hodně, vždy si bylo o čem povídat. Program trval něco málo přes půl hodiny a čtení úryvků prokládalo ono povídání. Na závěr většinou zazněla písnička v doprovodu hudebních nástrojů. Pěkné bylo, když si závěrečnou písničku připravili i babičky a dědečkové a někdy na oplátku zazpívali oni dětem.

?) A jak tehdy všechno vlastně začalo? Šlo o nápad dětí, učitelů, nebo jste se někde inspirovali?

V době pandemie covidu-19 bylo na základě preventivního opatření uzavřeno mnoho institucí, školy a různé sociální zařízení nevyjímaje. Na začátku března 2021 nás za trvání nastavených opatření oslovila občanka Kbel Marta Žurková, zda bychom nechtěli realizovat nějaký komunikační kanál se seniory, kteří byli v té době zcela uzavřeni před světem. Přišli o možnost vycházet ven a zároveň byly z preventivních důvodů zakázány ve zdravotnických a sociálních zařízeních návštěvy. Její myšlenka se nám natolik zalíbila, že jsme ji vzali okamžitě za svou a začali na ní neprodleně pracovat.

Když to vezmu takto zpětně, je až s podivem, jak rychle se nám podařilo nápad zrealizovat. Již koncem měsíce jsme byli schopni ve spolupráci s dětmi nastavit obsah a průběh aktivity, ale také sehnat domovy seniorů, které musely narychlo vyřešit technickou a provozní stránku online přenosu.

Doba byla taková, že se do toho všichni s vervou dali, a povedlo se tak dvakrát, později i třikrát týdně vysílat do pěti domovů pro seniory. Kromě toho vysočanského jsme ještě živě vysílali do Dřevčic ve Středočeském kraji, Roudnice nad Labem, Hodonína a později i do Písku.

Hodonín byl specifický tím, že v červnu 2021 zasáhlo jižní Moravu tornádo a domov pro babičky a dědečky byl totálně zdemolovaný. Dva dny předtím si žáci s klienty přáli hezké prázdniny... Pro všechny to byla tehdy dost drsná zpráva. Ještě v ten den, kdy se to děti dozvěděly, natočily o velké přestávce videozdravici a povzbuzení klientům, aby se co nejdříve vrátili do svého domova. Jinak jsme rádi, že jsme inspirovali i jednu olomouckou základní školu, která se do projektu též zapojila.

?) Jak žáci na osobní kontakt se seniory reagovali? Bylo to v případě Obejmi hrou jiné než v případě Obejmi čtením?

Určitě to bylo jiné. Zatímco v Obejmi čtením se strany viděly přes obrazovku a měly kontakt na dálku, v Obejmi hrou se skutečně setkávaly tváří v tvář. Osobní setkání působilo u žáků větší nervozitu, na začátku bylo možné pozorovat obavy a jakousi rozpačitost. To ale hned ustalo, jak si žáci sedli k seniorům ke stolům a museli začít přirozeným způsobem komunikovat. Nervozita odpadla a sociální pracovníci i my učitelé jsme byli mile překvapeni, jak hladký to mělo průběh. Po pár minutách to vypadalo, jako by u stolu seděli staří známí, kteří se sešli, aby si spolu zahráli společenské hry. Prostě opět taková škola života, se kterou se děti postupně seznamují. Zajímavé bylo také pozorovat děti, které ve škole působí spíše jako sígři, jak na aktivitě „přepnuly“ a byli z nich milí a rozumní lidé. Máme tak možnost vidět tyto děti i z jiného úhlu pohledu, což je skvělé. I ony samy jsou někdy překvapené, jak se v jiném prostředí změní a že najednou mají úctu k jiným lidem. I proto se snažíme do projektu zapojovat celou třídu, nejenom „hodné“ děti.



? A jak naopak reagovali na osobní aktivitu senioři?

Stejně jako děti. Někteří se na ni doslova těšili, někteří měli obavy, jak budou s malými dětmi tady a teď fungovat. Někdo byl ihned bezprostřední, někdo byl zpočátku opatrný a roztál až během hry. Je to o povaze, jakou člověk má. V tomto se chovají děti i senioři naprosto stejně. Je to logické, každý jsme originál a každý přistupujeme k různým podnětům jinak. Důležité pro nás i pracovníky domova je, že na konci vidíme na obou stranách úsměvy a to, jak si aktivitu všichni užívají.

? Proč jste si jako cílovou skupinu vybrali právě naše starší spoluobčany?

Prapůvod je v projektu Obejmi čtením, o kterém jsme již hovořili. Kromě toho nám dává smysl propojovat zcela odlišné generace. Jednak učíme děti a mladé lidi k nějaké účtce ke starším lidem, jednak sami žáci vidí, co všechno může stáří obnášet, včetně radostí i strastí. Rozvíjejí tím sociální citění. V neposlední řadě to má přínos i pro senio-ry, protože v přítomnosti dětí a mládeže zkrátka mládnou,

poznávají, že jsou schopni stále komunikovat s mladými lidmi a že si s nimi mohou rozumět. Jak sami někteří klienti řekli: „Jsem rád, že ještě nepatřím do starého železa.“ Tohle je prostě nejvíc. Má to smysl, i proto to u nás není jednorázový projekt.

? Co ve škole chystáte do budoucna?

Snažíme se přicházet neustále s něčím novým. Jednou týdně u nás funguje vysílání školního rozhlasu, které o velké přestávce dělají samy děti. Školní parlament organizuje jednou ročně literárně-výtvarnou soutěž Kbelský psavec. Vloni ji dokonce děti rozšířily i oblast mimo školu, zapojit se mohl každý, kdo bydlí ve Kbelích. Tedy i dospělí. Uskutečnili jsme také celoškolskou olympiádu, i se zapálením olympijského ohně... Plánů je hodně, něco se realizuje, něco se dá do šuplíku. Aktuálně vyrazí žáci 2. stupně v rámci programu Erasmus+ na zkušenou do Berlína. V červnu chceme také realizovat vlastní celoškolskou dopravní výchovu, ve které budou děti prvního stupně soutěžit v různých disciplínách a starší žáci to budou spoluorganizovat. Výzev je hodně. Jen na ně najít čas.

Rozhovor vedla Mgr. Michaela Váchová, odborná editorka Učitelského měsíčníku.

Škola pro děti (z pohledu dětského psychologa)

Václav Martin

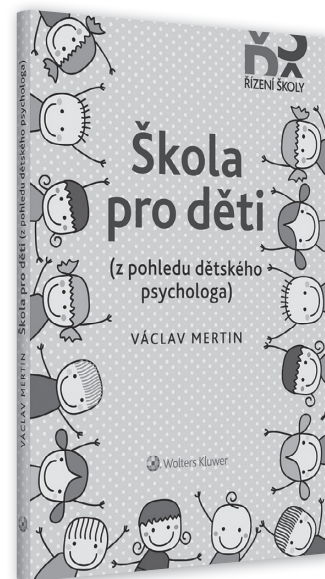
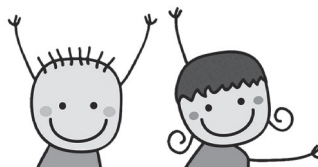
Škola je skutečně pro děti. Co bychom měli dělat pro to, aby byl školní čas využitý zejména pro učení, aby dítě chodilo do školy rádo, aby se do ní i těšilo, aby se nebálo a aby se co nejvíc naučilo? Měli bychom dítěti především porozumět. Měli bychom proto ve škole rozvíjet Radost, Laskavost, podporovat Vnitřní motivaci i Bezpečí školního prostředí. Děti bychom měli učit Oddalovat uspokojení, Angažovanosti a Odpovědnosti i Metakognici nebo Optimismu. Další kapitoly jsou věnovány reflexi takových okolností, jako je Chudoba rodiny, Fyzickým trestům, Komunikaci s rodiči.

55 zpracovaných okruhů pokrývá relevantní oblasti školní praxe, nad kterými se spolu se čtenáři autor zamýšlí. Podstatná část knihy se zabývá poznatky o možnostech účinnějšího působení učitele.

šmarteca Kniha je dostupná také jako e-kniha

Objednávejte na
www.wolterskluwer.cz/obchod

 Wolters Kluwer



Když si musíte být jistí

Interaktivní expozice, která baví učitele i žáky

SIMONA KUBÁTOVÁ

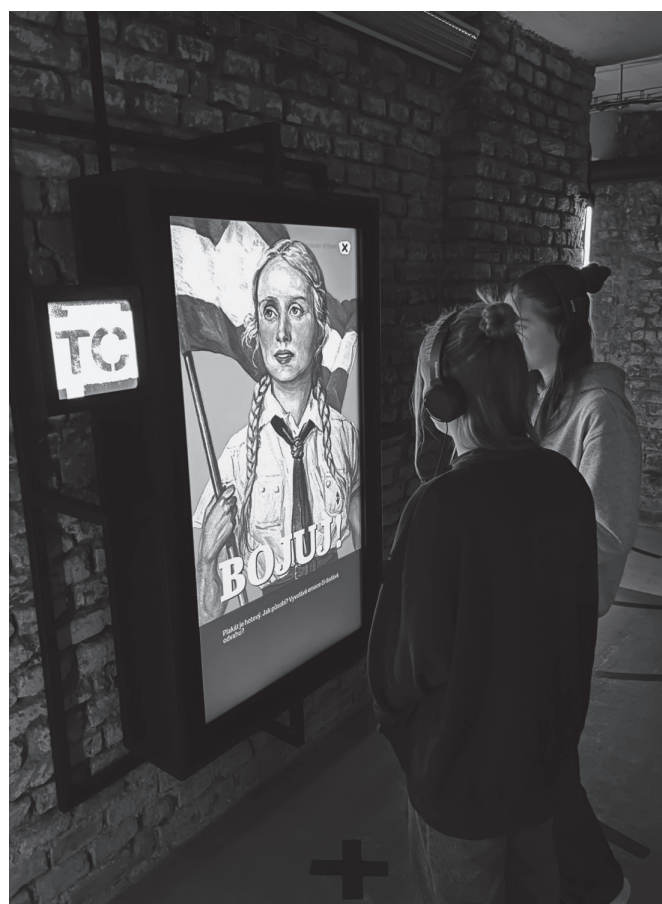
Vezměte své žáky do Pardubic nebo do Brna na výlet do československé historie, který je zaujme i vzdělá! Cestovatele pohltí rozšířená realita, netradiční projekce, dotykové obrazovky, vizuální a zvukové efekty. Sami se navíc aktivně zapojí do zkoumání a pomocí tabletu budou moci příběh i ovlivňovat.

Instituty Paměti národa Pardubice a Brno vytvořily pro školy jedinečný vzdělávací program. Skládá se z interaktivní expozice Tichá hrdinství, která propojuje příběhy pamětníků s moderními technologiemi, a z tematického workshopu s lektorem.



Aktuálně jsou k dispozici dvě období, každé se dvěma příběhy. Příběh Jaryny, která díky svým znalostem chemie zachránila desítky Židů, zavede žáky mezi odbojáře druhé světové války. Tomáš je provede svou cestou po evropských druhoválečných bojištích. Milena jim představí prostředí jáchymovských dolů, odkud pašovala dopisy a kde se zamilovala do jednoho z politických vězňů. A Leopold, přezdívaný Hurvínek, je nechá nahlédnout do světa partyzánů i do komunistického vězení padesátých let.

O tom, jaký tento výlet do historie je, nejvíce řeknou reakce učitelů, kteří Tichá hrdinství už navštívili. Loni na podzim jsme mezi nimi udělali anonymní průzkum a čtenářům zde nabízíme jejich odpovědi.



Zeptali jsme se, jaké byly jejich dojmy z návštěvy expozice:

- „Interaktivní expozice se nám velmi líbila! Ač jsme ji navštívili těsně před prázdninami, čemuž zprvu odpovídala i motivace žáků, následně se nechali strhnout jak do debaty, tak do plnění zadaných interaktivních úkolů.“
- „Z návštěvy expozice v Pardubicích jsem měl jen pozitivní dojmy. Zaujala mě zejména expozice, která velice příjemným a pro žáky přitažlivým způsobem přiblížila sledovanou dobu. Prostřednictvím moderní techniky, zajímavých exponátů i efektů se dokázali lépe vcítit do osudů jednotlivých lidí. Dění kolem sebe vnímali více smysly a opravdu si s sebou odnesli prožitek, který jim zůstane v paměti.“

- „Velice poutavá interaktivní expozice. U studentů vzbudila velký zájem a díky jejím interaktivním prvkům ji velice důkladně prošli a zároveň v nich zanechala informace, včetně zážitků z prožitého.“

Zajímalo nás také, co je podle nich největším přínosem:

- „Jsem ráda, že program i výstava propojují žákům to, co se společně učíme ve škole.“
- „Dějepis neučím, ale bylo to zajímavé připomenutí našich dějin. Přínos pro mě byl čas strávený se svou třídou. Viděla jsem, jak žáci reagují na informace, které byly mnohdy nepřilíh příměnné. Jejich emoce a zapojení do aktivit, jak fungují jako kolektiv. Musím říct, že za mě to byla jedna z nejlepších exkurzí, které jsem se žáky absolvovala, a za to děkuji.“
- „Zpětná vazba, nakolik jsou studenti schopni reagovat v rámci problematiky českých moderních dějin.“
- „Byla radost sledovat zájem žáků, diskutovat s nimi a sdílet s nimi jejich nadšení z nově objevených informací. Z hlediska etiky, výchovy k občanství a ZSV jsou vzpomínky pamětníků a záznamy jejich příběhů velice inspirující a pro některé studenty představují poznání doposud nepoznaného. Někteří mají minimální vhlad do historie, proto jim spojení současného dění ve společnosti ve

srovnání s historií neuvěřitelným způsobem otevírá jejich pohled na život v dnešní době.“

- „Oživení, výstava pomohla v tom, že žáci poznali, že historie nejsou jen fakta a události, ale živí lidé, kteří právě onu historii tvoří.“

A co říkali na návštěvu expozice sami žáci a žákyně?

- „Byli překvapeni, na žádné podobné akci nebyli. Rozhodně doporučovali, aby se jí účastnili všichni žáci naší školy.“
- „Mnozí to zažili poprvé a byli unešení, zároveň si odnesli mnoho zajímavých informací, které se do nich dostaly nenásilnou formou.“
- „Líbilo se jim, že si expozici většinu času procházeli sami s tabletem. Oceňovali také možnost si věci osahat a zažít.“

Celý program včetně workshopu trvá čtyři hodiny. Expozici Tichá hrdinství najdete v Institutu Paměti národa Pardubice v Machoňově pasáži na třídě Míru a v Institutu Paměti národa Brno v Radnické 10.

Rezervujte si termín pro svou třídu včas. Více informací a rezervační formulář najdete v sekci Pro školy na webových stránkách tichahrdinstvi.cz.



Bc. Simona Kubátová, koordinátorka vzdělávacích projektů Paměti národa Východní Čechy

Rodiče vítáni – značka, která nemůže Vaší škole chybět!

Značkou Rodiče vítáni se na dveřích mohou pyšnit všechny školy, které jsou vstřícné při komunikaci s rodiči.

Co to znamená? Např. že škola s rodiči aktivně komunikuje a že tato komunikace je obousměrná a partnerská.

- Na webu www.rodicevitani.cz naleznete všechna kritéria, která je nutné splnit.
- Značka Rodiče vítáni není jen samolepka na dveřích. Dává rodičům záruku, že školu pro své dítě vybrali správně.
- Celý projekt Rodiče vítáni byl původně vytvořen neziskovou organizací EDUin. Certifikace tak dává jistotu, že jde o kvalitní a důvěryhodný program.



 **ŘÍZENÍ ŠKOLY**

www.rodicevitani.cz

Nové publikace pro demokratické vzdělávání

PAVEL MATĚJKA, VLADIMÍR DOBEŠ

Svobodné demokratické vzdělávání se po dekádách existence na okraji stává respektovaným vzdělávacím proudem z důvodu rychle se měnících požadavků na absolventy škol. Touto cestou vám představujeme dvě nové publikace, které mohou podpořit rozvoj demokratického vzdělávání v České republice nejen přímo ve svobodných demokratických školách: Průvodce učitele svobodné demokratické školy a Kurikulum demokratických nástrojů.

Svobodné demokratické školy

Svobodné demokratické vzdělávání vychází z přesvědčení, že člověk je ve své podstatě autonomní, konstruktivní, pro sociálně orientovaná bytost, která má evolučně zakotvenou schopnost seberozvoje, spolupráce a celoživotního učení. Z tohoto předpokladu pak vychází poslání svobodných demokratických škol: poskytovat vzdělávání prostřednictvím vhodného prostředí, které plně respektuje člověka a které mu umožňuje přirozené, vnitřně motivované učení. Cílem je objevit a rozvinout plný potenciál každého člověka.

Tohoto cíle se ve svobodných demokratických školách dosahuje prostřednictvím dvou základních strategií spojených s hodnotami, které se dají zjednodušeně shrnout pod klíčová slova svoboda a demokracie. Svoboda jde ruku v ruce s odpovědností za své učení, proto jsou vzdělávací aktivity ve svobodné demokratické škole založeny na dobrovolnosti a na úplném věkovém míchání.

Život ve svobodné demokratické škole je protkáno často i velkým počtem pravidel, kterými si školní komunita vytváří bezpečné prostředí a určuje hranice. Každý její člen může navrhnout změnu pravidel nebo vznik nového pravidla. Určení hranic tímto participativním způsobem je důležitou součástí organizace školy, stejně jako aplikování nenásilné komunikace.

Demokracie je ve svobodných demokratických školách založena na respektu mezi všemi, na rovnosti hlasů dětí i dospělých a na možnosti podílet se na rozhodování o všech věcech, které se týkají školního dění. Její integrální součástí je i vytváření podpůrné a spolupracující komunity školy.

Průvodce učitele svobodné demokratické školy

Nová příručka pro učitele *Průvodce učitele svobodné demokratické školy* bude představena na Konferenci svobodných



demokratických škol 23. 3. 2024 v Praze a následně bude k dispozici odborné veřejnosti. Obsahuje řadu zkušeností a informací týkajících se svobodných demokratických škol. Lze je ale využít i v jiných vzdělávacích přístupech. Svobodné demokratické školy naplňují svým specifickým způsobem tendence ve vzdělávání, které jsou podporovány vzdělávacími strategiemi nejen u nás, ale i ve světě a které zahrnují například přechod na kompetenčně orientované vzdělávání, na podporu vnitřně motivovaného učení a odpovědnosti studenta, na vytváření moderní kultury školy založené na její demokratizaci a na tzv. wellbeingu, na podpoře spolupráce a přirozeného učení a na organickém vytváření sociálních kompetencí, včetně přirozené inkluze.

Průvodce podrobně popisuje vzdělávací koncepci svobodných demokratických škol a její teoretické zdroje. Samostatná kapitola je věnována vzniku a více než stoleté historii tohoto vzdělávacího konceptu s popisem modelových škol, jako jsou Summerhill ve Spojeném království a Sudbury Valley School v USA. Asi nejpersvědčivějším důkazem, že svobodné demokratické

a přirozený způsob učení, samostatná kapitola je věnována nenásilné komunikaci, jejíž aplikaci je ve svobodných demokratických školách věnována významná pozornost.

Kurikulum demokratických nástrojů

Druhá nová publikace, *Kurikulum demokratických nástrojů*, je na druhé straně zaměřena na žáky. Poskytuje praktické nástroje pro budování posilujícího školního prostředí, tipy na demokratické vedení školy či třídy a koncepční rámce, které umožňují aktivní zapojení a učení odpovědnosti jako součásti každodenního školního života. Žáci tak mohou zažít skutečnou sounáležitost se třídou a kamarády jako naplnění základní lidské potřeby kvalitních vztahů. Kurikulum je vhodné zejména pro základní a střední školy a je uplatnitelné na různých úrovních: ve třídě, kroužku nebo ve škole jako celku.

Součástí *Kurikula* je také 26 karet s popisem konkrétních aktivit do třídy, díky kterým mohou žáci danou problematiku lépe pochopit, přímo si ji vyzkoušet a zažít.

Cesta k demokracii začíná bezpečným a inspirativním prostředím, které je nezbytné pro upřímné vyjadřování žáků a spolupráci mezi nimi. Několik karet přináší nápady, jak takové prostředí vytvořit. Jiné karty popisují aktivity na pochopení demokracie, svobody a odpovědnosti, a to nejen osobní, ale i skupinové. Další pokrývají důležitou oblast demokratické společnosti, kterou jsou způsoby rozhodování. Pomocí navržených aktivit si žáci mohou zažít různé způsoby rozhodování a vcítit se do potřeb a pocitů všech zúčastněných. Pro školní prostředí jsme zařadili nápady pro participaci žáků na řízení školy či ovlivňování jejího chodu: kruhy, školní sněm, školní parlament a různé přístupy k řešení konfliktů.

O projektu

Projekt Česko Norský most k demokracii zážitkem je společným projektem tří škol: ZŠ a SŠ CoLibri a ZŠ a SŠ Donum Felix z ČR a školy Nyskolen z Norska. Projekt probíhající 18 měsíců byl zahájen 1. 8. 2022. Prostřednictvím EHP fondů přispívají Island, Lichtenštejnsko a Norsko ke snižování hospodářských a sociálních rozdílů v Evropském hospodářském prostoru (EHP) a k posilování spolupráce s 15 evropskými státy. Výsledky projektu jsou dostupné na webových stránkách bridge2democracy.eu.

Popis aktivity:

1.

Rozdělení rolí: Rozdělte si ve skupině role. Facilitátor, pisar/tajemník, strážce ticha, apod.. Můžete si také připravit malé kartičky s popisem role. Role lze po každém probíraném tématu změnit, aby si danou roli mohlo vyzkoušet více lidí.

Témata: Předem, nebo na začátku zasedání sepište témata, která se budou probírat. Zejména na začátku se mohou studenti stydět nebo procesu nedůvěřovat. Z tohoto důvodu je důležité zažít důsledky rozhodnutí – návštěva dohodnutého místa výletu nebo uplatnění dohodnutého pravidla na denní bázi ve třídě.

2.

3.

Domluvíte se na způsobu hlasování. Můžete vyzkoušet většinové hlasování, nebo rozhodnutí na základě konsenzu – sociokracie.

Projděte postupně naplánované body a pokud je o nich potřeba hlasovat, proveďte hlasování. Je vhodné dělat zápis.

4.

Reflexe:

Zejména pokud jde o první zkušenost vaší skupiny, třídy nebo školy, sdílení je potřeba.

Otázky k reflexi:

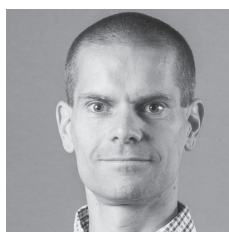
Jaké to pro vás bylo mluvit před ostatními?
Jaké to pro vás bylo formulovat otázky nebo argumenty?
Jak probíhá diskuse o tématu a nepřijímání rozhodnutí?
Co považujete ve školské radě za užitečné?
Co dalšího byste chtěli přinést do diskuse v budoucnu?
Co jste se dnes naučili?

Důležitost atmosféry rovnosti:

Je důležité udržovat respektující prostředí pro všechny účastníky. Neexistuje žádný špatný názor. Vždy může existovat nesouhlas, ale založený na argumentaci, nikoli na hodnocení osoby.

vzdělávání funguje a že respektuje i rychle se měnící požadavky trhu práce, jsou jeho absolventi, kterým je v *Průvodci* věnována speciální kapitola. Průzkumy z celého světa se shodují, že absolventi svobodných demokratických škol nemají problém pokračovat v dalším vzdělávání podobně jako jejich vrstevníci z jiných škol, oproti nim ale obvykle vykazují vyšší míru sociálních kompetencí, více se pouští do vytváření vlastní práce a podnikání a obecně se zdají být v životě spokojenější.

Průvodce shrnuje i poznatky z oblasti vývojové psychologie a neurovědy, které se dotýkají předpokladů pro kvalitní



Pavel Matějka,
ředitel ZŠ a SŠ CoLibri



Vladimír Dobeš,
spoluzakladatel ZŠ a SŠ Donum
Felix

Učte prvouku jinak s novými učebnicemi z TEREZY

JITKA KRBCOVÁ

Hledáte pro své žáky učebnici, která bude obsahovat i jiné aktivity než úkoly typu „vybarvi“, „spoj“, „podtrhni“? Myslíte při výuce na žáky s různými styly učení? Pátráte po inspiraci na Facebooku, Instagramu nebo YouTube? Rozhodli jsme se vytvořit novou řadu učebnic prvouky a přírodovědy, která vám a žákům nabídne aktivity plné objevování, bádání, kritického myšlení, ale i pohybu.

Co v učebnicích najdete

Učebnice žákům nabídnou moderní pohled na přírodu a člověka jako její součást. Kladou důraz na objevování blízkého okolí, fascinaci přírodou a pochopení souvislostí. Jejich součástí jsou i badatelské a venkovní hodiny. Zároveň rozvíjejí i sociální dovednosti a společenskovední témata. Umožňují žákům propojit zjištěné informace do souvislostí a zařadit je do myšlenkových schémat.

V učebnicích využíváme toho, že prvouka je předmět, v kterém si mohou žáci spoustu věcí vyzkoušet, osahat a prohlédnout. Nabízí prostor pro tematické pohybové hry, dramatizaci, ale také pro práci ve skupinách a rozvoj spolupráce.

Učebnice jsou propojené jednou tematickou linkou. Jednotlivé lekce spolu díky tomu „komunikují“ a nejsou vytržené ze souvislostí.



Prvouka jako předmět

Prvouka zprostředkovává žákům přírodovědná i sociální témata z různých společenskovedních a přírodovědných disciplín. Tím se její pojetí stává poměrně komplikované. Chápání předmětu výuky může znesnadňovat

i nespojitost učiva, jak uvádí výzkum Pražské skupiny školní etnografie shrnutý v publikaci *Předškolní a primární pedagogika* Zuzany Kollárikové. Z výzkumu také vyplynulo, že žáci nevnímají prvouku jako předmět, který je ve škole baví nebo buduje jejich vztah ke škole.

Kdo za učebnicemi stojí

Učebnice tvoří tým lidí ze vzdělávacího centra TEREZA a zkušených učitelek z prvního stupně. V TEREZE máme 45letou zkušenost s tvorbou metodických materiálů, které učitelé využívají ve svých hodinách. Rozhodli jsme se ale udělat další krok a své zkušenosti zúročit v tvorbě ucelených učebnic. Nechceme tvořit učebnice jen od stolu, a proto jsme přizvali ke spolupráci paní učitelky, které jsou z praxe a mohou navržené lekce rovnou i zkusit se svými žáky.



Co už je hotové

V tuto chvíli je na světě pilotní verze **pracovní učebnice prvouky pro 3. třídu**. Do její tvorby se zapojily Andrea Tlaskalová, Eliška Rejnová, Katka Vrtišková a Daniela Šťastná, které určitě mnozí znáte i jako lektorky seminářů, učitelky z Učí-Telka nebo z ocenění Global Teacher Prize a z jiných vzdělávacích akcí.

Třetáci se v ní seznámí s živly jako s podmínkami života. Pracovní učebnice je plná pokusů, badatelství, objevování okolí, ale i práce s textem. Didaktické metody se během roku systematicky opakují. Žáci postupně objevují, proč jsou živly důležité pro život, jak se jim živočichové a rostliny přizpůsobují, jakou mají sílu a jak ji využíváme. Samozřejmě nechybí ani venkovní pátrání po živlech. Hodiny respektují roční období. Učebnice nabízí fascinaci a inspiraci přírodou, ale neopomíná ani rozvoj komunikačních, sociálních a personálních kompetencí žáků.

Protože chceme, aby se k vám dostala učebnice už vyzkoušená a ověřená, **testujeme ji v tomto školním roce na šesti různých základních školách.**

Ohlasy z pilotních škol:

- „Z učebnice je nadšení napříč třídou, dětmi i mnou. Nadšené byly i učitelky z jiných tříd, které se byly podívat u mě v hodině.“ Radka Chaloupková ze ZŠ Vrané nad Vltavou
- „Ze mě, z rodičů i z dětí odpadly počáteční otazníky a nejasnosti a nyní už jsme opravdu všichni 100% spokojení. Dokonce bych řekla, že **vidím i pokrok v uvažování dětí i v jiných předmětech – více nad daným tématem diskutují, zkoumají.**“ Barbora Hulanová ze ZŠ Malšice
- „S prvoukou jsem moc spokojená, děti jsou víc a víc nadšené. Líbí se mi, že se aktivity opakují. Děti se zlepšují.“ Alena Řezníčková ze ZŠ Libouchec

Kdy se na učebnice můžete těšit

Zároveň s testováním učebnice pro třetáky probíhá tvorba učebnic pro 1. a 2. třídu, které vybrané školy vyzkouší v příštím školním roce. První učebnice vám nabídneme pro školní rok 2025/2026.

Zaujala vás možnost učit prvouku jinak?

Na celou učebnici si budete muset ještě počkat. Zatím si zkuste:

- úvodní lekci, kde se žáci seznámí se všemi živly,



- jednu z lekcí z živlu VZDUCH – dvouhodinovka „**KDO JAK LÉTÁ – Jak létají rostliny**“ je zaměřená na způsoby šíření semen a na hledání rostlin, které ke svému šíření využívají vzduch.



Těšíme se, že vám budeme moci nabídnout i další lekce a hlavně celou sadu učebnic.



Za autorský tým učebnice **Jitka Krbcová**, Vzdělávací centrum TEREZA, z. ú.



TEREZA



Hledáte zaměstnance?

Hledáte práci?

www.edujob.cz



Bezplatný program Den pro školu reaguje na potřeby společnosti a pracovního trhu 21. století

MICHAELA VESELÁ

Kdo lépe představí aktuální trendy a novinky ze svého oboru než přímý zástupce dané profese? Kdo přesvědčivěji a autentičtěji zvýší motivaci žáků a studentů než nadšený expert či specialista? S kým jiným připravit tematicky pestré projektové hodiny než s proškolenými dobrovolníky, kteří přispějí k diverzitě vaší výuky a posílí růstové nastavení mysli školáků?

Pro všechny výše zmíněné a mnohé další případy je tu celoročně program Den pro školu, který se spokojeností využívají stovky škol všech typů a stupňů po celé České republice. Program běží více než dva roky pod záštitou Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy a nabízí vyučujícím elegantní způsob propojení teorie s praxí. Stojí za ním Nadace České spořitelny ve spolupráci s organizací Začni učit!

Pedagogové si mohou vybrat na webu denproskolu.cz z početné komunity prověřených dobrovolníků zástupce kýžené profese, přiblížit lokaci školy a zadat formát setkání. Panel připravených dobrovolníků je rozmanitý a stále ho doplňujeme novými zájemci různých povolání. V nedávné době jsme mezi ně přivítali např. filmovou kostymérku, pilota, vedoucího vývoje v IT firmě, etického hackera, stavaře, terapeuta, farmaceutku, personalistu, výživovou poradkyni, fotbalového trenéra mládeže, archivářku a mnoho dalších.

Oslovení vytipovaného dobrovolníka je uživatelsky velmi přívětivé, bezbariérové a není třeba žádné registrace či administrativní zátěže. Stačí jen vyplnit a odeslat krátký informativní formulář a vyčkat, až se vám dobrovolník ozve a Den pro školu potvrdí.

Finální podoba příspěvku či výstupu ve škole je výsledkem společné přípravy a dohody dobrovolníka s vyučujícím a záleží na jeho výukovém plánu, nápaditosti a otevřenosti vůči inovativním vzdělávacím metodám.

V centru pozornosti nestojí však pouze zajímavý a inspirativní kariérní příběh dobrovolníka, ale také jeho cesta, na níž si osvojil řadu dovedností, schopností a postojů.

Co všechno Den pro školu nabízí a jak z něj mohou žáci či studenti profitovat?

- Dobrovolníci jsou experti ve své doméně a v první řadě velmi dobře **znají a zprostředkují své zaměstnání, podnikání nebo řemeslo**. Přiblíží, jaké předpoklady

a znalosti jsou pro danou profesi třeba. Svým příkladem motivují příslušníky mladé a nastupující generace k úspěšné cestě za pracovním nebo osobním snem.

- Dobrovolník funguje jako **zdroj poznání a inspirace**. Mnohdy přichází z neznámého profesního prostředí a svým působením může přimět žáka přemýšlet o své budoucnosti, o dalších možnostech uplatnění na trhu práce a současně podpořit jeho rozhodování či plánování.
- Dobrovolníci se kromě pracovního vyžití věnují řadě neobvyklých koníčků a aktivit. Mohou **vzbudit zájem, přispívat ke zvědavosti** či otevřít školákům oči, aby si všimli oblastí, o kterých doposud neměli tušení. Najdeme mezi nimi vášnivě včelaře, fotografy, cestovatele, dobrodruhy, orientační běžce, chovatelku koní, farmáře či jinak prospěšně angažované inspirativní osoby. Vliv dobrovolníka může mít velký, či dokonce trvalý dopad na život mladých lidí.
- Svým příběhem či zkušenostmi může **dobrovolník jako pozitivní vzor** představovat morální nebo hodnotovou inspiraci. Následování hodné mohou být výsledky jeho práce, jeho prospěch společnosti či jeho míra zodpovědnosti.
- Dobrovolníci **přinášejí do škol vysoce aktuální témata**, kterými podněcují k živé diskusi, k argumentaci a ke kritickému myšlení. Vyučující si mohou pozvat odborníka k tématu paliativní péče, využití umělé inteligence ve škole a životě, rozpoznání svých silných stránek, rizikových faktorů vzniku obezity, principů dědičnosti a mnoha dalším.
- Den pro školu je možné pojmout také perspektivou **budování lepšího klimatu a wellbeingu ve třídě**. Dobrovolníci z řad terapeutů a psychologů rádi připraví interaktivní workshop pro třídní kolektivy, aby se všichni cítili ve škole dobře, aby žáci mohli naplno rozvíjet svůj potenciál a navazovat funkční vztahy.
- Dobrovolníci mohou také přispět k rozvoji kompetencí, které pomohou vyvarovat se rizikových forem chování či experimentování s návykovými látkami a přispějí k prevenci závislostí.

- V naší databázi máme také šikovné ekonomy a bankéře, kteří si rádi připraví příspěvek k **posílení finanční gramotnosti dětí**, k zodpovědnému hospodaření s osobními financemi a k doporučením, jak být trvale finančně zdravý.
- Dobrovolníci pestrých profesí s vámi rádi připraví projektovou hodinu nebo **projektový den** a do jejich výběru doporučujeme nezapomenout zapojit samotné žáky či studenty.

V neposlední řadě umožňuje program Den pro školu žákům a studentům **návštěvu pracoviště dobrovolníka**, aby si prohlédli např. skutečnou laboratoř, IT firmu, archiv, redakci, koňskou farmu, letecký simulátor, veterinární kliniku, nahrávací studio, domov pro seniory a jiné.

Den pro školu je moderní a snadno dostupnou vzdělávací příležitostí mnoha podob a formátů, která obohacuje vzdělávání a přináší do škol nejen nové impulsy a praktickou inspiraci, ale především připravuje mladé lidi na nelehké pracovní i osobní podmínky v 21. století.



Den pro školu je bezplatný program Nadace České spořitelny, který spojuje učitele s dobrovolníky z praxe a díky němuž se odborníci různých profesí dostávají do škol a inspirují žáky. Více se dozvíte na www.denproskolu.cz.



Michaela Veselá, projektová manažerka programu Den pro školu

KONFERENCE

Škola jako místo setkávání

Nenechte si ujít 2. ročník oblíbené konference a rezervujte si své místo včas!

4. 10. 2024 | Novotného lávka, Praha

Více informací

www.skolajakomistosetkavani.cz



Wolters Kluwer



Psychohygienu u asistenta pedagoga

VERONIKA KARTÁKOVÁ

Přinášíme poslední díl seriálu o online kurzu Děti s OMJ v české škole společnosti Člověk v tísni, o. p. s. Minulý měsíc jsme se zaměřili na kapitolu, která pojednávala o Romanovi – žákovi, který se potýkal s demotivací. Na konci jsme zmiňovali, že tato situace se zdárně vyřešila, mimo jiné i díky úsilí asistentky pedagoga Anny. Anna odvedla dobrou práci při řešení všech výzev, se kterými se setkala společně s protagonisty prvních tří kapitol, tedy s Daryou, Olenou a s Romanem. Anna se ale dostala do fáze, kdy začala pociťovat příznaky vyhoření, a sama by nyní ocenila pomoc. Jak taková pomoc může vypadat?

Anna a psychohygienu

Anna Ševčenko do České republiky přijela společně s malým synem, manžel zůstal na Ukrajině. Tam Anna pracovala jako učitelka na prvním stupni. Hned po příjezdu začala hledat práci v české škole. Chtěla zůstat ve svém oboru, protože ji práce ve školství velmi naplňuje. Nakonec se jí to podařilo a získala místo asistentky pedagoga ve škole v blízkosti svého nynějšího bydliště.

Nástup na nové místo přinesl některá úskalí. My jsme se na jejím příkladu snažili poukázat na to, s čím vším se může asistentka pedagoga, která pracuje s dětmi s OMJ, setkat při nástupu do školy. Zvolili jsme ty situace, které zaznívaly ve fokusních skupinách, jež jsme vedli s asistentkami pedagoga s odlišným mateřským jazykem. Patřila mezi ně adaptace nově příchozích dětí, komunikace s rodiči, doučování a mnoho dalšího. To jsme v kurzu tematizovali. Díky těmto autentickým situacím, jsme měli možnost se do situace Anny lépe vcítit a pokusit se udělat její obraz plastičtější.

Anna je v našem kurzu konfrontována s projevy počínajícího vyhoření. Jak tyto projevy poznáme? Co můžeme udělat pro to, abychom je podchytili? A jak v takovém případě postupovat?

Důležité je určitě v rámci kolektivu dbát na to, aby každý věděl, že se má na koho obrátit, zkrátka že není v řešení situací, kdy někoho potřebuje, sám. Nezaměřujeme se ale jenom na činnosti, které vyžadují práci celého kolektivu, ale také na sebepečí. Vyplatí se věnovat se koníčkům a aktivitám, které nám přinášejí klid a dobrý pocit. Není potřeba na sebe tlačit a je dobré si dávat realistické cíle.

Vraťme se ale k vyhoření. Co patří mezi jeho příznaky? Snažili jsme se poukázat na projevy, při kterých je potřeba zpozornět. Mezi hlavní příznaky patří únava, nesoustředěnost a neschopnost „vypnout“. Další najdete uvedené uvnitř kurzu, stejně jako tipy na to, co dělat, pokud je začnete sám/sama pociťovat.

U Anny jsme jako jeden z důvodů vyhoření definovali to, že má potíže si držet hranice. Na začátku svého působení v české škole si totiž nedostatečně ujasnila své kompetence a rovněž

se jí nepodařilo si uspokojivě stanovit vzájemná očekávání s kolegy. Vyjasnění si náplně práce samozřejmě dříve nebo později přijít muselo.

Nedílnou součástí je i komunikace s rodiči dětí a také zprostředkování kontaktu mezi nimi a školou. Anna čím dál více naráží na to, že není příliš asertivní. Jenže si klade otázku, co je ještě asertivní a co je už potenciálně nezdvořilé a mohlo by způsobit konflikt. Pro někoho, kdo má problém s vytyčením hranic, může být obtížné to rozpoznat. Proto jsme do kurzu zařadili i body, podle kterých si to lze vyjasnit. Jedním z nich je hledání oboustranně výhodného řešení. Existují i další metody a tipy, jak v tomto ohledu postupovat a jak si vše nastavit tak, aby to fungovalo i v dlouhodobém horizontu.



Také se věnujeme nastavení hranic, což jsme výše detekovali jako problém. Anna totiž funguje jako, dalo by se říci, most mezi rodiči a školou. Každý rodič potřebuje něco jiného, každý také komunikuje jinak a každý má jiné představy, očekávání a kapacity. To je zcela přirozené.

My jsme v kurzu popsali jednu konkrétní situaci, ve které se naše asistentka Anna ocitne a je pro ni nesmírně náročná, protože zde naráží na svoje limity. A týká se právě hranic. Situaci jsme rozehráli a dali jsme účastníkům kurzu na

vybranou ze tří reakcí. Sami vyberou variantu, která se jim osobně zdá nejlepší a kterou by sami zvolili. Ke každé z nich přikládáme komentář s vysvětlením, jaké má toto řešení výhody a nevýhody. U těch variant, které nepovažujeme za ideální, nabízíme alternativu, která je podle nás vhodnější.

V kapitole najdete i další tipy, jak pracovat s hranicemi, jak být asertivní a jak si nastavit funkční mechanismy psychohygieny.

Anna si prošla dlouhou cestu. Naštěstí včas rozpoznala, že něco není v pořádku. Nějakou dobu jí trvalo si přiznat, že bohužel není v jejích silách situaci zvládnout sama. Poté vyhledala odbornou pomoc a probrala s psychologičkou svou

situaci. Individuální konzultace jí velmi pomohla odhalit příčiny diskomfortu a také rozmyslet další kroky. Anna se cítí mnohem lépe a už má zase elán a může efektivně pracovat s dětmi.

Příběhem Anny končí náš online kurz Děti s OMJ v české škole, který najdete na stránkách kurz-lepsiskola.clovekvtisni.cz nebo kurz-cestiny.clovekvtisni.cz. V rámci tohoto seriálu jsme se snažili představit základní situace a východiska, se kterými jsme v kurzu počítali a pracovali. Mnoho informací a tipů jsme samozřejmě neprozrazovali, ale jsou k nalezení uvnitř kurzu. Tímto vás zveme k jeho absolvování.



Veronika Kartáková, metodička vzdělávání ukrajinských dětí a pedagogických pracovníků ve společnosti Člověk v tísni, o. p. s.



Spánková edukace – efektivní cesta ke zlepšení spánku našich studentů?

LUCIE HORÁČKOVÁ, ANNA FROMBERGEROVÁ

Tématu spánku je v posledních letech věnována stále větší pozornost, a to i kvůli nárůstu spánkových obtíží. Nespavost se vyskytuje u 30–50 % populace a narůstající tendence jejího výskytu souvisí především se zrychleným tempem života nebo nepravidelným cyklem spánku a bdění (Pretl, Smolík, 2021). Je zřejmé, že spánek je klíčovým prvkem pro fyzickou funkčnost našeho těla. Opomínat by se však neměla ani jeho spojitost s lidskou psychikou a wellbeingem.

Vzniklo množství (i tuzemských) psychologických výzkumů, které zkoumají spánek, jeho kvalitu a léčbu obtíží u dospělých. Méně se tedy setkáváme s výzkumnými šetřeními – a především praktickou realizací prevence či intervence – u specifických kategorií, jako jsou např. adolescenti či přímo studenti středních škol.

Studenti středních škol jsou během svého studia vystavováni množství výzev, které jim před ně staví jak jejich vývojové období, tak vnější podmínky. Oba faktory pak utvářejí jejich psychickou (ne)pohodu. Již častěji se v praxi setkáváme s preventivními programy na podporu duševního zdraví, na osvojování technik zvládání stresu apod. Spánek v tomto

období hraje taktéž důležitou roli, která by neměla být opomínána ve vzdělávacích ani preventivních programech (Příhodová, 2011).

Je již běžnou praxí, že studenti středních škol pijí nápoje obsahující kofein a tráví více času na elektronických zařízeních. Obojí má dopad na kvalitu spánku. Adolescenti a mladí dospělí mají taktéž specifickou preferenci v rozvržení bdělosti a spánku. Tato preference spočívá v pozdějším ulehnutí (cca 0:00–2:00) a pozdějším vstávání (9:00–10:00), což se prakticky nesetkává s požadavky začátku školy, který bývá standardně v 8:00. Studenti pak musí jít proti svému momentálnímu biologickému nastavení. Častou praxí je i učit

KLIMA ŠKOLY

se přes noc na úkor spánku, což není příliš šťastnou volbou, protože spánek hraje roli i v paměťových procesech. Výše zmíněné faktory mohou přispívat k tomu, že spánek není kvalitní, studenti trpí spánkovou deprivací, což snižuje jejich výkon ve škole a má dopad na ostatní oblasti jejich života, včetně celkové duševní pohody.

Aktuálně výzkumně zkoumáme vliv spánkových edukací u studentů 3. a 4. ročníků středních škol na kvalitu jejich spánku. Všechny výsledky budou detailně zpracovány v rámci diplomové práce. Program byl koncipován na základě zahraničních výzkumů a vlastních zkušeností z praxe a prevence. Součástí programu je i vyplnění dotazníku zaměřeného na kvalitu spánku, který studenti vyplňovali před programem samotným a následně čtyři týdny po něm. Studenti hodnotí také subjektivní přínos celého programu.

Spánková edukace měla časovou dotaci dvě vyučovací hodiny a byla rozdělena na dvě části. První se zabývala mechanismy a procesy spánku, hormony a celkovou funkcí spánku. Druhá část se zaměřovala na zlepšení spánkových návyků. V této části jsme se studenty bavili o délce jejich spánku, délce usínání, konzumaci kofeinu či užívání elektronických zařízení. Okrajově jsme navázali i na práci s myšlenkami a relaxačními technikami.

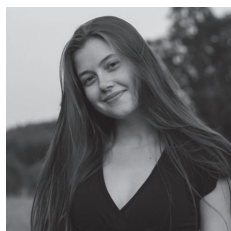
Edukace se prozatím účastnilo kolem 70 studentů na pražských a libereckých středních školách. Jedná se o pilotní program či *proof of concept*, který má samozřejmě své limity, jež je potřeba následnou praxí doladit. Z aktuálně získaných dat vyplývá, že studenti vnímali přednášku jako přínosnou

a měli by zájem o komplexnější program. Oslovilo je především téma užívání kofeinu a mechanismů spánku. Zároveň vnímáme jako důležité podotknout, že jednou stránkou jsou data, která získáme z dotazníků, a druhou je pozorování v rámci třídy při realizaci edukace. Výrazným tématem, které třídami rezonovalo, byla práce s negativními myšlenkami, kvůli kterým mívají problém s usínáním nebo nočním buzením. To je oblast, které se dotazníky nevěnovaly, ale bylo evidentní, že právě práce s myšlenkami před usnutím je něco, co je pro studenty velmi důležité téma, které kvalitu jejich spánku ovlivňuje.

Předběžně se ukazuje, že studenti vnímají spánkové edukace jako přínosné. K tomu přispívá i pozitivní hodnocení učitelů, kteří se edukací účastnili společně se studenty. Věříme tedy, že tento druh preventivního programu si najde své místo mezi dalšími programy, které budou zkvalitňovat nejen spánek, ale i celkovou duševní pohodu našich studentů.

ZDROJE

- PRETL, M. a P. SMOLÍK. *Doporučené diagnostické a terapeutické postupy pro všeobecné praktické lékaře: Nespavost* [online]. Praha: Centrum doporučených postupů pro praktické lékaře, 2021. Dostupné z: <https://www.svl.cz/files/files/Doporucene-postupy/2020/DP-Nespavost.pdf>.
- PŘÍHODOVÁ, I. Poruchy spánku u dětí a principy spánkové hygieny. *Pediatric pro praxi* [online]. 2011, roč. 12, č. 1, s. 54–57. Dostupné z: <https://www.pediatricpropraxi.cz/pdfs/ped/2011/01/15.pdf>.



Bc. Lucie Horáčková,
studentka
psychologie na
PedF UK, školní
psycholožka
a nadšenec do
spánku (nejen
vlastního)



PhDr. Anna Frombergerová,
Ph.D.,
psycholožka,
působí na katedře
psychologie



UČITELSKÝ MĚSÍČNÍK

ročník V
4/2024

■ Vydává:

Wolters Kluwer ČR
www.wolterskluwer.cz

■ Šéfredaktorka:

Mgr. Naďa Eretová
e-mail: redakce@rozeniskoly.cz

■ Odborná editorka:

Mgr. Michaela Váchová
tel.: 774 555 570

■ Adresa:

Wolters Kluwer ČR
redakce Řízení školy
U Nákladového nádraží 10
130 00 Praha 3
tel.: 246 040 444
IČ: 63077639

■ Předplatné a distribuce:

tel.: 246 040 400
e-mail: obchod@wolterskluwer.cz

■ Inzerce:

Mgr. Miroslav Hřebecký
tel.: 777 230 849
e-mail: mhřebecky@gmail.com

■ Tisk:

SERIFA, s. r. o.
Jinonická 80, Praha 5

Za správnost údajů uvedených
v článcích odpovídají jejich autoři.

Přetisk a jakékoli šíření dovoleno
pouze se souhlasem vydavatele.

Vydávání povoleno Ministerstvem
kultury ČR pod číslem
MK ČR E 23924
ISSN 2694-9946

Všeobecné obchodní
podmínky najdete na
www.wolterskluwer.cz/obchod.

Předáno do tisku dne 20. 3. 2024

© Wolters Kluwer ČR, 2024

 Wolters Kluwer | ASPI



Vytištěno na 100% recyklovaném
papíru se značkou Eco-label EU.