

NABÍDKA VZDĚLÁVÁNÍ PRO ŠKOLY

školní rok 2024/25



Čím se lišíme od konkurence? Naše semináře jsou interaktivní, pro menší skupinu účastníků, obsahově zaměřené na míru vašim potřebám.

Níže je uveden základní přehled témat, která můžeme učitelům a dětem nabídnout, obsahy jednotlivých témat lze dle vašich požadavků upravovat. Semináře lze platit ze šablon, většina kurzů je akreditována. Potřebujete-li se šablonami pomoci – ať již s následnou administrací nebo s podáním žádosti – kontaktujte nás.

Semináře můžeme připravit na míru vašim potřebám – po obsahové i organizační stránce. Na základě individuální domluvy s lektorem vám můžeme přizpůsobit obsah na míru. Po organizační stránce může být zvolena úsporná verze – kdy seminář proběhne u vás ve škole bez občerstvení, v tom případě platíte pouze za lektora a základní organizaci semináře, případně potřebné pomůcky.

Základní cena za 8 hodinový seminář pro 10 účastníků bez zajištění stravy a místnosti je **2000 Kč na účastníka**. Semináře se snažíme dělat spíše pro menší skupiny, tak aby mohly být interaktivní a lektor se mohl věnovat potřebám všech učitelů.



V případě přihlašování a dotazů nás kontaktujte na info@ucitelskeespresso.cz nebo na telefonu 721 364 959.

AKTIVITY PRO UČITELE

NAŠE ÚPLNĚ NOVÉ SEMINÁŘE

- **VIZE A HODNOTY ŠKOLY** – Jitka Kořínková, zpravidla 8 a více hodin, pro vedení a sborovnu
- **KOMUNIKACE S RODIČI** – navazuje na vizi školy, Jitka Kořínková, zpravidla 8 a více hodin
- **DĚTSKÁ PSYCHOPATOLOGIE** – Kristina Pernicová, zpravidla 6-8 hodin, pro učitele všech stupňů vzdělávání
- **ORIENTACE V ONLINE PROSTŘEDÍ** – Klára Hekrlová – 90 min, lze udělat i na 6 hodin, dle požadavků, pro všechny stupně vzdělávání
- **SEXUÁLNÍ VÝCHOVA A INTERNET** – Klára Hekrlová – 90 min, lze udělat i na více hodin, II. stupeň základních škol a střední školy
- **KYBERŠIKANA** – Klára Hekrlová – 90 min, lze udělat dle potřeb delší, pro základní školy

SEMINÁŘE S APLIKACÍ DO VÝUKY (průřezová témata)

- **ETIKA A PROSOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ** – Marie Najmonová – zpravidla 8 hodin, pro II. stupeň ZŠ
- **MEDIÁLNÍ VÝCHOVA** – Kateřina Kúmpel – zpravidla 8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání
- **OSOBNOSTNĚ SOCIÁLNÍ ROZVOJ – SČÍTEJ DARY** – Jitka Kořínková, zpravidla 8 hodin vzdělávání, pro všechny stupně vzdělávání

OSVĚDČENÉ SEMINÁŘE

- **ŠIKANA A KYBERŠIKANA** – Klára Hekrlová – zpravidla 6 hodinový seminář, pro základní školy
- **PRÁCE S TÝRANÝM, ZNEUŽÍVANÝM A ZANEDBÁVANÝM DÍTĚTEM** – Tomáš Tenkl – zpravidla 6 hodinový seminář, pro všechny stupně vzdělávání
- **ŽÁK S ODLIŠNÝM MATEŘSKÝM JAZYKEM** – Klára Martinovská – zpravidla 6 hodinový seminář, pro I. stupeň ZŠ nebo pro II. stupeň ZŠ
- **PSYCHOHYGIENA UČITELE** – Jitka Kořínková – zpravidla 6–8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání
- **NÁROČNÁ TŘÍDA** – Kristina Pernicová – zpravidla 6 hodinový seminář, lze udělat pro I. stupeň ZŠ nebo pro II. stupeň ZŠ
- **RADOST Z UČENÍ** – Jitka Kořínková a Klára Kováčová – dvoudenní seminář, doplněný o 2 x 3 hodinový online, pro všechny stupně vzdělávání
- **PRÁCE SE TŘÍDOU A UTVÁŘENÍ DOBRÉHO KLIMATU** – Jitka Kořínková, Kristina Pernicová – dvoudenní seminář, doplněný o 2 x 3 hod online, pro ZŠ – lze upravit pro I. nebo II. stupeň ZŠ
- **EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE A KOMUNIKAČNÍ TYPY** – Vlasta Křenovská – zpravidla 8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání
- **ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ VE TŘÍDÁCH** – poradenství – Klára Kováčová, která pracuje v Dětském a dorostovém detoxikačním centru, nebo možnost realizovat seminář podle vašich potřeb.
- Dále vám můžeme nabídnout zprostředkování **SUPERVIZÍ**

AKTIVITY PRO DĚTI

PROJEKTOVÉ DNY PRO DĚTI (většinou 60–120 min aktivity pro více tříd v rámci dopoledního programu)

- **SEXUÁLNÍ VÝCHOVA** – Barbora Matějková
- **PRÁCE SE TŘÍDOU** – Klára Hekrlová
- **HRAVOST A JAK JI SMYSLUPLNĚ VYUŽÍT** – Martin Šedivý
- **IMPROVIZACE PRO DĚTI** – Martin Šedivý
- **MINDFULNESS PRO DĚTI** – Martin Šedivý
- **VODA V KRAJINĚ, CESTA VODY, PŘÍBĚH KAPKY** – www.H2OSPODAR.CZ
- **WORKSHOP O FINANČNĚ PRÁVNÍ GRAMOTNOSTI** – Miroslava Zápotočná
- **WORKSHOP O KOMUNIKACI JAKO PREVENCII VZNIKU KONFLIKTU** – Miroslava Zápotočná, Klára Hekrlová

REALIZACE VOLNOČASOVÝCH KROUŽKŮ

- **OSOBNOSTNĚ SOCIÁLNÍ ROZVOJ** – Barbora Matějková – týdenní kroužek na pololetí nebo školní rok – 45 nebo 90 minut týdně

PODROBNÝ POPIS JEDNOTLIVÝCH AKTIVIT

NAŠE ÚPLNĚ NOVÉ SEMINÁŘE

- **VIZE A HODNOTY ŠKOLY** – Jitka Kořínková, zpravidla 8 a více hodin, pro vedení a sborovnu
Vzájemné naladění. Hodnoty – hledání hodnot školy. Vize – hledání společné vize školy. Závěry a závěrečná reflexe.
» Další navazující část: **KOMUNIKACE S RODIČI** – Jitka Kořínková, zpravidla 8 a více hodin.
Vedení rozhovoru, struktura rozhovoru. Kladení otázek. Techniky aktivního naslouchání. Otevřené otázky.
Nástroje pro stanovení cíle, kterého chci dosáhnout. Základy dávání a přijímání zpětné vazby.
- **DĚTSKÁ PSYCHOPATOLOGIE** – Kristina Pernicová, zpravidla 6-8 hodin, pro učitele všech stupňů vzdělávání
Psychiatrické minimum pro učitele – orientace v základní diagnostice, duševní poruchy, se kterými se můžete potkat.
Orientace v systému psychiatrické péče. Sebepoškozování.
- **ORIENTACE V ONLINE PROSTŘEDÍ**
– Klára Hekrlová – 90 min. seminář, lze udělat i na 6 hod, dle požadavků, pro všechny stupně vzdělávání
Používáte internet k zadávání dat ve škole, čtení zpráv či vyhledávání počasí, ale ostatní možnosti jsou pro Vás velkou neznámou? Chcete se lépe zorientovat v online prostředí, seznámit se s aktivitami, kterým se na síti věnují Vaši žáci, přiblížit se k nim a pochopit tak jejich zájmy? Hlavními tématy jsou: Počítačové hry, Instagram, Facebook, TikTok, Snapchat, Tellonym, Online výzvy, Prevence.
- **SEXUÁLNÍ VÝCHOVA A INTERNET** – Klára Hekrlová – 90 min, lze udělat i na více hodin, II. stupeň základních škol a střední školy
Nejste si jisti, jak s dětmi mluvit o sexu? Pociťujete obavy z negativního vlivu internetu na sexualitu?
Zúčastněte se semináře, ve kterém se zaměříme na následující témata: Sexuální výchova, Sociální sítě, Pornografie, Aktuální výzkumy, Kazuistiky z praxe, Prevence, Kontakty.
- **KYBERŠIKANA** – Klára Hekrlová – 90 min, lze udělat dle potřeb učitelů delší, pro základní školy
Chcete být připraveni na případný výskyt kyberšikany u Vás ve škole a vědět, jak ji poznat, co dělat a zejména jak jí předcházet?
Právě pro Vás je připraven tento seminář, kde se budeme věnovat následujícím tématům: Základní teorie, Varovné signály, Co dělat, když se kyberšikana potvrdila, Kazuistiky, Prevence, Kontakty.

SEMINÁŘE S APLIKACÍ DO VÝUKY (průřezová témata)

- **ETIKA A PROSOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ** – Marie Najmonová – zpravidla 8 hodin, pro II. stupeň ZŠ
Jak rozvíjet etické a prosociální chování u žáků. Jak může využít učitel metody rozvíjející etické a prosociální chování k individuální diagnostice žáka. Jak může využít učitel rozvíjející etické a prosociální chování k diagnostice vztahů ve třídě. Jak pracovat s odlišností a jinakostí v kolektivu školní třídy. Jak utvářet a rozvíjet spolupráci mezi rodinou a školou atd. Vyzkoušíme si psychologické hry a komunikační hry.
Doplněno metodickými listy – 20 lekcí pro 5. a vyšší třídy ZŠ.
- **MEDIÁLNÍ VÝCHOVA** – Kateřina Kümpel – zpravidla 8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání
Základy mediální gramotnosti (jak vzniká zpráva a jak se šíří, proměna mediálního světa). Jak se vyznat v digitální džungli, která nastala na sociálních sítích (různé druhy obsahu, ověřování informací a obrázků, zodpovědný přístup k informacím). Jak fungují sociální sítě (jaká jsou pozitiva a negativa sociálních sítí a proč je dobré o on-line životě mluvit s dětmi). Jak pracovat s metodikou a jak ji zpracovat do výukového plánu.
Doplněno metodickými listy – 20 lekcí pro 5. a vyšší třídy ZŠ
- **OSOBNOSTNĚ SOCIÁLNÍ ROZVOJ – SČÍTEJ DARY** – Jitka Kořínková, zpravidla 8 hodin vzdělávání, pro všechny stupně vzdělávání
Učitel(ka) učí jen to, čím sám/sama je. Celý život je vlastně cestou učení a seberozvoje. Občas to jde ztuhle a často nás to baví. Pojdme se podívat na svůj seberozvoj tak, aby nás to bavilo. Sčítej dary znamená soustředit se na to, co nám jde, pojmenovat si to a ocenit to. Odtud jít dál k tomu, co chceme u sebe objeovat a dále rozvíjet. Cesta jde přes autentickou reflexi a ten klíč máme, tak ho můžeme vzít a zažít, kdykoli budete připraveni.
Na semináři zažijete: koučovací přístup, zastavení a prožívání, autenticitu, plynutí a radost, dary a talenty k rozvíjení u sebe a u svých žáků. Doplněno metodickými listy – 20 lekcí pro I. stupeň ZŠ. Podrobné metodické listy pro II. stupeň ZŠ – 30 lekcí. Podrobné metodické listy pro střední školy – 30 lekcí.

OSVĚDČENÉ SEMINÁŘE

• ŠIKAN A KYBERŠIKAN – Klára Hekrlová – zpravidla 6 hodinový seminář, pro základní školy

Na semináři se probírají zejména: Přehled chování, které lze označit za šikanu/kyberšikanu, rozlišování od škádlení a jak se ke vzniklé situaci postavit, informace o možnostech řešení. Prvky funkční komunikace mezi školou a rodinou, zvýšení dovedností ve vedení rozhovoru s obětí, agresorem a rodiči. Důraz na konkrétní preventivní aktivity zamezující výskytu problémového chování, podpora školy. Práce s klimatem školní třídy.

Ukázka - viz Youtube https://www.youtube.com/watch?v=rcDdhp_UGVg.

• PRÁCE S TÝRANÝM, ZNEUŽÍVANÝM A ZANEDBÁVANÝM DÍTĚTEM

– Tomáš Tenkl – zpravidla 6 hodinový seminář, pro všechny stupně vzdělávání

Seminář obsahuje hlavní témata: Jaké jsou definice a formy syndromu CAN. Co jsou rizikové formy vzniku syndromu.

Jaké jsou kompetence pedagoga a jakou roli hraje podpora školy. Doporučené postupy řešení, OSPOD.

Praktické příklady, řešení konkrétních případů.

Ukázka - viz Youtube kanál <https://www.youtube.com/watch?v=8CgeFo2KF7k>.

• ŽÁK S ODLIŠNÝM MATEŘSKÝM JAZYKEM – Klára Martinovská – zpravidla 6 h seminář, lze udělat pro I. stupeň ZŠ nebo II. stupeň ZŠ

Během semináře se dozvíte: Jak probíhá inkluzivní vzdělávání žáka s OMJ. Co to je speciálně-pedagogická podpora žáků s OMJ.

Jaká je role aktérů vzdělávacího procesu žáka s OMJ. Jak může probíhat spolupráce rodiny a školy. Jaká existuje metodická podpora pedagogům při práci s žáky s OMJ a další.

Doplňeno pomůckami do výuky: Honzík na cestě kolem světa. Příručka pro učitele.

Ukázka - viz Youtube kanál <https://www.youtube.com/watch?v=EhaYvIQbodc>.

• PSYCHOHYGIENA UČITELE – Jitka Kořínková – zpravidla 6–8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání

Jak zvládat nároky kladené na učitele a stres v učitelství. Co to je syndrom vyhoření, jaké jsou jeho příčiny

a jak mu lze předcházet. Jak zvládat existující potíže. Společně budeme hledat řešení na příkladech reálných situací.

Rozebereme konkrétní případy. Vyzkoušíme si psychologické hry a komunikační hry.

Praktická pomůcka – manuál a deník vděčnosti.

Ukázka - viz Youtube kanál <https://www.youtube.com/watch?v=RckcF2rvZKs>.

• NÁROČNÁ TŘÍDA – Kristina Pernicová – zpravidla 6 hodinový seminář, lze udělat pro I. stupeň ZŠ nebo pro II. stupeň ZŠ

Jaké jsou možnosti a meze práce v roli učitele. Na čem stavět osobnost pedagoga. Jak nastavit funkční systém péče v rámci

školy a vědět, na koho se kdy obrátit. Jaké jsou přínosy supervize, psychohygieny a týmové práce. Jak lze předcházet problémovému chování. Jak pracovat s krizovou situací.

Praktická pomůcka – seznam technik do výuky.

Ukázka - viz Youtube kanál <https://www.youtube.com/watch?v=yCi6wu6MuAg>.

• RADOST Z UČENÍ

– Jitka Kořínková a Klára Kováčová – dvoudenní seminář, doplněný o 2 x 3 hodinový online, pro všechny stupně vzdělávání

Radost z učení – jak ji poznat, obnovit, udržet, prohloubit, pečovat, předávat. Práce s chybou, emoce, výstup z komfortní zóny, balanční kolo, aplikace na žáky. Reflexe praktické aplikace. Vyhodnocení, sdílení dobré praxe.

Praktická pomůcka – manuál.

• PRÁCE SE TŘÍDOU A UTVÁŘENÍ DOBRÉHO KLIMATU

– Jitka Kořínková, Kristina Pernicová – dvoudenní seminář, doplněný o 2 x 3 hod online, pro ZŠ – lze upravit pro I. nebo II. stupeň ZŠ

Pozitivní třídní klima a můj rozvojový plán. Moje třída, monitorování klimatu, komunikace. Reflexe praktické aplikace.

Vyhodnocení, sdílení dobré praxe.

Praktická pomůcka – seznam technik do výuky.

Ukázky viz Youtube kanál <https://www.youtube.com/watch?v=-K6AMjO44Ps&t=3s>, <https://www.youtube.com/watch?v=N-rowELrZBx0>

• **EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE A KOMUNIKAČNÍ TYPY** – Vlasta Křenovská – zpravidla 8 hodin, pro všechny stupně vzdělávání
Přinést do popředí důležité souvislosti mezi vnitřním prožíváním a vnějším projevem člověka. Předat znalosti o komunikačních zákonitostech a typech tak, aby mohli být okamžitě použitelné a přínosné v práci i v každodenním životě.

Proč si s někým rozumím a s někým vůbec ne? Jak lépe porozumět žákům, šéfovi nebo kolegovi. Proč někteří nevidí, co jim ukazují anebo neslyší, co jim říkám? Jak řešit konflikty, nedorozumění a negativní reakce ze strany kolegů nebo žáků? Jak lépe porozumět své jedinečnosti a umět použít své přednosti v komunikaci. Jak správně rozeznat a naladit se na komunikační styl protistrany. Jak lépe předávat své myšlenky, vize i pocity svému okolí. Jak méně manipulovat, a přesto správně vyjadřovat své potřeby a požadavky.

Doplněno metodickými listy – 20 lekcí pro I. stupeň ZŠ.

• Dále Vám můžeme nabídnout zprostředkování SUPERVIZÍ ve Vaší škole, spolupracujeme např. s panem Miroslavem Čedíkem, kontakty na supervizory máme i v dalších krajích ČR.

• **ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ VE TŘÍDÁCH** – Klára Kováčová, která pracuje v Dětském a dorostovém detoxikačním centru – poradenství nebo možnost realizovat seminář podle vašich potřeb.

AKTIVITY PRO DĚTI

PROJEKTOVÉ DNY PRO DĚTI většinou 60–120 min aktivity pro více tříd v rámci dopoledního programu

• **SEXUÁLNÍ VÝCHOVA** – Barbora Matějková

Sexuální výchova a témata s ní spojená jsou s oblibou ve výuce vynechávána, vykládána pouze biologicky nebo omezená na prevenci rizikového chování. Ale jak je to například s tím souhlasem? Jak se vlastně správně nazývají pohlavní orgány? Jak je to s bolestí u prvního sexu? Jak je to s pornem? Na takové otázky a mnohé další se se studenty a studentkami podíváme. V osmé třídě se můžeme věnovat mýtům spojeným se sexem, v deváté třídě pak problematice pornografie, v prvním ročníku otázce souhlasu a ve druhém ročníku například sexuálnímu obtěžování. Nic však není striktně dáno a můžeme se tématům věnovat napříč ročníky. Samozřejmostí je také důvěrná krabička na různorodé dotazy. Během workshopu se třída nebude dělit na holky a kluky. Je důležité, aby kluci věděli, jak to mají holky a holky naopak, jak to mají kluci. A také se tím vyhneme nepříjemným situacím v případě nebinárních, trans nebo queer studujících.

• **PRÁCE SE TŘÍDOU** – Klára Hekrllová – lze realizovat na míru stupni a potřebám konkrétní třídy

Ukázka 2 hodinového programu pro 6. třídu: zaměřeno na komunikaci, sebepoznání a podporu zdravých vztahů ve třídě. Aktivity: úvod, úvodní kolečko a něco o mně, výměna míst, míčky, židle, balónek, ložisko, závěr, vyhodnocení a doporučení pro práci se třídou.

• **HRAVOST A JAK JI SMYSLUPLNĚ VYUŽÍT** – Martin Šedivý

Po krátkém úvodu, proč je hravost důležitá jak u zvířat, tak u lidí, se děti rozdělí do skupinek po dvou. Každá dvojice má potom během deseti minut vymyslet jakoukoliv hru v délce 2 minuty pro ostatní. K vymýšlení hry si dvojice vyberou různé artefakty (kostky, zvířátka, karty, míček, balónky, gumičky, knoflíky, brčka, dřevíčka...). Poté nastává herní část, kdy vždy jeden z dvojice přechází na další stanoviště, kde si zahraje jinou hru, než vymýšlel. Na tomto stanovišti potom zůstává a hru vysvětluje dalšímu přichozímu, poté přechází zase na další stanoviště, kde hraje ...

• **IMPROVIZACE PRO DĚTI** – Martin Šedivý

Jednoduchá cvičení, oslava chyby, kreativita, rychlá reakce na podnět, humor, komunikace, umění se vyjádřit...

• **MINDFULNESS PRO DĚTI** – Martin Šedivý

Jednoduchá cvičení, herní karty, protažení, zklidnění, soustředění, ovládnání dechu.

• **VODA V KRAJINĚ, CESTA VODY, PŘÍBĚH KAPKY** – doporučujeme interaktivní projektové aktivity pro děti všech věkových kategorií – více viz www.H2OSPODAR.CZ

• **WORKSHOP O FINANČNĚ PRÁVNÍ GRAMOTNOSTI** – Miroslava Zápotočná

8. a 9. třídy ZŠ a střední školy (metodicky možno upravit pro ZŠ v lehčí formě s ohledem na věk a zkušenosti dětí), zpravidla 2 x 45 min, zápůjčka, úvěr, směnka, zesplatnění, vymáhání, soudní řízení, exekuce a její důsledky a dopady atd.

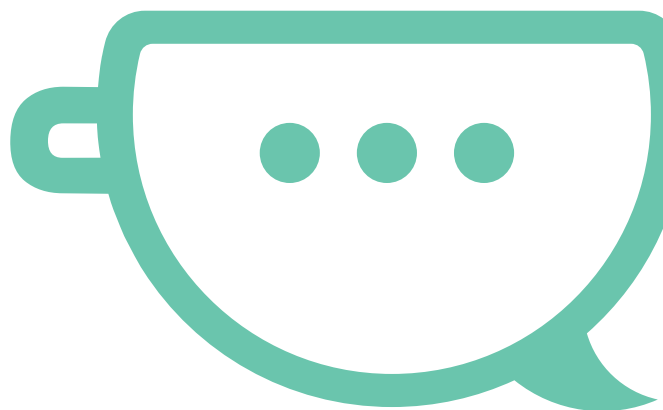
• **WORKSHOP O KOMUNIKACI JAKO PREVENCII VZNIKU KONFLIKTU** – Miroslava Zápotočná, Klára Hekrlová

2. stupeň ZŠ a střední školy, 2 x 45 min, výstupem bude uvědomění možností, které nám komunikace nabízí a co vše mohou chyby v komunikaci způsobovat. Zároveň by workshop měl děti naučit uvědomovat si emoce a jejich vliv na fungování těla a jejich reakci na konflikty, tj. jejich strategii řešení konfliktu, na čemž pak dále mohou v práci se sebou stavět.

REALIZACE VOLNOČASOVÝCH KROUŽKŮ:

• **OSOBNOSTNĚ SOCIÁLNÍ ROZVOJ** – Barbora Matějková – týdenní kroužek na pololetí nebo školní rok – 45 nebo 90 minut týdně

Osobnostní a sociální rozvoj je průřezové téma rámcově vzdělávacího programu, zůstává však otázkou, kolik času je mu ve školách věnováno. Je také otázkou, zda je efektivní, pokud se tématům věnuje pozornost spíše nárazově a odděleně v rámci jednotlivých předmětů. Nabízíme proto možnost volnočasového kroužku, kde se budeme jednotlivým tématům věnovat systematicky a dlouhodobě. Zní to moc formálně a nudně? Není. Samy sebe budou například děti poznávat skrz kresbu siluet, oceňování sebe i ostatních budou trénovat na výtvarných dílech, emoce budou zkoumat pomocí jejich personalizace a vydají se na jejich průzkum s pomocí speciálních map, silné stránky budou hledat na ukázkách z pohádky „Já padouch“ a stres si třeba vymodelují do konkrétní podoby, aby bylo jednodušší mu čelit. Děti budou v kroužku poznávat jak samy sebe, tak i ostatní a získají nástroje nejen ke spokojenějšímu vlastnímu žití, ale i ke spolužití s ostatními.



V případě přihlašování a dotazů nás kontaktujte na info@ucitelskeespresso.cz nebo na telefonu 721 364 959.