

Když se do školy těším...



Společně podporujeme akci
“Týden pro wellbeing ve škole 2025”

Kdo jsme?

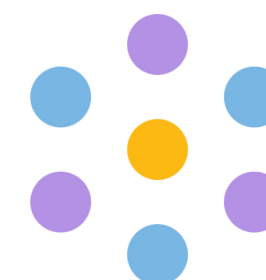
Realizátoři projektu **MAP IV - ORP Český Krumlov**.

MAP IV - ORP Český Krumlov je projekt zaměřený **na rozvoj kvalitního a inkluzivního vzdělávání dětí a žáků do 15 let** v regionu obce s rozšířenou působností Český Krumlov.

Cílem našich aktivit je **vytvářet** ve školách na Českokrumlovsku **prostředí motivující každé dítě, každého žáka a každého učitele plně rozvíjet svůj potenciál a dosahovat maximálního úspěchu.**



Spolufinancováno
Evropskou unií



Co to je wellbeing?

Wellbeing je když...

chodí děti do školy rády, vrací se z ní spokojené a uvolněné a přináší si odtud nejenom spoustu informací, ale také schopnost být šťastné a zdokonalovat se a rozvíjet i mimo školu v dalších oblastech života.



Tělo

Přiměřená a stálá fyzická aktivita, dostatek kvalitního spánku nebo vyvážená strava, to vše je potřeba k udržení zdraví. Wellbeing ve škole je možný pouze, když na tělesné potřeby dětí bereme ohled.



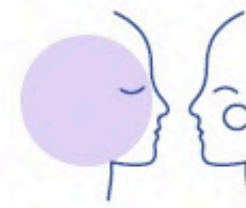
Učení se

Když se děti cítí dobře, lépe se jim učí. I vědci potvrdili, že, když je nám fajn, snadněji přijímáme nové informace, vytváříme si vlastní názory a plánujeme budoucnost. Wellbeing ve škole tak pomáhá dětem využívat jejich potenciál naplno.



Emoce

Když se dítě v rámci školy naučí pracovat se svými emocemi, bude je umět rozpoznat a zároveň respektovat u sebe i u ostatních, vybuduje si daleko snadněji důvěru v sebe i druhé.



Vztahy

V bezpečném a pohodovém prostředí naplněném přátelskými vztahy a férovým přístupem se rozvíjí schopnost dětí vžít se do ostatních i pocít sounáležitosti s ostatními, najdou si tak snadněji kamarády a udrží i své vlastní vztahy zdravé a bezpečné.



Duše

Už v nízkém věku je pro děti důležité budovat systém vlastních hodnot i etických principů a mít k dispozici bezpečný prostor ke zkoumání a upevňování vlastní identity. Wellbeing je, když víš, kdo jsi a kde je ti dobře.

Škola s úsměvem aneb škola, kam se všichni těší...

Naše výzva pro žákovské parlamenty v území!

O co jde?

Hlavní úkol: **Vymyslete, naplánujte a zrealizujte vlastní školní akci/aktivitu na podporu wellbeingu ve škole**

Termín konání akcí/aktivit: **10. nebo 11. února 2025**

Motto akcí/aktivit: **"Když se do školy těším..."**

Fialová je barvou Týdne pro wellbeing ve škole



Vaše mise...

Co se od vás, žákovských parlamentů, očekává?

01.

Kreativita: Vymyslete, naplánujte a zrealizujte akci/aktivitu, která podpoří myšlenku, že škola je podnětné a bezpečné místo, kam se žáci i učitelé těší. Nezapomeňte, fialová je barvou Týdne pro wellbeing.

02.

Spolupráce: Průběžně sdílejte své nápady s ostatními žákovskými parlamenty v území. Inspirujte se navzájem a spolupracujte na zdokonalování svých návrhů.

03.

Dokumentace: Zdokumentujte průběh vaší akce/aktivity.

04.

Prezentace: Odprezentujte svou akci/aktivitu ostatním v rámci PDM ČK.

**Nejlepší akce/aktivity
budou oceněny...**

jaké, jak a kým?

**Společně s vámi vymyslíme systém volby
a oceňování nejlepších akcí/aktivit...**



Inspirujte se...

Chill & Relax Zóna

- Přeměna jedné učebny nebo chodby na relaxační prostor s polštáři, sedacími vaky, jemným osvětlením a relaxační hudbou.
- Může zahrnovat aktivity jako omalovánky pro dospělé, deskové hry, čtenářský koutek nebo mindfulness cvičení.

Den v barvách úsměvu

- Každá třída nebo skupina žáků si vylosuje jednu barvu a sladí své oblečení a výzdobu ve třídě podle této barvy.
- Soutěž o nejveselejší barevnou kombinaci nebo nejkreativnější výzdobu.
- Možnost propojit s výtvarnou dílnou, kde si žáci vytvoří vlastní barevné doplňky.



Inspirujte se...

Společný snídaňový piknik

- Začátek dne společnou snídaní, kdy každý přinese něco malého na sdílení (ovoce, sušenky, pečivo).
- Aktivita může zahrnovat i přípitek na pozitivní den.

Den naruby

- Žáci a učitelé si na jeden den vymění role: žáci připraví lekce nebo vedou část hodiny, učitelé plní zábavné úkoly.
- Soutěž o "nejlepšího učitele z řad žáků".
- Možnost zapojení her, kvízů a zajímavých projektů.

"Happy Hour" – Hodina pro radost

- Speciální hodina zaměřená na aktivity, které baví žáky: karaoke, taneční soutěž, fotokoutek, hraní her nebo jiný relaxační program.
- Organizace ankety, kde si žáci sami vyberou aktivity, které chtějí.



Inspirujte se...

Třída plná úsměvů

- Každá třída vytvoří vlastní "kreativní nástěnku" plnou pozitivních vzkazů, vtipů, obrázků nebo inspirativních citátů.
- V průběhu dne mohou přispívat další žáci svými nápady.
- Možnost zvolit nejkreativnější nástěnku.

Mistrovství školy v úsměvu

- Soutěž o nejkreativnější úsměv, nejdelší úsměv nebo nejzábavnější "úsměvné selfie".
- Porota může zahrnovat učitele i starší žáky.
- Možnost vytvoření fotokoutku.

Když učitelé baví žáky

- Učitelé se zapojí do zábavných výzev, např. karaoke, rychlé kreslení nebo improvizovaného stand-upu.
- Žáci mohou být porotou, která hodnotí nejlepší výkony.



Inspirujte se...

Projekt "Přej a usměj se"

- Žáci napíší na lístky pozitivní vzkazy, pochvaly nebo přání a rozdají je spolužákům či učitelům.
- Lístky mohou být zavěšeny na "strom přání" ve společném prostoru školy.

Tematický den "Když se do školy těším..."

- Každý žák může přijít oblečený v kostýmu nebo oblečení, které pro něj symbolizuje jeho ideální školu (např. pyžamo pro "pohodovou školu").
- Na chodbách mohou být instalovány tematické koutky (např. „Pohodová kavárna“, „Relax zóna“, „Soutěžní koutek“).

Ranní meditace, společné cvičení jógy atd.



Časový harmonogram

11/2024

Přihlášení škol do Programu

12/24

Přihlášení škol do Programu

Vymýšlení akcí/aktivit v rámci svých škol

01/25

Sdílení akcí/aktivit s ostatními žákovskými parlamenty v území zapojenými do programu

Příprava akcí/aktivit v rámci svých škol.

02/25

Příprava a samotná realizace akcí/aktivit v rámci svých škol

Dokumentace akcí/aktivit

Prezentace akcí/aktivit ostatním

Společně vybereme nejlepší nápady. Vítězné akce/aktivity budou oceněny :-)

Ted' už je to na vás...

Ukažte, že škola může být místem, kde je nám dobře...

Těšíme se na vaše nápady!