

UČITELSKÝ MĚSÍČNÍK

4 | 2025

DIGITÁLNÍ NÁSTROJE
PRO INDIVIDUALIZACI VÝUKY

ŠIKANA PEDAGOGA

STRAŠÁK JMÉNEM STRES

ROZHOVOR S LOŇSKÝM
VÍTĚZEM GTP



Jaro otevírá interaktivní učebnu zdarma i u vaší školy

Jak zvýšit efektivitu výuky i wellbeing dětí a učitele?

JUSTINA DANIŠOVÁ

Chcete obohatit své hodiny, učit víc v praxi, propojit svůj předmět se skutečným životem, doprát dětem víc pohybu na čerstvém vzduchu i zapojení více smyslů? Přinášíme několik příkladů, jak zpestřit dětem i sobě čas ve škole a zároveň pečovat o psychickou i fyzickou pohodu dětí i svou vlastní.

Vyberte si z různých témat i stylů práce a vyrazte s dětmi ven alespoň na jaře. Učení a čas venku opravdu nabízí velké obohacení pro děti i učitele.

Jaro venku nabízí rozvoj:

1. SENZITIVITY – CIT PRO BARVY, TVARY, VŮNĚ

Vnímejte vůně jara. Co kde cítíte. Poslouchejte, zda už zpívají ptáci, kde to bzučí v trávě, foukání větru či ševelení větví. Sledujte s dětmi změny barev, zakreslujte si barvy, které venku objevíte. Ochutnávejte první jarní bylinky. Je to skvělý zdroj přírodních vitamínů a energie. Pokud je teplo, vezměte ven deku a knihy a uspořádejte si jarní čtenářskou dílnu venku. Možná i s piknikem.

2. POHYBU – NOVÁ ENERGIE, CHUŤ SE HÝBAT

Cítíte, jak s přicházejícím jarem děti víc a víc „neposedí“. Potřebují ven, vypustit energii. Vyzkoušejte krátké běhové hry, jako jsou mrazík, ekosystémy či šipkovaná, nebo vyrazte na průzkum budící se divočiny, objevovat břehy potoka.

3. KREATIVITY – NOVÉ NÁPADY I MATERIÁL

Plánujete jarní výzdobu? Proč si ji nevyrobit venku z přírodnin? Není třeba kupovat drahé ozdoby či výtvarný



materiál. Vytvořte si kroužky, ptáčky z ohebného proutí. Možná zvládnete i jednoduchý košík či ošatku. Namalujte si netradiční hliněné kraslice. Rozhodně si zasadte pár semínek či bylinky, ať máte zahradu či truhlík za oknem. Nebo jen rychle vyrazte s papírovými šablonami a hledejte ty nejkrásnější přírodní vzory. Tvořit rukama je nesmírně důležité, rozvíjí to nejen ruce, ale i trpělivost a tvoření venku s přírodninami dává velkou pohodu i pro duši.

4. BĚDÁNÍ – NA JAŘE JE KAŽDÝ DEN JINÝ

Jaro je venkovní badatelna. Sledujte, jak se mění pupeny, jak se do nich složí listy, co a kde bzučí, jakých prvních deset druhů květin objevíte, sledujte stavění hnízd i namalování ptáků. Velká výzva je zkusit si postavit vlastní malé hnízdo ve větvích z proutí či trávy. Unese skutečné vajíčko? Otestujte.



Učme se venku

5. TRADIC V RYTMU PŘÍRODY – JARNÍ DNY, KTERÉ TÁHNOU VEN

Jaro je plné významných dnů. V březnu slavíme Den divoké přírody, Den lesů, Den vody. Hned prvního dubna je

Mezinárodní den ptactva. Oslavíme i svátky jara a 22. 4. nás čeká největší (necírkvní) svátek na celém světě – Den Země. Oslavte ho s dětmi venku. Uspořádejte venkovní dílnu i laboratoř. Ukažte návštěvníkům, co vše jste s dětmi objevili, tvořili, zažili díky výpravám ven. Nu a v květnu nás čeká celý Měsíc školních zahrad, kdy pro vás připravujeme mnoho inspirace ven, téměř na každý den.

6. WELLBEINGU – VENKU JE NÁM DOBRĚ

Jak každý den pečovat o pohodu svou i dětí ve třídě? Jednoduše, vyrazit alespoň na část dne ven. Žasnout, vyrábět, dívat se, bádat, vyprávět, běhat... každého naplní něco jiného, proto se hodí udržovat čas venku různorodý

pro různé styly učení. Můžete si třeba svázat čtyři proutky a vytvořit tak rámeček, ze kterého vyrobíte po zavěšení v přírodě tzv. stromovou televizi. V ní můžete sledovat, co vše se dnes děje, co je nového.

Jaro je skutečný začátek roku v přírodě. Vše se probouzí. Získává novou energii. Přidejte se se svou třídou a užijte si čas venku. Výzkumy potvrzují, že učení a čas venku obohacují děti, zlepšují vzdělávací výsledky, prohlubují soustředění a pohodu a zlepšují i vztahy ve třídě. Inspiraci (nejen) na jaro najdete na webových stránkách projektu Učíme se venku (www.ucimesevenku.cz, v angličtině www.lessonsingrass.com), který podporuje učitele na cestě ven.



Mgr. Justina Danišová, vedoucí metodik Učíme se venku, TEREZA, vzdělávací centrum

Chcete smysluplně zavádět AI? Zkuste týden bez obrazovek

ANDREJ NOVIK

Nástroje jako ChatGPT jsou již běžnou součástí života mnoha žáků a školy hledají cesty, jak na tuto situaci reagovat. Zatímco většina vzdělávacích institucí řeší, jak AI integrovat do výuky, na pražské ZŠ Nika se paralelně věnují i opačné otázce: jak zajistit, aby děti neztráceli kontakt s realitou mimo obrazovky.

Týden offline jako součást systematického přístupu

„Je to jako bobřík odvahy a odhodlání,“ říká Jana Bětík Wills, členka vedení školy, která koordinuje projekt Týden offline. „Žáci se na celý týden vzdají obrazovek – mobilů, počítačů, televize, herních konzolí. Výjimkou je pouze práce do školy.“

Program běží na škole třikrát ročně a každý žák druhého stupně jej musí prožít alespoň jednou. Tato aktivita není izolovaným cvičením, ale součástí širšího přístupu školy k digitálním kompetencím. Projekt je přímo navázán na vzdělávací cíle v oblasti digitální hygieny, studijních návyků, rozvoje volných schopností a schopnosti sebereflexe.

„Před začátkem týdne si s dětmi sednu a vysvětlím podmínky plnění,“ popisuje Wills. „Upozorňuji je na možné výzvy, se

kterými se mohou setkat – že mohou zažít nudu, že v rozlišování času na práci a zábavu je velmi tenká hranice a že mohou pocítit sociální vyloučení, protože jejich vrstevníci budou na technologiích frčet dál.“

Účast na prvním stupni je zatím dobrovolná, ale stále více mladších dětí se zapojuje. „Zdá se mi, že věk čtvrté páté třídy je na to optimální. Děti jsou v módu takového skautského plnění bobříků a hrozně je to zajímá,“ vysvětluje Wills.

Výzvy a přínosy týdne bez obrazovek

Z reflexí žáků vyplývá, že týden bez obrazovek pro ně představuje skutečnou výzvu. „Bylo to předtím nepředstavitelné,“ píše jeden žák, „ale teď si umím představit, že i bez toho umím žít.“