

Volitelné předměty pro studenty Pedagogické fakulty



Well-being a psychické zdraví dětí (0/1, Z): OPBK2K001C

Garant předmětu: Anna Kucharská
Vyučující: Olga Kučerová, Gabriela Dymešová

Předmět je zaměřen na otázku psychického zdraví dětí a jejich podpory pro well-being. Probírány budou charakteristiky ve vývoji, osobnosti a socializaci žáků školního věku, ale také problémy a krize, kterými mohou žáci 1. st. ZŠ a 2. stupně ZŠ procházet. Nabízena budou preventivní i intervenční opatření, které může učitel využívat pro podporu psychického zdraví, včetně opatření k podpoře pohody každého žáka. Nebude chybět ani analýza možností, jaké jsou vhodné postupy a formy

spolupráci mezi rodiči, učiteli a odborníky při řešení vzniklých obtíží.

Výuka je soustředěna do 6 setkání. Vzhledem k interaktivnosti aktivit je možná jen jedna absence. Pro zápočet studující odevzdají reflexi do 1 měsíce po ukončení výuky. Kritéria reflexe budou prezentována na úvodním semináři.

Kapacita předmětu: 12 studentů, zápis do předmětu přes SIS (lze také využít možnosti kontaktovat nás prostřednictvím mailu: poradna@pedf.cuni.cz)

Termíny výuky: středa, 15.55-17.25, od 6. 3. 2024

Zvládání studijních nároků a duševní rovnováha (0/1, Z): OPBP3Q102

Garant předmětu: Anna Kucharská
Vyučující: Kristýna Janyšková, Monika Kadrnožková

Volitelný předmět je určen studentům se speciálními potřebami, kteří mají obtíže se zvládáním studijních nároků. V rámci kurzu se studenti seznámí se zákonitostmi organizace času, s možnostmi efektivní přípravy na hodiny a na zkoušky (včetně obhajoby a SZZ), společně se zaměříme na prozkoumání potenciálu různých metod, které pomáhají eliminovat stres a zátěž, a to jak na úrovni osobnostní, tak individuální. Studenti si budou moci vyzkoušet řadu užitečných technik, ze kterých si každý bude moci dle své preference vybrat takové, které jsou ideální právě pro něj. Tyto techniky pak může praktikovat nejen v rámci studia, ale také v běžném životě. Kromě přednáškových prvků budou zařazovány aktivity, které přispívají reflektivní formou k dalšímu rozvoji osobnosti

studenta na vysoké škole. Jedná se o 4 bloky po 3 hodinách.

Témata: Efektivní příprava a soustředění, Mindfulness, Imaginativní techniky, Relaxační techniky, Techniky práce s tělem. Termíny sekávání budou plánovány s ohledem na časové možnosti účastníků.

Výstupem z předmětu je zápočet. Studenti ho obdrží za aktivní účast na seminářích (účast na aktivitách) a za závěrečnou reflexi, kterou studenti zpracují na základě pokynů vyučujících.

Kapacita předmětu: 12 studentů, zápis do předmětu přes SIS (lze také využít možnosti kontaktovat nás prostřednictvím mailu: poradna@pedf.cuni.cz)

Termín prvního setkání: 5.3. 14:25-16:15, ostatní setkání budou dohodnuta dle možností studentů

Prostorová orientace a samostatný pohyb osob se zrakovým postižením

Garant i vyučující: PhDr. Pavlína Šumníková, Ph.D.

Prostorová orientace a samostatný pohyb je jedním ze základů kvalitního prožívání života osob se zrakovým postižením. Význam budování schopnosti prostorové orientace a samostatného pohybu nelze tedy vnímat izolovaně jako prostředek k nezávislosti či integraci osob se zrakovým postižením. Stává se základem pro samostatný život, socializaci, začlenění do pracovního procesu, života ve společnosti, možnosti poznávání, realizaci a utváření osobnosti a rozvoji plnohodnotných vztahů. Dále má veliký vliv na psychický stav osob se zrakovým postižením. Kurz si klade za

cíl položit základní teoretická východiska a praktické provedení základů rozvoje prostorové orientace a samostatného pohybu.

Kapacita předmětu: 12 studentů, zápis do předmětu formou mailu na: poradna@pedf.cuni.cz

Termíny výuky: (vždy 1x za 14 dní)

