

RODINA A ŠKOLA

ČASOPIS PRO VŠECHNY RODIČE A UČITELE

číslo 5
květen 2019
ročník LXVI
cena 42 Kč



**KDO ZÍSKAL
ZLATÉHO ÁMOSE?**

5x
**netradiční
sporty
pro děti**

K. Cajthamlová:
**Pozor na
„zázračné“
léky!**

**JAK
ZOSTUDIT
UČITELE**

**KRESBA RODINY
V DĚTSKÉ
PSYCHOLOGII**

**JAKÉ KNIHY
SE DĚTEM
LÍBÍ?**

**VÝTVARKA
RŮŽE PRO
MAMINKU**

**ŠKOLU
ŘÍDÍM SRDCEM**

Rozhovor s Ředitelem roku

ISSN 0035-7766



9 770035776003

www.rodinaaskola.cz

Individuální koučink může mít formální i neformální průběh, mnohdy si koučovaný nemusí ani uvědomit, že koučování probíhá. Jeho využitelnost je napříč vyučovými předměty: v případě opakování látky, při kontrole úkolů, popřípadě i při řešení nekázně a konfliktů. Tato forma koučinku zahrnuje sdělování zpětné vazby, hodnocení žáků, popř. podřízených pedagogů nebo kolegů.

Skupinový koučink je veden zpravidla formálním způsobem, kdy je stanovený společný cíl pro všechny zúčastněné. Využití spočívá v případě, kdy má skupina podobné či společné téma, například v projektové výuce nebo při plnění domácího úkolu. Využitelné jsou v tomto případě aktivizační kreativní techniky při opakovacích či tvůrčích hodinách, diskusích apod.

Koučink sebe samotného může uplatňovat pedagog na sobě. Nezbytné je vymezit si čas jen pro sebe, kdy nebudeme rušeni a můžeme věst sami se sebou rozhovor. Byť může znít tato varianta úsměvně, působí uvedená technika i jako součást psychohygieny. Náplní rozhovoru může být sebehodnocení, přehled úspěchů, ponaučení a stanovení nových cílů.

Přínosy koučovacího stylu uplatňovaného na žáky můžeme shrnout do následujících bodů:

- Žáci využitím kreativních a aktivizačních technik dávají pozor a méně vyrušují.
- Žáci si více zapamatují - osobním zaujetím vytváříme silnější paměťové stopy, protože nejvíce si zapamatujeme to, co prožijeme.
- Pokud jsou žáci dobře motivováni, budou aktivní a udělají víc, než musí.

Koučování ve škole

Má koučování své místo ve škole? Nebo jen potřebujeme být in, vyčerpávat peníze či zužitkovat bezesbytku dotovaná školení bez ohledu na jejich výstup a dopad?

Jakýkoliv rozvoj lidského potenciálu je žádoucí a smysl má, ovšem pouze pokud je dobře vedený. Určité znalosti a dovednosti si lze osvojit, aniž by člověk byl profesionálním koučem. Tyto znalosti se hodí na jakoukoliv úroveň, tedy jak pro vedoucího, tak i pro řadového pracovníka, který chce podporovat rozvoj svůj, svých podřízených či dětí.

Galileo řekl: „Nemůžete lidem nic naučit. Můžete jim pouze pomoci objevovat, co je v nich samotných.“ Toto mají koučování i pedagogická profese stejné.



Trefte diskem do koše!

DISC GOLF

Disc golf je aktivita s létajícím diskem (frisbee), která je pravidly podobná golfu. Cílem hry je trefit létající talíř na cíle s co nejmenším počtem hodů. Cíl tvoří většinou ocelový koš, postačí však i strom, pařez nebo dřevěný kůl zatlučený do země. Průměrná vzdálenost cíle bývá kolem 100 metrů. Na rozdíl od klasického golfu nepotřebujete drahé náčiní. Nemusíte být ani členem golfového klubu a platit poplatky za vstup na hřiště. Disc golf lze hrát všude, kde je dostatek místa. Ideální jsou městské parky nebo příměstské oblasti s volnými plochami na házení.

LONGBOARD

Longboard je delší a pokročilejší varianta skateboardu. Liší se tvarem a veli-

kostí desky i koleček. Díky propracované technologii je longboardové prkno stabilnější, přežede mnoho nerovnosti a zatáčet na něm můžete stejně jako na snowboardu. Původně se tento sport vyvinul ze surfování, kdy jezdec docílil změny směru nakláněním a otáčením v pase. Tento sport údajně vznikl v 70. letech 20. století v amerických letoviscích Santa Monica a Venice Beach, když surfaři hledali způsob dopravy na pláž a zábavu na dobu, kdy nejsou vlny.

SLACKLINE

Slackline je chození po popruhu napnutém mezi dva kotvící body. Tato aktivita posiluje smysl pro rovnováhu a držení celého těla. Díky balancování na „lajně“ se zapojují vnitřní svaly podél páteře. Slackline se dělí na dvě odvětví - high-



Je lepší skateboard, nebo longboard?

5X netradiční sporty

Přitáhnout dnešní děti ke sportu není občas úplně snadné. Nabízíme proto několik netypických sportovních aktivit, které mají potenciál malé pecivály zaujmout a vtáhnout do hry tak, že si ani neuvědomí, že vlastně sportují.

TEXT: ŠÁRKA KUBCOVÁ



Slackline



Udržte balanc na indoboardu

line neboli chůze na popruhu ve výšce několik desítek až stovek metrů nad zemí. Pro děti je vhodnější trickline, kdy je širší popruh natažený nízko nad zemí. Popruh funguje i jako trampolína, na ní lze dělat salta. Kromě toho existují ještě varianty longline (třicetimetrová lajna nízko nad zemí) a waterline (lajna natažená nad vodou).

AEROBIE

Aerobie je speciální házečí kruh s vynikajícími letovými vlastnostmi. Díky své konstrukci létají aerobie mnohem dál než frisbee s výplní uprostřed. S modelem Aerobie Pro Ring byl dosažen světový rekord v hodů v délce 377 metrů! Okraj létajícího kruhu je vyroben

z trvanlivé měkčené gumy, takže se skvěle chytá i při vyšších rychlostech a lehce se odráží od případných překážek. I po mnoha přistáních na tvrdý povrch je okraj aerobie hladký a příjemný do ruky. Existují dvě velikosti aerobie: menší s průměrem 25 cm pro děti, větší s průměrem 33 cm si užijí dospělí.

Aerobie doletí i 300 metrů.



INDOBOARD

IndoBoard je balanční deska neboli trenažér rovnováhy. Jde o speciálně vytvarované oválné prkno vyvážené na dlouhém válci. Používání IndoBoardu přispívá k rozvoji rovnováhy, posiluje nohy a stabilizuje páteř. Posílením středu těla odbouráváme bolestivost zad, zlepšujeme celkovou koordinaci a kondici, snižujeme zátěž přenášenou na páteř a celkově zlepšujeme vnímání a cit potřebný ke sportům, jako je snowboarding, surfing, skateboarding, lyžování, lední hokej, fotbal, bruslení, házená, atletické a gymnastické sporty a mnohé další. Ideální pro mladé sportovce.