



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



## **Sylabus**

### **Informace o předmětu nk4122 Osobnostně sociální rozvoj (kombinovaná forma studia)**

#### **Období**

Jaro 2021

#### **Rozsah**

7/0/0

3 dny kurz

2 kredity

Ukončení: zkouška

#### **Vyučující**

doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D. (přednášející)

Mgr. Bc. Lucie Grajciarová (cvičící)

doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D. (cvičící)

#### **Garance**

doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D.

Katedra pedagogiky sportu – Fakulta sportovních studií

Dodavatelské pracoviště: Katedra pedagogiky sportu – Fakulta sportovních studií

#### **Rozvrh**

Pá 26. 3. 10:30–12:10 virtuální místnost

Pá 9. 4. 09:15–11:45 virtuální místnost

Pá 28. 5. 10:30–12:10 virtuální místnost

#### **Omezení zápisu do předmětu**

Předmět je určen pouze studentům mateřských oborů.

#### **Mateřské obory/plány**

Učitelství tělesné výchovy pro základní a střední školy (program FSpS, N-UTV)

#### **Cíle předmětu**

Předmět si v teoretické rovině klade za cíl vybavit studenty základními znalostmi z vybraných témat osobnostně sociálního rozvoje. V souvislosti s těmito tématy následně studenty seznamuje s konkrétními nástroji využitelnými v jejich profesním rozvoji. V praktické rovině je cílem rozvoj v oblasti osobnostních a sociálních kompetencí studentů, opírající se o důkladnou (sebe)reflexi.



## Výstupy z učení

Po absolvování předmětu student charakterizuje základní složky osobnosti, analyzuje interpersonální komunikaci a aktivně používá popisný jazyk. Student popíše reakci organismu na stres a použije vhodný nástroj pro jeho zvládání. Identifikuje zdroje přirozené autority a na základě analýzy ukázek z praxe navrhuje vhodná řešení k rozvoji přirozené autority. Analyzuje své časové možnosti a vhodně organizuje svůj čas. Student identifikuje principy zážitkové pedagogiky a při práci se skupinou volí vhodné postupy s ohledem na vzniklé pedagogické situace. V rámci kurzu aplikuje nabyté teoretické znalosti v modelových situacích a reflektuje zvolený postup.

## Osnova

Osnova přednášek:

1. Zralá osobnost učitele jako předpoklad ke zdravému rozvoji žáků: sebepojetí, jeho složky.
2. Komunikace k sobě, komunikace od sebe. Formy komunikace a jejich účinek. Manipulace v komunikaci. Respektující komunikace. Popisný jazyk. Stanovení kritérií kvality výuky. Zodpovědnost za vlastní práci a možnost nápravy. Formativní hodnocení. Obtížný rozhovor.
3. Stres management: pojem stres a stresová reakce – aneb co se děje v těle, když jsme ve stresu; eustres, distres, vnímání stresu; základní nástroje stres managementu – jak můžeme ovlivnit prožívání stresu.
4. Autorita učitele: vymezení pojmu autorita, druhy autority. Faktory ovlivňující autoritu a možnosti jejich rozvoje.
5. Time management: charakteristika pojmu, kategorie priorit úkolů a činností podle důležitosti a naléhavosti, stanovování cílů podle pravidel SMART, strategie plánování a plnění úkolů a činností.
6. Zážitková pedagogika a její využití ve výukových formách tělesné výchovy.

Osnova kurzu:

1. Seznamovací a sebezpoznávací aktivity
2. Dynamika skupiny, práce s kolektivem
3. Time management
4. Stres management
5. Soft skills a jejich rozvoj, SWOT analýza
7. Zpětná vazba a reflexe



## Literatura

### *povinná literatura*

- NOVÁČKOVÁ, Jana – Dobromila NEVOLOVÁ. *Respektovat a být respektován: cesta k sebeúctě a zodpovědnosti*. Přepřacované vydání. Praha: PeopleComm, 2020, 367 stran. ISBN 9788087917503.
- JIRÁSEK, Ivo. *Zážitková pedagogika: teorie holistické výchovy (v přírodě a volném čase)*. 1. vydání. Praha: Portál, 2019, 265 stran. ISBN 9788026214854.

### *doporučená literatura*

- MÜHLFEIT, Jan – Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu*. 1. vydání. Brno: Management Press, 2018, 272 stran. ISBN 9788072615629.
- ŠVAMBERK ŠAUEROVÁ, Markéta – Tomáš MIROVSKÝ. *Sport a zážitková pedagogika. „Prožitek a zkušenost – edukační fenomén i pro 21. století“*. 2018.
- JIRÁSEK, Ivo – Jakub SVOBODA. *Putování a smysl života: proměna člověka v zimní přírodě*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015, 236 stran. ISBN 9788024447964.
- NEHYBA, Jan – Bohumíra LAZAROVÁ – David A. KOLB – Fred A. J. KORTHAGEN – David BOUD – Peter JARVIS – Jennifer A. MOON – Jan KOLÁŘ – Saša DOBROVOLNÁ – Jakub ŠVEC – Josef VALENTA. *Reflexe v procesu učení. Desetkrát stejně a přece jinak...* 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2014, 120 stran. ISBN 978-80-210-6489-8.
- MOON, Jennifer Ann – Michal DIVIŠ – Jan KOLÁŘ – Vít DOČEKAL – Josef VALENTA – Hana KASÍKOVÁ – Hana HORKÁ – Veronika RODRIGUEZOVÁ – Karla BRÜCKNEROVÁ – Michal DUBEC. *Krajinou zkušenostně reflektivního učení*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2013, 118 stran. ISBN 978-80-210-6296-2.
- KOLÁŘ, Jan – Bohumíra LAZAROVÁ. „K sobě, k druhým, k profesi. Teorie, programy a metody osobnostního a sociálního rozvoje pedagogických pracovníků“. In: *K sobě, k druhým, k profesi. Teorie, programy a metody osobnostního a sociálního rozvoje pedagogických pracovníků*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 133 stran. ISBN 978-80-210-4595-8.
- MCLAUGHLIN, Colleen – Richard Lee BYERS. *Personal and social development for all*. 1st pub. London: David Fulton Publishers, 2001, vi, 106. ISBN 1853466433.
- BERTRAND, Yves. *Soudobé teorie vzdělávání*. Přeložil Oldřich Selucký. 1. vydání. Praha: Portál, 1998, 247 stran. ISBN 8071782165.
- RENAUD, Jacqueline. *Stres: [co je stres a jak se mu vyhnout, testy a antistresové programy]*. 1. vydání. Praha: Práce, 1993, 137 stran. ISBN 80-208-0297-5.

## Výukové metody

Přednáška, skupinová práce, individuální práce, diskuse, didaktická hra, situační metoda.

## Metody hodnocení

Plnění dílčích úkolů, vypracování portfoliových úkolů, aktivní účast na celém kurzu.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



#### Další komentáře

**Inovace předmětu Osobnostně sociální rozvoj proběhla v rámci projektu Zkvalitnění a Inovace Přípravy budoucích učitelů na MUNI (ZIP MUNI), reg. č. p.: CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_068/0016170.**



Tento syllabus předmětu **Osobnostně sociální rozvoj**, jehož autorkou je **doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D.**, který je dostupný z: **Databáze výstupů projektů OP VVV**, (<https://databaze.opvvv.msmt.cz>), lze užit v souladu s licenčními podmínkami **Creative Commons BY-SA 4.0 International** ( <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>)