

Zápis z 6. schůzky ŠP

Den: 3. 2. 2026

Program

1/ Přivítání

2/ Zhodnocení akce: Den klobouků a čepic

3/ Akce měsíce února: Týden pro wellbeing

- plakát s akcemi v rámci týdne 4.–11. 2. 2026
- návštěva paní zástupkyně S. Gricové
- nabídka třídních aktivit – třídy se domluví a dle svého zájmu zrealizují:
náměty:
 - a) **Putovní vzkazy:** Napište anonymní povzbudivý vzkaz (na Post-it papírek) a nechte ho na náhodném místě (na monitoru, v šatně, na zrcadle).
 - b) **Minuta ticha:** Společný začátek dne s 60 sekundami ticha a vnímáním vlastního dechu.
 - c) **Protažení v bloku:** Každou hodinu si nastavte budík na „minutu protažení“ (ruce nad hlavu, kroužení rameny).
 - d) **Seznam „Hotovo“:** Místo seznamu úkolů (To-Do) si na konci dne napište seznam všeho, co se vám dnes povedlo (To-Done).
 - e) **Nástěnka/krabička vděčnosti:** Společný prostor, kam lidé připichují/vhazují lístky s tím, co jim za tento týden udělalo radost.
 - f) **Společná snídaneč/svačina:** Sdílení jídla v neformální atmosféře.
 - g) **Bingo** – plnění úkolu dle herního plánu
 - h) **Přál/a bych si...** - PL k doplnění vět
 - i) **Vzkazy k utrnutí** – vylepit na dveře třídy

4/ Slováček

- nápady k realizaci: rozhovory s vybranými učiteli – do březnového speciálu

5/ Závěry, úkoly:

- vyvěsit leták k Týdnu pro wellbeing ve třídách, informovat spolužáky o akcích a možných námětech pro třídu
- práce na rozhovorech do školního časopisu + další nápady vítány

Příští schůzka:

- 17. března 2026

Zapsala: P. Kotoučková