

CYKLUS VŠEOBECNÝCH WORKSHOPŮ 2016-17

Následující přehled uvádí jednotlivé workshopy (WS), jejich pořadí, primární účel, délku ve vyučovacích hodinách a garanta. Konkrétní témata a hrubý průběh jednotlivých WS jsou rozepsány níže, pracujeme především metodami zážitkové pedagogiky a kritického myšlení, které propojujeme.

Považujeme za výhodné, aby studenty všemi WS provázel stejný pedagog (u odborných témat to může být pedagog jiný), který bude schopen navazovat na jednotlivá témata a situace, které se již odehrály, a účelněji zrealizuje programy, kde není lektor ani odborný externista přítomen.

Náplň workshopů je zohledněna na gastronomické obory. Jednotlivé **měkké a exekutivní workshopy jsou tedy vztaženy ke gastronomii**, přičemž je kladen důraz na propojení s praxí (praktické ukázky a aktivity).

1 + 2	EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI	4 h	Lektor
3 + 4	EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI, ČTENÁŘSKÁ GRAMOTNOST A KRITICKÉ MYŠLENÍ	4 h	Lektor
5	ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE	2 h	Pedagog s manuálem
6	ODBORNÝ WORKSHOP	Celý den	Odborný externista
7	FINANČNÍ GRAMOTNOST	2 h	Lektor skrze internetové médium
8	FINANČNÍ GRAMOTNOST	2 h	Lektor skrze internetové médium
9	ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST	2 h	Lektor skrze internetové médium
10	ODBORNÝ WORKSHOP ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST	-	Odborný externista
11	ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE	2 h	Pedagog s manuálem
12	ZÁVĚREČNÝ WORKSHOP EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI	2 h	Lektor

Použité pojmy:

Hodina	Myšlena vyučovací hodina, tj. 45 minut.
Workshop	2 vyučovací hodiny, které jsou spojeny. V případě kdy se konají dva workshopy za sebou, je mezi nimi cca 20 minut přestávka.



1

2

EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI

Během čtyřhodinového úvodního WS se zaměříme na seznámení skupiny s lektorem, formátem celého projektu a plánovanými tématy, nastavení spolupracující atmosféry, očekávání studentů od celého programu, popř. jejich obavy.

Studenti se svými spolužáky absolvují aktivity zaměřené na týmovou spolupráci a rozvoj komunikačních dovedností. Studenti se zamyslí nad tím, kde všude můžou ve svém životě potřebovat spolupráci a mezilidskou komunikaci a k čemu je dobrá zkušenost „žetospolujde“.

Studenti pojmenují, čím se liší skupina od týmu, a co dělá tým týmem, jaké opravdové týmy znají ze sportu, filmů, gastronomie a okolí...? Komunikace a práce v týmu bude zaměřena na práci v kuchyni/restauraci, přičemž bude řešit např. oslovení zákazníka a podobně. Zároveň budou jednotlivé aktivity osvětleny na praktických ukázkách (videa a podobně).

Jedním ze záměrů úvodního WS je motivovat studenty, aby se do projektu zaplnili co nejvíce naplno podle rovnice – co do něj vloží, to z něj mají možnost získat. Program tak bude laděn do pozitivní atmosféry.

Hrubý návrh harmonogramu

- Představení lektora, projektu a WS s konkrétními tématy.
- Úvodní hříčka, očekávání a obavy.
- Týmová aktivita navozující pozitivní atmosféru a motivaci jít do náročnějších.
- Týmová aktivita v menších skupinkách.
- Týmová aktivita v celé skupině.
- Rozbor skupina vs. Tým.
- Komunikace v týmu.
- Komunikace na venek. Komunikace se zákazníkem. Jak „pábit“ zákazníka.
- Uzavření, závěrečné kolečko.

Zapojení

- Lektor provází oběma WS.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem.

Termín realizace

- 3 nebo 4 týden v listopadu



3

4

MĚKKÉ A EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI, ČTENÁŘSKÁ GRAMOTNOST A KRITICKÉ MYŠLENÍ

Studenti si připomenou, co proběhlo během minulého WS, což poslouží rovněž informativně pro jedince, kteří se ho nezúčastnili. Zároveň vzpomenou výstupy, které plynuly z diskuzí po aktivitách, aby na ně v tomto WS mohli navázat.

Studenti absolvují aktivitu na týmovou spolupráci a v následné reflexi se zaměří na funkční a nefunkční strategie spolupráce a komunikace. V navazující aktivitě se budou moct zaměřit na změnu nefunkčních postupů a naopak posílit funkční procesy. Během diskuzí povzbudíme tišší jedince, aby se rovněž zapojili do diskuzí, aby v dalších WS odhodili ostych.

Studenti za pomoci textů pojmenují, jaké jsou základní role v týmu, a jak jednotlivé role můžou fungovat žádoucím i nežádoucím způsobem. Jako jednotlivci dostanou příležitost zamyslet se nad svými rolami ve skupině – kde se vidím, kde mě pravděpodobně vidí ostatní, kde bych chtěl být.

Skupina zažije náročnou týmovou aktivitu, kde může docházet ke střetům názorů jednotlivých studentů. Spolu se studenty zarámujeme prostřednictvím textu téma konflikt a jak s ním pracovat, jak vnímat konflikt jako příležitost k rozvíjení vztahů či spolupráce, popř. k nastavování si vlastních hranic. Studenti si osvojí principy poskytování i přijímání zpětné vazby na základě rozboru scénářů, které následně přehrají v reálu a budou porovnávat emoční působení z textového pojetí a z hereckého pojetí.

Hrubý návrh harmonogramu

- Připomenutí minulého WS
- Týmová aktivita v menších skupinkách, reflexe
- Týmová aktivita v celé skupině, reflexe
- Role v týmu, já a má role
- Konflikt, zpětná vazba
- Řešení konfliktů na pracovišti, řešení konfliktů se zákazníkem.
- Uzavření, závěrečné kolečko

Zapojení

- Lektor provází oběma WS.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem.

Termín realizace

- 2 nebo 3 týden v prosinci



5

ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE

Odborný workshop z teorie se zaměřuje na posílení výuky pedagoga zapojeného do projektu. Pedagog bude mít k dispozici manuál, ve kterém bude několik možností aktivit, které během WS může realizovat za účelem zvýšení zájmu žáků o výuku a její zatraktivnění. Jakým způsobem poskytnuté materiály využije, bude na něm.

Zároveň mu bude poskytnuto materiální zajištění v podobě ukázkových potravin, na kterých bude moci žákům prakticky ukázat dané probírané potraviny.

Témata:

- Exotické ovoce
- Jádroviny a peckoviny
- Zelenina a brambory – sezónní druhy
- Kakao a čokoláda
- Pochutiny – káva, čaj, koření
- Sýry – domácí, zahraniční

Zapojení

- Pedagog vede WS podle poskytnutého manuálu, popř. si jej upraví podle sebe tak, aby odpovídal původním cílům a byl s ním osobně ztotožněn.

Termín realizace

- 2 nebo 3 týden v lednu



6

ODBORNÝ WORKSHOP

Celodenní odborný workshop, v rámci kterého budou žáci vzděláni ve vybraném tématu. Žáci budou moci získat certifikát o zdárném absolvování odborného workshopu, který bude veden příslušným odborníkem.

Téma odborných workshopů**A) Témata odborných seminářů pro obor kuchař**

- Práce s mořskými rybami a dary moře

V teoretickém úvodu se účastníci podrobně seznámí s nejnámějšími a nejchutnějšími druhy mořských ryb a darů moře. U těchto nepoužívanějších ryb budou zdůrazněny jejich specifické vlastnosti a možnosti využití v teplé a studené kuchyni. Důraz bude dán i na správný postup při výběru a nákupu ryb a mořských plodů. Stejně tak bude vysvětlena důležitost správného postupu při skladování a veškeré manipulaci s rybami, dle zásad HACCP. V praktické části lektor předvede ukázkou filetování a správného tepelné zpracování lososa. Dále budou účastníci seznámeni s úpravou čerstvé chobotnice, s čištěním a správnou tepelnou úpravou. Stejně tak se seznámí s přípravou mořských slávek a spolu s lektorem z nich společně připraví dva různé pokrmy. Poslední hodina bude věnována ukázce moderního servisu rybích pokrmů a moderní úpravy pokrmů na talíři

- Sushi

V teoretickém úvodu lektor seznámí účastníky s historií sushi, se všemi surovinami, které jsou potřeba pro výrobu sushi a se základními technologickými a hygienickými zásadami. Stejně tak seznámí účastníky se správným servisem této japonské speciality. V praktické části si připraví základní suroviny, uvaří rýži a nakrájí potřebné ingredience. Pak lektor předvede výrobu několika druhů sushi, maki sushi, sushimi, nigiri, umuraki atd. Účastníci si poté sami vyzkouší výrobu sushi a samozřejmě sushi i ochutnají.

- Česká kuchyně je základ

V rámci semináře se účastníci dozvědí něco málo z historie a vývoje české kuchyně. Lektor probere základní receptury, popíše specifika technologické úpravy i dochucování. V praktické části uvaří některé zapomenuté i netradiční pokrmy české kuchyně, také klasické jídlo pomocí moderní technologie úpravy.

- Salát v moderní studené kuchyni

V teoretickém úvodu semináře lektor seznámí účastníky s trendy ve studené kuchyni a ve zdravé výživě a se zajímavými, i tak trochu netradičními surovinami, jako je například: kus kus, bulgur nebo cizrna. Další důležitou částí semináře bude příprava vhodných dresinků. Společně s lektorem si pak připraví několik druhů studených salátů, které jsou vhodné jako moderní a lehké hlavní jídlo.

B) Témata seminářů pro obor cukrář

- Základy modelování

Základní techniky modelování z různých modelovacích hmot. Procvičení základních tvarů, květiny, zvířata apod.

- Potahování a zdobení dortů



Moderní techniky potahování a zdobení dortů, ozdoby z čokolády atd.

C) Témata seminářů pro obor číšník

- Moderní baristika

V rámci semináře se účastníci seznámí jak správně pracovat s kávou, s mlýnkem, kávovarem. Zároveň se naučí moderní i alternativní přípravu kávy

Zapojení

- Pedagog školy, ve které je realizován odborný workshop pomáhá vést WS.
- WS je organizován odborníkem, který školí studenty v daném odborném téma.

Termín realizace

- 4 týden v lednu nebo 1 týden v únoru



7

FINANČNÍ GRAMOTNOST

V úvodu lektor zmapuje povědomí studentů o problematice finanční gramotnosti pomocí hry. Následně naváže aktivitami, prostřednictvím kterých se studenti seznámí např. s těmito tématy: osobní rozpočet a pravidelná údržba (reflexe potřebností a zbytečností), práce s aplikací na mobilu sledující osobní hospodaření, finanční svoboda, PIN platební karty.

Specifickou sekcí bude řešení nákupu potravin, kde a jak je nakupovat, jak nakupovat přes internet, jak zajistit neustále čerstvé potraviny.

V navazující reflexi otevřeme diskusi v tématu fyzické vs. virtuální peníze. V závěru se zamyslíme nad otázkou, co bychom dělali, kdybychom vyhráli v loterii 2.000.000 Kč.

Úkol na doma

- Studenti dostanou za úkol sledovat své finanční příjmy a výdaje a zapisovat je do některé z mobilních aplikací tomu určených, popř. do pracovního listu.

Zapojení

- Lektor realizuje WS se studenty na dálku skrze skype či jiné internetové médium, které zajišťuje zvukový a vizuální přenos.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem. Je vhodné, aby přítomný pedagog asistoval lektorovi v případě potřeby (rozdání materiálu, ztišení skupiny, řešení technických obtíží apod.).
- Škola zajistí techniku a učebnu, ve které bude takový program možný realizovat (každý student, případně ve dvou studentech by měli mít k dispozici počítač)

Termín realizace

- 2 nebo 3 týden v únoru.



8

FINANČNÍ GRAMOTNOST

Studenti se účastní uměle vytvořené hazardní hry. Budou mít možnost sázet, někteří budou vyhrávat, jiní prohrávat, nakonec většina prohraje. V následující diskusi se zaměříme na téma gamblerství, proč může působit lákavě, jak se můžeme stát závislými a co motivuje firmy provozovat herny.

Ohlédneme se zpět k tématům z minulého WS. Následně se během aktivit budeme věnovat tématům půjček, investic, co je a k čemu slouží RPSN apod.

Úkol na doma z WS7: Studenti mohou pokračovat ve sledování svých příjmů a výdajů, úkoly vyhodnotíme na dalším WS10.

Úkol na doma z WS8: Studenti budou monitorovat a zapisovat do pracovního listu minimálně jeden týden své každodenní úkony (spánek, pohyb, zájmy, relaxace, škola, práce, přátelé, rodina, únava, kouření, tekutiny...).

Zapojení

- Lektor realizuje WS se studenty na dálku skrze skype či jiné internetové médium, které zajišťuje zvukový a vizuální přenos.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem. Je vhodné, aby přítomný pedagog asistoval lektorovi v případě potřeby (rozdání materiálu, ztišení skupiny, řešení technických obtíží apod.).
- Škola zajistí techniku a učebnu, ve které bude takový program možný realizovat (každý student, případně ve dvou studentech by měli mít k dispozici počítač)

Termín realizace

- 1 týden v březnu.



9

ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST

Ohlédneme se za minulým WS a vrátíme se k úkolům z dvou předchozích WS, kdy si studenti měli sledovat své příjmy a výdaje a monitorovat svůj týden - budeme se ptát, jak se jim to dařilo, co je překvapilo a co je zarazilo. Studenti si tak zmonitorují svůj životní styl.

Rozvedeme diskusi, co je životní styl a zdraví v pojetí člověka, jaké všechny složky se ho dotýkají, zda lze mluvit o jednom ideálním zdravém životním stylu, popř. jak jej můžeme vnímat v kontextu každého jedince jako individuality.

Zapojení

- Lektor realizuje WS se studenty na dálku skrze skype či jiné internetové médium, které zajišťuje zvukový a vizuální přenos.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem. Je vhodné, aby přítomný pedagog asistoval lektorovi v případě potřeby (rozdání materiálu, ztišení skupiny, řešení technických obtíží apod.).
- Škola zajistí techniku a učebnu, ve které bude takový program možný realizovat (každý student, případně ve dvou studentech by měli mít k dispozici počítač)

Termín realizace

- 2 týden v březnu.



10**ODBORNÝ WORKSHOP - ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST**

Odborný workshop, v rámci kterého budou žáci řešit problematiku zdravé výživy případně hygienu na pracovišti. Workshopu se bude účastnit odborník z praxe na dané zvolené téma.

Témata odborného workshopu**A) Zdravá výživa**

Workshop pojedná v komplexním pohledu o lidské stravě. Ukáže, která strava je z hlediska historického vývoje lidstva nepřírozanější a tělu nejprospěšnější. Poukazuje na problémy dnešního stravování a nabízí řešení. Praktické ukázky a zapojení žáků jsou samozřejmostí. Workshop povede odborník na zdravou výživu.

B) Zdravá výživa jinak

Workshop bude zaměřen na přípravu zdravé výživy a pokrmů z nich. Bude řešena rozdílnost pokrmů pro různé typy osob (vrcholové sportovce, aktivní osoby, málo aktivní osoby, obézní osoby a podobně). Workshop povede odborník z praxe, který žákům předá svůj životní příběh a seznámí je i s některým ze svých pokrmů (např. Freshbedýnky). Praktické ukázky a zapojení žáků jsou samozřejmostí.

C) Hygiena na pracovišti

Workshop seznámí žáky s požadavky v oblasti provozování stravovacích služeb, prodeje a výroby potravin dle platné české a evropské legislativy, se zásadami správné hygienické praxe a výrobní praxe založené na principech systému bezpečnosti potravin. Zároveň se zaměří na to, jakým způsobem v praxi probíhá hygienická kontrola. Workshop povede odborník z hygienické stanice.

Zapojení

- Pedagog školy, ve které je realizován odborný workshop pomáhá vést WS.
- WS je organizován odborníkem, který školí studenty v daném odborném téma.

Termín realizace

- 3 nebo 4 týden v březnu.



11

ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE

Odborný workshop z teorie se zaměřuje na posílení výuky pedagoga zapojeného do projektu. Pedagog bude mít k dispozici manuál, ve kterém bude několik možností aktivit, které během WS může realizovat za účelem zvýšení zájmu žáků o výuku a její zatraktivnění.

Zároveň mu bude poskytnuto materiální zajištění v podobě ukázkových potravin, na kterých bude moci žákům prakticky ukázat dané probírané potraviny.

Témata:

- Kakao a čokoláda
- Pochutiny – káva, čaj, koření
- Sýry – domácí, zahraniční

Pedagog bude mít na výběr dvě varianty vedení WS:

- V jedné variantě budou tři skupiny studentů během pedagogem moderované diskuse zastávat tři odlišné postoje ke kontroverznímu tématu týkající se potravinářského průmyslu a vaření v daném téma (např. sýry a jejich výroba, problematika tavených sýrů a podobně).
- V druhé variantě bude pedagog pokládat kontroverzní názorové otázky a žáci se budou muset rozhodnout, zda souhlasí či nikoli, následně ke každému tématu bude navazovat diskuse. K daným problematickým okruhům budou vždy připravené texty s faktickými údaji obsahující pohled z více stran.

Úkol na doma: Studenti dostanou od pedagoga za úkol připravit ve skupinkách po 2-3 členech na poslední WS prezentaci v dané délce na jedno z navržených témat týkající se problematiky oboru. Témata budou vycházet z konzultace s pedagogem, který studenty během WS provází. Ke každému tématu získají studenti body, na které se můžou zaměřit.

Zapojení

- Pedagog vede WS podle poskytnutého manuálu, popř. si jej upraví podle sebe tak, aby odpovídal původním cílům a byl s ním osobně ztotožněn.

Termín realizace

- 1 nebo 2 týden v dubnu.



12**ZÁVĚREČNÝ WORKSHOP EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI**

Skupinky si na minulém WS vybraly téma, které během tohoto WS budou prezentovat. Po prezentaci studenti zhodnotí sami sebe, jak se jim prezentovalo, co se jim povedlo a v čem vnímali slabší stránku své prezentace. Ostatní studenti, lektor a pedagog dají studentům zpětnou vazbu zaměřenou na pozitivní stránky a potenciální rozvoj. Na základě prezentací v závěru pojmenujeme, jaké kroky se v prezentaci vyplatí, a jaké ne.

Společně se ohlédneme za celým projektem, každý student dostane příležitost zhodnotit své působení ve všech jeho částech a pojmenuje, co si pro sebe odnáší nového – jaké poznatky a dovednosti, popř. sny.

Hrubý návrh harmonogramu

- Připomenutí minulého WS
- Prezentace skupinek, sebehodnocení a zpětná vazba
- Prezentace – jak na ně
- Ohlédnutí za celým cyklem WS, zhodnocení svého působení, co si odnáším (poznatky a dovednosti)
- Kdo jsem, kam jdu a co mi pomůže
- Ukončení cyklu

PS

Studenty provází cyklem pracovní listy, mezi WS je mají uložené ve jmény / znaky nadepsaných obálkách ve škole, skupina je informována, že listy nikdo nebude vyndávat z obálek a číst. V závěru cyklu dostane každý své pracovní listy, ty pomáhají zachovávat kontinuitu všech témat, podporují jedince, kteří mají motivaci pracovat na svém rozvoji, učit se koncepčně zaznamenávat své myšlenky a zvyšují možnost změny žádoucí cestou.

Zapojení

- Lektor provází WS.
- Pedagog se zapojuje dle svého uvážení a domluvy s lektorem.

Termín realizace

- 3 nebo 4 týden v dubnu.



Harmonogram realizace

Workshop		Termín konání	Zapojení lektora	Aktivní zapojení pedagoga	Odborný expert
1 + 2	EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI	14.11. – 25.11.	Ano		
3 + 4	EXEKUTIVNÍ DOVEDNOSTI	12.12. - 23.12.	Ano		
5	ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE	9.1. – 20.1.		Ano	
6	ODBORNÝ WORKSHOP	23.1. – 3.1.		Částečně	Ano
7	FINANČNÍ GRAMOTNOST	6.2. – 17.2.	Ano	Částečně	
8	FINANČNÍ GRAMOTNOST	27.2. – 3.3.	Ano	Částečně	
9	ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST	6.3. – 10.3.	Ano	Částečně	
10	ODBORNÝ WORKSHOP - ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST	13.3. – 24.3.		Částečně	Ano
11	ODBORNÝ WORKSHOP Z TEORIE	3.4. – 14.4.		Ano	
12	ZÁVĚREČNÝ WORKSHOP	17.4. – 28.4.	Ano	Částečně	

