**Specifikace předmětu plnění**

|  |  |
| --- | --- |
| **Téma vzdělávání** | **Moje tělo - moje hranice aneb Improvizačními technikami k sobě** |
| **Pro koho se kurz uskuteční** | Žáci 8.-9.třídy na ZŠ HUČÁK |
| **Místo realizace kurzu** | Hradec Králové |
| **Podrobný popis zaměření/náplně kurzu** | **Cíl:** Cílem setkání je lépe porozumět vlastním hranicím a uvědomit si je, abych mohl společně fungovat a spolupracovat v bezpečném prostředí. Zároveň si osvojíme dovednost jasně a sebevědomě vyjádřit, když nám něco není příjemné, a pochopíme, že odmítnutí nemusí znamenat konflikt nebo zklamání druhé strany.  **Podrobný popis:** Během dvou setkání se budeme věnovat improvizačním technikám, které nám pomohou rozvíjet kreativitu, koncentraci, spolupráci a komunikaci. Zaměříme se na práci s tělem a jeho propojení s prožíváním a interakcí s ostatními. Vyzkoušíme si, jak lze chybovat bez obav a vnímat chybu jako přirozenou součást učení a růstu. Procvičíme si, jak být vnímaví ke svým kolegům a kolegyním, aniž bychom je blokovali, a jak využít představivost, hravost a postupné vystupování z komfortní zóny. Setkání mohou vyvrcholit i krátkým improvizačním vystoupením. |
| **Údaje o projektu** | Implementace Dlouhodobého záměru vzdělávání Královéhradeckého kraje reg. č. CZ.02.02.XX/00/23\_018/0008973 |
|  |
| **Časový rozsah** | 2 projektové dny po 5 hodinách |
| **Předpokládané období realizace** | Březen – červen 2025 |
| **Počet běhů** | 1 běh |
| **Počet účastníků** | 23 |