



GREEK MINISTRY OF EDUCATION  
AND RELIGIOUS AFFAIRS  
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY  
AND SECONDARY EDUCATION  
OF WESTERN MACEDONIA



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

# VYTVOŘIT PLAKÁT POHODY



HEALTH, OPENNESS,  
AND PROSPERITY  
EDUCATION FOR SCHOOLS

HOPE4schools

Vzdělávání v oblasti zdraví, otevřenosti a prosperity pro školy

2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by  
the European Union

Podpora Evropské unie na vydání této publikace v rámci projektu HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 nepředstavuje schválení obsahu, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenes odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

## VYTVOŘIT PLAKÁT POHODY (PROJEKT/TÝMOVÁ PRÁCE).

Žádáme studenty, aby prozkoumali nápadité způsoby, jak šířit pohodu po celém světě, a navrhli promyšlený plakát - se schopností konat dobro!

### JAK BYSTE ŠÍŘILI BLAHOBYT PO CELÉM SVĚTĚ?

Ve skupinách po 2-4 studentech si představte, že jste superhrdinové. S využitím svých pozitivních schopností pro dobro navrhnete plakát, na kterém ukážete, jaké činnosti byste použili pro znázornění:

☑napojení;

☑být aktivní

☑učení se;

všímání si

☑obdarovávání

### JAK PROJEKT ROZVÍJÍME?

- 1.Přečtete si popis **pěti cest k pohodě** .
- 2.Navrhnete plakát, který by ukazoval, jaké činnosti byste dělali na podporu dobrého zdraví a pohody.
- 3.Pokuste se zohlednit co nejvíce z **pěti cest k pohodě**.
- 4.Ujistěte se, že váš projekt je vaší vlastní originální prací a nekopíruje práci někoho jiného.
- 5.Plakát může být digitální nebo ručně vyrobený (papír A3 nebo A2).
- 6.Ujistěte se, že je text v projektu čitelný.
- 7.Připněte plakáty na stěny třídy.



Co-funded by  
the European Union

Podpora Evropské unie na vydání této publikace v rámci projektu HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 nepředstavuje schválení obsahu, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenes odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.



[WWW.HOPE4SCHOOLS.EU](http://WWW.HOPE4SCHOOLS.EU)

## PĚT ZPŮSOBŮ, JAK DOSÁHNOUT POHODY

1. **Spojte se** s lidmi, které znáte: s přáteli, rodinou, sousedy a lidmi ze školy...
2. **Bud'te aktivní** - najděte si pohybovou aktivitu, která vás baví, chod'te na procházky, cvičte...
3. **Všímejte si** - udělejte si čas na pozorování dne, měnících se ročních období: Vychutnejte si okamžik...
4. **Učte se dál** - vyzkoušejte něco nového, ať už jde o přípravu nového receptu, opravu kola nebo třeba přihlášení na lekce karate...
5. **Dávejte druhým** - usmívejte se, udělejte něco hezkého pro přátele nebo sousedy, udělejte si na druhé čas...



Co-funded by  
the European Union

Podpora Evropské unie na vydání této publikace v rámci projektu HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 nepředstavuje schválení obsahu, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenes odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.