



Co-funded by
the European Union



let's sign about sex

ROZŠÍŘENÁ SEKCE

DOVEDNOSTI

Číslo projektu: 2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie ani Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za ně nenesou odpovědnost.



Část 1: Jak zvládat situace v sexuální výchově

Zahřívací aktivita: “Ano, ne, možná”	3
Úvod	3
Teorie – Identifikace problémů, výzev a situací	4
Aktivita – Hraní rolí: reakce na odpor	8
Teorie – Krizová intervence	9
Aktivita – Možnosti doporučení (EU úroveň)	11
Hodnocení	13

Část 2: Jak vyučovat sexuální výchovu?

Úvod	14
Teorie – Facilitace výuky sexuální výchovy	14
Aktivita – Jak zpřístupnit učení?	17
Teorie – Práce s výukovými zdroji	18
Aktivita – Jak najít kvalitní zdroje?	20
Teorie – Tvorba vzdělávacích programů	21
Tvorba inkluzivních programů sexuální výchovy	23
Hodnocení	24



Část 1: Jak zvládat situace v sexuální výchově

Název aktivity	Zahřívací aktivita: “Ano, ne, možná” (10 minut)	
Obsah		Materiál
<i>Tato zahřívací aktivita slouží k podpoře uvědomění si rozdílných hodnot a ke snížení tendence k posuzování.</i> - Řekněte sérii lehkých, ale relevantních tvrzení (např. „Je v pořádku mluvit s teenagery o sexu“, „Ticho ve třídě znamená nepohodlí“, „Všechny kultury vnímají oční kontakt stejně“). - Účastníci se přesunou na místo v místnosti podle svého postoje: “Ano” -> Souhlasím “Ne” -> Nesouhlasím “Možná” -> nejsem si jistý/á / záleží na okolnostech - Prodiskutujte několik odpovědí. Zdůrazněte: rozdílné názory jsou v pořádku. Právě proto jsou dovednosti jako pozorování a respektující reakce zásadní.		- volný prostor - seznam 5–6 tvrzení
		Další zdroje

Název aktivity	Úvod (10 minut)	
Obsah		Materiál
- Stručný přehled: představení vzdělávacího cíle a programu - Prezentace - Proč je zvládání náročných situací součástí role každého pedagoga - Reálné výzvy (např. odpor, kulturní napětí, sdílení citlivých informací)		- projektor - prezentace
		Další zdroje



○ Dovednosti, které budeme dnes procvičovat (např. pozorování, nastavování hranic, předávání dál odborníkům) 3. Zeptejte se: „S jakými náročnými situacemi jste se setkali nebo se obáváte, že se setkáte při sexuální výchově?“ 4. Pracovníci s mládeží sdílejí odpovědi se skupinou, nebo je mohou anonymně stručně zapsat na flipchart či tabuli.	
--	--

Název aktivity	Teorie – Identifikace problémů, výzev a situací (20 minut)	
Obsah		Materiál
<i>Účastníci porozumí tomu, jak pozorovat chování, rozpoznávat signály (včetně kulturního napětí a odporu) a reagovat konstruktivně při zachování bezpečí skupiny.</i>		
1. Co znamená identifikace problémů, výzev a situací?		Další zdroje
Schopnost identifikovat problémy, výzvy a situace znamená:		Rámec ochrany (Centrum zdrojů a podpory CZaP) https://safeguardingsupporthub.org/sites/default/files/2020-11/RSH%20Safeguarding%20Framework%20for%20Online%20Hub.pdf
• pozorovat a rozpoznat projevy chování, které mohou naznačovat potíže ve vzdělávacím prostředí. • Všimnout si emočních reakcí signalizujících nepohodlí, odpor nebo odpojení. • Zachytit kontextové faktory (např. kulturní dynamiku či bariéry prostředí), které mohou ovlivnit zapojení. • Reagovat na tyto signály konstruktivně při zachování bezpečné a podpůrné atmosféry.		https://debaak.nl/inspiratie/feedback-geven
		(BDDB přístup) https://www.case.org/resources/6-ways-answer-difficult-questions-confidently



2. Pozorování a interpretace

Postoj pozorovatele: neutrální, nehodnotící a zvědavý přístup ke sledování skupinové dynamiky.

Diskutujte, co sledovat:

- verbální chování – odpor, vyhýbání se, obrannost
- neverbální chování – postoj těla, mimika, ticho
- emoční projevy – frustrace, sarkasmus, stažení se
- kontextové faktory – citlivá témata, historie skupiny, mocenské vztahy

Klíčové pojmy:

- **Signalizační dovednosti** = schopnost rozpoznat jemné indikátory.
- **Empatické naslouchání** = aktivní naslouchání s cílem porozumět, nikoli reagovat.

Sledujte vzorce chování v čase, nejen jednotlivé momenty.

3. Rozpoznání kulturního napětí

Kulturní napětí vzniká tehdy, když hodnoty, komunikační styly nebo očekávání vedou k nedorozumění či nepohodlí.

Příklady:

- přímá vs. nepřímá komunikace
- mocenské vztahy (věk, autorita, genderové role)
- nepohodlí při zranitelnosti nebo skupinové participaci

Možné přístupy:

- klást kulturně citlivé otázky (např. „Co je pro vás v takových situacích důležité?“).



- rozvíjet kulturní pokoru k otevřenosti, zvědavosti a ochoty učit se z perspektiv druhých.

4. Porozumění odporu a překračování hranic

Odpor: *ochranná reakce, ne nutně hrozba.*

Typy odporu:

- emoční (strach, hněv, stažení)
- behaviorální (odpojení, narušování)

Chování překračující hranice: *verbální nebo fyzické jednání ignorující či narušující osobní nebo emoční hranice druhých.*

Techniky deeskalace jsou:

- zachovat klid a neutralitu
- poskytnout prostor, je-li potřeba
- neeskalovat situaci
- používat jednoduchý a přímý jazyk
- přejít do režimu řešení problémů
- projevit empatii a uznat emoce
- podporovat seberegulaci
- udržovat bezpečí a hranice

Využívejte rámce ochrany pro posílení politik a praxe ochrany před sexuálním vykořisťováním, zneužíváním a obtěžováním.

Představte důležitost nastavování hranic:

- zachování bezpečí skupiny
- respekt k odlišnostem
- jasná a respektující komunikace



5. Reakce na obtížné otázky nebo napětí

- **Zachovejte klid a rozvahu:** krátce se zastavte před odpovědí pozorujte, zda vaše řeč těla odpovídá vašemu sdělení.
- **Uznávejte emoce a poděkujte za otázku:** „To je dobrá, ale náročná otázka. Děkuji za ni.“
- **Upřesněte a parafrázuje otázku,** abyste se ujistili, že jste ji správně pochopili.
- **Naslouchejte aktivně a empaticky** bez přerušování. Vžijte se do jejich situace a pokuste se pochopit jejich pohled na věc.
- **Odpovídejte promyšleně a upřímně.** Pokud neznáte odpověď, řekněte to otevřeně a nabídněte, že se k tomu vrátíte: „Dohledám si to a pak se k tomu vrátím.“ Pokud nemůžete odpovědět hned: „Teď se zaměříme na ...“ a nabídněte, že to později proberete podrobněji.
- **Používejte strukturované odpovědi** a rámce jako PDDP (Pointa – Důvod – Důkaz – Pointa) k tomu, aby vaše odpověď byla jasná a sebejistá.
- Pokud se rozhovor vyostří, **deeskalujte situaci a udržujte respekt.** Zeptejte se, zda dotyčný chce rozhovor, nebo debatu, abyste nastavili konstruktivní tón. Modelujte respektující chování: *neskákat do řeči, vyhnout se sarkasmu nebo obviňování a formulovat výroky popisně, nikoli kriticky.*
- Pokud se napětí zdá nepřiměřené tématu, **zkoumejte citlivě možné hlubší příčiny:** „Nemáte teď obavy nebo strach z něčeho jiného?“

Tento přístup pomáhá udržet setkání smysluplné a konzistentní od začátku do konce.

6. Mikro-pozorovací cvičení

1. Pusťte krátký videoklip nebo sehraje minutovou scénku skupinové situace s jemným napětím či odporem (např. někdo skáče do řeči, někdo se stáhne, kulturní nedorozumění).



2. Zeptejte se účastníků:

- Co jste zaznamenali?
- Co by toto chování mohlo signalizovat?
- Jak byste mohli reagovat?

3. Shromážděte odpovědi a citlivě doplňte nebo upřesněte klíčové body.

Název aktivity	Aktivita – Hraní rolí: Reakce na odpor (20 minut)	
	Obsah	Materiál
	<i>Účastníci si procvičí, jak konstruktivně reagovat na odpor nebo chování překračující hranice během lekcí sexuální výchovy, přičemž zachovají klid a bezpečí skupiny.</i> 1. Uspořádání skupiny Rozdělte účastníky do malých skupin po 3 osobách. Každá skupina obdrží krátký scénář, ve kterém pracovník s mládeží vede téma sexuální výchovy a setká se s odporem nebo náročným chováním jednoho účastníka. Příklady scénářů: • účastník se odmítá zapojit do aktivity • ve skupině zazní zlehčující nebo sarkastická poznámka • někdo dominuje rozhovoru a přerušuje ostatní • citlivá otázka vyvolá nepohodlí • účastník zpochybní skupinové pravidlo nebo překročí hranici 2. Rozdělení rolí Každý člen skupiny si vezme jednu z rolí: • Facilitátor: procvičuje reakci na odpor • Účastník: hraje náročné chování • Pozorovatel: sleduje průběh a poskytuje zpětnou vazbu	Další zdroje



Po každém kole (max. 5 minut) si členové role vymění, dokud si každý nevyzkouší roli facilitátora.

3. Úkol: nácvik reakce

Během hry rolí by facilitátor měl:

- rozpoznat chování a zachovat klid
- používat inkluzivní a nehodnotící jazyk
- stanovit jasné a respektující hranice
- projevit empatii a deeskalovat situaci
- udržovat emoční bezpečí skupiny

4. Skupinová diskuze

Každý stručně sdílí, co během aktivity zažil.

Název aktivity	Teorie – Krizová intervence (na úrovni EU) (20 min)	
Obsah	Materiál	
	<i>Představuje koncept krizové intervence, zejména v kontextu práce s mládeží a reakcí na sexuální zneužívání nebo sexuálně nevhodné chování. Vymezuje klíčové kroky, které mohou pracovníci s mládeží podniknout v souladu s principy EU a zásadami ochrany.</i>	
	Další zdroje	
1. Co je krizová intervence (na úrovni EU)? Krizová intervence je krátkodobá a bezprostřední reakce na akutní krizové situace. Jejím cílem je: • zajistit okamžité bezpečí jednotlivce nebo skupiny • snížit emoční zátěž a stabilizovat situaci • obnovit základní fungování a pocit kontroly • zprostředkovat kontakt na specializovanou pomoc nebo dlouhodobou podporu	• systém vlajek (pro hodnocení a reakci na sexuální chování mladých lidí) • postupy ochrany a zabezpečení ve vaší organizaci	



V kontextu EU je tento přístup v souladu s rámci podporujícími lidskou důstojnost, duševní zdraví a ochranu před zneužíváním či vykořisťováním.

2. Co můžete jako pracovník s mládeží dělat v případě sexuálního zneužívání nebo sexuálně nevhodného chování?

Vaší rolí není situaci vyšetřovat, ale reagovat podpůrně a přijmout odpovídající opatření.

Základní kroky:

- Naslouchat – zachovat klid, vytvořit bezpečný prostor, umožnit osobě mluvit bez tlaku a bez posuzování.
- Rozpoznat – všimnout si signálů zneužívání nebo tísně (verbálních, behaviorálních, emočních).
- Předat dál – vědět, kdy a jak kontaktovat odpovídající odborníky nebo služby ochrany.

3. Kam je možné osobu odkázat

Podle kontextu a závažnosti situace může být doporučeno obrátit se na:

- interní kontaktní osobu pro ochranu
- orgány sociálně-právní ochrany dětí
- zdravotnické pracovníky nebo terapeuty
- místní krizová centra nebo linky pomoci
- policii nebo právní služby (v případech vyžadujících právní řešení)

Vždy postupujte podle místních protokolů ochrany a zajistěte, aby dokumentace byla vedena citlivě a bezpečně.



Název aktivity	Aktivita – Možnosti doporučení (EU úroveň) (20 min)	
Obsah	Materiál	
<i>Účastníci budou aktivně mapovat a identifikovat vhodné cesty předání pro neslyšící mládež ve svém místním, národním nebo regionálním kontextu. Součástí je porozumění tomu, které služby jsou přístupné, kulturně citlivé a připravené podporovat neslyšící mladé lidi v krizové situaci.</i> 1. Uspořádání skupiny Rozdělte účastníky do malých skupin po 3–4 osobách. 2. Zadání scénáře Každé skupině přiřadte krizový scénář týkající se neslyšícího mladého člověka. Příklady scénářů: • Patnáctiletá dívka sdělí, že ji spolužák nevhodně osahával. • Sedmnáctiletý chlapec s lehkým mentálním postižením udeří vrstevníka poté, co byl dotknut na rameni. Na dotaz působí rozrušeně, ale nedokáže svou reakci jasně vysvětlit. • Dívka odmítá účast na skupině sexuální výchovy, protože si myslí, že je nebezpečné o těchto věcech mluvit. • Během lekce o hranicích těla dívka soukromě sdělí facilitátorovi: „Něco takového se mi stalo... ale byl to můj strýc.“ • Při diskuzi o souhlasu a osobních hranicích se šestnáctiletý chlapec náhle rozruší, odejde z místnosti a odmítá se vrátit. Později sdělí, že „nenávidí mluvení o tomhle“. • Čtrnáctiletý účastník z konzervativního prostředí narušuje diskuzi o genderové diverzitě slovy: „Tohle je špatné. Moje rodina říká, že je to ostuda.“	• karty se scénáři (vytištěné nebo zobrazené na obrazovce) • přístup k internetu nebo předem připravený seznam místních zdrojů • papír na flipchart nebo šablona pro mapování možností • fixy nebo lepicí papírky	
	Další zdroje	



- Chlapec během skupinové aktivity o bezpečném sexu začíná dělat sexuálně explicitní vtipy a gesta směrem k jinému účastníkovi, který je viditelně v nepohodě.
- Během diskuze o vztazích se mladý člověk zeptá: „Když s vámi někdo něco dělá, když spíte – počítá se to jako sex?“ Otázka je položena tiše a vážně.

3. Úkol: Zmapujte možnosti předání

Každá skupina má za úkol navrhnout možnosti předání pro svůj scénář na základě těchto otázek:

1. Jaká je povaha této krizové situace?
2. Kdo by měl být informován nebo zapojen?
3. Které externí služby mohou v této situaci podpořit Neslyšící mládež?
4. Jak zajistíte přístupnou komunikaci?

4. Skupinová prezentace a reflexe

Každá skupina představí:

- identifikované možnosti předání
- způsob, jak by postupovala při předání
- případné obtíže při hledání vhodných služeb
- co se během tohoto mapování naučila

Ved'te krátkou skupinovou diskuzi:

- Jaké mezery existují ve službách pro Neslyšící mládež?
- Jak mohou organizace zlepšit své systémy ochrany a způsoby předávání tak, aby byly inkluzivnější?



Co-funded by
the European Union



Název aktivity	Hodnocení (5 minut)	
	Obsah	Materiál
Shrnutí a reflexe Každý stručně sdílí několik slov o tom, co si o této lekci myslí a co se naučil.		
		Další zdroje



Část 2: Jak vyučovat sexuální výchovu?

Název aktivity	Úvod (5 minut)	
Obsah		Materiál
Prezentace Úvod: Stručný přehled: představení vzdělávacího cíle a programu Význam rozvoje dovedností v sexuální výchově (diskuze)		- Prezentace – Úvod - notebook, projektor
		Další zdroje

Název aktivity	Teorie – Facilitace výuky sexuální výchovy (15 min)	
Obsah		Materiál
1. Co je facilitace učení? Facilitace učení znamená provázet a podporovat účastníky pomocí aktivních, interaktivních a inkluzivních výukových metod. Zahrnuje to: - vytváření bezpečného a respektujícího prostředí pro učení - používání různorodých technik přizpůsobených potřebám účastníků - přizpůsobování výuky jazyku, zázemí, věku, genderu a schopnostem účastníků 2. Přístupy k sexuální výchově - Komplexní sexuální výchova: založená na důkazech, inkluzivní, zahrnuje emoce, vztahy, práva a zdraví. - Abstinenční přístup: zaměřuje se na oddalování sexuální aktivity a často vynechává klíčová témata (např. LGBTQIA+ nebo antikoncepci).		- prezentace – Facilitace učení, - notebook, projektor
		Další zdroje
		https://en.wikipedia.org/wiki/Comprehensive_sex_education https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770 https://udlguidelines.cast.org/



Účastníci prozkoumají oba přístupy a zamyslí se, který je v souladu s inkluzivním vzděláváním Neslyšící mládeže.

3. Význam a tvorba bezpečného prostoru

Facilitátoři musí vytvářet skupinové prostředí založené na:

- jasných hranicích a vzájemném respektu
- bezpečném prostoru – důraz na komfort a pocit jistoty
- odvážném prostoru: podpora otevřeného vyjadřování i k obtížným nebo emočním tématům

Strategie:

- společná tvorba skupinových pravidel
- vnímání kulturních citlivostí
- používání neutrálního a inkluzivního jazyka

4. Aktivní a inkluzivní metody učení

Účastníci se seznámí a procvičí metody, jako jsou:

- přemýšlet–spojit se–sdílet: krátká reflexe ve dvojicích
- případové studie nebo diskuze o dilematech: reflexe a reakce účastníků
- hry: kvízy, deskové hry nebo pohybové aktivity
- setkání vedená vrstevníky: neslyšící vrstevníci spolu vedou aktivity
- praktické ukázky: práce s modely nebo pomůckami (např. antikoncepce)

Tyto metody jsou vizuálně přizpůsobeny účastníkům používajícím znakový jazyk.

5. Výukové metody vhodné pro neslyšící účastníky

Neslyšící účastníci nejlépe reagují na vizuálně bohaté, interaktivní a zážitkové metody. Příklady:

- vizuální vyprávění příběhů (např. animace nebo videa)
- hry rolí s jasnými vizuálními signály
- skupinové diskuze



- videomateriály s titulky nebo tlumočením do znakového jazyka
- kartičky nebo symbolické karty pro pojmy
- dramatické či divadelní metody (předvádění konceptů)

Důležité: vždy předem vysvětlíte klíčovou slovní zásobu ve znakovém jazyce a systematicky používejte vizuální pomůcky pro podporu porozumění.

6. Diferenciace ve výuce

Diferenciace znamená přizpůsobení výuky individuálním potřebám účastníků. V sexuální výchově může zahrnovat:

- věk: přizpůsobení náročnosti obsahu a jazyka
- jazykovou úroveň: používejte jasný a jednoduchý jazyk s vizuální podporou
- kulturní zázemí: vnímejte normy, přesvědčení a citlivosti
- gender a identita: používejte inkluzivní příklady a vyhýbejte se stereotypům
- zdravotní postižení: zajistěte fyzickou, vizuální a kognitivní přístupnost

Tipy pro implementaci:

- poskytujte obsah v různých formátech (text, obraz, video)
- využívejte práci v malých skupinách pro osobnější interakci
- zadávejte strukturované úkoly (začněte jednoduše a postupně zvyšujte náročnost)
- nabízejte možnosti volby v tom, jak mohou účastníci reagovat nebo se zapojit



Název aktivity	Aktivita – Jak zpřístupnit učení? (15 minut)	
	Obsah	Materiál
	<i>Tato aktivita se zaměřuje na procvičování inkluzivních výukových strategií prostřednictvím přizpůsobení obsahu sexuální výchovy různým potřebám účastníků.</i> 1. Uspořádání skupiny Rozdělte účastníky do malých skupin (3–4 osoby ve skupině). Každé skupině přiřaďte téma ze sexuální výchovy, například: • antikoncepce • souhlas • hygiena • pohlavně přenosné choroby • genderová diverzita • online chování (sexting) 2. Přiřazení cílové skupiny Každá skupina vytvoří tři upravené verze krátké lekce na své téma, konkrétně pro: • Neslyšící mládež ve věku 14–15 let • Neslyšící mládež s vývojovým postižením • Neslyšící mládež z různých kulturních prostředí Skupiny musí zohlednit přístupnost, jazykovou úroveň, kulturní relevanci a vizuální kvalitu materiálů pro přidělené publikum. 3. Úkol: Přizpůsobení lekce Při plánování by měly řešit: • výukovou metodu (např. diskuze, vizuální materiály, hra rolí) • aktivity (např. interaktivní nebo kreativní přístupy) • vytváření bezpečného prostoru (např. jazyk, pravidla skupiny, inkluzivní tón)	• papír na flipchart nebo pracovní listy (volitelné) • pera / fixy, • referenční materiály k rozdělení (volitelné)
	Další zdroje	
	Příklady inkluzivních výukových strategií - návody pro přizpůsobení obsahu mladým lidem se zdravotním postižením nebo jazykovými potřebami - kulturně vhodné vizuální pomůcky nebo seznam zdrojů	



• diferenciaci (přizpůsobení věku, schopnostem, jazykové úrovni a kulturní relevanci) Skupinová prezentace a diskuze Skupiny stručně představí své úpravy a reflektují: • jaké změny provedly a proč • s jakými obtížemi se setkaly • jak zajistily, že lekce bude pro cílovou skupinu inkluzivní, bezpečná a poutavá	
---	--

Název aktivit	Teorie – Práce s výukovými zdroji (15 min)	
	Obsah	Materiál
	1. Co je správa zdrojů ve vzdělávání? <i>Správa zdrojů zahrnuje schopnost vyhledávat, hodnotit, upravovat a využívat vhodné výukové materiály a nástroje, které jsou:</i> • vizuálně poutavé (např. infografiky, ilustrace) • digitálně přístupné (např. online nástroje, videa) • přiměřené jazykové úrovni a gramotnosti • inkluzivní a kulturně relevantní	• prezentace k tématu Řízení zdrojů • notebook nebo počítač • projektor • ukázkové materiály k rozdání nebo snímky obrazovky s příklady zdrojů
	2. Ukázka: kvalitní vs. nevhodné materiály <i>Poskytněte vizuální příklady, například:</i> • přehledná infografika vs. hustý blok textu • kulturně inkluzivní ilustrace vs. stereotypní nebo zaujatý obsah • věkově přiměřená videa vs. příliš technický nebo abstraktní materiál	Další zdroje WP2 + WP4



Použijte tyto příklady jako podklad k diskuzi, proč jsou tyto rozdíly v sexuální výchově důležité.

3. Interaktivní diskuze

Plenární otázky (sdílení ve skupině):

- Jaký je váš oblíbený zdroj informací nebo výukový materiál?
- Jak ověřujete, že jsou informace spolehlivé a vhodné?

Každý by měl mít možnost se vyjádřit, pokud chce. Poté shrňte několik odpovědí společně.

Využijte odpovědi k představení konceptu hodnocení zdrojů.

4. Představení zdrojů

Ukažte různé spolehlivé zdroje obsahující správné informace. Zajistěte, aby všechny materiály byly předem ověřené a neobsahovaly dezinformace.

- Představte kurátorský seznam spolehlivých a ověřených zdrojů, včetně materiálů z WP2 a WP4.
- Stručně ukažte, jak některé zdroje vyhledávat a používat.
- Zahrňte další nástroje nebo platformy, kterým důvěřujete.

5. Strategie vyhledávání pro pedagogy

Představte chytré strategie vyhledávání kvalitních materiálů pro sexuální výchovu, například:

- používání klíčových slov s filtry (např. „inkluzivní sexuální výchova infografika“ + „PDF“)
- kontrolu autorství a důvěryhodnosti zdroje (vládní, akademické instituce)
- využívání specializovaných portálů (např. WHO, Rutgers, SENSOA)
- ukládání a třídění zdrojů podle tématu nebo věkové skupiny



Název aktivity Aktivita – Jak najít kvalitní zdroje? (15 min)	
Obsah	Materiál
<i>Tato aktivita slouží k procvičení dovedností vyhledávání, hodnocení a využívání spolehlivých a relevantních vzdělávacích zdrojů pro sexuální výchovu.</i> 1. Uspořádání skupiny Zachovejte stejné skupiny, témata i cílové skupiny jako v aktivitě zaměřené na usnadnění učení. 2. Zaměření na cílovou skupinu Každá skupina pracuje s ohledem na svou přidělenou cílovou skupinu. Skupiny musí zohlednit přístupnost, jazykovou úroveň, kulturní relevanci a vizuální kvalitu materiálů pro dané publikum. 3. Výzkumný úkol Skupiny mají za úkol vyhledat a vyhodnotit zdroje, které by mohly použít k výuce svého tématu pro přidělenou cílovou skupinu. Mají odpovědět na tyto otázky: • Co to je? • Jak to funguje nebo jak to vypadá? • Jaké jsou hlavní informace nebo sdělení? • Obsahuje to podpůrné vizuály, videa nebo aktivity? Povzbuzujte je, aby při hodnocení zohlednili cílovou skupinu. 4. Skupinová prezentace a diskuze Každá skupina stručně představí své výsledky ostatním a reflektuje: • Co jsme našli? • Jak jsme informace vyhledávali? • S jakými obtížemi jsme se setkali při hledání inkluzivních nebo přístupných materiálů? • Jak jsme ověřovali spolehlivost zdrojů?	• osobní zařízení (telefony, notebooky nebo tablety) • přístup k internetu • papír a psací potřeby na poznámky Další zdroje



- Potřebovali bychom více času, nástrojů nebo podpory ke zlepšení svého vyhledávacího procesu?

Podporujte krátkou vzájemnou zpětnou vazbu a porovnání mezi různými cílovými skupinami.

Název aktivity	Teorie – Tvorba vzdělávacích programů (15 minut)	
	Obsah	Materiál
	<i>Účastníci porozumí tomu, jak navrhovat efektivní, strukturované a inkluzivní programy sexuální výchovy pomocí jasně stanovených vzdělávacích cílů, promyšleného plánování lekcí, různorodých výukových metod a vhodných evaluačních strategií.</i> 1. Co znamená navrhování programů? Navrhování programů zahrnuje vytváření strukturovaných, cíleně zaměřených vzdělávacích lekcí nebo celých kurikul. Patří sem: • stanovení jasných vzdělávacích cílů • výběr vhodného obsahu, metod a materiálů • plánování struktury a průběhu lekce • volba evaluačních metod odpovídajících cílům a cílové skupině 2. Představení přístupu „Zpětný návrh“ <i>Rámcem „Zpětný návrh“, vyvinutý Grantem Wiggensem a Jayem McTighem, je tříkroková metoda efektivního plánování programů:</i> 1. Začněte vzdělávacími cíli ○ Zeptejte se: Co by měli účastníci na konci lekce chápat, vědět a umět? 2. Rozhodněte, jak hodnotit pokrok ○ Zeptejte se: Jak zjistím, že učení skutečně proběhlo? 3. Vytvořte lekce a materiály ○ Zeptejte se: Které aktivity, materiály a metody pomohou účastníkům dosáhnout cílů?	• prezentace k navrhování programů nebo flipchart • ukázkové pracovní listy (pro vzdělávací cíle, plánování a evaluaci) • notebook a projektor • ukázkové materiály z existujících programů sexuální výchovy



Tento přístup zajišťuje, že lekce je od začátku do konce smysluplně zaměřená a vnitřně provázaná.

3. Podtémata a vodící otázky

Formulace vzdělávacích cílů

- Co by měli účastníci na konci lekce vědět, umět nebo cítit?
- Jak formulovat cíle podle principu **SMART** (specifické, měřitelné, dosažitelné, relevantní, časově vymezené)?

Strukturování workshopu nebo lekce

- Jak lze lekci uspořádat přehledně a poutavě?
- Klíčové části: úvod → hlavní aktivity → závěr → reflexe

Využívání různorodých materiálů a aktivit

- Jaké nástroje mohou zvýšit zapojení účastníků (např. video, hra rolí, skupinová diskuze, kvíz)?
- Jak zajistit rozmanitost a aktivní zapojení během lekce?

Volba evaluačních metod

- Jak ověříte, zda bylo dosaženo stanovených cílů?
- Příklady: pozorování, sebehodnocení, krátké kvízy, skupinová zpětná vazba

4. Příklady ze sexuální výchovy

Pro ilustraci návrhu programu použijte například téma „Respekt ve vztazích“:

- Cíl: studenti dokážou rozlišit respektující a nerespektující chování ve vztahu
- Hodnocení: studenti se zapojí do hry rolí a vyplní kontrolní list
- Aktivity: krátké video + diskuze, hra rolí, skupinová reflexe
- Materiály: videoklipy, kontrolní list chování, karty se scénáři

Další zdroje



Název aktivity	Tvorba inkluzivních programů sexuální výchovy (20 min)	
Obsah	Materiál	
<i>Účastníci použijí rámec Zpětný návrh k vytvoření krátké strukturované lekce sexuální výchovy.</i> 1. Uspořádání skupiny Zachovejte stejné skupiny, témata i cílové skupiny jako v předchozí aktivitě zaměřené na usnadnění učení. 2. Zaměření na cílovou skupinu Každá skupina pracuje s ohledem na svou přidělenou cílovou skupinu. 3. Úkol: aplikace rámce Zpětný návrh Pomocí pracovního listu nebo flipchartu každá skupina vytvoří minilekci v délce 15–20 minut na základě tří základních kroků tohoto přístupu: Krok 1: Stanovení vzdělávacího cíle - Co by měli účastníci na konci lekce vědět, chápat nebo umět? Krok 2: Určení způsobu hodnocení - Jak poznáte, že účastníci cíle dosáhli? (např. diskuze, kvíz, pozorování) Krok 3: Plán aktivit lekce - Jaké výukové metody nebo aktivity pomohou účastníkům cíle dosáhnout? 4. Prezentace a zpětná vazba • Každá skupina představí svůj plán minilekce	Materiál	• papír na flipchart nebo pracovní listy (se šablonou Zpětný návrh) • fixy nebo pera • notebooky nebo mobilní telefon • ukázková témata nebo kartičky
	Další zdroje	



Co-funded by
the European Union



- Volitelně: spoluúčastníci nebo facilitátor poskytnou zpětnou vazbu podle tří otázek:
 - Co je silné?
 - Co je nejasné nebo chybí?
 - Co by bylo možné zlepšit nebo upravit?

Název aktivity	Hodnocení (5 minut)	
Obsah		Materiál
Shrnutí a reflexe Každý stručně sdílí několik slov o tom, co si o tomto setkání myslí a co se naučil.		
	Další zdroje	