

Oznámení ředitelky Vyšší policejní školy a Střední policejní školy Ministerstva vnitra v Praze

Vyšší policejní škola a Střední policejní škola Ministerstva vnitra v Praze – Centrum jazykového a dalšího vzdělávání nabízí nabídku studia v kurzech dalšího vzdělávání.

Č. j. VPŠA-77/CJDV-2024

plk. Mgr. Ivana Ježková, MBA
vrchní rada
ředitelka školy

v z. Mgr. Jiří Sůva, Ph.D.
zástupce ředitele pro jazykové a další vzdělávání

VYŠŠÍ POLICEJNÍ ŠKOLA A STŘEDNÍ POLICEJNÍ ŠKOLA MINISTERSTVA VNITRA V PRAZE

**Centrum jazykového a dalšího vzdělávání
oddělení dalšího vzdělávání**

=====

Nabídka studia v kurzech dalšího vzdělávání v 1. pol. školního roku 2024/2025

Vyšší policejní škola a Střední policejní škola Ministerstva vnitra v Praze (dále „VPŠ a SPŠ MV v Praze“), Centrum jazykového a dalšího vzdělávání, nabízí možnost rezervace ke studiu v kurzech dalšího vzdělávání.

Uchazeči o účast v těchto kurzech, po udělení souhlasu (služebního) funkcionáře s personální pravomocí, tuto skutečnost nahlásí svému personálnímu pracovišti. Personální pracoviště provede rezervaci.

Uchazeči budou ke studiu zařazeni chronologicky na základě data přihlášení. O zařazení ke studiu budou informováni prostřednictvím personálních pracovišť na základě oznámení o přijetí v elektronické podobě generovaného v systému EKIS II.

Centrum jazykového a dalšího vzdělávání je pracoviště VPŠ a SPŠ MV v Praze 9 – Hrdlořezích, Pod Tábořem 102/5, budova U2. Kurzy realizované denní formou proběhnou na výše uvedeném pracovišti.

KURZY DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

termíny

Relaxace a relaxační techniky			
<i>kód akce</i>	<i>termín</i>	<i>počet dní / hodin</i>	<i>termín rezervace v EKIS II</i>
M2/0313	17.10.2024	1 den / 8 hodin	do 20. září 2024
M2/0313	07.11.2024	1 den / 8 hodin	do 11. října 2024

Sociální síť			
<i>kód akce</i>	<i>termín</i>	<i>počet dní / hodin</i>	<i>termín rezervace v EKIS II</i>
R2/0226	16.10.2024	1 den / 5 hodin	do 20. září 2024
R2/0226	31.10.2024	1 den / 5 hodin	do 4. října 2024

Stres management – zvládání konfliktů a zátěžových situací na pracovišti			
<i>kód akce</i>	<i>termín</i>	<i>počet dní / hodin</i>	<i>termín rezervace v EKIS II</i>
R2/0201	06.11.2024	1 den / 8 hodin	do 11. října 2024
R2/0201	20.11.2024	1 den / 8 hodin	do 25. října 2024
R2/0201	15.01.2025	1 den / 8 hodin	do 29. listopadu 2024

Techniky mluveného projevu			
<i>kód akce</i>	<i>termín</i>	<i>počet dní / hodin</i>	<i>termín rezervace v EKIS II</i>
R2/0242	12.12.2024	1 den / 6 hodin	do 15. listopadu 2024

Time management a plánování			
<i>kód akce</i>	<i>termín</i>	<i>počet dní / hodin</i>	<i>termín rezervace v EKIS II</i>
R2/0203	25.09.2024	1 den / 8 hodin	do 30. srpna 2024
R2/0203	09.10.2024	1 den / 8 hodin	do 13. září 2024
R2/0203	04.12.2024	1 den / 8 hodin	do 8. listopadu 2024

Místo konání

Vyšší policejní škola a Střední policejní škola Ministerstva vnitra v Praze, Pod Táborem 102/5, 190 24 Praha 9 – Hrdlořezy.

Centrum jazykového a dalšího vzdělávání, oddělení dalšího vzdělávání – budova U2.

MAPA:

<https://mapy.cz/s/2nb3F>

Spojení: zastávka BUS – Pod Táborem

metro A – stanice Skalka – linky 177, 195

metro B – stanice Palmovka – linka 109; stanice Vysočanská – linky 177, 182, 183, 195

Hlavní nádraží – tramvaj č. 9 na zastávku Spojovací, pak autobusem linky 109, 177, 182, 183, 195

Nádraží Praha-Libeň – autobusem linky 177, 182, 183, 195

Organizační záležitosti

S metodikem oddělení dalšího vzdělávání CJDV, Bc. Michalem Jankovským, DiS., (e-mail: jankovskym@skolamv.cz, tel. 845 295) **řešte minimálně 2 týdny před konáním kurzu:**

- **vjezd služebním vozem** (uvedte RZ, pokud je vám dopředu známá, vzhledem k nízkému počtu parkovacích míst nemusí být žádostem na poslední chvíli vyhověno), vjezd a parkování soukromých vozidel v areálu není povoleno;
- **potřebu bezplatného ubytování noc před a v době konání kurzu** (pokoj je nutné z organizačních důvodů opustit do 8:00 v poslední den kurzu, zavazadla lze vzít s sebou do učebny či uložit do místnosti k tomu vyhrazené po domluvě se správcem budovy či metodikem, klíč od pokoje je třeba vrátit správci budovy), **nárok na ubytování automaticky nevzniká zadáním požadavku prostřednictvím systému EKIS II**, je nutné, aby byl zájem o ubytování nahlášen metodikovi pro vzdělávání, který dle aktuálních kapacit potvrdí možnost ubytování, z kapacitních důvodů proto **nemusí být žádosti vždy vyhověno**;
- **případné omluvy neúčasti z kurzu**, aby mohl být zařazen náhradník.

Sdělení zájmu o výše uvedené (ubytování, vjezd do areálu) oznamujte prostřednictvím e-mailové komunikace a vyčkejte na potvrzovací e-mail.

V areálu nelze parkovat soukromá vozidla. Služební vozidla lze parkovat na vyhrazených místech. **V učebnách školy platí zákaz držení soukromých i služebních zbraní a střeliva. Ve výjimečných případech lze zbraň uložit do trezoru na služebně dozorčí služby.**

Metodik oddělení dalšího vzdělávání nezajišťuje obědy. Stravování zajišťuje v areálu školy Zařízení služeb pro Ministerstvo vnitra. Potřebné informace pro objednávání obědů naleznete na webových stránkách <https://www.zsmv.cz/gastro/stravovani-hrdlorezy/>.

Relaxace a relaxační techniky

Odborný garant

VPŠ a SPŠ MV v Praze, oddělení dalšího vzdělávání.

Charakteristika cílové skupiny

Osoby mající pracovní nebo služební poměr u bezpečnostních sborů či na ministerstvu vnitra.

Vstupní požadavky a podmínky pro přijetí ke studiu

Souhlas nadřízeného s vysláním na akci.

Organizace studia

Délka: 1 den, forma: denní.

Počet účastníků v jedné akci

Minimálně: 5, optimálně: 8, maximálně: 10.

Charakteristika obsahu

Záměrem vzdělávací aktivity „Relaxace a relaxační techniky“ je přiblížit účastníkům problematiku stresu, a seznámit je se způsoby, jak ho zmírnit především pomocí relaxačních technik. Účastníci se postupně seznámí se stresovými signály a tipy, které chrání lidi před stresem. Účastník vzdělávací aktivity bude schopen definovat příznaky stresu, rozpoznat osobní stupeň zátěže a aplikovat strategii zvládnání stresu. Dále získá přehled o vybraných relaxačních technikách, např. dechová cvičení, autogenní trénink, Jacobsonova progresivní relaxace, jóga, čchi-kung.

Součástí vzdělávací aktivity jsou četná praktická cvičení, některá z nich jsou prováděná vleže. Účastníkům je proto doporučeno pohodlné a volné oblečení.

Způsob ukončení studia

Praktický nácvik některých relaxačních technik a zpětná vazba.

Doklad o ukončení studia

Osvědčení o účasti.

Sociální sítě

Odborný garant

VPŠ a SPŠ MV v Praze, oddělení dalšího vzdělávání.

Charakteristika cílové skupiny

Osoby mající pracovní nebo služební poměr u bezpečnostních sborů či na ministerstvu vnitra.

Vstupní požadavky a podmínky pro přijetí ke studiu

Souhlas nadřízeného s vysláním na akci.

Organizace studia

Délka: 1 den, forma: denní.

Počet účastníků v jedné akci

Minimálně: 5, optimálně: 7, maximálně: 10.

Charakteristika obsahu

Vzdělávací aktivita je zaměřena na poskytnutí základních informací o prostředí sociálních sítí, na základní orientaci mezi nimi a na způsoby jejich využití. Zahrnuje představení jednotlivých sociálních sítí, seznámení s principem jejich fungování a s praktickým používáním jednotlivých funkcí sociálních sítí (např. Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn, Google+ a další). Záměrem vzdělávací aktivity je rovněž podat základní doporučení, jak přistupovat k sociálním sítím z hlediska zachování bezpečnosti a soukromí na internetu, jak se chovat při jejich používání jako jednotlivce a také co dělat a nedělat při propagaci organizace na sociálních sítích. Účastníci budou také upozorněni na časté chyby při využívání sociálních sítí a získají doporučení pro kvalitní a efektivní prezentaci organizace na sociálních sítích.

Způsob ukončení studia

Praktický nácvik založení profilu na sociální síti.

Doklad o ukončení studia

Osvědčení o účasti.

Stres management – zvládání konfliktů a zátěžových situací na pracovišti

Odborný garant

VPŠ a SPŠ MV v Praze, oddělení dalšího vzdělávání.

Charakteristika cílové skupiny

Osoby mající pracovní nebo služební poměr u bezpečnostních sborů či na ministerstvu vnitra.

Vstupní požadavky a podmínky pro přijetí ke studiu

Souhlas nadřízeného s vysláním na akci.

Organizace studia

Délka: 1 den, forma: denní.

Počet účastníků v jedné akci

Minimálně: 5, optimálně: 10, maximálně: 16.

Charakteristika obsahu

Vzdělávací aktivita je zaměřena na rozvoj praktických dovedností pro zvládání náročných situací konstruktivním způsobem. Důraz je kladen na rozvoj sebeřízení v různých pracovních podmínkách, zejména ve stresových a konfliktních situacích. Účastníci určí, které konkrétní situace vnímají jako stresové, identifikují jednotlivé příčiny (stresory), rozliší podmínky vnitřní a vnější. Prozkoumají vlastní způsoby zvládání stresu a konfliktů a posoudí efektivnost svých řešení. Na základě toho budou rozvíjet další strategie vyrovnávání se s psychickou zátěží napomáhající zvládat stres vlastní i jiných lidí co nejlépe, a díky tomu smysluplně a efektivně jednat v komunikaci s druhými se zachováním vzájemného respektu pro obě strany.

Obsah vzdělávací aktivity:

formulace očekávání účastníků, zasazení do jejich pracovního kontextu, rozpoznávání vnitřních a vnějších příčin stresu v akutních i dlouhodobých případech, reflexe a rozvoj vlastních strategií, které zvládání stresu napomáhají, pozitiva a negativa konfliktních situací pro rozvoj zdravých vztahů, význam respektující komunikace pro zvládání konfliktních situací, pravidla konstruktivní zpětné vazby, role emocí ve stresových a konfliktních situacích, hledání zdrojů podpory, formulace vlastních cílů účastníků.

Způsob ukončení studia

Praktický nácvik situací zvládání stresu a zpětná vazba.

Doklad o ukončení studia

Osvědčení o účasti.

Techniky mluveného projevu

Odborný garant

VPŠ a SPŠ MV v Praze, oddělení dalšího vzdělávání.

Charakteristika cílové skupiny

Osoby mající pracovní nebo služební poměr u bezpečnostních sborů či na ministerstvu vnitra.

Vstupní požadavky a podmínky pro přijetí ke studiu

Souhlas nadřízeného s vysláním na akci.

Organizace studia

Délka: 1 den, forma: denní.

Počet účastníků v jedné akci

Minimálně: 5, optimálně: 8, maximálně: 10.

Charakteristika obsahu

Dialog je v osobní rovině základní formou mezilidské komunikace, v profesní rovině se v mnoha povoláních a pracovních pozicích stává významným pracovním nástrojem. Podle Unie evropských foniatrů jsou mezi nejzatíženějšími profesemi pedagogové, lektoři, pracovníci operačních středisek, profesionální mluvčí, manažeři, profesionální vojáci potažmo policisté, pracovníci náborových středisek, pracovníci na recepcích a přepážkách aj. Tito profesionálové by měli mít osvojeny odpovídající techniky správného používání hlasového ústrojí pro dobře ovladatelný a kvalitní hlasový projev, a měli by věnovat náležitou pozornost hlasové hygieně a preventivní péči o hlas. Hlavním záměrem vzdělávací aktivity je seznámit účastníky se základy práce s hlasem po teoretické i praktické stránce, především v souvislosti se zákonitostmi práce s dechem a tvorbou hlasu, napodobení práce s hlasovým ústrojím – posazením dechu, posazením hlasu, využitím rezonančních dutin, využitím bránice, artikulace aj., znalostí pravidel hlasové hygieny.

Součástí vzdělávací aktivity jsou četná praktická cvičení, některá z nich jsou prováděná vleže. Účastníkům je proto doporučeno pohodlné a volné oblečení.

Způsob ukončení studia

Nácvik praktických dovedností a zpětná vazba.

Doklad o ukončení studia

Osvědčení o účasti.

Time management a plánování

Odborný garant

VPŠ a SPŠ MV v Praze, oddělení dalšího vzdělávání.

Charakteristika cílové skupiny

Osoby mající pracovní nebo služební poměr u bezpečnostních sborů či na ministerstvu vnitra.

Vstupní požadavky a podmínky pro přijetí ke studiu

Souhlas nadřízeného s vysláním na akci.

Organizace studia

Délka: 1 den, forma: denní.

Počet účastníků v jedné akci

Minimálně: 5, optimálně: 10, maximálně: 16.

Charakteristika obsahu

Cílem vzdělávací aktivity je seznámit účastníky se zásadami efektivního řízení času, dopracovat se k dovednosti stanovovat cíle a priority, ukázat, že efektivní využívání času napomáhá ke zvládnutí náročných situací a stresu a významně přispívá k udržení psychické vyrovnanosti.

Obsah vzdělávací aktivity:

úvod do hospodaření s časem,
stanovení cílů – cílový management jako zásadní součást časového managementu,
plánování – metody plánování času,
rozhodování – priority, stanovení priorit,
realizace – denní záznam, výkonnost a koncentrace, osobní denní rytmus,
pravidla hospodaření s časem (Pareto, Eisenhower) a praktické rady, jak šetřit čas,
časové ztráty – ztrátové faktory, identifikace časových ztrát.

Způsob ukončení studia

Praktický nácvik time managementu pracovního dne a zpětná vazba.

Doklad o ukončení studia

Osvědčení o účasti.