



# WALNEWS

BŘEZEN 2026

# OBSAH

## ČLÁNKY

---

JARNÍ KONCERTY ŽÁKŮ ZUŠ FANTAZIE	Veronika Tomková	3
VÝSTAVA VÝTVARNÉHO OBORU ZUŠ FANTAZIE	Kamil Mráz	5
NOVÉ PŘÍRŮSTKY DO ŠKOLKY	Lucie Papicová	7
VYNÁŠENÍ MORENY V MŠ	Kristýna Vyroubalová	8
PÁTKY PATŘÍ DRUŽINĚ	Šárka Killarová	10
VELIKONOČNÍ SLAVNOST	Monika Svobodová	12
4.TŘÍDA NA DOPRAVNÍM HŘIŠTI	Rostislav Drábek	14
VYNÁŠENÍ MORENY 5.TŘÍDY	Jan Horváth	15
PALAČINKOVÁNÍ VE ŠKOLNÍM KLUBU	Irena Jašíčková a žáci ŠK	16
ZÁŽITKY Z BRUSLENÍ 2. A 7. TŘÍDY	žáci 2. a 7. třídy	18
VÝLET OSMÉ TŘÍDY - OSTRAVA	žáci osmé třídy	20

NÁVŠTĚVA Z IRSKA	Hana Hradilová	23
FESTIVAL JEDEN SVĚT	kolektiv třídních učitelů	25
NÁVŠTĚVA UWEHO BUERMANNNA NA NAŠÍ ŠKOLE	Kristina Jandová	28
NÁVŠTĚVA P-CENTRA	kolektiv třídních učitelů	29
BUBNOVÁNÍ A RYTMIKA VE ŠKOLE	Monika Svobodová	31
NEUROTRANSMITERY A HORMON DOPAMIN	Julie Dostálová	33
NÁVŠTĚVA FILMOVÉHO FESTIVALU JEDEN SVĚT	Filip Zaoral	35
WALDORFSKÝ MENTOR UWE BUERMANN	Filip Zaoral	36
UKLIÐME OKOLÍ ŠKOLY	Věra Žáková	37

# JARNÍ KONCERTY ŽÁKŮ ZUŠ FANTAZIE

Veronika Tomková \_\_\_\_\_

Jaro je obdobím nových začátků, svěžesti a inspirace – a právě tyto hodnoty se zrcadlily v Jarních koncertech žáků, které se uskutečnily ve středu 25. a 26. března 2026 v ateliéru naší školy. Během dvou krásných večerů předvedli naši žáci nejen své hudební dovednosti, ale také odhodlání, nadšení a lásku k umění, kterou vkládají do svého každodenního studia.

Během koncertů se představila všechna studijní zaměření, takže posluchači měli možnost nahlédnout do rozmanitého světa hudebního vzdělávání. Oba večery potvrdily, že hudba není jen o správně zahráných tónech, ale především o radosti z tvoření, chuti sdílet své umění s ostatními a odvaze vystoupit před publikem.



Velké poděkování patří všem žákům za jejich opravdu krásné výkony. Stejně tak děkujeme i pedagogům, kteří své žáky trpělivě vedou, podporují a motivují k objevování krásy hudby. Jejich pečlivá příprava byla ve výsledných vystoupeních patrná. Děkujeme také všem, kteří s námi strávili tyto příjemné jarní večery. Přítomnost publika, jeho podpora a potlesk jsou pro žáky tou největší odměnou a motivací do dalších vystoupení.



# VÝSTAVA VÝTVARNÉHO OBORU ZUŠ FANTAZIE

Kamil Mráz

---

Dne 31. března 2026 se uskutečnila pololetní výstava žáků výtvarného oboru, která prezentovala jejich dosavadní tvorbu. K vidění byl výběr prací vzniklých v rámci tematických celků, mezi něž patřilo například umění 20. století, design či voda. Tematické celky se dotýkaly nejen vybraných kapitol z dějin umění a současného umění, ale také mezipředmětových témat, jako je ekologie a ochrana životního prostředí.



Součástí výstavy byl také doprovodný výtvarný workshop, který navazoval na design a umění 20. století. Návštěvníci si mohli vytvořit vlastní šperk inspirovaný olomouckým výtvarníkem Pavlem Herynkem nebo koláž. Vystavená plošná i prostorová díla umožnila sledovat postupný pokrok v tvorbě žáků, jejich schopnost osobitého vyjádření i práci s různými výtvarnými technikami. Výstava dále nabídla příjemný prostor pro setkání dětí i dospělých, sdílení dojmů i zábavné tvoření.



# NOVÉ PŘÍRŮSTKY DO ŠKOLKY

Lucie Papicová

---

V březnu nám ve třídách mateřské školy přibylo něco nového. Tentokrát to není další zvířátko, ale jsou to krásné nové pomůcky pro tvoření. Novými obyvateli se tak staly dřevěný ponk a skříňka na sušení akvarelových obrazů.

Práce se dřevem má v prostředí waldorfské školy své přirozené místo. Děti mohou pilovat, brousit, zatloukat hřebíčky a z malých kousků postupně vytvářet vlastní výrobky. Na novém ponku mají pro tuto činnost pevné místo, kde mohou soustředěně pracovat a s radostí tvořit.

Také akvarelové výkresy našich dětí mají již ve všech třídách své místo. V nové skříňce ve třídě Pomněnek mohou nerušeně schnout a barvy tak mají prostor dozrát, než si obrázek děti odnesou domů.

Za krásnou truhlářskou práci děkujeme panu Miroslavu Menšíkovi a jeho týmu a věříme, že stejně jako další dřevěné kousky nám vydrží dlouhá léta a budou dělat radost dětem i paní učitelkám.



# VYNÁŠENÍ MORÉNY V MŠ

Kristina Vyroubalová \_\_\_\_\_

Ve středu 25. dubna 2026 jsme společně s dětmi a jejich rodiči prožili krásnou jarní slavnost Vynášení Morény. Toto tradiční setkání se neslo v duchu loučení se zimou a vítání přicházejícího jara.

Sešli jsme se v příjemné atmosféře a vydali se společně na průvod kolem mlýnského potoka. Děti kráčely s nadšením, doprovázeny zpěvem a radostným očekáváním. Společná cesta byla naplněna klidem, sdílením a vědomím, že jsme všichni součástí jednoho okamžiku.



Na konci naší trasy jsme dorazili k mostu, kde vyvrcholil celý obřad. Morénu jsme společně zapálili a následně ji poslali po vodě pryč. Symbolicky jsme tak vyprovodili zimu a otevřeli prostor novému, svěžímu období jara. Tento okamžik byl pro děti silným zážitkem, který v sobě nesl hloubku tradice i radost z proměny.



Po slavnostním obřadu jsme zůstali ještě spolu, hráli jsme hry, zpívali písničky a užívali si společně strávený čas. Jako učitelka jsem byla za tuto slavnost velmi vděčná. Přinesla nejen radost a společný prožitek, ale také posílila vztahy mezi dětmi, rodiči i námi pedagogy. Věřím, že si tento den všichni odnášíme jako milou a hřejivou vzpomínku a jarní dny se na nás brzy usmějí.)



# PÁTKY PATŘÍ DRUŽINĚ

Šárka Killarová

---

První a druhá třída mají v pátek družinu už od ranních hodin. Díky tomu můžeme s dětmi trávit téměř celý den venku. Krásné počasí nám poslední týdny opravdu přeje, a tak jsme stihli navštívit spoustu příjemných míst, poznávat přírodu a užívat si společně radosti ze sluníčka.

Jedno páteční dopoledne jsme se vydali na Svatý Kopeček. Kousek cesty jsme jeli autobusem a vystoupili u cyklostezky, po které jsme pokračovali pěšky. Čekal nás i prudší kopec, který děti statečně zdolaly. Odměnou byl krásný výhled do okolí, krátký odpočinek na sluníčku a společná svačinka. Poté jsme se autobusem vrátili zpět ke škole.





Další pátek jsme využili slunečného počasí k malé výpravě k řece, kde je veřejné ohniště. Do batůžků jsme si sbalili jablíčka a cukety a vyrazili pěšky. Po příchodu jsme společně nasbírali dřevo, připravili ohniště a děti si vyzkoušely rozdělávání ohně. Odměnou byla skvělá svačina – opečená jablíčka, která na ohni krásně zesládnou.

V pátek 13. 3. jsme s druhou třídou vyrazili autobusem na nedaleký Sluňákov. Prošli jsme celý areál. Čekala nás například Rajská zahrada, Lesní chrám, Sluneční hora a ohniště Zlaté spirály. Procházeli jsme také Lesem poznání a Lesem zvuků, které propojují celý areál a nabízejí spoustu objevování. Dopoledne jsme si s dětmi opravdu užili: strávili jsme čas na krásném a příjemném místě, dali si svačinku v přírodě, pohráli si u řeky a pak se vydali zpět ke škole.



Pátky tak u nás patří družině, pobytu venku a společným zážitkům. Už teď se těšíme na další dobrodružství, která nás čekají.

# VELIKONOČNÍ SLAVNOST

Monika Svobodová

Dne 30. března 2026 proběhla v naší škole velikonoční slavnost, která přinesla dětem i dospělým příjemnou jarní atmosféru plnou tvoření, tradic a společného setkání.

Slavnost byla zahájena vystoupením prvňáčků, kteří svým milým programem potěšili všechny přítomné. Jejich zpěv a první tóny na flétničku navodily slavnostní náladu a připomněly příchod jara.



Po úvodním vystoupení následovaly velikonoční dílničky, ve kterých si děti mohly vyzkoušet celou řadu tradičních i tvořivých aktivit. Velký zájem byl o pletení pomlázek, odkud si mnozí odnesli vlastnoručně upletený výrobek. Neméně oblíbené bylo zdobení vajíček různými technikami – od klasického barvení až po kreativní dekorování.



Děti si také mohly vybarvovat vajíčka, vyrábět drobné dekorace z proutí, jako jsou věnečky, panenky či závěsy s ptáčky. Velkou radost přineslo i sázení rostlinek, které si děti odnášely domů jako symbol nového života a jara.

Nechyběla ani výroba placek a velikonočních přáníček, díky nimž si každý mohl vytvořit malou památku nebo potěšit své blízké.

Příjemnou součástí celé slavnosti bylo také výborné občerstvení připravené rodiči první třídy, které přispělo k pohodové atmosféře a poskytlo prostor k neformálnímu setkávání rodičů, dětí i učitelů.

Součástí akce byl také swap pořádaný sdružením rodičů WIO, který nabídl možnost vyměnit si oblečení, knihy či další drobnosti.

Celá slavnost proběhla ve spolupráci školy a rodiče žáků prvního stupně. Akce se nesla v duchu spolupráce, tvořivosti a sdílené radosti.

Děkujeme všem, kteří se na její přípravě podíleli, a těšíme se na další společná setkání.



# ČTVRTÁ TŘÍDA NA DOPRAVNÍM HŘIŠTI

Roastislav Drábek

---

Čtvrtá třída navštívila dopravní hřiště, kde si zopakovala základní principy dopravních pravidel. Čtyři teoretické výukové bloky byly zaměřeny především na bezpečnost chodce, cyklisty a rozšíření vnímání bezpečného využití pozemních komunikací. Závěrem se lektoři zlehka dotkli první pomoci. Děti získaly vlastní zkušenost vykonávání KPR na figuríně. Jsou zvědaví, co je dále čeká na DH v červnovém pokračování. Snad už i více dopravní praxe a pobytu venku



# VÝNÁŠENÍ MORENY 5. TŘÍDY

Jan Horváth

---

Pátá třída se s blížícím se příchodem jara začala připravovat na slavnost vynášení Moreny. Zopakovala si s touto slavností spojené básně a písně, aby je následně mohla začít po skupinkách učit nižší třídy prvního stupně. Zároveň pátáci vyrobili slaměnou Morenu, pořádně ji „ohákli“ a vše bylo připraveno.

V pátek 20. března, jsme – příhodně na první jarní den – po epoše vyrazili za hromadného zpěvu písní k Mlýnskému potoku, kde byla zapálená Morena shozena do vody a dětmi kamenována, aby se za námi nevrátila dříve, než zase přijde její čas.

Děti slavností velmi žily, písně i recitace zněly celým širým okolím. Po odplutí Moreny jsme rozdali třídám lítečka, na které si děti vázaly stužky, aby si na začátek jara mohly krásně ozdobit své třídy.

# PALAČINKOVÁNÍ VE ŠKOLNÍM KLUBU

Irena Jašíčková

Ve středu 11.03.2026 se ve školním klubu konalo „palačinkování“.

Akci si vymyslel a celou zorganizoval žák 6.třídy, Dan Poštulka. Palačinkovač zapůjčili Polzerovi, mixér Poštulkovi, mašlovačku a olej nám poskytly naše paní kuchařky, potřebné suroviny si přinesli žáci z domu. Ve 13.30 žáci připravili těsto s občasnou konzultací paní vychovatelky. Mezitím Seba našhvil palačinkovač a jako zkušený profesionál začal stěrkou tvořit tenoučké palačinky. Další žáci a žákyně se vrhli na dochucování a zdobení palačinek. Palačinky si servírovali jako v opravdové restauraci.

Pozvání na palačinku přijala paní jednatelka, postupně také paní ekonomická ředitelka s manželem a manželé Čápovi (tou dobou na návštěvě naší školy) a paní Anežka Janátová. Díky famózní chuti palačinek byla přijata žádost, kterou vyslovila paní vychovatelka. Ukázalo se, že další fungování školního klubu bez zakoupení školního palačinkovače by bylo skoro nemožné : ).



Žáci 6. třídy jsou skvělá spolupracující parta a já můžu přihlížet výsledkům pedagogické činnosti jejich třídní učitelky, Evy Fuhrmann. Samozřejmě přizvali k pojídání palačinek i žáky 7. třídy. Kultivovaně obsluhovali nečekaně příchozí hosty. Úklid třídy zvládli a ráno kromě vůně palačinek nebylo poznat, že zde probíhala tato „mňamózní akce“.

Žáci sdělili:

DAN:

„Uspořádal jsem akci, protože miluju palačinky stejně jako všichni. A co je lepší, než dělat palačinky s kamarády. Proto přijďte do školního klubu, velmi doporučuji, je tu zábava a sranda i klid a mír.“

ŠTĚPÁN:

„Bylo to dobré, bavilo nás to, nejvíc mě bavilo to jíst a mazat a bylo dobré, když za námi přišla paní ředitelka a manželé Obrtlíkoví a když jsme jim to servírovali“

KIKIN:

„Nebylo dobré, že jsem musel do kroužku a bavilo mě jíst palačinky a nebavilo mě potom uklízet, ale pomohl jsem“

LUCKA:

„Palačinky byly hodně, hodně dobrý“



# ZÁŽITKY Z BRUSLENÍ 2. A 7. TŘÍDY

žáci 2. a 7. třídy

Ve čtvrtek 5. 3. 2026 vyrazily společně druhá a sedmá třída na bruslení do Uničova. Sedmáci zapsali své a druháčkovské zážitky takto:

Hráli jsme spoustu her, sice jsem občas padala, ale i tak to tam bylo super.

Líbily se mi písničky, co tam hrály, měla jsem nejlepší sedmačku.

Ella Fornusková a Adéla Martinková

Na bruslení se mi líbilo, protože to byla sranda a bruslili jsme rychle.

Aranka Petrová, Beata Konvičková

Ve čtvrtek jsme byli bruslit a hráli jsme hokej. Líbilo se mi bruslení na ledu, protože to mám ráda.

Anna Julia Škubalová a Alžběta Sokolářová

Bruslení bylo zajímavé a zábavné. Pro některé bylo jednoduché, ale pro některé těžké a překvapivě tam byla ZIMA. Na bruslení jsme dělali různé triky a nejvíce se nám líbila holubička.

Eli Hradilová a Teri Vostrovská

Bruslení bylo velmi zábavné, konečně jsem se naučil bruslit .

Nejvíce se mi líbilo, že jsem se naučila bruslit . ☺

Jony Tkadlec a Naty Jašiková ☺

Bruslení se za mě povedlo, ale cesta vlakem byla nuda.

Jony R.

Na bruslení se mi líbila hra, kterou jsme tam se spolužáky hráli.

Na bruslení se mi nejvíce líbilo přešlapování.

Šimon Kudrna a Kuba Koubek.

Bylo dobré. ☺

Bylo to velmi zábavné, cesta byla velmi nudná.

František a Lili

Několikrát jsem tam spadla, protože jsem měla strašně roztrhané brusle.

### Hermi Slavkovská

Dělala jsem holubičky, jinak jsem si to užila.

### Azitka Caley

Bruslení jsem si užil, hráli jsme hokej, babu a infekci.

### Honza Holub

Bruslení se mi líbilo a pobavila jsem se u toho, ráda jsem pomáhala ostatním.

### Terez Hrubá

Bruslení se mi líbilo, protože mě bavily hry, co jsme hráli a že jsme si mohli bruslení zopakovat.

### Agátka Konvičková

Pomáhala jsem Hermínce s bruslením a spadla jsem, nakonec jsme hráli hoňku.

### Julie Tomašovičová

Čtvrteční bruslení s druháky bylo velmi zábavné.

Líbil se mi zimní stadion.

### Kryštof Kříž, Filip Ondřej

Bruslení se mi velice líbilo, obzvlášť ta hra, kterou jsme hráli na konci.

J. Lička

Dobrý, líbilo se mi to, užil jsem si to.

### Tobiáš Melichárek

Ve čtvrtek jsme byli na bruslích v Uničově a mně se tam líbilo, jak jsme tam hráli hokej.

Mně se líbilo, když jsem to už uměla a mohla jsem bruslit sama.

### Noemi Šturdík, Silvie Paralová

Bruslení bylo moc zábavné, protože byl velký stadion, a také se nám líbila cesta vlakem do Uničova.

Led byl moc klouzavý, ale nic se nestalo, jenom někdo párkrát spadl.

### Panagiotis Bakandritsos

V Uničově se mi moc nelíbilo, ale bruslení byla zábava, protože jsem dlouho předtím nejezdila.

### Sára Makulová

# VÝLET OSMÉ TŘÍDY - OSTRAVA

žáci 8.třídy

---

Marek Váňa

Ve čtvrtek 26. 2. ráno jsme měli sraz na hlavním nádraží, odkud jsme odjížděli do Ostravy. Z hlavního nádraží v Ostravě jsme odjeli tramvají a poté jsme přesedali na autobus, který nás odvezl ke kopci, na jehož druhé straně stál Landek Park a také cíl naší cesty, hornické muzeum.

Když jsme sešli na druhou stranu kopce, ocitli jsme se v malebném údolíčku. Poté jsme šli směrem k hlavnímu vchodu do muzea, kde nás přivítal pán nepochybně pocházející z Ostravy nebo okolí. Provázel nás ale jiný pán, který dříve pracoval jako záchranář v tamějším dole. Během prohlídky jsme si mohli vyzkoušet výstroj, kterou nosili záchranáři, a také jsme si mohli projít prolézačku, která byla stísněná.

Když jsme vyšli z této budovy, šli jsme ještě do jedné budovy, kde jsme si nasadili přilby a jeli jsme výtahem dolů do bývalého dolu. Dole v dole, kde měli místy hodně nízký strop, nás provázel pán, co nás vítal, a ukázel nám, jaká tam byla tma, když se nesvítilo. Cestou zpátky na ostravské hlavní nádraží jsme jeli autobusem a přesedli jsme na trolejbus. Na hlavním nádraží jsme si mohli něco koupit a asi po půl hodině jsme šli čekat na nástupiště na vlak, který nás odvezl domů.

Vendula Kočí

Se školou jsme vyrazili na výlet do hornického muzea v ostravském Landek parku. U vstupu nás přivítal vtipný pán průvodce, který se nám všem hned zalíbil. Stručně nám pověděl, co můžeme v prohlídce čekat, a taky pár z nás potrápil s otázkami ohledně hornictví.

Odložili jsme si batohy a vydali se na část prohlídky, která se konala nad zemí. Starší pán průvodce nám představil přístroje používané při práci v dolech a dokonce i potápěčské obleky a pomůcky, které potápěči používali ve službě.

Potom jsme si skoro všichni prolezli takovou úzkou překážkovou dráhu, která měla simulovat, jaké to bylo pro horníky pohybovat se v dolech při jejich práci. Následně nás poslali do místnosti, kde jsme si všichni vzali přilby a po dvou skupinkách se výtahem postupně spustili dolů. Prošli jsme si podzemní prostory dolů, udělali pár fotek u modelu koně, kterého tam měli vystaveného, a po konci prohlídky jsme se rozloučili s naším skvělým panem průvodčím. Chvíli jsme ještě strávili na sportovním hřišti a pak se všichni společně vydali na cestu zpět do Olomouce.

Eliška Zadorožná

Jako 8. třída jsme se vydali za poznáním hornické práce do dolu v Ostravě. Výlet byl spojen s naším dějepisným učivem o 19. století, průmyslové revoluci a o těžkých pracovních podmínkách. Kamarádský průvodce nás často zapojoval do výkladu. Dozvěděli jsme se např., že patronem horníků je sv. Barborka nebo že se k těžké práci využívali v dolech koně.

Mnoho z nás muselo také překonat strach z pocitu, že jsme pod zemí, ale vrátili jsme se všichni v plném počtu.

Výlet se mi moc líbil a odnesla jsem si zážitky i nové informace.

Patrik Tomášek

S 8. třídou jsme se vydali 26. 2. 2026 do hornického muzea v Ostravě. Před osmou hodinou jsme vyjeli vlakem směr Ostrava. Cesta nám trvala zhruba hodinu a půl. Abychom se dostali do muzea, museli jsme jet ještě tramvají a autobusem. Jakmile jsme dorazili na místo, vydali jsme se do muzea, kde nás poté přivítali instruktoři. První nám pověděli něco o historii, později i o vybavení a různých způsobech záchrany a údržby. Potom nás svezli dolů do podzemních chodeb, kde nás provedli a ukázali nám stroje, se kterými horníci pracovali. Dozvěděli jsme se nové zajímavosti a jak to v té době fungovalo.



# NÁVŠTĚVA Z IRSKA

Hana Hradilová

---

Na Waldorfské škole jsme v polovině března přivítali vzácnou návštěvu – skupinu studentů pedagogiky z Irska, kteří k nám přijeli načerpat inspiraci a blíže se seznámit s principy waldorfské pedagogiky.

Jejich program byl pestrý a nabitý zážitky. Ráno navštívili epochového vyučování, které je pro waldorfské školy typické. Měli tak možnost nahlédnout do přirozeného rytmu výuky, kde se jeden tematický celek probírá intenzivně po dobu několika týdnů. Studenti ocenili zejména hudební a rytmické uchopení hodiny, důraz na prožitek a aktivní zapojení žáků.

Součástí návštěvy byla také přednáška o waldorfské pedagogice, během níž se dozvěděli více o jejích filozofických základech, vývojových fázích dítěte i roli učitele. Diskuse byla velmi živá a otevřená – irští studenti sdíleli své zkušenosti z domova a porovnávali je s přístupem, který mohli vidět u nás.



Velkým zážitkem pro všechny byla eurytmie. Tento specifický umělecký pohyb, který propojuje řeč, hudbu a pohyb, si mohli nejen vyzkoušet, ale i prožít „na vlastní kůži“. I když pro ně byla eurytmie novou zkušeností, zapojili se s nadšením a odvahou. Závěr jejich návštěvy patřil setkání se žáky přímo ve třídách během hodin angličtiny. Zde se role částečně obrátily – irští studenti se stali „učiteli“ a představili dětem svou zemi. Povíдали o Irsku, jeho tradicích, přírodě i každodenním životě. Nechyběla ani zmínka o svátku svatého Patrika, který je pro Irsko typický. Na závěr učili děti krátký irský tanec. Žáci se aktivně zapojovali, kladli otázky a sdíleli své vlastní poznatky. Návštěva byla přínosná pro obě strany – irští studenti si odvezli nové podněty a zkušenosti, zatímco naši žáci i učitelé měli možnost zažít inspirativní mezinárodní setkání. Takové chvíle nám připomínají, jak důležité je sdílení, otevřenost a vzájemné obohacování napříč kulturami



# FESTIVAL JEDEN SVĚT

KOLEKTIV TŘÍDNÍCH UČITELŮ

---

Ve Olomouc se konal filmový festival Jeden svět, který každoročně přináší silné dokumentární příběhy z celého světa. Také letos se ho již tradičně zúčastnily některé třídy naší školy. Žáci 2. třídy měli možnost se setkat s příběhy s různými podobami lidských osudů, emocí i snů.

První příběh nás zavedl k dívce, která navzdory svému zdravotnímu omezení v sobě nesla velký sen a to tančit spolu s ostatními dětmi. Děti mohly vnímat její odvahu, vytrvalost i radost z pohybu a uvědomit si, že každý z nás má svou vlastní cestu, po které může kráčet. Druhý, kreslený příběh, jemným a hravým způsobem ukázal, jak se mezi dvěma kamarádkami může z malého nedorozumění stát velká bouře emocí. Dívky se postupně „nafukovaly“ jako balonek, jak v nich rostl hněv a napětí, až nakonec přišlo uvolnění, odpuštění a návrat ke společné hře.

Poslední příběh patřil chlapci, který vytvořil komiks „GAME OVER“. Skrze svou tvorbu chtěl ostatní děti pozvat zpět do světa fantazie, tvoření a skutečných zážitků mimo obrazovky. Připomněl nám, jak důležité je tvořit vlastníma rukama a dávat prostor své představivosti.

Celé setkání bylo pro děti nejen filmovým zážitkem, ale i tichým zastavením a příležitostí sdílet své dojmy a pocity.

Žáci 3. třídy v rámci programu zhlédli tři krátké filmy, které jim nabídly zajímavé pohledy na různá témata. Zvláštní pozornost si získal jeden animovaný snímek, jenž děti zaujal nejen svým originálním výtvarným zpracováním, ale i poutavým příběhem. Film v nich vyvolal silné dojmy a podnítil jejich fantazii. Po projekci následovala společná diskuse, během které žáci sdíleli své názory, pocity i postřehy z jednotlivých filmů. Aktivně se zapojovali do rozhovoru a dokázali přemýšlet o tématech, která filmy otevřely. Celá akce probíhala v příjemné a inspirativní atmosféře. Zážitky z festivalu děti motivovaly k vlastní tvorbě – rozhodly se namalovat obrázky, které přihlásí do celonárodní soutěže.

Žáci 4. třídy se již této akce zúčastnili již po třetí. Tato opakovaná zkušenost jim umožnila navázat na předchozí zážitky a dále rozvíjet své vnímání světa prostřednictvím dokumentárních filmů. Po skončení projekce jsme využili krásného jarního počasí a přesunuli se do parku, kde prostředí přímo vybízelo k otevřené a podnětné diskusi. Společně jsme debatovali o hodnotách, které podle nás tvoří „dobrého“ člověka, zamýšleli jsme se nad smyslem lidského života i nad tím, jakou roli může každý z nás sehrát v rámci globálních témat. Žáci sdíleli své myšlenky, naslouchali si a učili se formulovat své názory. Celé setkání bylo příjemným zpestřením každodenní výuky a přineslo prostor k zamyšlení i vzájemnému sdílení. Věříme, že tato zkušenost všechny zúčastněné obohatila a zanechala v nich inspirativní podněty do dalších dnů.

Žáci 5. třídy se vydali do Divadlo na cucky, kde se zúčastnili promítání zaměřeného na sociální témata. Jedním z témat byl čas strávený na mobilních telefonech a jeho vliv na vztahy s blízkými lidmi. Děti sdílely své názory i vlastní zkušenosti a společně hledaly odpovědi na otázku, jak najít rovnováhu mezi online světem a skutečnými mezilidskými vztahy. Silný dojem zanechal také příběh chlapce s Aspergerovým syndromem, který ukázal, jak důležitá je vytrvalost, odhodlání a vnitřní motivace překonávat překážky. Diskuse se zaměřila na porozumění odlišnostem mezi lidmi a na význam podpory a empatie. Třetím tématem bylo zamyšlení nad životem dětí vyrůstajících v dětském domově. Žáci měli možnost vcítit se do situací, které jsou jim často vzdálené, a přemýšlet o hodnotě rodinného zázemí, přátelství a jistoty.

Šestáci šli na projekci do Muzea umění. V muzeu už jsme byli několikrát, ale až tentokrát jsme zjistili, že se v něm nachází i promítací sál. Děti si pamatovaly projekci z loňského roku, která byla zaměřena více na klimatické problémy. Tento rok bylo zaměření sociální. Děti potom srovnávaly jednotlivé projekce. A co si z projekce odnesly?:

„I člověk se znevýhodněním se může ledacos naučit. Nemáme se nikdy vzdávat.“

„Překonat svůj strach je skvělý pocit.“

„Každý se něčeho bojí, ale když se tomu postavíte, tak zvládnete cokoliv. Musíte ale udělat první krok.“

# NÁVŠTĚVA UWEHO BUERMANNNA NA NAŠÍ ŠKOLE

Kristina Jandová —————

V uplynulých dnech naši školu navštívil německý lektor Uwe Buermann, který se dlouhodobě věnuje tématu waldorfské pedagogiky. Mediální technologie jsou jednou z oblastí, na které se ve své práci zaměřuje.

Jeho návštěva byla velmi pestrá a přínosná pro celou školní komunitu. Uwe Buermann pracoval nejen s kolegiem učitelů, se kterými sdílel své zkušenosti a pedagogické přístupy, ale také přímo s dětmi ve třídách. Setkání s žáky byla vedena citlivě a s respektem k jejich věku i potřebám a přinesla mnoho inspirativních momentů.

Pro rodiče byla připravena večerní diskuse ve školní jídelně. Uwe nejprve nabídl krátké úvodní povídání, ve kterém otevřel téma médií a jejich vlivu na vývoj dětí v kontextu waldorfské pedagogiky. Následně reagoval na otázky, které vzešly z WIA, a poté dostali prostor i rodiče se svými vlastními dotazy.

Setkání proběhlo ve velmi otevřené a podnětné atmosféře. Diskuse ukázala, jak důležité je hledat rovnováhu mezi moderními technologiemi a zdravým vývojem dětí a jakou roli v tom mohou sehrát rodiče i škola.

Návštěva Uweho Buermanna byla pro naši školu velkým přínosem. Inspiraci si odnesli učitelé, rodiče i děti a věříme, že společně získané podněty budeme dále rozvíjet v každodenním životě školy.

# NÁVŠTĚVA P-CENTRA

Kolektiv třídních učitelů \_\_\_\_\_

Žáci některých tříd se zúčastnili preventivních programů v P-centru, které byly zaměřeny na podporu vztahů, spolupráce, komunikace i orientace v současném digitálním světě. Všechny programy probíhaly zážitkovou a interaktivní formou a přinesly dětem nejen nové poznatky, ale i společné pozitivní zkušenosti.

Druhá třída se zapojila do programu, v němž si žáci hravou a prožitkovou formou vyzkoušeli různé aktivity zaměřené na komunikaci, respekt a vědomé dodržování pravidel. Děti se do všech činností s nadšením zapojovaly, dokázaly si naslouchat, vnímaly osobní hranice spolužáků a učily se vzájemné ohleduplnosti. Program přispěl k posílení porozumění a podpořil harmonickou a bezpečnou atmosféru ve třídě.

Třetí třída strávila příjemné dopoledne s programem „Aktovka plná her“, který se nesl v duchu spolupráce, her a přátelského sdílení. Děti si vyzkoušely různé aktivity zaměřené na komunikaci i strategické myšlení. Velký úspěch zaznamenala hra „Získej hrocha“, při níž se žákům podařilo uspět na druhý pokus, což jim přineslo velkou radost. Program děti zaujal natolik, že projevíly zájem zahrát si podobné hry znovu i ve škole.

Pátá třída se zúčastnila programu „Naše třída, naše parta“, jehož cílem bylo posílit vrstevnické vztahy, spolupráci a uvědomění si vlastní role v kolektivu. Žáci během zážitkových aktivit rozvíjeli různé formy komunikace a týmové spolupráce. Součástí programu byly také řízené reflexe, během nichž sdíleli své pocity, hodnotili průběh spolupráce a hledali možnosti, jak své chování dále zlepšovat. Na základě společných zážitků si pojmenovali, co si z programu odnášejí, a přemýšleli, jak získané dovednosti využít v každodenním životě.

Sedmá třída se zapojila do programu „Nedůvěřuj, prověřuj“, který byl zaměřen na rizika spojená s dezinformacemi, umělou inteligencí a digitálními technologiemi. Žáci pracovali převážně ve skupinách, kde posuzovali pravdivost různých zpráv a fotografií. Následně se učili, jak správně dohledávat zdroje a ověřovat informace. Součástí programu bylo také objasnění základních pojmů souvisejících s danou problematikou.

Všechny uskutečněné programy byly pro žáky přínosné a pomohly rozvíjet nejen jejich sociální a komunikační dovednosti, ale i schopnost kritického myšlení a orientace v současném světě.

# BUBNOVÁNÍ A RYTMIKA VE ŠKOLE: DVA DNY PLNÉ ENERGIE A RADOSTI

Monika Svobodová

Ve dnech 12. a 13. března se naše škola rozezněla rytmem bubnů. Proběhla zde akce Bubnování a rytmika, které se zúčastnili žáci i učitelé. Po oba dny se společně ponořili do světa rytmu, hudby a spolupráce.

Program vedli zkušení bubeníci, kteří účastníky provedli různými rytmickými cvičeními, hrou na bubny a společnými hudebními aktivitami. Postupně se zapojili úplně všichni – děti i dospělí. Společné bubnování vytvořilo silnou atmosféru sdílení, radosti a soustředění.



Žákům se akce velmi líbila. Mnozí měli radost z možnosti vyzkoušet si hru na bubny, vnímat rytmus a stát se součástí velkého společného orchestru. Do aktivit se s chutí zapojili také učitelé, kteří společné bubnování prožívali stejně nadšeně jako děti.

Také samotní bubeníci si spolupráci velmi pochvalovali. Ocenili především aktivní zapojení, pozornost a spolupracující přístup dětí i dospělých. Díky tomu mohla celá akce proběhnout v příjemné a tvořivé atmosféře.

Dva dny plné rytmu, energie a společného tvoření přinesly mnoho radosti všem zúčastněným. Bubnování ukázalo, jak může hudba spojovat lidi, podporovat spolupráci a vytvářet silný společný zážitek.



# PŘEDNÁŠKA O PROBLEMATICE NEUROTRANSMITERU A HORMONU DOPAMINU PRO STUDENTY XI. A XIII. ROČNÍKU WALDORFSKÉHO LYCEA

Julie Dostálová

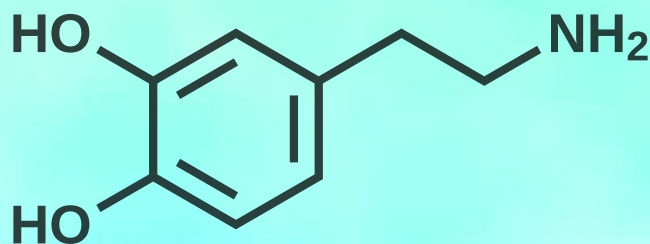
---

Na základě požadavku vedení školy ve čtvrtek 12. 3. 2026 proběhla ve XIII. třídě prezentace s přednáškou od nedílného člena našeho pedagogického sboru, MVDr. Františka Melichara Špručka, Ph.D., MBA. Tematický blok se koncentroval na problematiku dopaminu a jeho roli v lidském životě.

Úvodní část se zaměřila na samotný vznik a fungování dopaminu – kde se tvoří, jak cirkuluje v našem mozku a jak ovlivňuje lidský organismus jako jeden ze zásadních neurotransmiterů. Pojednáno bylo dále o způsobech, jakými se v našem organismu projevuje závislost na činnostech aktivujících dopaminový systém, či jeho nedostatek. Příkladem nedostatku je například Parkinsonova choroba či depresivní stavy; jako příklady závislosti spojené zejména u mladších generací s potřebou a pravidelností rychlého získávání velkého množství dopaminu, byla uvedena například nadměrná konzumace energetických nápojů či cukrů v potravinách a nápojích, vysoká aktivita na sociálních sítích (scrolling na TikToku, Instagramu či YouTube) a časté telefonní notifikace během dne.

Přednášející apeloval zejména na fakt, že čím vyšší je uvolňování okamžitého dopaminu v intenzivním množství a s ním spojený návyk, například u sociálních sítí či rychlých cukrů, tím více a spíše se následně uživatel bude nudit u běžnějších činností, například čtení knihy či článku, a nebude téměř reagovat na jeho obsah, který automaticky přeskóčí. Dopamin byl popsán jako hormon, který je zodpovědný zejména za motivaci či očekávání a napětí z překvapení – tento neurotransmitter nám napovídá, že každý další podnět může být lepším než ten předchozí, tedy nás žene dál za potenciálním uspokojením. Dopamin ovšem neposkytuje pocit štěstí, ale pouze jeho iluzi spojenou s nekonečným hledáním – mezi hormony štěstí se řadí spíše například oxytocin.

Přednáška ve finále poučila studenty o možnostech tzv. „dopaminového detoxu“ a otevřela zajímavou závěrečnou diskusi. Žáci byli v průběhu dotazováni na jejich každodenní aktivity spojené zejména s užíváním mobilních telefonů a pobízeni k zamyšlení nad současným stavem v tomto ohledu. Smyslem bylo primárně povzbudit k opuštění nezdravé hyperdopaminové rutiny směrem ke zdravější hormonální regulaci organismu, směřující i k lepší koncentraci a průběžně stabilní náladě. Hlavním sdělením pak byla věta: „Když se naučíte kontrolovat svůj mozek a budete rozumět jeho fyzickému fungování, naučíte se kontrolovat svoji mysl.“



# NÁVŠTĚVA FILMOVÉHO FESTIVALU JEDEN SVĚT

Filip Zaoral

---

S X. ročníkem jsme navštívili festival Jeden svět a společně zhlédli dokument Elon Musk a závod o lithium, který se věnuje současnému boomu elektromobility, těžbě strategických surovin a dopadům na místní komunity.

Film studenty zaujal nejen tématem, ale i způsobem, jakým propojuje technologický pokrok s etickými otázkami a globální odpovědností.

Po projekci následovala diskuse s organizátory festivalu, do které se žáci aktivně zapojili – ptali se na environmentální souvislosti, geopolitické napětí i možné alternativy k současným technologiím. Bylo vidět, že film v nich vyvolal silnou odezvu a chuť přemýšlet o světě v širších souvislostech.

Celá návštěva tak byla nejen kulturním zážitkem, ale i inspirativní součástí výuky.

# WALDORFSKÝ MENTOR UWE BUERMANN A JEHO NÁVŠTĚVA NA NAŠÍ ŠKOLE

Filip Zaoral

---

Na naší škole jsme přivítali vzácného hosta – německého waldorfského mentora Uweho Buermanna, zkušeného pedagoga, který dlouhodobě spolupracuje s mnoha školami po celé Evropě. Pro X. a XI. ročník si připravil dvě samostatné přednášky vedené v angličtině, které se ukázaly jako mimořádně inspirativní.

V první přednášce se věnoval počátkům internetu a postupnému vzniku sociálních sítí. Studenti měli možnost nahlédnout do historických souvislostí, pochopit, jak se z původně akademického nástroje stal globální fenomén, a zamyslet se nad tím, jak digitální prostředí formuje naše vztahy i způsob komunikace.

Druhá přednáška se zaměřila na lidskou potřebu organizovat vlastní čas a na paradox volného času v moderní společnosti. Uwe otevřel téma výběrové paralýzy – situace, kdy příliš mnoho možností vede k neschopnosti rozhodnout se – a ukázal, jak se tento jev projevuje v každodenním životě mladých lidí.

Obě setkání byla živá, podnětná a doprovázená aktivní diskusí. Studenti se nebáli ptát, sdílet vlastní zkušenosti a vstupovat do dialogu, což vytvořilo velmi otevřenou a inspirativní atmosféru. Návštěva Uweho Buermanna tak nebyla jen přednáškou, ale skutečným impulsem k zamyšlení nad tím, jak žijeme v digitálním světě a jak nakládáme s vlastním časem.

# UKLIĎME OKOLÍ ŠKOLY: SPOLEČNĚ PRO KRÁSNĚJŠÍ PROSTŘEDÍ

Věra Žáková

---

V sobotu 28. 3. proběhla komunitní akce „Uklidme okolí školy“. Do akce se zapojilo přibližně 30 účastníků – rodiče, žáci i učitelé – a společně přiložili ruku k dílu, aby zvelebili okolí školy. Podařilo se nasbírat odhadem 150 kg odpadků, ale nezůstalo jen u sbírání. Dobrovolníci se pustili také do úpravy proluky mezi školou a vlakovou tratí. Tento prostor byl zarostlý náletovými rostlinami a dlouhodobě nevyužívaný. Během několika hodin se ho podařilo vyčistit, odstranit přebytečnou vegetaci a důkladně vyhrabat. Díky tomu nyní může sloužit školce i školní družině jako bezpečné místo pro venkovní aktivity.



Velkou radost měly především děti. Nadšeně si hrály na obrovské hromadě nahrabané suché trávy, ze které si vytvořily své vlastní „hnízdečko“. Z něj je nakonec vylákala až vůně grilování, které bylo příjemnou tečkou za celým společným dopolednem.

Akce ukázala, jak velký význam má spolupráce mezi školou a rodiči i jak málo stačí k tomu, aby se prostředí kolem nás proměnilo k lepšímu. Všem, kteří se zapojili, patří velké poděkování.





WALDORFSKÁ ŠKOLA OLOMOUC

[WWW.WALDORF-OLOMOUC.CZ](http://WWW.WALDORF-OLOMOUC.CZ)

---