

APE ZPRAVODAJ



APETRÍDY

2. VYDÁNÍ



APETRIDY

Co jsme zažili

Den otevřených dveří pro budoucí prvňáčky

V APE jsme přivítali nové malé (i velké) návštěvníky na dni otevřených dveří. Děláme to u nás vždycky tak, aby si děti i rodiče mohli APE vyzkoušet na vlastní kůži – potkají se s našimi dětmi, učiteli i rodiči a rovnou nasají atmosféru, jak to u nás chodí. Součástí dne je i společná informační schůzka pro rodiče, kde odpovíme na všechny otázky a přiblížíme, čím je APE jiný. A ještě před tím vyrazíme do školek, kde dětem i učitelům vyprávíme o tom, jak se u nás učí trochu jinak. Je to pro nás vždycky radost sdílet APE i s ostatními.



Společně tvoříme komunitu

V APE nám nejde jen o výuku, ale taky o vztahy – a to nejen mezi dětmi, ale i mezi dospělými. Proto se pravidelně setkáváme s rodiči, povídáme si o tom, jak se APE vyvíjí, co nás těší a co bychom mohli dělat jinak nebo lépe. Ale nechybí ani chvíle, kdy si prostě jen užíváme společný čas – třeba jako nedávno u Herčíků v hospodě. Bylo to milé, neformální a zase jsme si o kousek víc připomněli, že APE není jen škola, ale místo, kde vzniká opravdová komunita.



Co jsme zažili

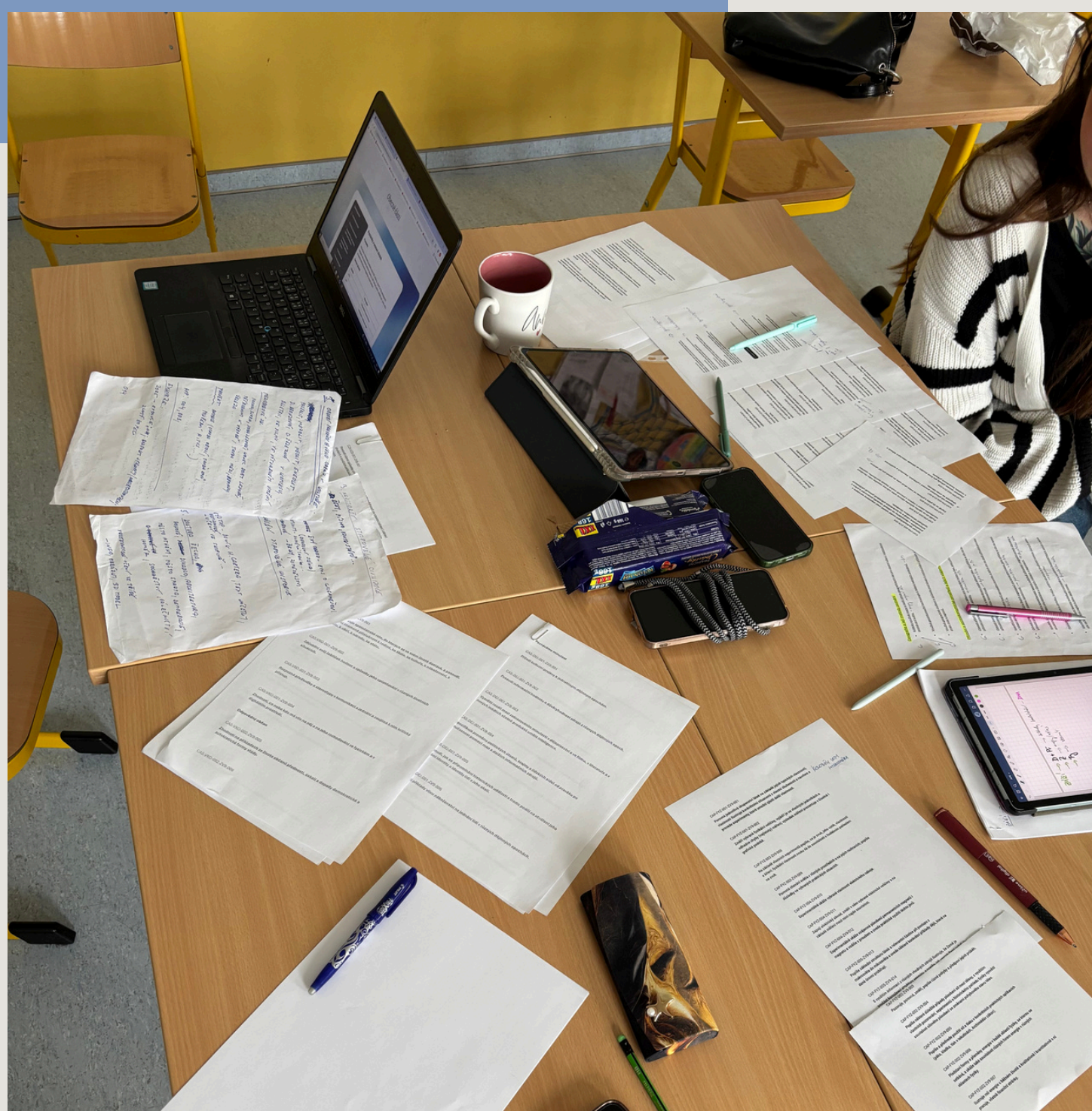


Nezapomeňte na
kavárnu 13.5.2025 v
17:00



Chystáme druhý stupeň!

Příští rok nás v APE čeká velká novinka – otevíráme druhý stupeň! Máme z toho radost i respekt, protože víme, že to bude nová výzva. Už teď ale naplno pracujeme na tom, aby všechno dávalo smysl – od tematických bloků až po celkové fungování druhého stupně. Chceme, aby i starší děti zažívaly smysluplné učení, měly prostor růst a objevovat, a přitom zůstaly součástí toho, co je na APE tak jedinečné. Těšíme se na to, co spolu vytvoříme!



Co jsme zažili

Škola v přírodě

V dubnu jsme zase po roce vyrazili na školu v přírodě do našeho oblíbeného hotelu Semerink. Jezdí celý APE – od nejmladších až po nejstarší – a právě to je na tom skvělé. Máme možnost trávit čas společně, víc se poznat i mezi ročníky, zahrát si hry, vyrazit na výlet nebo si večer jen tak popovídat. Starší přirozeně pomáhají mladším, a všichni si odváží spoustu zážitků, nových kamarádství a hezkých vzpomínek. Díky tomu se v APE cítíme jako jedna velká parta.



CO DĚLAT, KDYŽ SE **NEDOSTANU** NA SVOU **VYSNĚNOU ŠKOLU**

Zkus se na to podívat tak, že to není konec světa. Třeba to tak prostě mělo být.

Buď k sobě laskavý/á a oceň se za snahu, kterou jsi do zkoušek investoval/a.

Začni přemýšlet nad tím, jaké máš další možnosti. Zkus se o tom s někým poradit.

Zvaž, jestli by dávalo smysl přihlásit se na vysněnou školu příští rok znovu. Prober to s rodiči.

Zamysli se nad dalšími plány. Co hezkého si pro sebe v dalších dnech či týdnech můžeš naplánovat?

Uvědom si, že jsi ve svém životě už překonal/a větší překážky. Bude zase líp.

Pokud tě to hodně trápí, nenechávej si své pocity pro sebe. Ulev si tím, že je budeš s někým sdílet.

Pokračuj ve věcech, které tě baví a které ti dělají radost. Nevzdávej to.

Neber to jako selhání, ale naopak životní výzvu, která tě může v životě posunout dál.

Pamatuj si, že si zasloužíš ocenění už jen za vynaloženou snahu. Vědomosti a dovednosti nabyté touto snahou už ti nikdy nikdo nevezme a třeba se ti v budoucnu ještě vyplatí.

Řekni si, že jsi udělal/a maximum a teď už se to nedá změnit. Je čas jít dál.

Někdy to nevyjde hned – a to vůbec neznamená, že nejsi dost dobrý nebo že nemáš šanci uspět. Každý máme jinou cestu a někdy vede k cíli oklikou. Dej si čas na vydechnutí, promluv si s někým, komu věříš, a zkus se podívat na další možnosti. Tvoje úsilí mělo smysl – a další příležitosti tě teprve čekají.

JAK PODPOŘIT DĚTI,

KDYŽ SE NEDOSTANOU NA SVOU VYSNĚNOU ŠKOLU

- Vysvětlete jim, že to není konec světa.
- Oceňte je za snahu, kterou do zkoušek investovaly.
- Vyzdvihněte jejich odvahu, že ke zkouškám vůbec šly.
- Vysvětlete jim, že proces je důležitější než výsledek.
- Řekněte jim, že jste na ně pyšní, že to zkusili a že je máte rádi.
- Připomeňte jim, že mají vaši podporu a že to společně zvládnete.
- Proberte s nimi další plány a možnosti.
- Dejte jim prostor, aby s vámi mohly sdílet své pocity.
- Naplánujte pro ně něco, co jim dělá radost.
- Připomeňte jim, že už v životě překonaly větší překážky.
- Sdílejte s nimi nějaký svůj neúspěch, který se nakonec ukázal jako prospěšná věc.
- Řekněte jim, že výsledek přijímaček se už nedá změnit a je důležité se zaměřit na to, co bude dál.



- Využijte příklad s přijímačkami jako životní poučení - úspěšní lidé nejsou ti, kteří mají ve všech situacích 100% úspěch, ale ti, kteří se nenechají neúspěchem odradit a vytrvávají ve své snaze.

Důležité je být dítěti oporou, ne hodnotitelem. Dejte mu najevo, že selhání v přijímačkách nic nemění na jeho hodnotě. Mluvte o jeho úsilí, odvaze a silných stránkách. Společně hledejte nové možnosti – existují i odvolání, jiná škola nebo příprava na další pokus. Nejvíc ale pomůže vědomí, že mu věříte a že v tom není samo.

Může se stát, že už i na vás rodiče toho bude moc...A je to v pořádku!!!

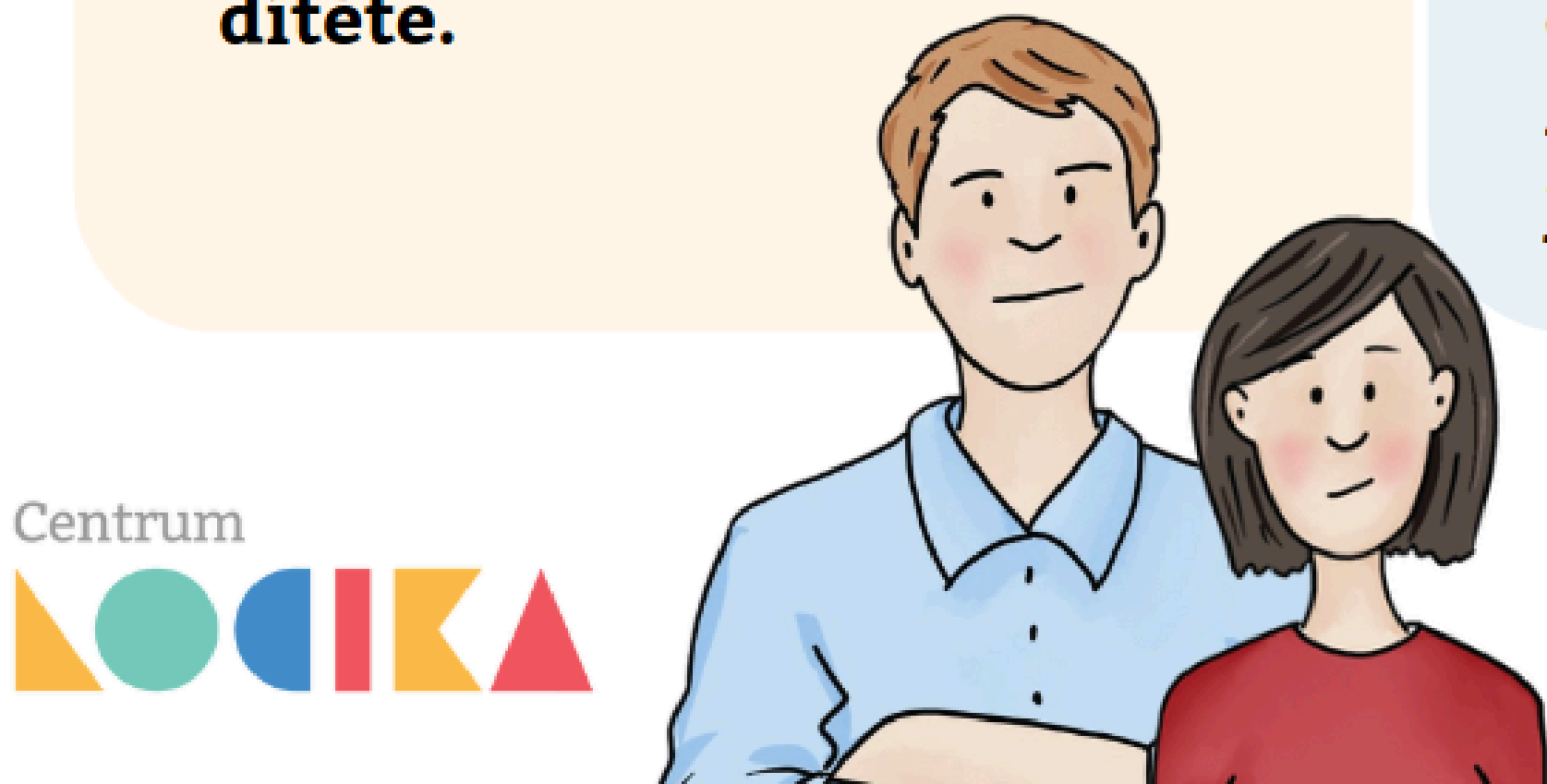
RODIČOVSKÉ **VYHOŘENÍ**

SIGNÁLY RODIČOVSKÉHO VYHOŘENÍ

- **Problémy soustředit se nebo být produktivní.**
- **Pocit neustálé únavy a vyčerpání.**
- **Časté pochyby o sobě a o svém rodičovství.**
- **Pocit, že nic z toho, co ve výchově dělám, nemá smysl.**
- **Rozmrzelost a podrážděnost.**
- **Nižší vnímavost k problémům dítěte.**

CO SI V TAKOVÉ CHVÍLI ŘÍCT?

- **Je toho na mě moc. Potřebuji pauzu.**
- **Mám právo postavit se na první místo. To mi pomůže pokračovat dál.**
- **Nemusím všechno zvládat sám/sama. Je v pořádku říct si o pomoc.**
- **Je to těžké. Ale nemusím se takhle cítit navždy, můžu to změnit.**
- **Dělám, co můžu. I já si zasloužím soucit a péči.**
- **Moje myšlenky a reakce ovlivňuje stres a vyčerpání. Až si od nich ulevím, bude to jiné.**



Jak bylo dnes ve škole?

DOBRÝÝÝ

30 otázek, jak se zeptat a dostat víc než jednoslovnou odpověď

Znáte to? Přijedete domů a ptáte se svého potomka: „Jak bylo ve škole?“ a slyšíte obligátní odpověď: „Jo, dobrý“, nebo nějakou podobnou verzi sdělení, které by se mohlo na první pohled zdát jako dostačující.

Vyzkoušejte tyto otázky:

1. Jaká část dne byla dnes nejlepší (nejhorší, nejlehčí, nejnáročnější) a jak probíhala?
2. Jakou nejlegračníější věc jsi dnes viděl/a (zažil/a, slyšel/a)?
3. Jaká byla nejlepší část obědové pauzy?
4. Odpovídal/a jsi dnes na nějakou učitelovu otázku? Jaké to bylo?
5. Kdo ze tvých spolužáků byl dnes nejtišší (nejhlasitější, měl/a dnes nejvíce energie)?
6. Z jakých knížek sis dnes četl/a? Jaké knížky sis dnes prohlížel/a?
7. Co měl/a dnes na sobě tvůj učitel/ka?
8. Jaké místo v tvojí třídě (škole), by se mi mohlo nejvíc líbit?
9. Jakou otázku jsi dnes položil učiteli/spolužákům? Čeho by sis přál/a ve škole dělat více (méně)?
10. Která aktivita/činnost... tě dneska ve škole nejvíc bavila (nudila)? Čím to bylo? Jak by to muselo vypadat, aby to bylo (ještě) lepší?
11. Od jaké školní aktivity by sis rád/a udělal/a pauzu? Čím to je?
12. Co jsi dnes jedl k svačině? Co měli tvoji kamarádi k svačině?
13. Jaké (2–3) informace, které dnes ve škole zazněly od učitele/spolužáků, považuješ za užitečné?
14. Kdo tě dnes rozesmál/o i po dnešním dni ve škole zní v uších?
15. Kdo z tvých spolužáků potřeboval dnes obejmout/rozesmát? Co se stalo?
16. Kdybys ses měl/a stát na zítřek učitelem/učitelkou, co bys udělal/a (naplánoval/a) jinak?
17. Díky čemu ses dnes cítil/a šťastný/á (smutný, zmatený, znuděný)?
18. Jak se ti dnes podařilo být pro někoho užitečný/á?
19. Co by sis přál/a, aby dnes tvůj učitel udělal jinak?
20. Na co bys rád/a z dnešního dne nezapomněl?
21. O čem by ses rád/a více naučil/a nebo dozvěděl?
22. O kterých tématech si přeješ, aby ses vůbec nemusel/a učit? A která témata by se měla naopak přidat do výuky?
23. Koho jsi dnes ocenil/a či pochválil/a? V jaké situaci to bylo?
24. Kdo tě dnes ocenil či pochválil? V jaké situaci to bylo?
25. Kdo se dnes dostal do nesnázi?
26. Co si myslíš, že bych měl/a nejraději na tvém učiteli?
27. O kom z dětí ze tvé školy by ses rád/a dozvěděl/a více?
28. Jakou barvu fixy/pastelky jsi dnes používal/a nejvíce?
29. Strávil jsi dnes nějaký čas s vaším třídním zvířátkem? Pokud ne, co jsi dělal/a o přestávkách místo toho?
30. Co se ti z dneška bude hodit i v době, když už budeš dospělý/á? Co podle tebe spíš nevyužiješ?

Co zažila třída 1.X



Naši prvňáčci zažívají jedno dobrodružství za druhým! V matematice „jezdí autobusem“ a zábavnou formou objevují čísla i počítání. Pravidelně pracují se svými portfolii, kde zaznamenávají svůj pokrok a co se jim daří. Velkým zážitkem pro ně bylo i meziročníkové učení – pátáci jim přišli ukázat, jak se dá učit a tvořit na iPadu. Nechyběl ani pohyb – prvňáčci si užili lezení v Jungle a vyrazili ven, protože učení venku je prostě nejlepší. A jejich největší jarní událost? První letošní škola v přírodě! Společně objevovali, hráli si a užívali si první velké školní dobrodružství mimo třídu.

Co zažila třída 2.X



Děti z druhého ročníku se v poslední době vydaly za poznáváním hned několikrát. Navštívily Zemědělské muzeum, kde se dozvěděly spoustu zajímavostí o koloběhu vody, a dokonce si samy zasadily jahody! V rámci čtenářského bloku o pověstech vyrazily na Vyšehrad, kde si na vlastní oči prohlédly místa, o kterých se učily, a mohly si tak propojit příběhy s realitou. Byl to čas plný zážitků, nových vědomostí i radosti z objevování.

Co zažila třída 3.X



Třetíci toho v posledních týdnech zažili opravdu hodně! Vyrazili si zalézt do lezeckého centra v Letňanech, kde si sáhli na své limity a navzájem se povzbuzovali. V tematickém bloku Objevujeme Česko poznávali povrch, vodstvo i významná města, a vše doplnili exkurzí na Vyšehrad. Trénovali i orientaci podle mapy - a to nejen na papíře, ale i v terénu. Věnovali se také lidskému tělu a tématu mezilidských vztahů - pomocí různých her a aktivit posilovali týmového ducha a spolupráci. Byl to čas plný objevování - sebe, ostatních i světa kolem nás.



Co zažila třída 4.X



Třída 4.X má za sebou pořádně nabitě 3 měsíce! Nejenže dokončovali meziročníkové tělocviky, kde si užili spoustu pohybu a týmové spolupráce, ale zapojili se i do muzikoterapie, která přinesla klid, relaxaci a možnost vyjádřit se jinak než slovy.

Vyrazili také na několik výletů, kde poznávali nejen krásy památek, ale také propojovali předměty v praxi. Například při aktivitě „tvarohová pizza“ si vyzkoušeli převody jednotek podle receptu - matematika tak dostala úplně novou (a chutnou) podobu!



Co zažila třída 5.X



Pátáci z X se v posledních týdnech ponořili do poznávání lidského těla. Společně složili vlastní kostru Arnošta a podrobně se věnovali jednotlivým soustavám - od kosterní přes trávicí až po oběhovou.

Kromě toho si užívali i poslední mezeročníkový tělocvik v Jungle nebo Panther gymu, který jsme si společně moc užili. A aby toho nebylo málo, čekala je i muzikoterapie - zklidnění, relax a vnímání hudby trochu jinak. Prostě pestrý konec školního roku plný nových zážitků i společného času.



Co zažila třída 5.Y

Pátáci z Ypsilonu se na jaře pustili hned do dvou tematických bloků. Dokončovali animace a vedli rozhovory s pamětníky 20. století, díky čemuž mohli propojit historii s vlastní tvořivostí i zájmem o lidské příběhy. V dalším bloku se ponořili do poznávání Evropy – připravovali nabídku zájezdu do vybraného evropského státu, kde procvičili nejen zeměpis, ale i kreativitu, práci s informacemi a prezentaci. Velkou radost nám dělalo i meziročníkové učení – pátáci se chopili role průvodců a učili prvňáčky pracovat s iPady. Také připravili třetákům Treasure hunt v rámci angličtiny! Užíváme si sluníčka, trávíme společný čas venku a uvnitř si pomalu uvědomujeme, že do konce školního roku už zbývá jen pár měsíců. A tak si to chceme ještě pořádně užít!



Co nás čeká

**9.5. v 15:00 losování do
APE - online (odkaz na
stránkách školy)**

**13.5. rodičovská kavárna
na téma 2. stupeň
17:00 Dyjská, třída 5.Y**



**2.6. Sportovní den pro
APE na Havraňáku od
14:00**

**Pokud byste se chtěli jako rodiče
zapojit, kontaktujte prosím
rodičovský klub.**

**23.6. Společný
závěrečný piknik na
Dyjské**

