**22. 10. 2020, 4. hodina, 3. zápis**

# **Úvodní informace**

* **Shrnutí minulé hodiny** 
  + Prezentace úkolů k tématu „Knížka o koronaviru pro děti“
  + Představení aktivit k tématu „Neslyšící a koronavirus“
* **Jaké byly na dnešní hodinu domácí úkoly?** 
  + Zpracovat téma „Co COVID neslyšícím dal a vzal“
  + Zkusit si otitulkovat video pomocí aplikace BEEY
* **Cíle dnešní hodiny** 
  + Budeme mít jasno v titulkování
  + Zkusíme si aktivitu k psychohygieně od Týny

# **aktivita: Diskuse ve skupinkách**

* **Úkoly ve skupinách** 
  + Zamyslet se, jestli má INSPO kulturně-lingvistický nebo medicínský pohled na hluchotu (resp. na „lidi s postižením“)
  + Probrat, jak nám šlo titulkování videa – na jaké jsme narazily a překážky a jak jsme se s nimi vypořádaly
* **Pohled na hluchotu v rámci konference INSPO**
  + Skupina č. 1: **Káťa, Hanka a Werča**
    - Vlastně nevíme, jaký pohled na hluchotu je na INSPO uplatňován
    - INSPO je už ze své podstaty zaměřený na technologické pomůcky, takže to z logiky věci musí být částečně z medicínského pohledu
    - Ale na druhou stranu je konference tlumočená, je zajištěn přepis – je to tedy neslyšícím přístupné
    - Bavily jsme se o tom, jestli je v organizačním týmu INSPO někdo neslyšící
      * Hlavní organizátor, pan Winter, postupně ztrácí sluch … ale z užší komunity Neslyšících tam asi nikdo není
  + Skupina č. 2: **Týna a Zuzka**
    - Týna na to nahlíží hlavně z uživatelského hlediska – je to přístupné
    - Zuzka si myslí, že je tam spíš medicínský pohled – snaží se neslyšícím pomáhat a nějak jim usnadnit život
  + Příspěvek o **festivalu Jeden svět** – tým je hodně otevřený, snaží se tam mít zástupce z každé komunity (neslyšící, nevidomí, lidé s tělesným postižením…)
    - Za komunitu Neslyšících je v týmu Maruška Mašláňová
  + Shrnutí od paní **doktorky Hudákové**
    - Můžou se tam odrážet oba pohledy… a každý to vnímá jinak
    - Je důležité se nad tím zamyslet a zamýšlet a být si vědom faktu, že nic není černo-bílé
* **Titulkování videa pomocí aplikace BEEY**
  + Skupina č. 1: **Káťa, Hanka a Werča**
    - Všem se doma povedlo udělat přepis
    - Společně jsme pak přišly na to, jak stáhnout přímo video s titulky nebo titulky jako samostatný soubor
    - Hanku příjemně překvapilo, že program umí rozeznávat jednotlivé mluvčí
  + Skupina č. 2: **Týna a Zuzka**
    - Týně aplikace nefungovala – raději tedy používá Web Captioner
    - Jak je možné stáhnout video z YouTube? [www.flvto.biz](http://www.flvto.biz), www.ssyoutube....

# **aktivita: Psychohygiena**

* **Aplikace Nepanikař** (je pro Android i iPhone) - <http://nepanikar.eu/>
  + Je tam na výběr několik stavů, které se nám zrovna dějí,… a k nim aktivity, které by nám mohly pomoct
* Zkoušely jsme si **dechová cvičení** (jsou převzatá z výše uvedené aplikace)
  + Dýchání je základ pro všechny metody psychohygieny
* **Autogenní trénink** 
  + Technika používá autosugesci – představujeme si, že nějaká část našeho těla je hrozně těžká/teplá/chladná
  + Existuje také pomůcka – zátěžová deka
* Příště můžeme zkusit další metody

# **Co budeme dělat příští hodinu?**

* **Nové úkoly nebudou**
* Příští hodinu budeme dělat aktivitu k tématu „Neslyšící a COVID-19“, kterou měla na minule připravenou Werča
* Zároveň si budeme představovat úkoly na dnešní hodinu – „Co neslyšícím COVID dal a vzdal“
* Začneme téma „Aktuální otázky ve vzdělávání neslyšících“, na které pak navážeme dalšími tématy ze sylabu
* Průběžné vkládání příspěvků do sekce **Aktuality** a jejich sledování je rozhodně vítané!