



Vyšší policejní škola a Střední policejní škola Ministerstva vnitra v Praze



Č. j. VPŠA-75/CJDV-2025

Praha 25. června 2025

Počet stran: 5

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 studium v kurzech dalšího vzdělávání v 1. pol. školního roku 2025/2026

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

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

Zpracoval/a:
Mgr. Pavlína Bulínová
učitelka
e-mail: bulinovap@skolamv.cz
telefon: +420 234 145 507

**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
2025/2026**

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 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	18.09.2025	1 den / 8 hodin	do 15. srpna 2025
M2/0313	23.09.2025	1 den / 8 hodin	do 29. srpna 2025
M2/0313	09.10.2025	1 den / 8 hodin	do 5. září 2025
M2/0313	16.10.2025	1 den / 8 hodin	do 12. září 2025
M2/0313	06.11.2025	1 den / 8 hodin	do 3. října 2025
M2/0313	20.11.2025	1 den / 8 hodin	do 17. října 2025
M2/0313	04.12.2025	1 den / 8 hodin	do 31. října 2025
M2/0313	11.12.2025	1 den / 8 hodin	do 7. listopadu 2025
M2/0313	22.01.2026	1 den / 8 hodin	do 28. listopadu 2025
M2/0313	29.01.2026	1 den / 8 hodin	do 28. listopadu 2025

Místo konání

Vyšší policejní škola a Střední policejní škola Ministerstva vnitra v Praze, Pod Tábořem 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 Tábořem

metro A – stanice Skalka – linky 177, 195

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

Hlavní nádraží – tramvají 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, 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 dozorcí 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 zvládnutí stresu. Dále získá přehled o vybraných relaxačních technikách, např. dechová cvičení, autogenní trénink, Jacobsonova progresivní relaxace, jóga.

Součástí vzdělávací aktivity jsou četná praktická cvičení, některá z nich jsou prováděna 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.