



NABÍDKA PROGRAMŮ Univerzity 3. věku při Univerzitě Palackého Akademický rok 2022/2023

JEDNOSEMESTRÁLNÍ PROGRAMY

Letní semestr 2022/2023

PRÁVNICKÁ FAKULTA

České ekonomické století

(garant: prof. Ing. Karel Dyba, CSc., ministr hospodářství 1992-96)

Cena 700,-

Česká ekonomika 1918-1989. Pád komunizmu a ekonomická transformace. Reintegrace se západní Evropou: zapomínaná cesta a statistická dokumentace. Velká recese 2008/09 a její dopad na českou ekonomiku. Obnovení růstu a otázka konvergence: doháníme ekonomickou úroveň Rakouska po znovuzrození kapitalizmu?

Na pozadí historického vývoje si zdůvodníme nutnost zásadní ekonomicko-spoločenské transformace v ČR s cílem postupně dosáhnout ekonomické úrovně Rakouska.

Kontexty orientální filosofie a náboženství

(garant: Doc. PhDr. Pavel Hlavinka, Ph.D.)

Cena 700,-

Kurz bude veden přiměřeně možností posluchačů jako přednáškový výklad opírající se o interdisciplinární využití dějin filosofie a náboženství, psychologie a psychoterapie s praktickými ukázkami meditací, jakožto prostředku k hlubšímu sebepoznání, k porozumění svým snům a podvědomí. Posluchači si osvojí základní souvislosti mezi západní a orientální filosofií a spiritualitou, včetně praktického zvládnutí jednoduchých meditačních technik.

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Kurz kreativní fotografie

(garant: Ing. Jiří Janošik)

Cena 700,-

Výuka v kurzu kreativní fotografie bude zaměřena maximálně prakticky, s důrazem na práci s barvou, světlem a kompozicí. S kompozicí si "pohrajeme" při tvorbě fotogramu: starodávnou metodou kyanotypie si připravíme vlastní foto-citlivé papíry, na které budeme následně "kreslit" světlem a stínem. Ukážeme si možnosti světla, abychom



zdůraznili, nebo naopak potlačili struktury povrchů. A abychom mohli světlo lépe vnímat, budeme tentokrát tvořit černobíle. Vytvoříme sérii ČB snímků struktur a zátiší. V neposlední řadě si vyzkoušíme fotografování portrétů při denním a při umělém světle. Ukážeme si správné nastavení fotoaparátu a vyvážení bílé tak, aby barva pleti byla zachycena co nejvěrněji. Jak výtvarně pracovat s barvou si vyzkoušíme v oblasti tzv. street foto. Na rozdíl od zátiší, která si většinou sami aranžujeme, výmluvné scény z ulice si musíme najít a z reality "vykousnout". Účastníci kurzu si vyzkouší práci pod vedením lektora, ve skupinách s kolegy i samostatně formou domácích cvičení. Nebudou chybět prezentace vytvořených prací, přednášky a diskuze.

Agilní mozek

(garant: Ing. Helena Kilianová, Ph.D.)

Cena 700,-

Účastníci si rozšíří a prohloubí základní znalosti o metodách a technikách k udržení duševní a fyzické svěžesti. Teoreticky se seznámí s pilíři a významem psychohygieny, nezbytností pohybu, novými poznatky zdravé výživy pro mozek, ose střeva – mozek a mikrobiomu, pokročilými technikami neurobiku, pozitivního myšlení a tréninku kognitivních a exekutivních funkcí. Současně si osvojí cvičení k propojení mozkových hemisfér a udržení prozornosti, vyzkouší si smyslová cvičení, procvičí motoriku, koordinaci, kognitivní a exekutivní funkce.

FILOSOFICKÁ FAKULTA

Poznávání asijské kultury

(garant: Mgr. Olga Luňáčková)

Cena 700,-

Kurz provede posluchače vybranými základními kameny kultury asijských zemí a také některými zajímavostmi. Kurz se věnuje nejen kultuře Vietnamu, Indonésie, Číny, Japonska nebo Koreje, ale také vybraným aspektům kultury střední Asie.

Česká politika pro každého

(garant: Doc. Mgr. Pavel Šaradín, Ph.D., KPES)

Cena 700,-

Náplní kurzu je popularizace výzkumů české politiky a vysvětlení základních pravidel a mechanismů, jak politika funguje. Každý den se setkáváme s řadou jevů, které politika ovlivňuje, chodíme k volbám, sledujeme politické debaty, sledujeme média a sociální sítě, zkrátka aniž si to uvědomujeme, jsme politikou zásadně ovlivňováni. Předmět má za cíl vysvětlit popularizační a především srozumitelnou formou vybrané základní principy české politiky, porozumět jejím souvislostem a nahlédnout na ně kritickým a analytickým způsobem.



Jednosemestrální kurz psychologie II.

(garant: PhDr. Petra Vávrová, MBA)

Cena 700,-

Rozšiřující kurz **určený pouze pro absolventy běhu psychosociálních studií**. Navazuje na jednosemestrální kurz 2021/22. Reflektována budou témata z vývojové psychologie, sociální psychologie, pozitivní psychologie a psychologie zdraví.

FAKULTA TĚLESNÉ KULTURY

Základy sportovní lukostřelby

(garant: Mgr. Tomáš Valenta, Ph.D.)

Cena 1.200,-

Účastník programu se seznámí se základy sportovní lukostřelby.

1. Bezpečnost, pravidla střelby a provozní řád střelnice.
2. Vybavení pro lukostřelbu, výběr materiálu dle typu lukostřelby v souvislosti se somatickými předpoklady střelce.
3. Nácvik základní techniky střelby z luku s ohledem na zdravotní hledisko.
4. Průpravná cvičení pro lukostřelbu: využití posilovacích gum, balančních desek, cvičení na stabilizaci jádra.
5. Seznámení s vybranými kategoriemi lukostřelby: holý luk, reflexní luk.
6. Seznámení se soutěžními pravidly lukostřelby a kategoriemi dle soutěžního řádu Českého lukostřeleckého svazu s ohledem na věkové třídy.
7. Realizace cvičného závodu, modifikovaného pro střeleckou úroveň frekventantů programu.

PŘÍRODOVĚDECKÁ FAKULTA

Nové trendy v přírodních vědách

(garant: Mgr. Alena Vláčilová)

Cena 700,-

Program U3V reflektuje aktuální dění v přírodních vědách a seznamuje s nimi posluchače, kteří prostřednictvím různých vzdělávacích formátů ověřují své teoretické znalosti z přednášek. Kromě oborů jako je biologie, chemie, či fyzika jsou představována i témata z geoinformatiky a astronomie.



REKTORÁT

Tai chi pro pokračující **NOVĚ I PRO NOVÁČKY**

(garant: Vít Palla)

Cena 700,-

Tai chi je původně bojové umění, které se nyní cvičí jako relaxační a zdravotní cvičení. Je to pomalé a ladné cvičení, pocházející z Číny. Posiluje činnost vnitřních orgánů, urychluje metabolismus, snižuje hodnoty cholesterolu v krvi, posiluje srdeční činnost a imunitu. Pomáhá protahovat stárnoucí klouby a šlachy. Kurz je určen pro každého, kdo si chce jemným a nenásilným způsobem zlepšit své zdraví. Tai chi zapojuje do práce celé tělo i mysl, zlepšuje koncentraci, stabilitu, koordinaci. V kurzu se budeme věnovat základním pohybům Tai Chi, které je možno si potom cvičit i doma samostatně, seznámíme se trochu i s prvními pohyby sestavy.

Kurz je otevřen i novým zájemcům.

Dar verše **ZRUŠENO**

(garant: Mgr. Dalimil Ševčík)

Cena 700,-

V jednosemestrálním kurzu se budeme věnovat přednesu a výkladu básnických děl českých autorů. Tematické východisko přednášek (láska, krajina, bytí ad.) nám umožní vnést do společných setkávání žádoucí pestrost a zpřítomnit poetiky různých autorů (Orten, Halas, Seifert, Holan ad.). Společně žasnouce nad krásou i pravdou (mluveného) slova budeme směřovat k jeho filosofické reflexi – k obecnějším vhledům do povahy člověka a světa.

Změna nabídky programů vyhrazena