



# Inspirace pro školní kariérové poradce

sborník pracovních listů,  
metodických postupů a aktivit  
pro práci s žáky ZŠ a SŠ

Zlínský kraj  
Kraj bez hranic



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

MŠMT  
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Milá poradkyně, milý poradce,

do rukou se vám dostal metodický materiál, který je určen pro podporu kariérového poradenství zejména na základních a středních školách. S materiálem mohou pracovat jak kariéroví poradci, tak všichni pedagogičtí pracovníci školy, kteří se snaží o rozvoj kariérového poradenství ve škole, v níž působí. Věříme, že materiál osloví ty, co se o kariérové poradenství zajímají, a třeba i přiláká zájemce nové.

Hlavním záměrem těchto listů je podpořit vás v roli kariérového poradce, tak abyste se vy sami cítili jako profesionálové v této roli a současně si byli vědomi svých vlastních kompetencí a kvalit. Řada z nabízených aktivit je navíc přenositelná do výuky různých vzdělávacích oblastí v rámci školního vzdělávacího programu, neboť spolupráci v rámci školy na tématu kariérového rozvoje vnímáme jako klíčovou pro účinnou podporu kariérového rozvoje žáků. Lze je využít také jako podklad pro tvorbu portfolia žáků. Jednotlivé pracovní listy se v různých úhlech pohledu věnují těmto 4 klíčovým oblastem: Sebepoznávání; Kariévní cesta a svět práce; Volba dalšího vzdělávání a Rozvoj kompetencí a motivace. V pracovních listech vycházíme ze současného pojetí kariéry, které zahrnuje nejen vzdělávací a pracovní sféru, ale také např. rodinnou, volnočasovou a občanskou rovinu. Materiál jsme doplnili o rejstřík pojmů a o část Reflexe práce s pracovními listy – Moje poznámky, kam si můžete zapisovat vaše postřehy a podněty k jednotlivým listům.

Sborník pracovních listů vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903, je licencován podle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA a dostupný na webových stránkách [www.zkola.cz](http://www.zkola.cz).

Materiál, který držíte v rukou, je členěn do dvou částí. První z nich nabízí podklady a nástroje pro práci s žáky, druhá přináší inspiraci pro vás – poradkyně a poradce – ať už zaměřením na váš profesní rozvoj nebo na podporu systému kariérového poradenství na vaší škole. Pracujte s nimi podle svých potřeb. Naší myšlenkou bylo, dát vám možnost si sestavit vlastní podobu kariérového poradenství na základě aktivit, které jsme pro vás vypracovali. Je to však vaše expertíza, znalost specifik vaší školy a potřeb vašich žáků, jež bude rozhodující při plánování, které aktivity nebo části aktivit využijete při své práci, jak je adaptujete nebo zda se jimi necháte jen volně vést.

Pro zachování čtivosti a přehlednosti jsme se rozhodli používat při psaní textu slovo žáci jako zastřešující pro žáky a žákyně. Obdobně se setkáte s pojmem poradce, který však zahrnuje i ženy poradkyně. Tuto zkratku jsme zvolili s ohledem na zachování srozumitelnosti textu.

Na pracovních listech se podílelo celkem pět autorek: Kateřina Hašková, Jana Krausová, Věra Stojar, Pavlína Vašátová a Libuše Tomanová, což se odráží v různorodosti zvolených témat i použitého jazyka. Věříme, že tuto rozmanitost shledáte osvěžující a obohacující.

Milé poradkyně a poradci, přijměte prosím naši pozvánku do světa kariérového poradenství, které může mít řadu podob. Stejně jako každého z nás osloví jeho jiná tvář, i naši žáci mohou potřebovat jiné způsoby, kterými podpoříme jejich cestu sebepoznávání a seznamování se se světem vzdělávání a práce, jejich kariévní dráhu. Díky vám a vaší citlivosti k potřebám žáků je možné zvyšovat kvalitu poskytovaného poradenství na školách a podporovat žáky v jejich kariérovém rozvoji. A za to vám patří velké díky.

tým Centra kariérového poradenství

# OBSAH

<b>JAK S PRACOVNÍMI LISTY PRACOVAT</b>	<b>5</b>
<b>NAŠI ŽÁCI A ŽÁKYNĚ</b>	<b>7</b>
Atraktivita povolání	8
Cíle udržitelného rozvoje v kariérovém vzdělávání	12
Co dělat, když nevím, jakou školu zvolit	15
Co mě baví	19
Co se naučím, jako když najdu	23
Dobrý život	26
Environmentální dopady povolání	28
Exkurze do firem	31
Jedeme na Gaudeamus	34
Jedeme na veletrh středních škol	37
Genderové stereotypy	41
Hlavní znaky mojí práce	45
Ideální škola	51
Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“	55
Je to na tobě – získej kompas na veletrh	63
Kariéra podle životního stylu	74
Kariéra rodičů	77
Kariéra rozmanitě	81
Kariéra v příbězích	84
Kontext historie a volba povolání	88
Ledovec	92
Mapa spokojenosti	96
Místně zakotvené učení v kontextu kariérového rozvoje žáků	98
Moje cíle udržitelného rozvoje	102
Moje hodnoty	106
Moje první brigáda	110
Moje silné stránky	114
Možné světy práce	119
Myšlenky pro budoucnost	122
Naplň svůj potenciál	126
Objev své poslání	129
Obor versus moje silné stránky	133
Obzory	135
Pohovor na školu pro mě	138
Povolání pro kluky a holky	143
Práce ve smyslech	145
Profesní život naší rodiny	148
Prosím, vyprávěj mi příběh...	153

Příběh věcí	166
Roboti	169
Rozhodovací strom	173
Rozhodování	176
Scénář	181
Tak trochu jiná průkazka	184
Ten dělá to a ten zas tohle	188
Tři jsou víc než jeden	191
Typický den vybrané profese	196
Učíme se společně	199
Volba povolání	202
Vytvoř si své povolání	204
Vzdělávací plán	207

## **MY, KARIÉROVÍ PORADCI A PORADKYNĚ** **210**

Aktivity KP a jejich forma	211
Beseda pro rodiče	218
Databáze deskových her pro oblast kariérového poradenství	219
Databáze karet pro oblast kariérového poradenství	224
Databáze kariérových poradců a poradkyň Zlínského kraje	234
Databáze moje síť	237
Databáze offline zdrojů informací	240
Databáze online zdrojů informací	243
Dostupnost kariérového poradenství	246
Informovanost o kariérovém poradenství na škole	249
Kariérové poradenství pro mobilitu	251
Kvalita kariérového poradenství	254
Mapování spokojenosti, potřeb a rozvoje kariérového poradenství	256
Metafory	261
Moje silné stránky	263
Reflexe poradenského rozhovoru	267
Reflexe (evaluace) uplynulého období	273
Rozvoj kariérových kompetencí	277
Sebesupervize	282
Spolupráce s rodiči na podpoře kariérového rozvoje žáků	286
Spolupráce v rámci školy na kariérovém vzdělávání	289
Well being v kontextu kariérového poradenství	292
Zodpovědnost	294

## **REJSTŘÍK POJMŮ** **296**

## **REFLEXE PRÁCE S PRACOVNÍMI LISTY** **303**



# Jak s pracovními listy pracovat

Při používání pracovních listů vás budou provázet následující ikony/symboly:

## Obecný popis aktivity



### Cílová skupina

- komu je aktivita primárně určena



### Čas

- délka trvání



### Pomůcky

- vše, co bude k realizaci aktivity potřeba

Zaměření aktivity na jednu či více oblastí:



### Klíčová oblast

*Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace*

## Postup realizace aktivity



Cíl

---



Zaměření

---



Postup

---



Vyhodnocení

---



Inspirace

---



Další inspirace

---



Varianty

---



Navazující aktivity

---



Příloha

---



Reflexe

---



Zdroje

---



Poznámky

---



Pracovní list

---



## Naši žáci a žákyně





# Atraktivní povolání



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut aktivita  
+ 45 minut diskuze



Pracovní list s otázkami  
a karty povolání (JobbKort  
nebo jakékoliv kartičky  
s nejrůznějšími povoláními)



Kariéerní cesta a svět práce



Aktivita umožní přemýšlet o atraktivitě, společenské prestiži a významnosti jednotlivých povolání s cílem uvědomit si, že každé povolání je pro společnost důležité. Žáci se pokusí přemýšlet o významu jednotlivých profesí z různých úhlů pohledu.



Aktivita umožní změnit pohled na profese, které se na první pohled nejeví jako atraktivní nebo prestižní. Přitom jsou pro společnost stejně důležité jako profese, které na první pohled tzv. atraktivní jsou. Žáci se díky této aktivitě dozví informace o náplni práce jednotlivých povolání, společenské důležitosti nebo např. výši platu. Cílem je přimět žáky přemýšlet o tom, že existují různé pohledy na povolání a že úplně každá profese má svou důležitou roli a je v něčem pro společnost nepostradatelná. Jak by vypadal svět např. bez pracovníků technických služeb? Důležité je také uvědomění, že i „neatraktivní“ povolání jsou pro společnost důležitá a lidé, kteří tyto profese vykonávají, bychom si měli vážít. Žáci by si měli uvědomit, že povolání, které se jim zdá nezajímavé, může někoho velmi bavit, a naopak. Zajímavé by mohlo být např. stanovení kritérií atraktivnosti. Dá se vůbec definovat „atraktivní“ povolání? Mění se atraktivita povolání v průběhu času?





V úvodu můžeme žákům představit jednotlivé karty povolání, aby bylo zřejmé, o jaká povolání se jedná. Karty profesí rozmístíme na stoly nebo na zem, aby měli žáci dostatek prostoru si karty prohlížet.

1. Žáky si ve třídě rozdělíme do několika skupin. Pro tuto aktivitu je třeba počítat asi se dvěma vyučovacími hodinami. Jednotlivé skupiny obdrží pracovní list s otázkami, které budou zjišťovat např., která povolání jsou pro společnosti velmi užitečná, která velmi atraktivní, které povolání je velmi dobře ohodnoceno apod.
2. Žáci se ve skupinách budou snažit sepisovat povolání a odpovídat na otázky v pracovním listu. Upozorňujeme na to, že žáci vyplňují pracovní listy podle svých subjektivních názorů. Zároveň se musí v týmu shodnout a při rozhodování mohou diskutovat.
3. Po ukončení vyplňování jednotlivé týmy představí povolání podle daných kritérií a zkusí popsat a zdůvodnit, proč daná povolání vybraly. Podstatou práce ve skupinách je vzájemné porovnání výsledků, které může učitel zapisovat např. sloučením na tabuli nebo flipchart. Lze tak vytvořit společné řazení povolání podle určitého kritéria.
4. Po představení probíhá diskuze o daných profesích. Zajímáme se a ptáme se žáků, proč vybrali danou profesi pro zadané kritérium.



**Hodnocení probíhá na základě diskuze, ve které žáci uvádějí důvody, podle kterých řadili jednotlivá povolání. Lze použít např. tyto otázky:**

- Co je podle vás „atraktivní povolání“?
- Zkuste popsat/definovat „atraktivní povolání“.
- Čím to je, že některá povolání jsou pro někoho „atraktivní“ a pro někoho naopak „neatraktivní“?
- Čím se atraktivita povolání může vytvářet?
- Jaké povolání bys chtěl/a vykonávat?
- Jaké povolání bys nechtěl/a vykonávat?
- Znáte někoho z vašeho okolí, kdo vykonává právě atraktivní/neatraktivní povolání?
- Pro jaké povolání máš podle sebe dobré předpoklady? Které povolání bys vykonával/a skvěle?
- Když se podíváme na vámi uvedená „neatraktivní“ povolání, jsou pro společnost důležitá?
- Jsou „neatraktivní“ povolání méně důležitá než ta „atraktivní“?
- Jsou „neatraktivní“ povolání méně placená?







# Atraktivní povolání

Do tabulky zapisujte povolání podle daného zadání. Povolání vybíráte společně s týmem a budete se muset dohodnout, která povolání vyberete. Máte dost času, takže si o povoláních v klidu povídejte. Na pracovní list máte dostatek času.

<b>Povolání, která jsou podle vás velmi atraktivní.</b>	
<b>Povolání, která podle vás nejsou atraktivní.</b>	
<b>Povolání, která byste nikdy nechtěli vykonávat.</b>	
<b>Povolání, která byste rádi vykonávali.</b>	
<b>Vykonává někdo z vašeho okolí neatraktivní povolání a jaká to jsou?</b>	
<b>Která povolání jsou pro společnosti velmi důležitá?</b>	
<b>Která povolání pro společnost důležitá nejsou?</b>	
<b>Existují nějaká povolání, bez kterých si vůbec nedokážete představit váš život?</b>	





# Cíle udržitelného rozvoje v kariérovém vzdělávání



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ,  
SŠ



90 minut



Seznam cílů udržitelného  
rozvoje, flipchart nebo jiný  
papír pro prezentaci žáků



Kariévní cesta a svět práce



Cílem je podpořit přemýšlení žáků o světě práce v kontextu současných celosvětových problémů, jako je klimatická změna, ohrožení chudobou, nerovnosti ve společnosti a další. Jako rámec pro toto uvažování jsou využity Cíle udržitelného rozvoje OSN.



Kariérové vzdělávání by mělo reflektovat problémy dnešního světa a pomáhat dětem uvědomit si, jakou roli mohou mít v jejich řešení. Současně by kariérové vzdělávání a poradenství mělo na tyto problémy upozorňovat a přispívat k jejich řešení. Z toho důvodu využíváme i v kariérovém vzdělávání Cíle udržitelného rozvoje jako rámec pro přemýšlení, jak se děti mohou podílet na utváření udržitelné a sociálně spravedlivé budoucnosti.



Na úvod dětem představíme Cíle udržitelného rozvoje, např. prostřednictvím videa nebo informační brožurky OSN: **Svět, který chceme. Budoucnost pro všechny. Cíle udržitelného rozvoje. Průvodce pro děti.**

S žáky můžeme reflektovat, které cíle vnímají pro sebe jako nejdůležitější a proč. Příp. zda by doplnili nějakou oblast, která v nich není uvedena.







Po obecném seznámení se smyslem těchto cílů a jejich výčtem rozdělíme žáky do skupinek tak, aby v každé byli minimálně 3 žáci. Každé pak přiřadíme k práci několik cílů udržitelného rozvoje tak, aby byly v práci všechny z cílů obsaženy.

**Žáci se podrobněji seznámí s vybranými cíli udržitelného rozvoje a zamyslí se např. nad tím:**

- Jaké činnosti nebo lidské aktivity jsou potřebné pro realizaci tohoto cíle?
- Existují už nějaké profese, které se těmto činnostem věnují? Pokud ne, navrhl byste nějaké? Co by bylo jejich náplní?
- Existují naopak činnosti, aktivity nebo profese, které mohou dosažení těchto cílů bránit?
- Děláte již teď nějaké činnosti pro naplnění těchto cílů? Jakými dalšími činnostmi byste mohli k jejich naplňování přispět?

Po skupinové práci žáci sdílí svoje nápady buď formou prezentací nebo posterů k jednotlivým cílům.

**Na závěr mohou diskutovat:**

- Jsou nějaké profese, které se ukázaly jako prospěšné u více cílů?
- Které z uvedených profesí, ať už reálných nebo vámi nově navržených, jsou pro vás osobně lákavé nebo zajímavé?
- Našli jste činnosti, které můžete už teď realizovat a přispět jimi k dosahování Cílů udržitelného rozvoje? Jakou z nich začnete realizovat?



**Po skončení práce s žáky reflektujeme:**

- Co nového jim přinesla tato aktivita v uvažování o profesích a světě práce?  
Nežijeme izolovaně, naše kariéry spoluutvářejí svět kolem nás. Z toho důvodu můžeme uvažovat o pozitivních i negativních dopadech našich kariérních voleb na naše okolí, společnost, Zemi.
- Objevily se některé profese mezi těmi, které k cílům přispívají, i mezi těmi, které jejich dosažení brání?  
Profese převážně nemůžeme označit za černé, nebo bílé. Často záleží na způsobu a podmínkách jejich realizace, hodnotách, které zastávají ti, kteří je realizují. Zkuste prozkoumat, zda najdete takové podmínky, při nichž by byly profese, které podle vás brání dosažení cílů udržitelného rozvoje, také užitečné.

Aktivitu můžeme provázat s aktivitou *Moje Cíle udržitelného rozvoje*.





**OSN: Cíle udržitelného rozvoje.**

Příspěvek Miriam Dimsits na konferenci Kariérové poradenství a vzdělávání ve světě vzhůru nohama (2020):

[https://www.euroguidance.sk/document/casopis/20/11\\_KPJ\\_2-2021\\_20\\_Dimsits.pdf](https://www.euroguidance.sk/document/casopis/20/11_KPJ_2-2021_20_Dimsits.pdf)

---



Lze využít ve vzdělávací oblasti Člověk a společnost nebo Člověk a příroda, příp. ve vzdělávacím oboru Cizí jazyk (anglický jazyk, při využití materiálů v AJ).



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

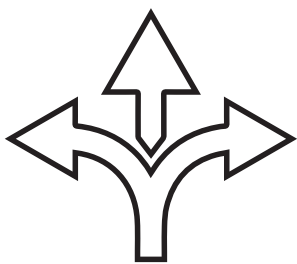
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Co dělat, když nevím, jakou školu zvolit?



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



90 minut  
+ samostatná práce doma



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je přiblížit žákům postup, jak pracovat, pokud ještě nemají vybraný další směr studia.



Smyslem aktivity je zamyslet se nad tím, jaký postup zvolit, pokud žák nemá vybrané budoucí zaměření školy. Do rozhodování o volbě vhodného oboru vstupují tyto faktory: znalost silných stránek; znalost trhu práce; informace o jednotlivých oborech a jejich dostupnost.



1. Učitel udělá nejprve s žáky brainstorming nad otázkou: Jaké kroky musí člověk podniknout, aby byl spokojený s výběrem své budoucí školy? Žáci by měli přinést minimálně 8 kroků, které je nutné udělat pro dobrou volbu. Učitel nápady zapíše na tabuli a vyzve žáky, aby si je přepsali na papír a označili hvězdičkou. Možné kroky, které by mohly zaznít: poznat svoje silné stránky díky zájmovým aktivitám; vědět, které předměty na škole preferuji a které ne; návštěva vysoké školy; konzultace s rodiči; udělat rozhodnutí, zda budu/chci být na koleji, nebo spíše v místě bydliště; zjistit si informace o oborech; realizovat rozhovor s někým, kdo daný obor studuje, apod.





- \* Jedna hvězdička – kroky, které zbývají udělat
- \*\* Dvě hvězdičky – kroky, na kterých jsem začal/a pracovat
- \*\*\* Tři hvězdičky – kroky, které jsou hotové

U 1 a 2 hvězdiček je důležité, aby si žák napsal „ideální termín splnění“ nebo se může pokusit odpovědět na otázku: „Do kdy nejpozději je nutné úkol splnit?“

2. Vhodné by bylo být v počítačové učebně. Pokud ne, je možné žákům povolit mobilní telefon. Na této stránce <https://www.vysokeskoly.cz/tema> (pokud pracujete s žáky ZŠ: [www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz)) je možné vyfytrovat obory podle oblastí, např. přírodovědná, chemická, humanitní atd.

3. Učitel rozdělí žáky do skupin, každá skupina dostane 1–2 oblasti ze seznamu: (ideální je, když skupiny oblasti losují)

- A. *Přírodní vědy*
- B. *Technické vědy*
- C. *Společenské vědy*
- D. *Lékařské vědy*
- E. *Zemědělské a veterinární vědy*
- F. *Vojenské vědy*
- G. *Vědy o kultuře a umění*

V rámci skupin mají žáci odpovědět na následující otázky:

1. Jaké kvality (min. 4) má podle vás pravděpodobně člověk, který chce studovat danou oblast (přírodovědná, technická aj.)?
2. V jakých předmětech si myslíte, že vyniká a v jakých ne?
3. Co je podle vás klíčové pro úspěšné zvládnutí studia daného oboru?

4. Následně probíhá prezentace jednotlivých skupin a ostatní skupiny mohou doplnit.

5. Další hodinu znovu žáci pracují se stránkou [www.vysokeskoly.cz/tema](https://www.vysokeskoly.cz/tema) (nebo [www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz)) a jednotlivé oblasti označí hvězdičkou podle svého zájmu:

- \* nezájem
- \*\* neznám obor a chci prozkoumat/znám a prozkoumám blíže
- \*\*\* zájem 50%
- \*\*\*\* velký zájem o obor

6. Následující část je o samostatné práci žáků doma. Samostatná práce znamená, že je nutné, aby si žák prošel jednotlivé obory, které ho zaujaly. Ideální je dát žákům časový prostor měsíc a poté se k tomu, co zjistili o možnostech studia, vrátit formou





diskuse: Jaké obory pro sebe našli? Co je na oborech zaujalo? Jak probíhalo vylučování jednotlivých oborů?



Žákům by měl vzniknout „sumář“ oborů, na které se mohou v dalších krocích zaměřit, tj. zjistit: kde se dá obor studovat, uplatnění v oboru, náročnost studia aj. Žáci by si také měli uvědomit, jaké kvality pravděpodobně bude mít člověk, který studuje danou oblast, a zda to koresponduje s jejich kvalitami. Další inspiraci můžete najít v dalších pracovních listech s názvy Kariéra rozmanitě nebo Co se naučím, jako když najdu...



[www.vysokeskoly.cz](http://www.vysokeskoly.cz); [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz)



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

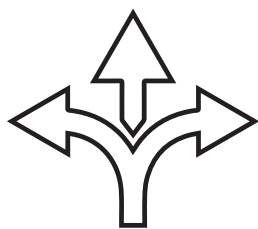
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Co dělat, když nevím, jakou školu zvolit?

## Kroky k výběru školy

Poté označte:

- \* Jedna hvězdička – kroky, které zbývají udělat
- \*\* Dvě hvězdičky – kroky na kterých jsem začal/a pracovat
- \*\*\* Tři hvězdičky – kroky, které jsou hotové

## Obory, které jsem vyloučil/a (napiš i důvody vyloučení):

## Obory, které mě zaujaly a chci je blíže prozkoumat:

## Obory, které bych mohl/a studovat:





# Co mě baví?



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Úvod a diskuze 45 minut,  
zpracování pracovního listu  
45 minut



Pracovní list s otázkami



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je zmapování a uvědomění si svých koníčků, zájmů a zálib. Také vysvětlení důležitosti výběru vzdělávací dráhy a volby profese, které mohou vycházet z činností, kterým se věnujeme ve volném čase.



Aktivitou se žáci soustředí na své zájmy a činnosti, které je baví, u kterých ztrácí pojem o čase, a pokusí se tyto záliby zmapovat. V aktivitě také získají informace o tom, proč je důležité se věnovat ve škole a v zaměstnání tomu, co je baví. Pomocí návodných otázek se pokusí sepsat ty činnosti, u kterých ztrácí pojem o čase a ani po pár hodinách se necítí unaveně. Pokud si vybereme další vzdělání a zaměstnání na základě našich zálib a koníčků, budeme se pravděpodobně celkově cítit lépe, budeme efektivnější, rychlejší a naše práce nám nebude brát tolik energie jako práce, která nás nebaví. Psychologové tento stav nazývají flow.

Koníčky pomáhají snižovat fyzické i psychické dopady stresu tím, že do našeho života přinášejí novou energii a pozitivní pocity (zábava, relaxace, pocit štěstí). Skupinové koníčky navíc bojují proti vyčleňování jednotlivců ze společnosti, pomáhají posilovat sebevědomí jedinců i skupin a zlepšují schopnost učit se a řešit problémy. Individuální kreativní ko-





níčky navíc vytváří produkty, které mohou udělat radost. Existují také výzkumy (State University, Kevin Eschleman), které důležitost koníčků potvrzují. Lidé s koníčky lépe spolupracují s kolegy, dokážou kreativně řešit problémy, jsou produktivnější a jistější v tom, co dělají, a lépe zvládají stresové situace.



V úvodní části žáky seznámíme s důležitostí znát a uvědomovat si své zájmy a koníčky. Na základě těchto informací se v budoucnu mohou rozhodovat o další profesní dráze a volbě povolání. V diskuzi můžeme využít otázky z pracovního listu. Odpovědi mohou být užitečné a inspirující pro ostatní žáky. Žákům vysvětlíme, že se jedná o jejich soukromý list, který se nebude ve třídě představovat, a tedy mohou být zcela otevření a upřímní. Poté žákům rozdáme pracovní listy a sdělíme, že na odpovědi nemusí spěchat, budou mít dostatek času a klidu. Po vyplnění se můžeme zeptat na pár otázek. Např.:

- Objevili jste obor, který byste na základě svých zájmů mohli v budoucnu studovat?
- Napadá vás, jaké povolání by mohlo být pro vás vhodné a které by vás na základě vašich zájmů mohlo bavit?



- Byla tato aktivita pro vás užitečná?
- Jak jste se při ní cítili?
- Šlo to lehce, nebo jste museli dost přemýšlet?
- Přišli jste na něco nového?
- Zkusíte přemýšlet o tom, co byste v budoucnu mohli studovat a v jakém oboru byste mohli pracovat?

S aktivitou je možné dále pracovat např. vytvořením koláže na téma „Co mě baví?“. Žáci se také mohou zeptat svých blízkých na jejich záliby.



**[www.karierko.cz](http://www.karierko.cz); [www.studenta.cz](http://www.studenta.cz)**  
desková hra „Najdi poklad“

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.







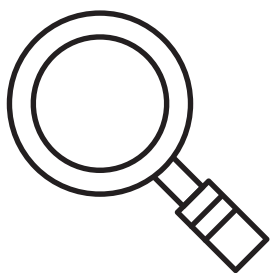
## Co mě baví?

U kterých činností ti utíká čas?	
Jaké jsou tvé oblíbené předměty?	
Jaké knihy tě lákají?	
Máš nějaké oblíbené kroužky?	
Které činnosti ti zlepší náladu?	
O jakém tématu bys mohl/a přečíst klidně 200 stránek nebo se dívat hodiny na videa a nenudilo by tě to?	
Která činnost ti umí dobít energii?	



Které činnosti ti jdou velmi jednoduše?	
Co rád/a děláš s ostatními?	
Co nejraději děláš venku? (před domem, ve městě, v přírodě)	
Co se ti v poslední době podařilo?	
Které jsou tvoje oblíbené aplikace na mobilním telefonu?	
Na co se rád/a díváš na televizi?	
Co rád/a sleduješ na internetu?	
Jak nejraději odpočíváš?	
Kdybys nemusel/a chodit do školy a neměl/a žádné povinnosti, čím bys trávil/a čas?	





# Co se naučím, jako když najdu...



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



90 minut



Materiál pro vytvoření prezentace žáků (např. fixy, flipchartové papíry, pastelky, fixy, časopisy, mobilní telefon v případě natáčení videa apod.)



Kariérní cesta a svět práce  
Rozvoj kompetencí a motivace



Uvědomění si toho, v jakých profesích lze znalosti z jednotlivých předmětů využít. Posílení motivace žáků pro studium.



**Aktivita má za cíl přiblížit mladým lidem provázanost výuky s reálným světem, se světem profesí, a tím:**

- podpořit jejich motivaci ke studiu;
- rozšířit jejich znalosti o povoláních, světě práce.

Současně aktivita podporuje týmovou spolupráci a přispívá k rozvoji prezentačních dovedností.



1. Žáci mají za úkol ve skupinkách pojmenovat co největší škálu povolání, v nichž lze využít určitý vyučovací předmět, a jak konkrétně.
2. Svou práci pak představí ostatním formou posterů či prezentací.
3. Na prezentace lze navázat diskuzí ve větší skupině, ostatní žáci mohou komentovat, přidávat nápady, doptávat se.





**Varianta:** Postery či prezentace je možné realizovat v rámci předmětů, které zpracovávají. Diskuze pak následně může probíhat i se zapojením vyučujícího daného předmětu.

**4. Po skončení aktivity je prostor pro její reflexi, je možné s žáky prodiskutovat, např.:**

- Co se z aktivity dozvěděli? Co si odnáší?
- Co je při práci překvapilo?
- Z jakých zdrojů vycházeli? Kde hledali informace?
- Jak se proměnilo jejich uvažování o daném předmětu?
- Jak se proměnilo jejich uvažování o kariéře, volbě dalšího vzdělávání, povolání?



Po prezentaci prací jednotlivých skupin pedagog/poradce příp. doplní další možnosti, v jakých lze daný předmět využít.

Žáci se mohou dále zamyslet nad tím, jak jednotlivá povolání rozdělit do skupin, např. podle odvětví, pracovních prostředí, využívaných kompetencí apod. Mohou si také vytvořit seznam profesí, které je ne/zajímají, o kterých chtějí vědět víc, které si ne/dokáží představit jako své budoucí povolání apod.

**Varianta:** Děti si mohou vybrat jedno povolání, které je zajímá, a zkusit u něj identifikovat vyučovací předměty, které jsou v něm potřebné. Následně lze konzultovat s Národní soustavou povolání nebo zástupci dané profese.



Aktivitu můžeme zarámovat do diskuze o tom, kdy se žáci cítí motivovaní pro učení, co jejich motivaci ovlivňuje, např.: v jakém čase a prostředí, sami nebo s někým, příp. s kým, apod.

**Můžeme odpovědi zapisovat na tabuli/flipchart, např. rozdělit podmínky motivace na:**

- interní (týkající se žáka, jeho tělesného a duševního stavu, ale i snů, ambic, očekávání apod.);
- externí (týkající se studijního prostředí, vliv jiných osob apod.).

Naši motivaci ke studiu ovlivňuje mj. i to, zda v učení vidíme smysl. Pro žáky může být v tomto ohledu důležité poznání toho, v jakých profesích lze znalosti a kompetence získané z jednotlivých předmětů využít (e.g. Gatsby Charitable Foundation, 2014).





Část věnovanou faktorům ovlivňujícím motivaci můžeme využít pro sdílení a vzájemnou inspiraci toho, kdy a při jakých aktivitách se cítíme motivováni (např. pokud jsme odpočatí, téma/úkol nás baví apod.). Před touto diskuzí (příp. po ní) můžeme žáky požádat, aby svou motivaci sledovali (např. během týdne) a zapisovali si, jak a v jakých situacích se proměňuje, příp. aby si na uvedené vzpomněli zpětně.



Inspirováno Careers New Zealand: <https://www.careers.govt.nz/>  
**Gatsby Charitable Foundation. (2014). Good Career Guidance. London: Gatsby Charitable Foundation.**

JEŽOVÁ, K. (2013). *Motivace žáků základních škol k učení*. Diplomová práce. Brno: Ústav pedagogických věd, FF MU.



Příklady povolání zpracované pro jednotlivé předměty najdete např. v tomto dokumentu zpracovaném v Austrálii: **SCHOOL SUBJECTS YOU LIKE & JOBS THEY CAN LEAD TO**, dostupné z: <https://www.education.gov.au/school-work-transitions/resources/school-subjects-you-jobs-they-can-lead>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Dobrý život



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



2 x 45 minut



Sebepoznávání  
Kariévní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Aktivita zasazuje kariérové vzdělávání do širšího kontextu. Nehledá pouze, jakou by žáci chtěli mít práci, zaměstnání, ale zaměřuje se na představu dobrého života.



Aktivita vychází z předpokladu, že práce je jen jednou ze součástí našich životů a že dobrá práce nemusí být dostatečná pro „dobrý život“. S dětmi tedy zasadíme přemýšlení o kariéře do tohoto širšího konceptu.



Aktivitu je dobré dělat v kolektivu, který umožňuje bezpečné sdílení.

Na úvod se žáci zamyslí, která kniha, film, obraz nebo místo pro ně reprezentuje „dobrý život“. Sami pro sebe si jej zaznamenají, např. obrázkem, popisem, heslovitě.

Následně žáci sdílí ve skupině buď konkrétní ukázkou reprezentující jejich „dobrý život“ nebo jen některé její aspekty, náladu.

Na základě uvedeného zkusí v menších skupinách navrhnout, jak by pro ně konkrétně





vypadal dobrý život. Následně tuto představu sdílí s ostatními, např. formou prezentace, videa, koláže, obrázkových karet.



### Náměty pro reflexi po aktivitě:

- Jaké pro vás bylo přemýšlet o dobrém životě?
- V čem se různé představy dobrého života podobaly, v čem se lišily?
- Jak můžeme utvářet prostor, aby byl prostor pro různé podoby dobrého života?
- Jaké aspekty dobrého života jsou důležité pro vás osobně?
- Jaké kroky pro jejich dosažení můžete udělat už dnes?
- Jaké aspekty dobrého života zažíváte už teď?
- Jak se uvažování o dobrém životě promítne do vašich úvah o kariéře, volby dalšího vzdělávání, povolání?



***Inspirováno projektem mezooborového projektu HaDivadla a platformy Terén Dům kultury a naděje.***



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

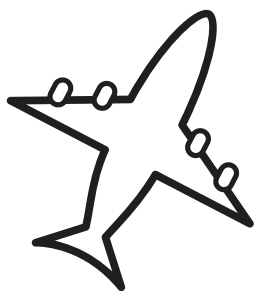
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Environmentální dopady povolání



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ,  
SŠ



Zadání, brainstorming a volba povolání ke zpracování: 45 minut  
Skupinová práce a prezentace výstupů: dle možností a způsobu uchopení cca 1 týden  
Reflexe: 45 minut



Seznam povolání nebo karty (např. kiwi karty)  
Materiál pro vytvoření prezentace žáků (např. pastelky, fixy, flipchartové papíry, časopisy, mobilní telefon v případě natáčení videa apod.)



Kariéerní cesta a svět práce



Uvědomění si environmentálních dopadů povolání



Aktivita rozvíjí u žáků znalost světa práce. Zaměřuje se na rozvoj povědomí o environmentálních aspektech různých povolání. Současně podporuje vědomí kreativního spoluutváření konkrétní náplně a činností povolání (job crafting).



**1.** Poradce/pedagog seznámí žáky se zadáním úkolu. Během brainstormingu v rámci celé třídy děti sdílí, co si představují pod environmentálními dopady povolání (např. kadeřník/ce používající chemické přípravky; manažer/ka využívající často leteckou dopravu na pracovní schůzky; architekt/ka rozšiřující zástavbu do přírodní krajiny apod.). V rámci diskuze můžeme poukázat na to, že dopady na životní prostředí mohou být negativní i pozitivní.

V rámci návazné diskuze se můžeme spolu s žáky pokusit pojmenovat, v jakých oblastech může mít dané povolání dopad na životní prostředí, např. produkty výroby, produkovávané odpady, dopady na krajinu, ovzduší apod.







**Varianta:** Pracovat mohou žáci také ve skupinkách a následně si své představy sdílet. Zobecnění pak probíhá v rámci celé třídy.

2. Žáci si vylosují povolání např. s využitím některých seznamů povolání či karet (např. kiwi karty), příp. si mohou žáci povolání vybrat dle svých preferencí. Lze také pracovat ve dvojicích nebo ve skupinkách.
3. **Jednotlivec, tým nebo skupina zpracují k vybranému povolání zprávu o jeho environmentálních dopadech, zaměří se např. na tyto oblasti:**

- Co je výsledkem/výstupem daného povolání? Jaké mají tyto výstupy dopady na přírodu?
- Jaké nástroje, materiály, produkty jsou k práci využívány? A jaké mají dopady na přírodu?
- Jaký se při práci vytváří odpad a jak je s ním dále nakládáno? Jaký mají tyto odpady dopad na život na Zemi?
- U výše uvedených oblastí navrhnete různé způsoby, jak je možné zmírnit případné negativní dopady na přírodu.

**Varianta:** Oblasti, které budou děti promýšlet, mohou vycházet či navazovat na brainstorming v části 1.

4. Získané poznatky žáci prezentují, např. formou posteru či prezentace. Žáci mohou dále o svých zjištěních diskutovat, doplňovat je.

V diskuzi se můžeme také zaměřit na variabilitu v environmentálních aspektech u stejného povolání, např. jak se liší dopady práce architekta/ky používajícího udržitelné materiály; jak vypadá práce učitele/učitelky v klasické a lesní mateřské škole, apod.

5. Žáci mohou navrhnout, jak jednotlivá povolání upravit nebo pozměnit, aby jejich negativní dopady na životní prostředí byly menší/rozšířily se pozitivní environmentální dopady povolání.

V návaznosti na tuto diskuzi můžeme žáky podpořit v přemýšlení o tom, jak jednotlivec formuje výslednou podobu povolání a jeho dopadů. Obecně může vést k zamyšlení, jak spoluvytváříme naše kariérní dráhy a životy, i s ohledem na životní prostředí.

Aktivitu lze využít na provázání kariérového poradenství a environmentální výchovy.





### Na závěr s žáky diskutujeme o tom, co si z dané aktivity odnáší:

- Co je při realizaci úkolu překvapilo?
- Jak se proměnilo jejich vlastní kariérní uvažování? Jaké aspekty si při volbě povolání uvědomují?



Dopady povolání lze sledovat i směrem ke komunitě, společnosti. Lze se také zaměřit na specifika konkrétního vzdělávacího oboru.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.  
Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.



# Exkurze do firem



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ,  
SŠ



45 minut – příprava na exkurzi,  
135 minut – exkurze,  
45 minut – vyhodnocení exkurze



Internet, pracovní list  
s otázkami k exkurzi



Sebezpznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem aktivity je umožnit žákům získat informace o fungování firem z nejrůznějších oborů a nahlédnout do činností zaměstnanců různých povolání. Žáci budou mít prostor pro své dotazy, a tím se aktivně zapojí do procesu zjišťování informací. Cílem je také rozvoj kompetencí, jako jsou např. orientace na trhu práce, organizace firmy, komunikační dovednosti, spolupráce v týmu a v neposlední řadě sebezpznání (přemýšlení o svém budoucím povolání).



Aktivita exkurze do firem je zásadním zdrojem informací, který pomáhá žákům při rozhodování v jejich další kariérní cestě a také při volbě dalšího vzdělávání. Důležité je zmínit, že exkurzí by měli žáci absolvovat ve školním roce několik, ideálně v různých oborech povolání (kultura, zdravotnictví, technické obory, obchodní činnost, potravinářství, zemědělství atd.). Velmi důležitá je komunikace mezi pedagogem a firmou, kdy si vzájemně před exkurzí představí návrhy a možnosti průběhu exkurze tak, aby byla aktivita pro žáky zajímavá a přínosná.



V první fázi, ještě před samotnou aktivitou, by měl proběhnout rozhovor mezi žáky a pedagogy, kdy si vzájemně sdělí možnosti exkurzí ze strany školy, možností ze strany rodičů žáků a zároveň zájem žáků o jednotlivé obory nebo už i konkrétní firmy.





V den naplánované exkurze si žáci budou první vyučovací hodinu zjišťovat v jednotlivých týmech informace o firmě dle zadání ze zdrojů, jako jsou weby firem, sociální sítě, Instagram, Facebook, LinkedIn apod. Od pedagoga dostanou pracovní list s otázkami, připravenými k exkurzi. Seznam otázek si můžou žáci i pedagog sestavit společně. Každý tým se bude snažit vyplnit co nejvíce odpovědí. Některé otázky si vyplní na základě informací z internetu, ostatní otázky budou klást osobně na exkurzi. Součástí otázek je část týkající se rozhovoru s libovolným zaměstnancem firmy, kterého si žáci objeví a osloví úplně samostatně v rámci daného týmu.

### Otázky k exkurzi

- Čím se firma zabývá, co vyrábí nebo jaké poskytuje služby?
- Jak dlouhou tradici má firma?
- Jaké hodnoty prezentuje firma?
- Kolik má firma zaměstnanců?
- Které komunikační kanály firma využívá?
- Setkali jste se ve svém životě (jako zákazníci) s produkty nebo službami této firmy?
- Nabízí firma nějaké aktivity pro žáky? (stipendia, stáže apod.)

### Rozhovor se zaměstnancem firmy

- Jak se jmenuje Vaše pozice?
- Jak dlouho u firmy pracujete?
- Které činnosti vykonáváte?
- Co Vás na práci baví a co již méně?
- Jste spokojen/a s odměnou za Vaši práci?
- Máte nějaké nadřízené nebo podřízené kolegy?
- Jaké nástroje, zařízení nebo programy pro svou práci potřebujete?
- Na jakém oddělení pracujete?
- Jaká je Vaše pracovní doba?
- Je něco, co byste v práci změnili?
- Jaké vzdělání je potřeba pro Vaši práci?
- Kde jste pracoval/a před tímto zaměstnáním?





Žáci se po návratu z exkurze s pedagogem setkají k vyhodnocení průběhu exkurze. Žáci budou mít za úkol po jednotlivých týmech prezentovat odpovědi, které na exkurzi zjistili. Představí tak odpovědi různých zaměstnanců z firmy, různé pohledy, různé pocity.

#### Pedagog se může žáků zeptat na tyto dotazy:

- Byla pro vás exkurze zajímavá?
- Co nového jste se dozvěděli?
- Dokážete si představit, že byste v této firmě pracovali?
- Pokud ano, na jaké pozici?
- Pokud ne, proč?
- Jaké dovednosti a schopnosti jsou při práci v dané firmě důležité?
- Kterou další firmu byste rádi navštívili?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Jedeme na Gaudeamus



Žáci a žákyně  
2.–4. ročníků  
středních škol



45 minut + 90 minut účast  
na Gaudeamu a reflexe



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je žáky připravit na návštěvu veletrhu, aby získali podstatné informace pro rozhodování o volbě budoucí školy.



Návštěva Gaudeamu je pro žáky výborná možnost, jak získat další informace k jednotlivým oborům, které by mohli eventuálně studovat. Pracovní list je zaměřený na shrnutí nejdůležitějších kroků, které by měl žák udělat před návštěvou veletrhu.



## Část před Gaudeamem

Učitel žákům představí soubor otázek.

### Silné stránky

- Zním svoje silné stránky?
- Zním své schopnosti a dovednosti?
- Dokáží napsat alespoň 4 svoje silné stránky a jak je využívám ve svém životě?
- Víím, jaké silné stránky bych chtěl/a využívat ve svém budoucím povolání?





## Informace o oboru

- Víím, v jakých oborech mohu uplatnit svoje silné stránky?
- Víím, kde najdu přehled všech oborů na vysokých/vyšších odborných školách?
- Jaké klíčové předměty tvoří obor/y, které bych eventuálně chtěl/a studovat?
- Kde všude se dají obory studovat?
- Víím o možnostech zahraničních stáží?

## Možné otázky pro návštěvu Gaudeamu

Učitel rozdělí žáky do skupin, kde si mohou sepsat otázky, které chtějí získat od prezentujících škol na Gaudeamu. Skupinová práce může být obohacující v množství otázek. Následně může probíhat prezentace otázek a ty se mohou zapisovat na tabuli.

### Důležité otázky (tip: ideální je přepsat si otázky na volný list papíru):

- Podmínky přijímacího řízení, počet studentů, kteří se hlásí/počet přijatých
- Kdy jsou na dané škole „Dny otevřených dveří“
- Co na dané škole oceňují studenti, kteří školu prezentují na Gaudeamu
- Technické/materiální vybavení školy
- Jaké další obory mohu studovat - např. chci studovat chemii a jaké všechny obory mohu na dané fakultě studovat

## Po návštěvě veletrhu

Ideální je, pokud po návštěvě veletrhu probíhá reflexe, kdy pedagog s žáky shrne klíčové body, které se žáci na veletrhu dozvěděli. Možné otázky pro reflexi.

### Otázky:

- Dostali jste odpovědi na svoje otázky?
- Zjistili jste nějaké další informace?
- Jaké informace vás posunuly ve vašem rozhodování?
- Jaké informace vám chybí?
- Co potřebujete všechno zjistit, abyste se dál posunuli v rozhodování?
- Našli jste nějaké další obory, které vás zaujaly?





Ideální je, pokud žák najde odpovědi na všechny svoje otázky, které jsou v sekci „Před Gaudeamem“. Důležitá je také reflexe po účasti na veletrhu.



**[www.vysokeskoly.cz](http://www.vysokeskoly.cz); [www.gaudeamus.cz](http://www.gaudeamus.cz)**



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.







# Jedeme na veletrh středních škol



Žáci a žákyně  
8.–9. ročníků ZŠ



90 minut příprava  
+ čas strávený na veletrhu  
+ 90 minut vyhodnocení



Pracovní list, psací potřeby,  
internet, katalogy a letáky



Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je příprava žáků na veletrh středních škol tak, aby samotná návštěva akce byla pro zájemce o další vzdělávání co nejužitečnější a naplnil se tak cíl a smysl pořádání přehlídky středních škol.



Pracovní list se zaměřuje na přípravu žáků k návštěvě veletrhu středních škol. Cílem je, aby budoucí žáci měli před návštěvou veletrhu jasnější představu o oboru, kterému se chtějí v budoucím studiu věnovat. Tím pádem se při návštěvě veletrhu zaměřit na konkrétní střední školy a efektivně tak strávit čas získáváním přesnějších informací osobní formou u daného stánku střední školy.



1. Příprava na veletrh středních škol – žáci si formou vyplňování pracovního listu a společné diskuze ve skupině budou shromažďovat a třídit informace potřebné k návštěvě veletrhu. Učitelé by měli tutu aktivitu představit jako důležitou část před samotnou akcí a měli by vysvětlit potřebu pečlivé přípravy. Žáci se budou snažit vyplnit odpovědi na otázky v pracovním listu. Po celou dobu mohou používat počítače nebo mobilní telefony k vyhledávání informací např. na portálu [www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz). Tato aktivita navazuje na témata Moje ideální škola a Moje silné stránky.





2. Návštěva veletrhu středních škol – Žáci a žákyně navštíví veletrh a zaměří se střední školy, u kterých si naplánovali zjistit více informací. Pomocí pracovního listu se budou snažit sběrem informací osobní formou zjistit další informace, které např. neobjevili na webových stránkách školy.
3. Vyhodnocení aktivity – Žáci představí ostatním, na které školy se na veletrhu zaměřili. Formou společné diskuze mohou s učiteli probrat, zda získali potřebné informace, zda veletrh středních škol naplnil jejich očekávání nebo zda se díky veletrhu cítí ve svém budoucím rozhodnutí jistější.



Vyhodnocení může proběhnout formou společné diskuze a následné diskuze s rodiči.

#### K diskuzi mohou pomoci tyto otázky:

- Která střední škola mne nejvíce zaujala?
- Chystám se na dny otevřených dveří?
- Naplnila návštěva veletrhu středních škol mé očekávání?
- Jak se mi líbil přístup a komunikace zástupců středních škol?
- Zjistil/a jsem všechny potřebné informace?
- Byla návštěva veletrhu užitečná?
- Pomohla mi návštěva veletrhu v rozhodování?



[www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz); [www.khkzk.cz](http://www.khkzk.cz); [www.infokariera.cz](http://www.infokariera.cz); [www.burzaskol.cz](http://www.burzaskol.cz); [www.pruvodcekarierou.zkola.cz](http://www.pruvodcekarierou.zkola.cz); [www.nsp.cz](http://www.nsp.cz); [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)



---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Jedeme na veletrh středních škol

Před návštěvou veletrhu...

Baví mě...	
Umím, znám, mám zkušenost (schopnosti, dovednosti, znalosti, silné stránky)...	
Ve škole mi jde dobře...	
Láká mě tento obor...	
Rodiče a moje okolí si myslí, že bych měla studovat tento obor...	
Moje ideální budoucí škola je...	
Na veletrhu se zaměřím na tyto střední školy	1
	2
	3



O těchto středních školách a vybraných oborech se budu snažit najít informace na webových stránkách i sociálních sítích...

V průběhu veletrhu zjistím více informací...

Průběh přijímacího řízení...	
Zeptám se studentů a studentek, jak se jim na škole líbí nebo co by naopak zlepšili...	
Zeptám se na praxi, stáže a zahraniční výjezdy...	
Zeptám se na vyučované předměty, jazyky a volitelné předměty...	
Zeptám se na úspěšnost u maturitních zkoušek a na budoucí uplatnění...	
Zeptám se na dny otevřených dveří...	
Na co dalšího ze zeptám...	
Co dalšího jsem se dozvěděla a co mne zaujalo...	





# Genderové stereotypy



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut příprava  
+ 90 minut diskuze



Tabule/flipchart, papíry,  
psací potřeby



Sebepoznávání  
Kariéerní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem pracovního listu je orientace v oblasti genderových stereotypů, poukázat na vlivy genderových stereotypů, v čem spočívají a jak mohou ovlivňovat kariéerní volbu i cestu. Záměrem je také rozvoj kritického myšlení, stereotypy jsou často předávány na nevědomé úrovni. Dále uvědomění si genderových stereotypů a toho, že mohou mít významný vliv na naši vzdělávací i profesní dráhu. Dalším cílem může být umožnění reflektovat stereotypy a umět svůj postoj obhájit a také přispět k rovnosti žen a mužů s důrazem na individuální přístup bez ohledu na pohlaví.



V úvodu žáky seznámíme s pojmy „gender“ a „genderové stereotypy“ a zjistíme, zda se někdy se stereotypy už setkali. Následně uvedeme příklady dalších genderových stereotypů z oblasti vzdělávací dráhy, orientace na trhu práce, odměňování žen a mužů a sladování práce a rodiny. Aktivita by se v první fázi měla zaměřit na seznámení s problematikou genderových stereotypů v širším kontextu.





## 1. seznámení s pojmy oblasti genderových stereotypů:

### „gender“

Gender bývá někdy nazýván sociálním pohlavím. Na rozdíl od pojmu pohlaví, který je chápán výhradně v biologickém smyslu, označuje pojem gender kulturní charakteristiky a modely přiřazované mužskému nebo ženskému biologickému pohlaví a odkazuje na sociální rozdíly mezi ženami a muži. Gender se zabývá vnímáním toho, co je pro danou společnost „mužské“ a „ženské“, zda je možné toto vnímání měnit, když není dané biologicky. Gender se mění v čase a v dané kultuře. Gender neodkazuje jen k rozdílům a stereotypům, ale také k nerovnostem – mužské a ženské nebývá hodnoceno stejně. A to je podstatný důvod, proč se v demokratických společnostech genderem zabývat.

## 2. seznámení s typickými genderovými stereotypy:

Žáci mohou nejprve sestavit seznam genderových stereotypů samostatně, později seznam můžeme pomoci rozšířit o tyto další příklady:

- ženy nemohou být dobré řidičky nebo stavbyvedoucí
- muži umí vydělat více peněz
- ženy nemají technické myšlení
- muži musí vydělat více peněz
- kluci si hrají hlavně se stavebnicemi a auty
- ženy nedokážou být „tvrdé“
- holky si hrají hlavně s panenkami a s kuchyňkou
- ženy nemají fyzickou sílu
- muži nemohou být dobrými ošetřovateli
- ženy nemají rády sport
- kluci více zlobí
- muži nepláčou
- holky jsou šikovnější na ruční práce
- muži nemají dost empatie
- kluci si dokážou vše opravit
- muži nemají trpělivost
- ženská práce je pro muže ponižující
- muži nezvládnou víc jak dvě věci najednou
- ženy jsou šikovné v kuchyni





- ženy nerozumí technice
- muži rozumí politice
- kluci nenosí růžovou
- kluci nejsou tak chytrí jako holky
- holky se umí látku ve škole naučit nazpaměť
- kluci by si neměli hrát s panenkami

### Které další typické stereotypy znáte nebo jste někdy zaslechli?

- Jak na vás tyto věty působí?
- Se kterými tvrzeními souhlasíte a proč?
- Se kterými tvrzeními nesouhlasíte a proč?
- Kde se tato tvrzení vzala?
- Můžete tato tvrzení vyvrátit?
- Používají se tato tvrzení i v jiných kulturách?
- Jsou mezi námi rozdíly, které nesouvisí s genderem?

### 3. oblasti genderové nerovnosti:

- diskriminace na základě pohlaví a věku např. při náboru do zaměstnání nebo povyšování (ženy s malými dětmi budou často na ošetřovném)
- problémy při sladění práce s péčí o rodinu (ženy, které vyzvedávají děti ze školy a zajišťují kroužky, si nemůžou najít práci na plný úvazek)
- vertikální segregace (skleněný strop – muži se budou své práci věnovat více než ženy, které mají spoustu jiných rodinných povinností)
- horizontální segregace (ženy v ICT oborech, stavebnictví, školství, zdravotnictví – chybí motivace dívek studovat typicky „mužské“ obory)
- nerovné odměňování (rozdíl v platech v ČR je cca 16 % (2023), v rámci Evropy jedna z největších platových diskriminací)

Na uvedených příkladech vysvětlit negativní dopady genderových stereotypů.





Vyhodnocení aktivity by mohlo proběhnout formou následné diskuze pomocí otázek: Co nového jste se dnes dozvěděli? Jak na vás naše společná aktivita zapůsobila? Bylo pro vás příjemné, nebo nepříjemné o genderových stereotypch mluvit? Změnil se váš pohled na genderovou problematiku? Budete si více všímat genderových stereotypů?

---



Žáci a žákyně mohou doma rodičům nebo jiným blízkým osobám představit společně sepsané genderové stereotypy a zjistit, jak budou reagovat, a vyvolat diskusi na téma genderových stereotypů.

---



**Volba povolání bez předsudků**, KOLEKTIV AUTORŮ, 2014, [www.genderstudies.cz](http://www.genderstudies.cz)



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.







# Hlavní znaky mojí práce



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut



Kariérní cesta a svět práce



Ujasnit si základní charakteristické znaky budoucího povolání.



Aktivita se zaměřuje na zmapování nejdůležitějších nosných prvků budoucího pracovního zařazení. Poskytuje přehled, co vše je potřeba při výběru práce zvážit. Podporuje samostatné rozhodování. Napomáhá rozhodovacímu procesu a vnímání volby povolání v širším kontextu.



Rozdáme nakopírované pracovní listy „Moje práce – co je pro mě důležité?”.

1. Diskutujeme o jednotlivých znacích práce. U každého si definujeme, co obnáší, jaké možnosti máme a jaké souvislosti a důsledky to s sebou nese. Doporučujeme začít od jednodušších: pracovní doba, kolektiv, pracovní doba... Např. práce na plný úvazek nám zpravidla přináší více peněz, ale máme méně času na koníčky, rodinu atd. Když je daný znak objasněn, vyzveme žáky, aby vyplnili každý podle sebe pravý sloupec „Jak to chci já?”. Např. chci pracovat na plný úvazek, samostatně i v týmu atd.





## Přehled základních znaků práce a možných otázek:

### Pracovní doba

Od kdy do kdy pracují vaši rodiče? Jaké znáte možnosti práce na směny? Počítáte s prací na směny? Od kdy do kdy chcete pracovat vy? Už jste měli nějakou brigádu? Chcete spíše stabilní, či flexibilní pracovní dobu? Diskuze na téma celkového času i s cestou do práce nebo pracovní doby v jiných zemích včetně dopadů na kvalitu života, produktivitu atd.

### Úvazek

Kolik hodin týdně se pracuje na plný úvazek? Chcete pracovat na plný, nebo třeba částečný pracovní úvazek? (Upozornit na návaznost odměny.)

### Místo

Jak daleko chcete do práce dojíždět? Můžete si stanovit okruh kilometrů nebo města v okolí, kam máte nejlepší spoje. Kolik času chcete strávit na cestě do práce? Jak se do ní chcete dopravovat? Nebo chcete, aby vaše práce nebyla vázána na konkrétní místo – např. práce v rámci Zlínského kraje, ČR, zahraničí...?

### Pracovní poměr/podnikání

Jaký je rozdíl mezi zaměstnáním a podnikáním? Jaký je rozdíl v práci na pracovní smlouvu a dohodě o provedení práce/provedení činnosti? Čím chcete začít po skončení školy?

### Náplň práce

Čemu se chcete ve své práci věnovat? S kým/čím chcete pracovat? Kolik času by měla která činnost zaujímat? Co by mělo jednoznačně převažovat? Co vás nejvíce bavilo ve škole? V čem vynikáte? Jaké své schopnosti a dovednosti chcete ve své práci uplatňovat?

### Pozice

Je pro vás důležitá konkrétní pozice, nebo spíše oblast/obor? Chcete pracovat ve stejném oboru, který vystudujete, nebo jste otevřeni změně a učení se novému?

### Mzda

Jakou máte představu o výši mzdy? Kolik potřebujete pro zajištění svých potřeb a udržení vámi zvoleného životního standardu? Po skončení školy, ve zkušební době, po roce, deseti letech...? Jaké jsou v tomto ohledu vaše představy do budoucna?

### Zdraví

Jak zdraví ovlivňuje volbu povolání? Jaké práce můžete vykonávat s ohledem na svůj zdravotní stav? Jaké mohou být případné negativní dopady zaměstnání na zdraví (např. stres, bolesti zad, vyšší pravděpodobnost úrazu, apod.)?





### **Zaměstnavatel**

Chcete pracovat ve velké stabilní organizaci s mnoha zaměstnanci, nebo dáváte přednost malému rodinnému prostředí? Státní, nebo soukromé firmě, či neziskové organizaci?

### **Kolektiv**

Dáváte přednost samostatné práci, nebo práci v menším či větším týmu? S kým se vám nejlépe pracuje (třeba i na projektech ve škole)? Co tyto lidi charakterizuje?

### **Nadřízený**

Preferujete autoritativní, či spíše partnerský, kamarádský přístup? Chcete spíše dostávat jasné zadání přidělených úkolů, nebo si je samostatně vytvářet a realizovat v rámci své náplně práce? Např. každý učitel může látku dané osnovy pojmout a předat žákům různými způsoby, podle sebe.

### **Pracovní prostředí**

Jaká různá pracovní prostředí znáte? Jaké nabízí příležitosti a úskalí (venku, uvnitř, s lidmi, v tichu...)? Co by mělo splňovat to vaše?

### **Atmosféra pracoviště**

V jakém pracovním ovzduší se cítíte nejlépe? Co vás motivuje k dobrým výkonům (např. časový tlak, nebo ocenění)? Kdy se cítíte nejlépe (např. ze zkušenosti školního prostředí – při samostatné práci, ve dvojici, ve větší skupině..., při jasném zadání, při otevřených možnostech a v kreativě...)?

### **Profesní rozvoj**

Chcete, aby vás někdo v nové práci zaučil? Chcete se zdokonalovat ve své práci? Pokračovat ve studiu dálkově? K čemu to může být užitečné? Je pro vás důležitý kariérní růst – zdokonalování se ve své profesi?

### **Benefity**

Co jsou to benefity? Jaké nejčastější známe? Za jaké benefity byste byli rádi ve své budoucí práci?

### **Něco dalšího?**

Poslední řádek tabulky pracovního listu je určený pro další důležité oblasti, které žáky napadnou. Každý může sám doplnit ještě další důležitý rys. Může být užitečné je sdílet v celé skupině, nebo se nad dalšími zamýšlet společně s celou třídou.

2. Vyzveme žáky, aby určili své pořadí důležitosti jednotlivých znaků práce. Jedničkou označí nejdůležitější aspekt své budoucí práce, patnáctkou pak ten nejméně důležitý. Prvních 3–5 rysů budou ty opravdu nejzásadnější, s ostatními se může částečně i hýbat. Když se podíváte na prvních 5 rysů ve vašem pravém sloupci – napadá vás, jaká povolání by pro vás byla vhodná?





**Varianta aktivity:**

vypsat 3–5 prvních osobních znaků od některého z žáků (ideálně anonymně) a spolu s celou třídou hledat povolání, která by se k těmto znakům hodila.

- 3.** Sdílení ve skupině. Co mám na prvních místech a proč? Co mě vedlo k takovému uspořádání? Kdo to může mít jinak a proč? Zde může být prostor pro citlivé poukázání na zdravotní omezení dětí s různým onemocněním či vrozenými vadami.



- Jaké nové informace jste se dozvěděli o světě práce?
- Co pro vás bylo nové?
- Co vás překvapilo?
- Co nového jste se dozvěděli o sobě?
- Co jste si směrem k volbě své profese dneska více ujasnili?
- Co díky těmto novým věcem teď můžete?
- K čemu vás nové informace vedou?
- S kým je chcete dál sdílet?
- Co by vás ještě zajímalo?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Hlavní znaky mojí práce

Pořadí	Základní znaky práce	Jak to chci já?
	pracovní doba	
	úvazek	
	místo	
	pracovní poměr/ podnikání	
	náplň práce	
	pozice	
	mzda	



Pořadí	Základní znaky práce	Jak to chci já?
	zdraví	
	zaměstnavatel	
	kolektiv	
	osoba nadřízeného	
	pracovní prostředí	
	atmosféra na pracovišti	
	profesní rozvoj	
	benefity	





# Ideální škola



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Vysvětlení aktivity 45 minut  
+ samostatná práce 90 minut  
+ vyhodnocení aktivity 45 minut



1 flipchartový papír, barevné  
fixy, časopisy, letáky



Sebepoznávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této skupinové aktivity je zmapovat názory, postoje, potřeby, pocity, přání a pohled žáků na prostředí školy, klima ve třídě, komunikaci mezi pedagogy a žáky a i mezi žáky navzájem formou společného vision boardu.



Aktivita se zaměřuje na zmapování oblastí „ideální školy“ v představách žáků. Touto aktivitou je možné odhalit, co vlastně žákům chybí, co by chtěli ve škole, ve třídě nebo v kolektivu změnit. Žáci mohou pracovat se svou fantazií i humorem a pomocí návodných otázek zmapují klíčové oblasti školy, jako jsou komunikace, prostředí, hodnocení, obsah výuky apod.



Na začátku aktivity si žáky můžeme rozdělit do 2–3 menších skupin. Každá skupina dostane flipchartový papír, časopisy, letáky a fixy. Úkolem bude pomocí struktury otázek vytvořit umělecké dílo na téma „Ideální škola“. Výsledek aktivity bude poté vystaven v prostředí školy nebo třídy. Žáci tak dostanou příležitost komunikovat témata s jinými pedagogy nebo vedením školy. Své postoje, přání, myšlenky a nápady na téma ideální školy mohou žáci představit pomocí kresby, nápisů, popisů a vystřižených obrázků. Podkladem může být kresba budovy školy na připravených flipchartových papírech. Po vypracování vision boardu mohou jednotlivé skupiny představit svou ideální školu ostat-





ním žákům. Je vhodné se s vedením školy domluvit, jakou formou bude probíhat prezentace směrem k ostatním pedagogům nebo vedení školy. Diskuze by měla obsahovat i část týkající se návrhů a jejich možné budoucí realizace.

## Struktura otázek:

### 1. Komunikace

- Jak by měli žáci mezi sebou navzájem komunikovat? Co vám chybí?
- Jak by mohla vypadat komunikace mezi žáky a učiteli?
- Jak by mohla vypadat komunikace s vedením školy?
- Jak by spolu mohli komunikovat učitelé mezi sebou?

### 2. Výuka

- Jak by měli učitelé vysvětlovat učivo?
- Co by vám pomohlo pochopit učivo?
- Zajímalá by vás výuka v cizím jazyce?
- Chtěli byste více teorie, nebo více praxe?
- Baví vás výuka samostatně, nebo ve skupinách?
- Máte raději klasickou výuku? (učitel vysvětluje učivo před tabulí)
- Nebo spíše alternativní výuku? (práce ve skupinách, projekty, exkurze, ukázky)
- Máte raději výuku ve třídě, nebo jinde? (dílny, odborné učebny, v přírodě, ve městě apod.)
- Které technologické pomůcky byste rádi používali ve třídě? (tablet, notebook, mobil)
- Které mobilní aplikace byste rádi zakomponovali do předmětů?
- V kolik hodin by měla začít výuka?
- Chybí vám ve výuce pohyb?
- Chtěli byste chodit do školy jen některé dny v týdnu? Které?

### 3. Klima ve třídě

- Jak byste chtěli trávit přestávky?
- Jak by měli mezi sebou žáci komunikovat?
- Jak by se žáci k sobě měli chovat?
- Co vám ve vaší třídě chybí?
- Díky čemu byste se cítili lépe?







#### 4. Vyučující

- Líbí se vám, když učitel vysvětluje látku před tabulí?
- Líbí se vám, když za vámi učitel často chodí a vysvětluje vám učivo přímo v lavici?
- Líbí se vám, když se vás učitel ptá na váš názor?
- Měl by umět učitel spíše teorii, nebo praktické ukázky?
- Jak by měl učitel učit?
- Máte rádi spíše hodné, nebo přísné učitele?

#### 5. Prostředí

- Vyhovuje vám spíše malá, nebo velká škola?
- Co by nemělo chybět v ideální třídě?
- Jak by mohl vypadat nábytek?
- Jaké by se vám líbily barvy?
- Raději byste měli školu ve městě, nebo v přírodě?
- Líbí se vám spíše moderní, nebo historické budovy školy?
- Co by nemělo chybět v takové škole?
- Které části vaší školy byste vylepšili?

#### 6. Hodnocení

- Vyhovuje vám spíše slovní hodnocení, nebo známkování předmětů?
- Je podle vás hodnocení předmětů a činností spravedlivé?
- Jak byste hodnotili žáky?
- Dokážete si představit, že by hodnocení žáků vůbec neprobíhalo?

#### 7. Obsah výuky

- Které předměty byste v ideální škole zachovali?
- Které předměty a témata byste do výuky přidali?
- Zdá se vám, že je ve škole celkově hodně, nebo málo učiva?
- Zdá se vám učivo náročné, nebo naopak jednoduché?





- Dokázali jste se ve skupině shodnout nad obsahem vision boardu Ideální školy?
- Líbilo se vám vymýšlet vaši školu snů?
- Které ideální prvky vašeho vision boardu jsou zrealizovatelné?
- Co se dá udělat pro to, aby v budoucnu vznikla vaše ideální škola?

Prezentace vision boardu může proběhnout i slavnostní formou ve společenských prostorách školy nebo se vision boardy mohou představit ostatním žákům a učitelům formou výstavy v prostorách školy.



[www.Careerdesigner.cz](http://www.Careerdesigner.cz)




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ,  
SŠ



4–8 vyučovacích hodin  
(záleží na délce diskuzí)



Prezentace, projektor, PC, bílé  
papíry, pracovní listy, tužky, karty  
nebo seznam silných stránek



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem projektového dne je nastartovat přemýšlení o své budoucí kariéře, představení pestrosti aktivit v kariérovém poradenství, vysvětlení pojmu kariérového poradenství jako služby dostupné na každé škole a představení práce kariérového poradce.



Projektový den bude tematicky rozdělený do čtyř vyučovacích hodin/bloků. V úvodu proběhne představení práce kariérového poradce a prvním tématem bude profesní rodokmen rodiny žáka. Při každém tématu proběhne úvod, diskuze formou kladení otázek, zadání samostatného úkolu a vyhodnocení. Dalšími tématy budou zmapování koníčků a silných stránek a poslední aktivitou bude „Moje ideální škola“.



## Úvod

– představení kariérového poradenství, práce kariérového poradce formou kladení otázek. Aktivitu je vhodné obohatit nějakou formou ice breakru (např. žáci si mohou vyrobit jmenovky s obrázkem toho, co mají rádi, co rádi dělají apod.)

## Rodokmen mojí rodiny

– v diskuzi u tohoto tématu je možné zmínit historický vývoj (dědění profesí, vývoj profesí) a je možné klást otázky: Víte, co dělají rodiče nebo dokonce prarodiče? Chtěli byste





mít stejné povolání jako někdo z rodiny? Pokud ano, jaké a kdo to povolání dělá? Pokud ne, tak proč? Po diskuzi žáci dostanou pracovní list „profesní rodokmen“. Tento pracovní list má dvě formy – jedna část je klasická (maminka, tatínek, babička, děda, ...) druhá část je prázdná, žáci si mohou udělat rodokmen složený z povolání jakýchkoliv členů rodiny.

### Zmapování koníčků a zájmů

– v úvodní diskuzi se můžeme s žáky pobavit o tom, jaké mají koníčky, a můžeme použít otázky z pracovního listu: Co rádi děláte? Co vás baví? Co rádi čtete? Na co se rádi díváte v televizi nebo na internetu? Pro skupiny dětí je diskuze inspirativní a navíc se mohou dozvědět o zájmech ostatních žáků. Kariérový poradce by měl popsat důležitost znalosti vlastních zájmů pro hledání budoucího povolání. Po diskuzi následuje vypracování pracovního listu, který pomůže formou otázek žákům zmapovat koníčky a zájmy. Na konci proběhne diskuze a kariérový poradce se může zeptat např.: Myslíte, že existuje povolání, kde byste uplatnili své koníčky a zájmy?

### Zmapování silných stránek

– v úvodní části tématu je důležité představit žákům širokou škálu silných stránek. Také to, že některé silné stránky nám pomůžou odhalit kamarádi nebo rodiče. Důležité je vysvětlit význam jednotlivých silných stránek, které se objevují na kartách nebo v seznamu. Žáci mají za úkol napsat na kus papíru každému spolužákovi jednu silnou stránku. Ideální je, pokud se papír překládá, aby žáci neviděli silné stránky, které napsali ostatní spolužáci. Do aktivity se může přidat i přítomný učitel. Pomocí této aktivity si žáci vyplní první blok pracovního listu „moje silné stránky“. Za samostatný domácí úkol si žáci mají doplnit silné stránky podle sebe a požádat o vyplnění také rodiče.

### Moje ideální škola

– v této poslední vyučovací hodině si budou děti sestavovat ideální školu. Jak by měla vypadat? Jak by mělo probíhat vyučování? Jak podle žáků vypadá ideální učitel? První informace zjistíme pomocí řízené diskuze a pro ostatní žáky to může být inspirativní. Žáci mohou použít fantazii a představit i nezrealizovatelné nápady. Cokoliv, co by se jim ve škole líbilo, co by změnili, co by dělali jinak. Před aktivitou je důležité domluvit se s vedením školy, aby se výstupy zveřejnily, např. formou výstavy na chodbě školy. Žáci tak budou mít větší motivaci zaznamenat do pracovního listu více snů a představ.



Na konci projektového dne je důležité se žáků zeptat např.: Co nového se žáci o sobě dnes dozvěděli? Co se jim na projektovém dni líbilo/nelíbilo? Chtěli by v podobných aktivitách pokračovat? Kariérový poradce může žákům přichystat složky, kde si děti materiály uloží a vytvoří si tak základ svého portfolia aktivit kariérového poradenství

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

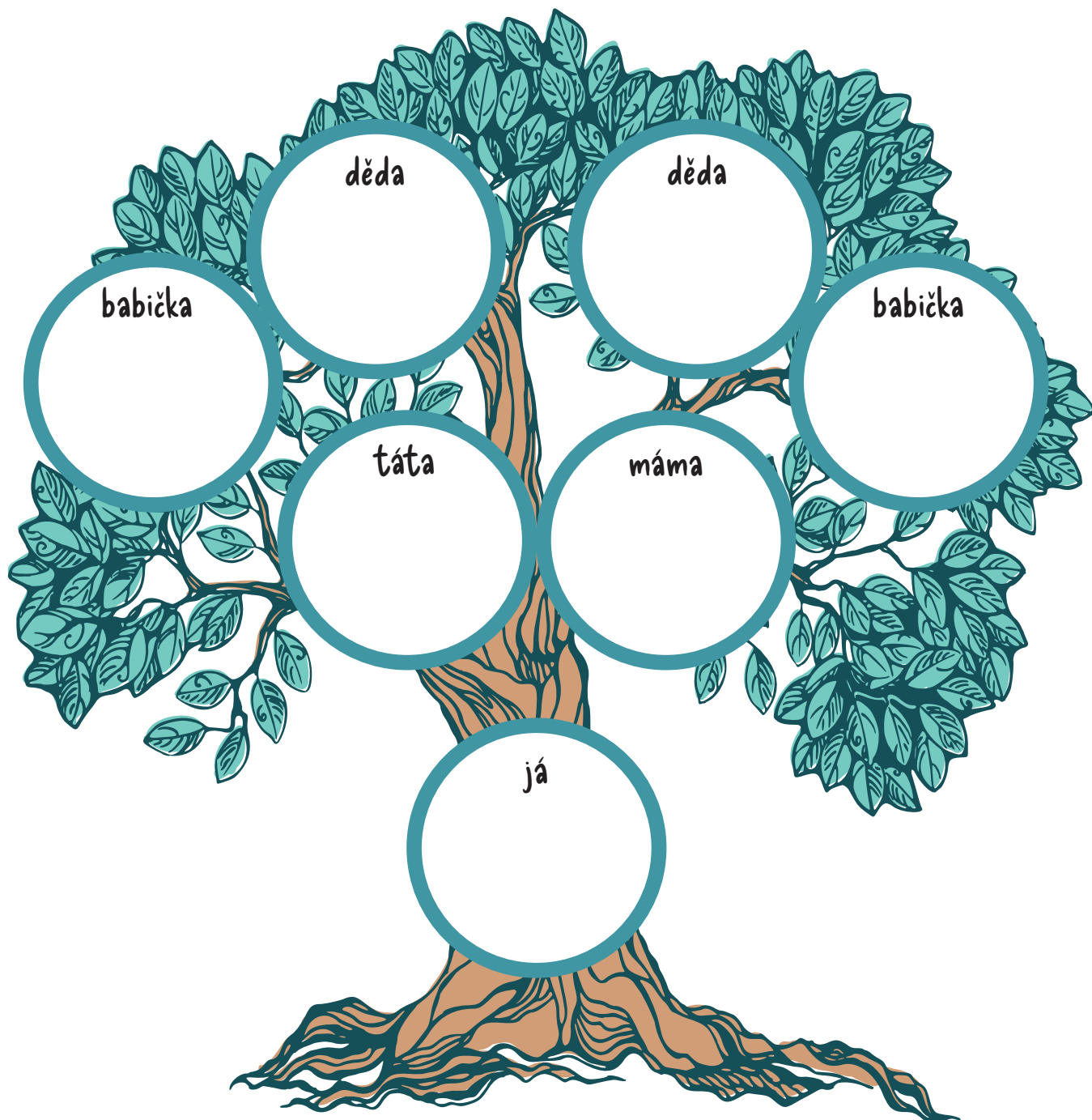
*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“

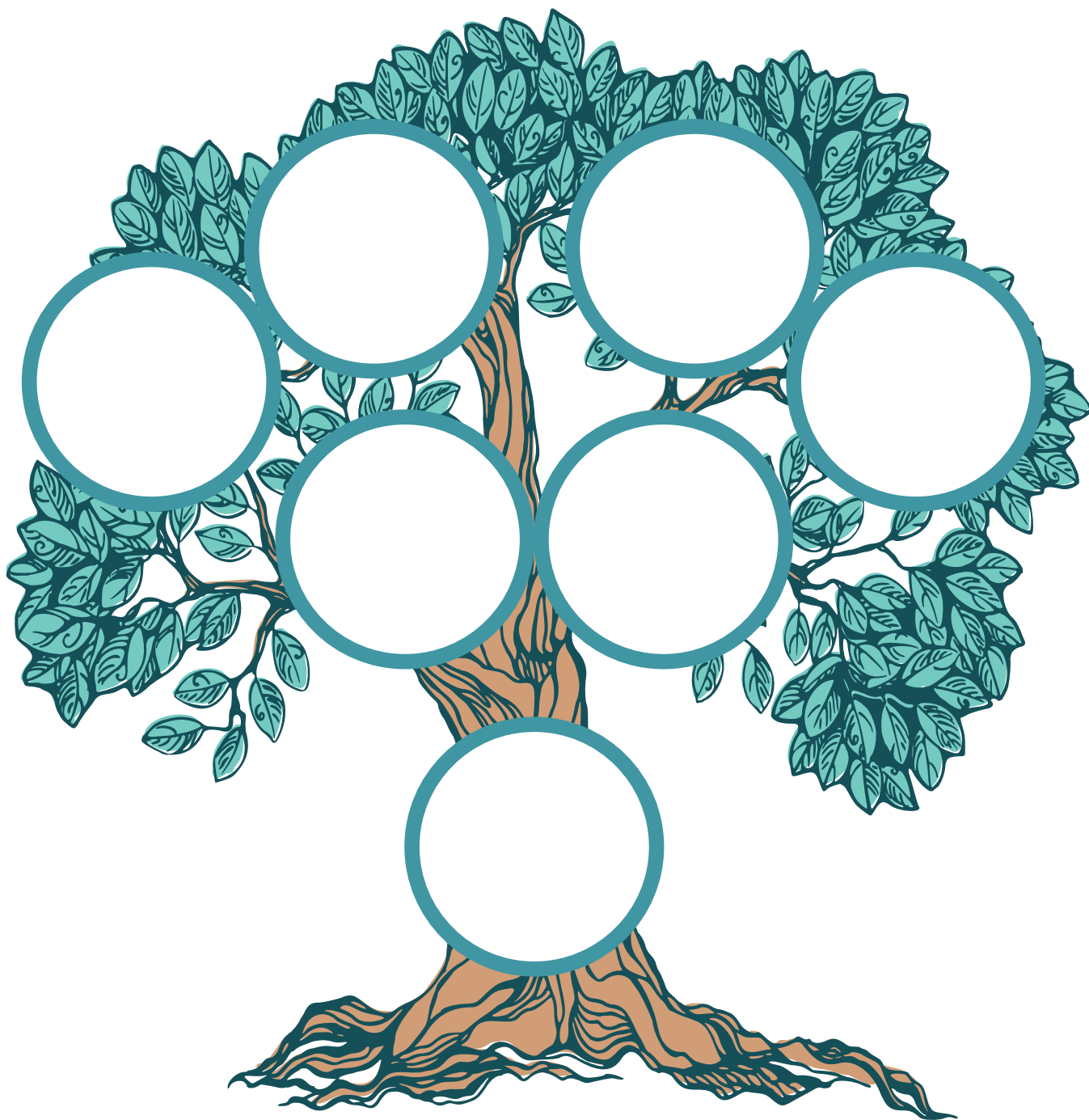
# Profesní rodokmen mojí rodiny





Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“

# Profesní rodokmen mojí rodiny





Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“

## Co mě nejvíc baví?

Co mě baví?

Co mi jde ve škole?

Co mi jde mimo školu?

Co mi jde rychleji než ostatním?

Jaké informace mě baví zjišťovat?

Jaké knihy mě baví?

Co dělám nejradyji venku?

Co sleduji na PC?

Jaké časopisy mě baví?





## Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“ Co mě nejvíc baví?

Jak nejradyji odpočívám?

Co sleduji v TV?

Jaké mám rád/a aplikace?

Co se mi v poslední době podařilo?

Které kroužky mě baví

U jaké činnosti mi utíká čas?

Co mi dobíjí energii?







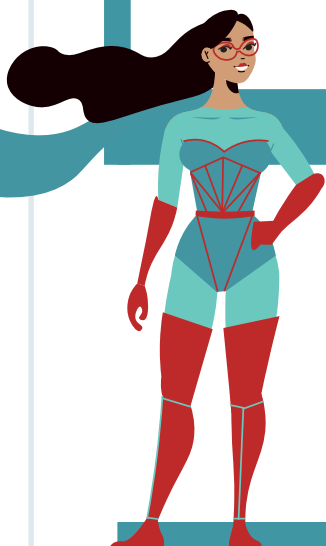
Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“  
**Moje silné stránky**



**Moje silné stránky podle kamarádů**

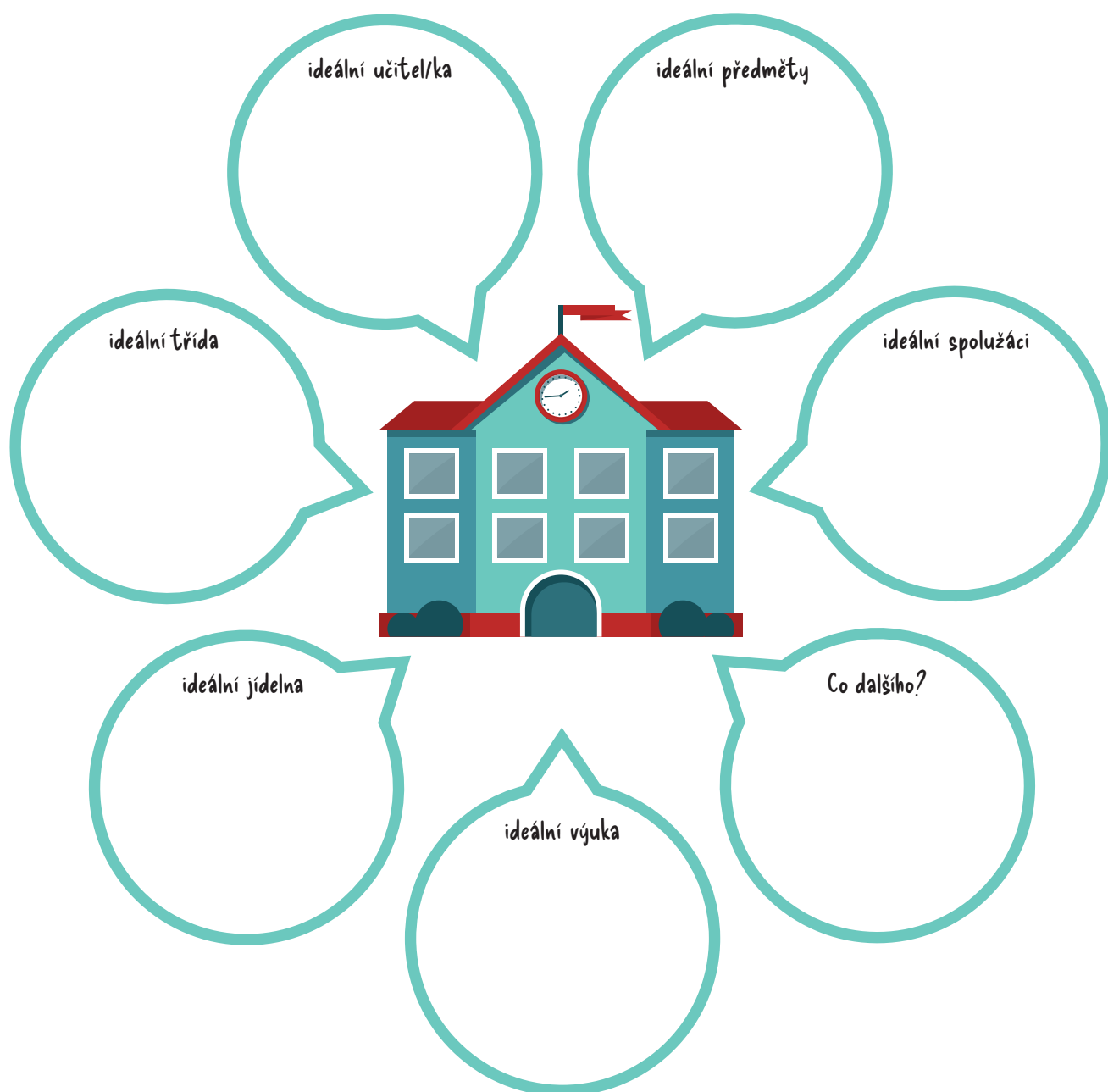
**Moje silné stránky**

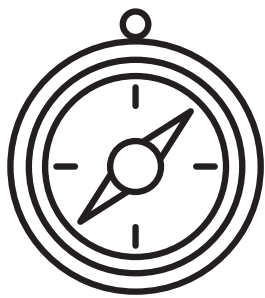
**Moje silné stránky podle mé rodiny**





# Inspirace pro projektový den „Moje kariéra“ Moje ideální škola





# Je to na tobě

## - získej kompas na veletrh



Žáci a žákyně  
8. tříd



225 minut, aktivita má několik částí,  
které je možné mezi sebou  
libovolně kombinovat



Sebepoznávání  
Kariéerní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je příprava žáků a žákyně na jejich návštěvu veletrhu, kde mohou získat informace o možnostech studia. Uvědomit si svoje preference a hodnoty.



Cílem aktivity je podporovat žáky v získávání dalších informací (např. formou návštěvy veletrhu, burzy škol v daném regionu, návštěvou dne otevřených dveří atd.) pro jejich kariérové rozhodování. Výhody návštěvy veletrhu mohou být tyto: účast středních škol a firem; možnost být v přímém kontaktu se školami; možnost zeptat se na konkrétní otázky nebo vidět praktické ukázky žáků daných oborů (cukráři, malíři, studenti zbrojní školy, zdravotnické školy aj.).



### Aktivity vhodné před veletrhem

Ideální budoucí škola  
Rada pro kamaráda/kamarádku  
Co všechno může Sandra studovat

### Aktivity na veletrh

Jdeme na veletrh





## Aktivity po veletrhu

### Reflexe veletrhu

#### **Aktivita: Ideální budoucí škola** (časová dotace 90 minut)



Cílem aktivity je vést žáky a žákyně k tomu, aby si uvědomili, co potřebují mít na své budoucí škole.



1. V úvodu dané aktivity učitel zadá níže uvedenou otázku.

Představ si, že jsi v prvním ročníku střední školy a potkáš kamarády, kteří jsou ještě na základní škole. Dáš se s nimi do řeči a říkáš jim, že jsi na škole spokojený, protože...

Žáci nejprve pracují samostatně, ideální je, pokud jsou po místnosti rozmístěné kartičky s obrázky (případně si žáci mohou vystřihovat obrázky/další možností je kreslení), které by reprezentovaly „ideální budoucí školu“. Po individuální práci učitel rozdělí žáky do skupin po 4–5 a žáci mezi sebou diskutují o tom, co každý z nich potřebuje mít na své budoucí škole, aby byl spokojený. Za skupinu následně vytvoří „mapu spokojenosti“, jež reprezentuje potřeby, které žáci chtějí mít na škole, aby byli spokojeni. Mapu prezentují před ostatními ze třídy.

2. Jednotlivé body, které zazní v prezentacích, učitel zapíše na tabuli/flipchart. Vznikne tak „mapa spokojenosti“, která zachytí odlišné potřeby žáků.
3. Po prezentaci učitel vyzve žáky, aby se zamysleli nad těmito otázkami:

- Co jste si uvědomili při přemýšlení o ideální budoucí škole?
- Jak můžete poznat, že škola má to, co potřebujete (například dobré vybavení, fajn učitele, ...)?
- Co všechno je pro vás důležité mít na své budoucí škole?
- Ve 3 a více bodech si napište, co můžete při dni otevřených dveří/na veletrhu středních škol sledovat?
- Když někdo na škole není spokojený, čím si myslíte, že to může být? Na koho by se případně mohl obrátit, pokud by chtěl svoji situaci řešit?
- Napadají vás konkrétní kroky, co můžete udělat, abyste zjistili, zda je škola pro vás ideální?





Vyhodnocení by mělo proběhnout formou společné diskuse. Pokud žáci vidí „mapu spokojenosti“, tak si mohou více doplnit svoji vlastní mozaiku spokojenosti s budoucí školou. Např. pokud je pro někoho důležité prostředí, může se na veletrhu ptát na materiální vybavení učeben, tělocvičny, zázemí pro žáky aj. Učitel může aktivitu zakončit tím, že pro každého z nás je důležité něco jiného a co je podstatné pro jednoho, pro druhého nemusí.

#### Klíčové je uvědomění:

- V jakém prostředí se cítím dobře?
- Co potřebuji mít na své budoucí škole?
- Co je pro tebe důležité ve směru ke škole?



[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.zkola.cz](http://www.zkola.cz)

#### **Aktivita: Rada pro kamaráda/kamarádku** (časová dotace 45 minut)



Cílem aktivity je vést žáky a žákyně k tomu, aby si uvědomili, co všechno hraje důležitou roli v procesu rozhodování o volbě školy.



1. Učitel žákům představí tento příběh: Karel je v 9. ročníku a už ví, co bude studovat. O přestávce za ním přijde jeho kamarád Dominik s tím, že mu závidí, že ví, kam půjde. Pak mu položí otázku: Co mám dělat? Chci si dobře vybrat školu. Učitel žáky rozdělí do skupin, kde společně vymýšlejí a na arch papíru sepisují co nejvíce nápadů, co všechno může Karel poradit Dominikovi. Další možností je, že učitel vyzve žáky, aby si zahráli na Karla a Dominika a sehráli různé scénky.
2. Následně probíhá prezentace skupin a učitel může výstupy skupin zapisovat na tabuli/flipchart. Může upozornit nebo podtrhávat nápady, které se opakují, jelikož to mohou být části, které jsou důležité při výběru školy i pro žáky. Žáci mohou ve třídě potom vybrat 10 z nich, které si myslí, že by Dominik měl udělat. Učitel může žáky vyzvat, aby si sami napsali nápady, které mají chuť vyzkoušet.



Vyhodnocení by mělo proběhnout formou společné diskuse. Cílem je žákům ukázat, co všechno mohou vyzkoušet, pokud ještě neví, jakou střední školu si vybrat.





[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz), [www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz)

### **Aktivita: Co všechno může Sandra studovat?** (časová dotace 125 minut)



Aktivita se zaměřuje na uvědomění, že pro nikoho není vhodný jen jeden obor, ale celá řada oborů. Pro nikoho z nás neexistuje jen jedno povolání, je důležité, aby člověk měl povědomí o tom, jaká všechna povolání může vykonávat.



1. Učitel žáky rozdělí do skupin. Všechny skupiny obdrží na lístečku tento modelový příklad „Sandra“. Učitel si může doplnit další dovednosti nebo si vymyslet jiné. Úkolem ve skupinách je napsat, co nejvíce odpovídá, jaký obor může Sandra studovat a být s ním spokojená. Cílem není jen napsat, co všechno může studovat, ale i proč.

**Sandra: ráda se učí nové věci; vyniká v jazycích; ráda kreslí; 5 let chodí do skautského kroužku a 1 rok vede mladší děti ze Skautu.**

2. Následně skupiny prezentují svoje nápady, učitel odpovědi žáků značí na tabuli i s jejich zdůvodněním. Obory, které se opakují, učitel podtrhne. Smyslem je, aby vznikl sumář oborů a proběhla diskuze, kde jednotlivé skupiny zdůvodní, proč Sandře vybraly uvedený obor.

#### **Možné pokračování aktivity do další hodiny:**

3. Další hodinu učitel žákům rozdá Atlas školství nebo je vhodné se domluvit, aby žáci byli v počítačové učebně. Ideální je, aby v jedné skupině byl vždy jeden – dva počítače, kde by žáci mohli vyhledávat. Učitel žákům představí portál **Atlas školství** ([www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz)), **Infoabsolvent** ([www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)) nebo **NSP portál** ([www.nsp.cz](http://www.nsp.cz)), což jsou všechno webové stránky, které slouží k vyhledávání vhodných studijních oborů.
4. Úkolem ve skupinách je na uvedených webových stránkách hledat další obory, které Sandra může studovat. Ideální je, když si žáci pro ně neznámé obory napíší a ve společné diskusi se k nim pak vrátí. Žáci pracují s pracovním listem z předchozí hodiny.
5. Učitel s žáky následně zapisuje nové obory. Cílem je rozšířit již existující sumář o další obory. Žáci mají také možnost se prakticky seznámit s webovými stránkami, které jim mohou pomoci při hledání vhodného oboru.





### Možné pokračování aktivity:

Žáci mohou doma zhodnotit své silné stránky s rodiči a přemýšlet nad možnými obory.



Vyhodnocení by mělo proběhnout formou společné diskuse. Cílem je žákům ukázat, jak získat „sumář“ možných oborů, které mohou studovat. Dalším záměrem aktivity je praktické seznámení s webovými stránkami.



[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.nsp.cz](http://www.nsp.cz); [www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz); [www.zkola.cz](http://www.zkola.cz)





## Je to na tobě – získej kompas na veletrh Sandra

*Sandra: ráda se učí nové věci; vyniká v jazycích; ráda kreslí; 5 let chodí do skautského kroužku a 1 rok vede mladší děti ze Skautu*

**Jaké všechny obory může Sandra studovat?**

(K oboru vždycky dopište, proč si myslíte, že by daný obor mohla studovat.)

**Jaké další obory jste pro Sandru našli?**

Své odpovědi prosím zdůvodněte.







Je to na tobě – získej kompas na veletrh

**JÁ**

Moje zájmy:

Jaké všechny obory mohu studovat?





## **Aktivita: Jdeme na veletrh** (čas na vyplnění některých částí + čas na veletrhu)



Veletrh středních škol je možnost, jak získat další informace o oboru. Výhodou je, že školy jsou v jednom čase na stejném místě. Ideální doba, kdy veletrh navštívit, je začátek 8.–9. třídy. Ideální je, pokud učitel věnuje jednu hodinu vyplnění části *Moje silné stránky/ Jaké všechny obory mohu studovat/Otázky, na které se chci zeptat*. Žáci si tyto části mohou doplnit z předchozích aktivit.



**1.** Vyplnění jednotlivých částí + samotná účast na veletrhu.



Vyhodnocení by mělo proběhnout formou společné diskuse. Cílem je žákům ukázat, jak získat „sumář“ možných oborů, které mohou studovat. Dalším záměrem aktivity je praktické seznámení s webovými stránkami.



[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.nsp.cz](http://www.nsp.cz); [www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz); [www.zkola.cz](http://www.zkola.cz)





# Je to na tobě – získej kompas na veletrh Jdeme na veletrh

Moje silné stránky (Silné stránky)

Jaké obory bych chtěl/a studovat?

Jaké stánky mám v plánu navštívit?





Otázky, na které se chci zeptat na veletrhu

Odpovědi na otázky

Na co nezapomeň a zeptej se:

- Úspěšnost u maturitní zkoušky
- Co všechno je důležité pro tento obor?
- V jakých oblastech/dalších odvětvích se mohu uplatnit?
- Den otevřených dveří
- Obory, které mě zaujaly také





## Aktivita: Reflexe (čas na vyplnění některých částí + čas na veletrhu)



Cílem je zjistit, jaké zajímavé informace se žáci a žákyně na veletrhu dozvěděli.



1. Učitel má připravenou sadu otázek (otázky je možné si doplnit podle vlastního uvážení), které by měly vést k diskusi nad veletrhem.

- Jaké školy se rozhodli navštívit na dni otevřených dveří?
- Stánky jakých škol žáci navštívili? Co se tam dozvěděli?
- Které informace je posunuly dál?
- Jaké obory je zaujaly kromě těch, o kterých již uvažují?
- Jaký dojem měli ze škol?
- Co potřebují ještě zjistit?

2. Po proběhlé diskusi by učitel měl vyzvat žáky k tomu, aby se zamysleli a např. ve dvojici si řekli, jaké kroky by měli udělat teď ve směru ke svojí profesní volbě.



Vyplněný pracovní list z veletrhu a doplnění pracovního listu o další kroky.



[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.zkola.cz](http://www.zkola.cz)



---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Kariéra podle životního stylu



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



90 minut



Materiály na koláž (lepidlo, časopisy), obrazový materiál, např. karty hodnot, hudba, video apod.



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem aktivity je dát prostor žákům uvědomit si, jaký životní styl je jim blízký, čím chtějí trávit svůj čas, jak mohou naplňovat svoje potřeby.



Aktivita žákům ukazuje provázanost kariérní dráhy s jejich hodnotami, zájmy a potřebami. Přibližuje, jak různé preferované životní styly mohou vést k různým kariérám, jak kariéra může ovlivňovat životní styl. Podporuje reflexi vlastních hodnot a potřeb.



Děti si vyberou píseň, obraz, video, osobu nebo vytvoří koláž, které nějak reprezentují životní styl, který je jim blízký. S pomocí těchto podpůrných materiálů se pokusí svůj preferovaný životní styl popsat, zaměřením se např. na oblasti:

## Kolik času tráví:

- pohybem, jakým způsobem?
- venku/v přírodě, jakým způsobem?
- cestováním, jakým způsobem?





- studiem a/nebo prací?
- s jinými lidmi?
- péčí o sebe a odpočinkem, jakým způsobem?
- péčí o rodinu, jakým způsobem?
- péčí o své okolí, o druhé, o zvířata, o přírodu?
- ...

Následně se žáci zamyslí, která povolání by s tímto životním stylem byla v souladu. Příp. porovnají s těmi, o kterých už přemýšlí.

V menších skupinkách si žáci mohou své preferované životní styly představit a ostatní jim mohou pomoci navrhnout vhodná povolání.

### Závěrečná diskuze se může zaměřit na oblasti:

- Uveďte příklady, kdy a jak se daří skloubit preferovaný životní styl s kariérou.
- Jaké aspekty životního stylu pro sebe považujete za nejdůležitější?
- Našli jste povolání v souladu s vaším preferovaným životním stylem? Jak byste případný rozpor požadavků povolání a vašeho životního stylu řešili?
- Jaké očekáváte proměny vašeho životního stylu v průběhu života?

#### **Varianta 1:**

Žáci se mohou pokusit zmapovat preferovaný životní styl v průběhu času, např. jak si představovali svoji dospělost, když byli ve školce, v první třídě, apod. Nebo mohou naznačit, jak očekávají, že se jejich preference budou proměňovat v průběhu času.

#### **Varianta 2:**

Žáci mohou sdílet způsoby, jakými by řešili případné dilema v oblasti kariéry (povolání vs. preferovaný životní styl). Sdílením si mohou rozšířit vlastní repertoár řešení podobných situací.



Součástí reflexe je náhled na kariérní volbu v kontextu životního stylu, který se ovšem v průběhu života také proměňuje.

Žáci se naučí v kariérních rozhodnutích zohledňovat aspekty životního stylu (pohyb, sociální vztahy, péče o sebe a okolí apod.).

Současně se naučí uvažovat o proměnlivosti našich preferencí a hodnot v rámci času a pokusí se uvažovat o příp. nesouladu svých preferencí v případě, že jejich povolání nebude v souladu s požadovaným životním stylem.





Lze využít v např. uměleckých předmětech (hudební, výtvarná výchova), ve výuce českého či cizího jazyka.

Edgar Schein popsal 8 kariérových kotev (**autonomie, jistota, technicko-funkční kompetence, manažerská kompetence, služba, výzva, kreativita, work-life balanc**), které lze využít pro hlubší zkoumání preferencí týkajících se pracovní oblasti.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*







# Kariéra rodičů



Žáci a žákyně  
8.–9. ročníků ZŠ



90 minut



Kariéerní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je pomoci žákům a žákyním si uvědomit, co ovlivnilo profesní volbu jejich rodičů, kdo měl na ni největší vliv a jak se vyvíjela, co a kdo ji ovlivnil.



Cílem aktivity je více se zaměřit na kariéru rodičů – klíčové vlivy na jejich volby. Žáci si mohou uvědomit, jak a co všechno může vstupovat do rozhodování o výběru povolání. Také mohou vidět, že ne vždy to, co člověk vystuduje, doopravdy dělá. Zároveň může aktivita podpořit dialog mezi žákem a rodičem o volbě povolání.



1. Učitel se nejprve žáků zeptá, zda vůbec vědí, co rodiče dělají, následně s žáky projde otázky v archu pro rodiče. Je na žácích, zda udělají rozhovor s jedním, nebo s oběma rodiči (případně mohou udělat s někým jiným ve svém okolí).

- Když jsi přemýšlel/a o volbě povolání, nad jakými obory jsi uvažoval/a?
- S kým jsi mluvil/a o tom, co chceš studovat?
- Co se ti na daném oboru líbilo?
- Bylo pro tebe těžké se rozhodnout?





- Naplnilo se očekávání, které jsi měl/a od studia?
- Když jsi obor vystudoval/a, bylo obtížné v něm najít uplatnění?
- Chyběly ti nějaké informace o vybraném oboru?
- Jak se vyvíjela tvoje kariéra?
- Co se ti na tvój práci líbí a co ne?
- Jakou radu bys dal/a sama sobě, pokud bys znovu řešil/ volbu povolání?

2. Žáci dělají rozhovor s rodičem/rodiči. Je vhodné, aby na realizaci rozhovoru měli minimálně 14 dní.

3. Poté probíhá diskuse v rámci třídy. Diskuse je dobrovolná. Možné otázky pro diskusi:

- Co nového jste se dozvěděli v rámci rozhovoru?
- Je něco, co vás samotné ovlivnilo při výběru oboru?
- Pokud někdo pracuje/nepracuje v oboru, jak se vyvíjela jeho kariéra?



Rozhovor může být pro žáky inspirativní, jelikož se dozvedí pozadí profesní volby rodičů. Mohou také vidět, jak jejich rodiče přemýšlejí nad prací, co na ní např. oceňují a co nikoliv, a více si uvědomit, co všechno vstupuje do profesní volby. Může se ukázat, že volba rodičů byla ovlivněna historickým nebo politickým kontextem.



Další možná inspirace kniha **Esencia práce** od THOMASE DIENERA.



---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Záznamový arch rozhovoru

1. Když jsi přemýšlel/a o volbě povolání, nad jakými obory jsi uvažoval/a?

2. S kým jsi mluvil/a o tom, co chceš studovat?

3. Co se ti na daném oboru líbilo?

4. Bylo pro tebe těžké se rozhodnout? Co ti při rozhodnutí pomohlo?

5. Naplnilo se očekávání, které jsi měl/a od studia?





6. Když jsi obor vystudoval/a, bylo obtížné v něm najít uplatnění?

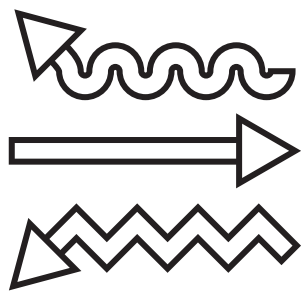
7. Chyběly ti nějaké informace o vybraném oboru?

8. Jak se vyvíjela tvoje kariéra?

9. Co se ti na tvój práci líbí a co ne?

10. Jakou radu bys dal/a sama sobě, pokud bys znovu řešil/a volbu povolání?





# Kariéra rozmanitě



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Úvodní diskuze a zadání: 30 minut  
Skupinová práce a prezentace výstupů: dle možností a způsobu uchopení  
např. 2 hodiny až 2 týdny  
Reflexe: 45 minut



Seznam povolání nebo karty  
(např. kiwi karty)



Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání



Uvědomění, že kariérní dráhy jsou různorodé, že neexistuje jedna „správná“ kariéra.



Aktivita má za cíl podpořit studenty v přemýšlení o kariéře jako dráze, kterou si celý život utvářejí. V náhledu, že není „dobrá“ a „špatná“ kariéra. A že cesty ke (kariérnímu) cíli mohou být velmi rozmanité. Neexistuje ideální kariérní dráha – existuje vždy individuální kariérní dráha, která je určena možnostmi, potřebami a cíli jedince.



**1.** V úvodu s dětmi diskutujeme o pojmech kariéra/kariérní dráha:

- Co se jim s těmito pojmy vybaví? Jaké emoce u nich vyvolávají? Co si pod těmito pojmy představují?
- Co kariérní dráha zahrnuje a jak se může vyvíjet?

Pro shrnutí lze využít materiály v příloze – definice kariéry, příp. Duhu životní kariéry Donalda Supera.





2. Žáci pracují ve dvojicích nebo ve skupinkách. Každý tým či skupina si zvolí povolání, které je zajímavé. Lze také vybrat losem, např. s využitím některých seznamů povolání či karet (např. kiwi karty).

3. Následně společně zpracovávají kariérní dráhy lidí, kteří dané povolání vykonávají. Žáci mohou popsat např.:

- školy, které vystudovali,
- zaměstnání, která vystřídali,
- další mimopracovní aktivity, do kterých se zapojují/zapojovali,
- významné mezníky v jejich kariéře apod.

Informace mohou získat z přímých rozhovorů nebo z časopisů, videí. Výsledkem může být prezentace nebo plakát, který představí, do jaké míry byly cesty k danému povolání stejné nebo rozmanité. Následně lze porovnat také s Národní soustavou povolání.

4. Na závěr žáci své výstupy prezentují nebo je dán čas a prostor pro jejich prohlížení, příp. doptávání.

**Varianta:** Dětem můžeme navrhnout také jiný postup. Na začátek si nevybírají jedno povolání, ale osobnost (rodinného příslušníka, učitele, idol, známou nebo inspirativní osobnost apod.), u které zmapují její kariérní dráhu.

Lze provázat také s PL:

- Prosím, vyprávěj mi svůj příběh...
- Kariéra rodičů
- Profesionální život naší rodiny
- Typický den vybrané profese



Po seznámení se s různými projekty žáci diskutují o tom, co v rámci dané aktivity zjistili:

- Jsou všechny kariérní dráhy pro stejné povolání shodné?
- Je u některých povolání větší/menší variabilita kariérních drah (např. lékař/ka versus kavárník/kavárnice)
- Zda a jak ovlivňují rozdílné kariérní dráhy výslednou podobu povolání (např. Jak mohou vypadat romány vystudovaného biologa a historika?)
- Jak hodnotí svou kariérní dráhu sami dotazovaní?



Na závěr s žáky diskutujeme o tom, co si z dané aktivity odnáší:

- Co je při realizaci úkolu překvapilo?
- Zda a jak se změnilo jejich vlastní kariérní uvažování?
- Jaké mají představy o své kariérní dráze?



ELGPN (2015). **ELGPN Glosář**. NÚV, Praha.



GIKOPOULOU, N. (2012). **Průvodce kariérou pro školy**. DZS, Praha.

ELGPN (2015). **ELGPN Glosář**. NÚV, Praha (s. 9). Dostupný zde: <http://www.elgpn.eu/publications/browse-by-language/czech/elgpn-glosar/>

**Superova duha kariéry**

Careers NZ. Donald Super Developmental self-concept. Dostupné zde: <https://www.careers.govt.nz/assets/pages/docs/career-theory-model-super-20170501.pdf>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Kariéra v příbězích (kariérový čtenářský/filmový deník)



Cílem projektu, který jako nástroj využívá příběh, je zvýšit vnímavost k poznávání světa práce a kompetencím. A současně podpořit sebezpoznání žáků.



Aktivitou lze provázat kariérové vzdělávání s výukou českého, příp. cizího jazyka, mediální výchovy nebo i dalších vzdělávacích oborů.



Lze ji realizovat jednorázově, kdy si žáci zpracují otázky k jedné vybrané knize, např. kterou četli naposledy, která je jejich oblíbená nebo ke knize z povinné četby. Druhou variantou je zpracovávat témata k vícero knihám v průběhu delšího časového období (např. školního roku).

Pracovní list lze využít také k filmům či seriálům.

Rozsah zpracování (např. počet popsanych povolání, činností, dovedností) lze přizpůsobit věku dětí, rozsahu knihy/média či dalším specifikům. Stejně tak lze vybrat jen relevantní otázky, příp. doplnit další dle věku, zkušeností, preferencí žáků.

Před samotným zpracováním úkolu s dětmi projdeme pracovní list s otázkami ke knize/filmu. Jako podklad pro zpracovávání můžeme využít krátkou povídku nebo epizodu seriálu, kterou dětem pustíme. Děti si ve dvojicích vyzkouší zodpovědět níže uvedené otázky a následně ve třídě sdílí, jak je zpracovaly. Ujistíme se, že zadání rozumí. Dáme dětem prostor pro doplnění vlastních otázek, souvisejících témat.







Aktivitu žáci realizují individuálně, v příp. potřeby se mohou obrátit na pedagoga, rodinu, spolužáky. Možné je také část aktivity (první sloupec) realizovat skupinově v rámci třídy/ skupiny žáků, druhou část (sebereflexi) individuálně. Důležitou součástí je nejen reflexe a zhodnocení sebereflexe, ale také práce s žáky na souvisejících tématech formou diskuze, sdílení, výtvarnou nebo literární formou apod.



### Po realizaci aktivity je věnován čas reflexi:

- Co jste se během aktivity dozvěděli nového? Co pro vás bylo důležité?
- Jaká část sebereflexe pro vás byla nejsnazší/hejvíce náročná? Proč?
- Pokud se podíváte na své odpovědi z druhého sloupce tabulky, najdete mezi nimi nějakou souvislost?
- Jak se proměnilo uvažování o vaší kariéře?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.  
Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





## Kariéra v příbězích

Kariérový čtenářský deník	Aktivita / Sebereflexe	Témata
Jaké životní role se v knize/ filmu objevily.	<p>Jaké jsou vaše současné životní role?</p> <p>Pojmenujte jeden aspekt, který každou z nich charakterizuje.</p> <p>Jakou životní roli byste chtěli mít v budoucnosti?</p>	Životní role, jejich možné charakteristiky a proměny v čase
Vyjmenujte a krátce popište činnosti, které se v knize/ filmu objevily.	<p>Jaké z nich jste si sami někdy zkoušeli?</p> <p>Jaké z nich byste si chtěli vyzkoušet?</p> <p>Vyberte jednu, kterou si vyzkoušíte, v případě potřeby s podporou dospělého. (Lze také vyzkoušet dílčí nebo podobné činnosti.)</p> <p>Jak jste prožívali proces realizace činnosti a její výsledky?</p>	Lidské činnosti (např. domácí práce, pracovní činnosti, volnočasové aktivity) a jejich výsledky (např. hmotné, nehmotné)
Jaká povolání se v knize/ filmu objevila? Krátce popište jejich náplň.	<p>Jaká z nich byste si chtěli vyzkoušet?</p> <p>Co vás na nich láká?</p>	Práce, povolání, profese, zaměstnání



Kariérový čtenářský deník	Aktivita / Sebereflexe	Témata
<p>Jaké znalosti, dovednosti, kompetence měli hrdinové knihy/filmu?</p>	<p>V jakých znalostech, dovednostech, kompetencích jste si s hrdiny podobní, v čem se lišíte?</p> <p>Jaké znalosti, dovednosti, kompetence byste chtěli sami získat? Jakou cestou jich můžete dosáhnout?</p>	<p>Znalosti, dovednosti, kompetence a možnosti jejich rozvoje</p>
<p>Jak byste popsali kariérovou dráhu/cestu hrdinů knihy/filmu?</p>	<p>Jak vnímáte popsané kariérové dráhy, jaké emoce ve vás vzbuzují?</p> <p>Které z aspektů uvedených kariérových drah vás přitahují?</p>	<p>Kariévní dráha/cesta a její možné charakteristiky</p>
<p>Co dobré udělali hrdinové knihy/filmu pro svoji rodinu, přátele, své okolí, místo, kde žijí, svět, Zemi? Čím přispěli?</p>	<p>Co dobrého jste udělali pro svoji rodinu, přátele, své okolí, místo, kde žijete, svět, Zemi?</p> <p>Čím byste chtěli světu dále přispívat?</p>	<p>Kariéra jako nástroj spoluutváření světa</p>





# Kontext historie a volba povolání



Žáci a žákyně  
8.–9. ročníků ZŠ



90 minut



Kariérní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je, aby si žáci více uvědomili, co všechno ovlivňovalo profesní volbu lidí v průběhu historie. Jak vůbec lidé hodnotili jednotlivé práce v kontextu času a co bylo považováno za práci.



Cílem aktivity je vést žáky k většímu uvědomění si toho, jaké faktory mohou vstupovat do volby povolání. Žáci mají možnost si blíže představit, co dříve bylo považováno za práci a jak byla společensky oceňována. Žáci by si měli uvědomit, že faktory jsou závislé na historickém kontextu (aktivitu je možné realizovat ve spolupráci s učitelem dějepisu) a jsou v čase proměnlivé. Např. před rokem 1989 byl vstup na některé obory podmíněn příslušností v komunistické straně nebo např. ve středověku bylo vzdělání určeno výhradně pro muže.



**1.** Učitel žáky rozdělí do 5 skupin. Pro žáky si připraví 5 kartiček, které si žáci vylosují v jednotlivých skupinách. V rámci skupin mají odpovědět na tyto otázky, které si napíší na arch papíru:

- Co všechno ovlivňovalo volbu oboru/povolání?
- Jaký byl přístup ke vzdělání pro dívky a chlapce? (bohaté/chudé)
- Kdo nejvíce ovlivňoval volbu oboru?
- Bylo možné změnit povolání během života?
- Jaká byla společenská/ekonomická situace jednotlivých vrstev společnosti?





Kartičky do skupin (období lze upravit podle toho, co již žáci měli v hodině dějepisu nebo podle preferencí učitele):

- PRAVĚK A STAROVĚK
- STŘEDOVĚK
- 19.–20. STOLETÍ
- SOUČASNOST
- BUDOUCNOST

2. Následně probíhá prezentace odpovědí jednotlivých skupin. Učitel odpovědi zapisuje na tabuli. Ostatní skupiny mohou doplňovat odpovědi.

3. Je vhodné, aby probíhala následující diskuse:

#### Možné otázky:

- V čem je podle vás volba povolání dnes lehčí/těžší?
- Co jste si uvědomili na základě sledování historie?
- V jakém historickém období byste chtěli žít a proč?
- Když se podíváte do budoucna, jaké faktory při rozhodování se podle vás objeví/zaniknou?
- Které faktory, jež zazněly, jsou pro vás důležité?
- Co způsobilo v historii změny ve volbě povolání? (např. zrušení nevolnictví, povinná školní docházka aj.)



Kontext historie je důležitou součástí volby povolání. Žáci si uvědomí, co (ne)bylo důležité při volbě povolání. Jak se volba povolání měnila v závislosti na společenské situaci. Porovnáváním jednotlivých historických období si žáci mohou také více uvědomit, jaké faktory měly vliv na volbu povolání v jednotlivých obdobích.



Další možná inspirace **Esencia práce** od THOMESE DIENERA;  
<https://careerguidancecourse.eu/cs/>



Podklady pro reflexi jednotlivých období (informace lze dohledat například na <https://www.dejepis.com/ucebnice/>)

### PRAVĚK

- obživa sběrem, lovem, rybolovem
- práce se účastnilo celé společenství
- muži převážně lov a výroba zbraní; ženy péče o děti, sběr plodin a starost o obydlí

### STAROVĚK

- řemesla provozovali většinou muži, ženy byly tkadleny, přadleny, kovotepkyně
- otroci
- společenské vrstvy – zemědělci, řemeslníci, obchodníci, úředníci
- v čele státu stál panovník
- náboženství
- vznik písma

### STŘEDOVĚK

- velká role náboženství (křesťanství)
- feudalismus
- vznik vrstvy měšťanů
- univerzity
- rozvoj měst

### 19. STOLETÍ

- průmyslová výroba
- dětská práce
- industrializace
- školy začínají být sekularizované
- povinná školní docházka





## OBDOBÍ 1945–1989 V ČECHÁCH

- rozvoj těžkého průmyslu
- preferované obory: horník
- studium škol podmíněno stranickou příslušností
- úzká provázanost politiky a studia

## SOUČASNOST

- robotizace
- poptávka po pomáhajících profesích (soc. pracovník, zdravotníci) v důsledku stárnutí populace
- poptávka po manuálních profesích

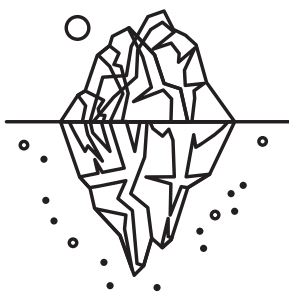
## BUDOUCNOST

- robotizace
- průmysl 5.0. – 6.0.
- práce z domu
- zánik některých profesí (např. prodavač)

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Ledovec



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 až 90 minut



Seznam přídatných jmen,  
obrázek ledovce



Sebepoznávání



Aktivita napomáhá sebepoznání, rozpoznání, pojmenování a přijetí vlastností, rozlišení podstatných vlastností žáků od nepodstatných. Podporováno je sebevyjádření, komunikace, sdílení. Možným přínosem je i posila týmového ducha (odhalování myšlenek, sdílení zkušeností, společné vytyčení cílů).



Osobní rozvoj je úzce propojen s kariérovým rozvojem. Toto cvičení je založeno na principu Johariho okénka. Johariho okénko je model využívaný jak k osobnímu rozvoji, k tréninku sebeuvědomění, tak také v rámci zlepšování komunikace, mezilidských vztahů (pracuje se skupinovou dynamikou i rozvojem týmu). Johariho okénko je založeno na 4 perspektivách, znázorněných ve 4 kvadrantech (též oblastech, regionech), do nichž se rozdělují vlastnosti. Reálně představuje informace, pocity, zkušenosti, dovednosti, názory, postoje, záměry, motivace a další o vlastní osobě i ve vztahu k okolnímu světu. Práce s představou ledovce reprezentuje viditelnou a skrytou rovinu.



## 1. Krok

Žáci obdrží soupis přídatných jmen – buď kariérový poradce napíše na tabuli, nebo je možné rozdat fotokopie. Použitá adjektiva mohou být různá nebo může být použit navržený seznam přídatných jmen používaných v testu Johariho okénka. Žáci si ze seznamu







vyberou 6, o kterých si myslí, že je vystihují. Tato si seřadí podle toho, jakou jim přiřkládají důležitost (od nejdůležitějšího po nejméně důležité). Důležité je ubezpečení, že mohou být ve volbě upřímní. Když mají hotovo, doptáváme se: Líbí se ti, co vidíš?

Následuje pokyn, aby se žák vzdal jedné vlastnosti. A nad volbou diskutujeme. Jak tě nedostatek tohoto rysu ovlivňuje? Nemusí odpovídat všichni žáci, lze vyslechnout jen několik názorů. Můžeme reagovat i na projevy v mimice, gestech.

A co kdyby ses měl/a vzdát dalších 2 vlastností? Jak se cítíš? Co jsi teď za člověka? Chceme slyšet všechny komentáře. Žáci objasňují své pocity. Co kdyby sis měl/a místo těchto ztracených vlastností vybrat jiné, které by to byly? Toto cvičení skončí, když žáci získají všechny vlastnosti, které opravdu chtějí nebo si myslí, že potřebují.

## 2. Krok

Žáky seznámíme s pojetím a zobrazením ledovce (nejlépe předložíme obrázek). Žáci si na samostatný papír (ale anonymně) vytvoří svůj ledovec, do kterého umístí vybrané rysy. Důležité je, že nad hladinou jsou umístěny ty, které jsou viditelné pro ostatní, zatímco pod hladinou jsou ty, jež ostatní nevidí, jsou jim skryté, ale žáka utvářejí.

Vrchol ledovce nad hladinou představuje to, co vidí ostatní (jak žiji – co dělám, co říkám, jak se oblékám, ...). Pod hladinou je pak skryto to, co chci (cíle do budoucna), čemu věřím (principy a hodnoty), proč jsem tady (smysl života) a kdo vlastně jsem (zájmy, vášně, talent).

Nad hladinou jsou dovednosti (prokázané naučené schopnosti), znalosti (informace získané v konkrétní oblasti), zkušenosti, které na jedné straně mám, zvládám – na druhé straně bych chtěl, ale nemám, nezvládám. Nebo také vím, jak na ně, anebo to nevím.

Pod hladinou jsou sociální role, hodnoty, které jsou anebo nejsou pro mne důležité. Jsou to hodnoty a postoje promítané do ostatních. Pak je to sebeobraz (jsem to já nebo nejsem to já). Jde o pocit vlastní identity a hodnoty (vnitřní já). Vlastnosti, které mi přijdou přijatelné nebo ne. Jak a proč se chovám takhle. Nejnižší jsou pak motivy, které se mi líbí, nebo se mi líbit nemusí. Co nás vede k potřebě úspěchu, moci, vlivu a příslušnosti.

Obrázky ledovců žáků s jejich rysy se vyberou. Následný krok záleží na klimatu třídy, podstatné je zajištění pocitu bezpečí pro žáky.

## 3. Krok

Sdílení ledovců. Následně žáci zkusí odhadnout tvůrce ledovce. Žáci se dozvědí, jak působí na ostatní. Zajímavé je i zjištění, co všechno chtějí žáci před svými spolužáky držet skryté (jako pod pokličkou). Dochází k sebepoznání a poznání celé skupiny.

V první řadě se otevírá okénko arény. To jsou informace, které o sobě žák zveřejnil a ostatní jej takto byli schopni identifikovat. Jsou to rysy, které vidí všichni, jak žák, tak spolužáci, resp. lidé v jeho okolí. Cílem v každé skupině by mělo být vždy rozvíjet „otevřený prostor“ pro každého člověka, protože když pracujeme v této oblasti s ostatními, jsme nejefektivnější a nejproduktivnější a skupina je také nejproduktivnější. Otevřený volný prostor neboli „aréna“ je viditelný prostor, v němž dochází k dobré komunikaci a spolupráci, bez





rušivých vlivů, nedůvěry, zmatků, konfliktů a nedorozumění.

Pravděpodobně dojde k situacím, při nichž žáci přisoudí žákovi vlastnost, kterou on sám si nevybral. Mohou to být různé návyky, aspekty osobnosti, které si ani sám neuvědomuje, ale pro ostatní jsou patrné. Žáci tak otevírají slepé místo.

Okénko skrytého místa reprezentují vlastnosti, které si žáci vybrali sami, jenže je chtějí skrýt před ostatními (pod vodní hladinu). Ale zároveň žáci odhalují své vnitřní informace, pocity, strachy, manipulativní záměry atd. Tím, že říkáme ostatním, jak se cítíme, a další informace o sobě, zvyšujeme otevřenost prostřednictvím procesu „zveřejňování“, který umožňuje lepší porozumění a spolupráci, důvěru, efektivitu týmové práce a produktivitu. Všechny ostatní vlastnosti, které nebyly u žáka uvedeny, jsou neznámým místem. Takových vlastností si není vědom ani jedinec, ani jeho okolí. Buď nemusely být rozpoznány, nebo k účastníkům nesedí, nebo prostě jen žáci nevědí, že takové vlastnosti existují. Poznává se tak nejen samotný jednatel, ale rovnou celá skupina.



Žáci si uvědomí své vlastnosti. Pomůže jim to v procesu jejich přijímání. Uvědomí si, že určité vlastnosti nemusí být vnímány negativně. Zjistí, že jsou vlastnosti, bez kterých by se obešli, ale také vlastnosti, na kterých by měli zapracovat, aby je získali. Uvědomí si, jak jejich vlastnosti vnímá jejich okolí a co si o nich myslí. Naučí se o sobě i o ostatních komunikovat, včetně svých niterných stránek. Vzájemné sdílení vede k prohloubení důvěry mezi účastníky. Dochází ke zlepšení komunikace.



Blank writing area with horizontal lines for notes.

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





### Seznam přídavných jmen (zdroj wikipedie)

Tato adjektiva představují soubor základních lidských vlastností, které subjekty přiřazují k sobě a svým vrstevníkům.

agresivní

ambiverní

asertivní

bezprostřední

bystrý

citlivý

důstojný

důvtipný

energický

extrovertní

hloubavý

hrdý

idealistický

informovaný

inteligentní

introvertní

klidný

laskavý

logický

láskyplný

milý

moudrý

napjatý

nervózní

nesmělý

nezávislý

ochotný

odvážný

optimistický

organizovaný

plachý

pošetilý

praktický

přijímající

přizpůsobivý

schopný

sebejistý

skromný

složité

soucitný

spolehlivý

starostlivý

trpělivý

upravený

uvolněný

veselý

vnímavý

vyspělý

výkonný

vřelý

všímavý

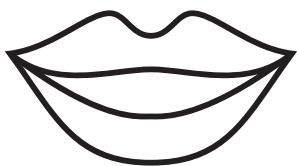
zbožný

zvídavý

štědrý

šťastný





# Mapa spokojenosti



Žáci a žákyně  
3.–4. ročníků SŠ



90 minut



Sebezpznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je, aby si žáci a žákyně více uvědomili, co potřebují mít ve své budoucí práci, aby byli spokojeni.



Cílem aktivity je vést žáky k většímu uvědomění, co potřebují ve svém pracovním prostředí mít, aby byli spokojeni a při vstupu na trh práce si hledali povolání/pracovní prostředí, které naplní jejich očekávání.



1. Učitel nejprve vyzve žáky k tomu, aby se zamysleli, každý sám za sebe, nad níže položenou otázkou. Žáci si mohou svoje odpovědi napsat, nakreslit nebo si k nim najít vhodný obrázek z časopisů nebo obrázkových kartiček rozmístěných po třídě. Je ideální, pokud žáci mají možnost si vystříhat z časopisů nebo najít vhodnou kartičku, která reprezentuje to, co potřebují mít ve své práci, aby byli spokojeni. Každý žák si vytváří svoji „koláž“ spokojenosti.

**Otázka:** Představ si, že jsi rok v práci a potkáš se se svými spolužáky. Bavíte se a oni se tě zeptají, jak se v práci máš. Odpovíš jim: „Jsem spokojený.“ „To je super a z čeho pramení tvoje spokojenost.“ Co jim odpovíš?





2. V další části učitel vyzve žáky, aby se rozdělili do skupin a společně si představili svoje „koláže“, obrázky nebo to, co si napsali. V rámci skupiny si mají vytvořit soupis bodů, které zazněly od jednotlivých členů skupiny. Vznikne mapa spokojenosti za skupinu.
3. Následně učitel pracuje s celou třídou a na tabuli/flipchart zapisují jednotlivé odpovědi. U odpovědí, které se opakují, učitel může udělat čárky.
4. Učitel vyzve žáky, aby si body, které jsou pro ně důležité, zapsali k sobě.

Může probíhat následující diskuse:

#### Možné otázky:

- Co jste si uvědomili při přemýšlení o své budoucí práci?
- Nejčastěji zazněly tyto odpovědi, např.: dobrý kolektiv a dobrý vedoucí. Napadá vás, jak se zeptat na pohovoru na tyto oblasti?
- Když byste měli zmínit min. 3 body, které v práci chcete mít, jaké to jsou?
- Co tvoří vaši mapu spokojenosti?
- Jaké si myslíte, že jsou nejčastější důvody, proč lidé v práci nejsou spokojeni? Pokud byste nebyli spokojeni, co byste dělali?
- Co pro vás naopak není důležité v pracovním prostředí?



Tím, že si žáci představí svoje odpovědi, co potřebují mít v práci, aby byli spokojeni, tak si mohou lépe uvědomit, jaké pracovní prostředí hledají. Smyslem aktivity je sestavit „sumář svojí spokojenosti“ a pátrat, co mohu udělat, abych pracoval v takovém prostředí. Důležité je si svoje odpovědi nejen pojmenovat, ale i pátrat, jak zjistím, že prostředí, kam jdu na pohovor, odpovídá mým požadavkům. Je důležité při diskusi zmínit, že se naše preference, kde chceme pracovat, mění, stejně tak se může měnit i to, co děláme. Preference se mění na základě našeho poznání světa práce a sebe sama.

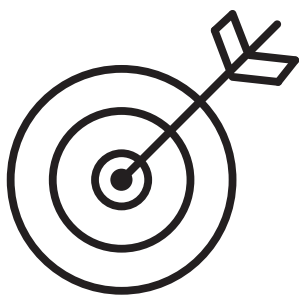


BARTONÍČKOVÁ, MONIKA. *Kariérový koučink*. Praha, 2007.

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Místně zakotvené učení v kontextu kariérového rozvoje žáků



Tato praktická část poukazuje na využití místně zakotveného učení pro kariérový rozvoj dětí. Nejprve jsou uvedeny obecné principy místně zakotveného učení, dále je ukázána jejich možná provázanost na kariérový rozvoj žáků a popsán možný průběh aktivity.



Místně zakotvené učení pracuje zejména s následujícími principy (dle Borovinová a kol., 2020):

## 1. UČENÍ O MÍSTĚ

– pro učení využívá místních témat a souvislostí

## 2. UČENÍ V MÍSTĚ

– učení se přesouvá mimo třídu, učebnou se stává obec a její okolí

## 3. UČENÍ PRO MÍSTO

– téma, kterým se žáci zabývají, je opravdové a vážné a výsledek jejich práce je skutečným, hmatatelným a užitečným příspěvkem ke kvalitě života a životního prostředí v obci a podporuje roli obce ve zlepšování prostředí ve světě

## 4. UČENÍ SKRZE MÍSTO

– místní témata slouží jako základ pro porozumění širším souvislostem a pro účast na řešení regionálních a globálních problémů

## 5. UČENÍ POSTAVENÉ NA VZTAHU K MÍSTU

– učení staví na osobním vztahu ke svému místu a rozvíjí jej





## 6. PŘIZPŮSOBENÍ MÍSTNÍ SITUACI

– učení je přizpůsobeno specifickým místním podmínkám a potřebám

## 7. OSOBNÍ RELEVANCE

– učení je pro žáka osobně relevantní – vidí souvislost s vlastním životem

## 8. AKTIVNÍ ÚČAST/PARTICIPACE ŽÁKŮ

– učení je zaměřeno na aktivní účast žáků v řešení místních i globálních problémů; je postaveno na participativních metodách zaměřených na iniciativu a zodpovědnost žáků

## 9. PARTNERSTVÍ S KOMUNITOU

– podporou pro učení jsou partnerství s dalšími lidmi a subjekty v obci – místními organizacemi, podniky, vedením obce, místními odborníky, znalci, pamětníky apod.

## 10. MEZIOBOROVOST

– učení je mezioborové, mezipředmětové, buduje se porozumění vzájemné propojenosti společenských a přírodních, lokálních a globálních, minulých a budoucích procesů

## 11. PLNOHODNOTNÝ NÁSTROJ VÝUKY

– učení je plnohodnotným nástrojem vzdělávání žáků, ne něčím navíc, učitel má jasno v tom, co chce žáka prostřednictvím MZU naučit, jak vše zapadá do výuky a jak to zhodnotí

## 12. SPOLUPRÁCE

– učení probíhá formou skupinové práce, zadání je zaměřeno na spolupráci v týmu.

**Tyto principy se úzce prolínají s podporou kariérového rozvoje žáků, zejména:**

### ■ AKTIVNÍ ÚČAST/PARTICIPACE ŽÁKŮ

– žáci se učí přebírat zodpovědnost a iniciativu. Dostávají příležitost samostatně se rozhodovat a využít své schopnosti a dovednosti k řešení reálných situací. Podpora občanských kompetencí.

### ■ SPOLUPRÁCE

– formou práce v týmu nejen budují své kompetence pro týmovou práci, ale mohou se také učit od ostatních a získávat od nich zpětnou vazbu.

### ■ PARTNERSTVÍ S KOMUNITOU

– může vést k lepšímu poznání světa práce i k získávání kontaktů pro další možnou spolupráci, kariérový rozvoj.





### ■ UČENÍ PRO MÍSTO

– žáci mají příležitost realizovat aktivity s reálným dopadem, propojit výuku s reálným životem, stát se aktéry změny.

### ■ OSOBNÍ RELEVANCE

– žáci dávají témata do souvislosti se svým životem, čímž pro ně mohou dostávat další význam(y).

### ■ UČENÍ SKRZE MÍSTO

– žáci mohou porozumět svým kořenům i tomu, jak zapadají do širších společenských trendů.

### ■ UČENÍ V MÍSTĚ

– žáci se dostávají do reálného světa, kde mohou ověřit a využít znalosti získané ve škole.



1. Žáci zkusí ve dvojicích, skupinkách nebo individuálně pojmenovat potřeby, které vidí ve svém okolí, komunitě, společenství. Pomoci by jim v tom mohla informace o tom, na co se zaměřit, na co se dívat, s kým hovořit.
2. Na společném setkání se pak jednotlivé potřeby představí a mohou se vytvořit realizační týmy – některé potřeby mohou být podobné, mohou se propojit apod.
3. Skupinka/jednotlivec připraví návrh řešení dané potřeby, např. včetně harmonogramu, zapojených lidí, organizací apod. Žáci mohou využít konzultanty z řad pedagogů či mimo školu (např. rodiče).
4. Realizace projektů.
5. Zhodnocení a reflexe:



- Jak se podařilo projekt zrealizovat?
- Jak fungovala spolupráce ve skupině, v týmu?
- Jaké náročné fáze projektu jste museli překonat?
- Jak hodnotí projekt lidé v místě, kterého se týkal?







- Co jsem během projektu dělal/a, co jsem dokázal/a? Za co jsem na sebe hrdý/hradá?
- Jaké kvality, kompetence, dovednosti jsem použil/a?
- Jak se proměnilo mé uvažování o mém dalším kariérovém rozvoji?



BOROVINOVÁ, K., HÁJKOVÁ, E. & KULICH, J. (2020). **Místně zakotvené učení. Základní informace a inspirace do výuky.** Středisko ekologické výchovy SEVER Horní Maršov o.p.s., 2020. Dostupné zde: <http://www.pavucina-sev.cz/data/X/n/T/sever-MZU-publ-kace-dobra-prax.pdf>.

Škola pro udržitelný život: <https://www.skolaprozivot.cz/Ke-stazeni.html>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Moje Cíle udržitelného rozvoje



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ,  
SŠ



90 minut



Seznam cílů udržitelného rozvoje



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání



Cílem je podpořit přemýšlení žáků o své kariéře v kontextu současných celosvětových problémů, jako je klimatická změna a nerovnosti. Jako rámec pro toto uvažování jsou využity Cíle udržitelného rozvoje OSN.



Naše kariéry se neodehrávají izolovaně. Z toho důvodu je dobré uvažovat nad tím, jaký dopad může mít naše kariérní rozhodování na naše okolí, na svět. Proto využíváme Cíle udržitelného rozvoje jako rámec pro uvažování o preferovaných kariérách žáků.



1. Na úvod dětem představíme Cíle udržitelného rozvoje, např. prostřednictvím videa nebo informační brožurky OSN: **Svět, který chceme. Budoucnost pro všechny Cíle udržitelného rozvoje. Průvodce pro děti.**

S žáky můžeme reflektovat, které cíle vnímají pro sebe jako nejdůležitější a proč. Příp. zda by doplnili nějakou oblast, která v nich není uvedena.

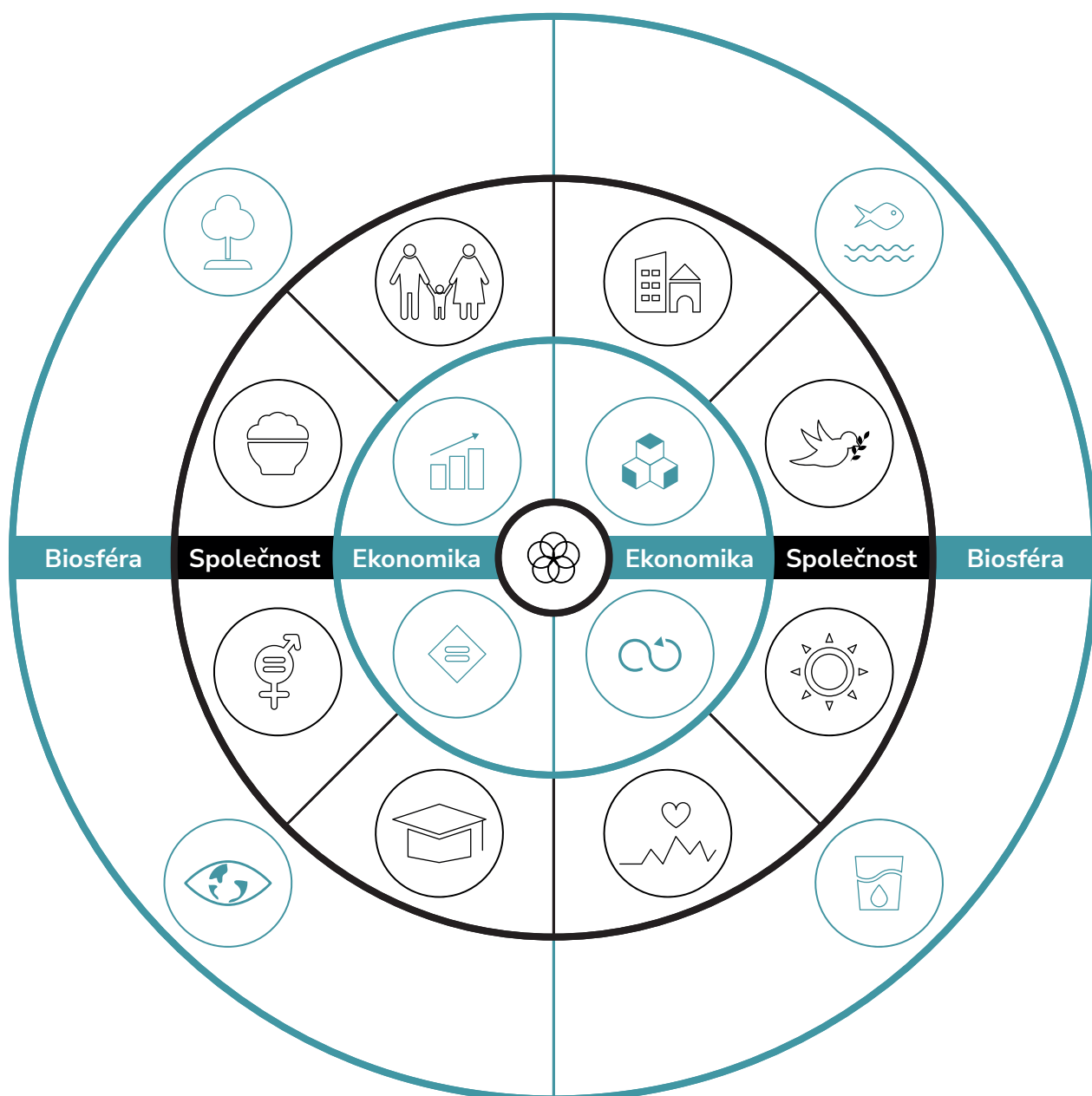
2. Žáci si individuálně napíší na lepicí papírky činnosti a aktivity, které realizují a které přispívají k dosahování některých z těchto cílů. Nalepí je na společnou tabuli, kde se s nimi mohou vzájemně seznámit a inspirovat se.



3. Žáci budou uvažovat nad svými preferovanými povoláními. U každého preferovaného povolání zhodnotí, jak se podílí na naplňování jednotlivých cílů. Jako rámec dostanou k dispozici přehled *Cílů udržitelného rozvoje*, viz např. obrázek níže.

**Dále se mohou zamyslet:**

- V jaké sféře se jimi preferovaná povolání nachází (biosféra, společnost, ekonomika, partnerství)?



- Do jaké míry jejich preferovaná povolání podporují jednotlivé cíle. Vybarví vždy takovou část obrázku, do jaké míry k danému cíli přispívají.





Žáci mohou výsledky své práce sdílet ve dvojicích nebo trojicích. Spolužáci v rámci dvojice/trojice jim mohou navrhnout další oblasti, ke kterým jejich preferované povolání přispívá.



### Žáci společně reflektují individuální práci:

- Co nového jim tato aktivita přinesla pro jejich kariérové rozhodování?
- Jak vnímají, do jaké míry jejich preferované povolání ne/přispívá k Cílům udržitelného rozvoje?
- Jsou spokojeni s tím, jak už nyní přispívají k naplňování těchto cílů? Co je inspirovalo ze strany jejich spolužáků? Jakou činnost začnou sami realizovat na podporu Cílů udržitelného rozvoje?

Aktivitu můžeme provázat s aktivitou *Cíle udržitelného rozvoje v kariérovém vzdělávání*.



### OSN: **Cíle udržitelného rozvoje.**

Příspěvek MIRIAM DIMSITS na konferenci Kariérové poradenství a vzdělávání ve světě vzhůru nohama (2020): [https://www.euroguidance.sk/document/casopis/20/11\\_KPJ\\_2-2021\\_20\\_Dimsits.pdf](https://www.euroguidance.sk/document/casopis/20/11_KPJ_2-2021_20_Dimsits.pdf)



Lze využít ve vzdělávací oblasti Člověk a společnost nebo Člověk a příroda, příp. ve vzdělávacím oboru Cizí jazyk (Anglický jazyk, při využití materiálů v AJ).



---

---

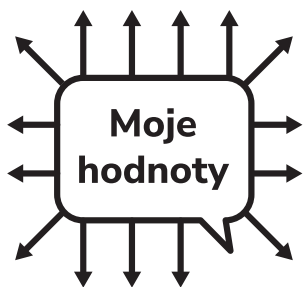
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Moje hodnoty



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut představení aktivity  
+ 45 minut aktivita  
+ 45 minut diskuze



Karty pracovních hodnot (Regio)  
nebo Motivační karty (B-creative)  
nebo vlastní karty hodnot  
nebo jakýkoliv seznam hodnot  
a pracovní list „Moje hodnoty  
a jejich aktuální naplněnost“



Sebepoznávání



Cílem této aktivity je podpořit u žáků povědomí o hodnotách, vysvětlení významu hodnot, představení široké škály hodnot a zmapování vlastních hodnot, které jsou pro žáky důležité.



Aktivita „Moje hodnoty“ vytváří u žáků povědomí o hodnotách, představí význam slov „životní hodnoty“ a objasní jednotlivé příklady ve vztahu k trhu práce. Na základě teoretického úvodu se žáci zamyslí nad vlastními hodnotami, které jsou pro ně důležité.



**V úvodu si s žáky popovídáme o významu slova životní/pracovní hodnoty.  
Možné definice:**

- hodnoty jsou to, čeho si nejvíce vážíme
- co je pro nás dobré, správné, důležité
- ovlivňují naše postoje, chování a rozhodování
- to, co děláme a jak se chováme, by mělo být v souladu s našimi hodnotami





- hodnoty se časem mohou měnit (věk, životní moudrost, priority)
- díky znalosti našich hodnot budeme více jednat podle sebe
- znalost hodnot nám usnadní poznat, co vlastně chceme
- chování v souladu s našimi hodnotami posiluje naše sebevědomí

#### Možné otázky pro úvod:

- Co si představujete pod slovem „hodnota“?
- Čeho si na druhých lidech vážíte?
- Které hodnoty jsou pro vás důležité?
- Kdyby vám zlatá rybka nabídla splnit jedno přání, co by to bylo?
- Jaké chování se vám u jiných lidí nelíbí a proč?
- Jaké hodnoty chcete mít společně s partnerem, kamarádem?

1. Představíme žákům konkrétní příklady hodnot a vysvětlíme, co která hodnota může znamenat. Hodnoty mohou vysvětlovat i žáci nebo formou skupinového úkolu. Pro představení hodnot je možné použít karty hodnot nebo seznamy hodnot (na tabuli/papíře). Je důležité zmínit, že každý z nás vnímá hodnoty jinak a pro každého mohou být důležité úplně jiné hodnoty.

spolupráce, pomoc druhým, sebekontrola, svoboda, podpora, rovnováha, uznání, kompetence, atraktivita, moudrost, seberealizace, kariéra, výkon, estetika, samota, moc a vliv, sebeúcta, poslání, soutěžení, peníze, radost, samostatnost, úspěch, zdraví, spokojenost, přijetí, sociální kontakt, slušnost, spravedlnost, dobrodružství, práce, důvěra, víra, ekologie, jistota a bezpečí, popularita, rodina, nezávislost, výzva, ...

2. Žáci se pokusí samostatně vyplnit pracovní list „Moje hodnoty a jejich naplněnost“ a měli by mít dostatek času k zamyšlení.
3. Po ukončení vyplňování může kariérový poradce vytvořit škálu hodnot za celou třídu. Ke každé hodnotě může přiřadit body a vytvořit tak společné hodnoty třídy. Mapování hodnot za třídu může proběhnout i interaktivnější formou – např. lepení papírků, psaní puntíků k vypsaným hodnotám na tabuli nebo pomocí interaktivních programů a aplikací.





Zhodnocení aktivity probíhá na základě diskuze, ve které žáci mohou představit ostatním žákům své hodnoty.

**Kariérový poradce může žákům přiblížit, že znalost pracovních hodnot jim může pomoci odpovědět na tyto otázky:**

- Jaká práce by mě bavila?
- Pro jakou práci se hodím?
- Jak mně hodnoty můžou pomoci s výběrem práce?

**Kariérový poradce může v rámci hodnocení klást např. tyto otázky:**

- Co jste se dnes zajímavého nebo nového dozvěděli?
- Změnilo se něco u vás na základě dnešní aktivity?
- Chcete u sebe něco změnit, máte nějaký plán?
- Přimělo vás to o sobě více přemýšlet?
- Překvapilo vás něco na této aktivitě?



KOLEKTIV AUTORŮ, **Volba povolání**, Hněvín, 2007  
[www.regio-vyzkum.cz](http://www.regio-vyzkum.cz); [www.b-creative.cz](http://www.b-creative.cz)



---

---

---

---

---

---

---

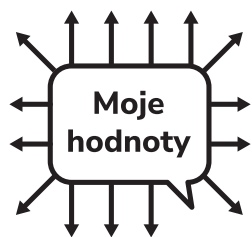
---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.

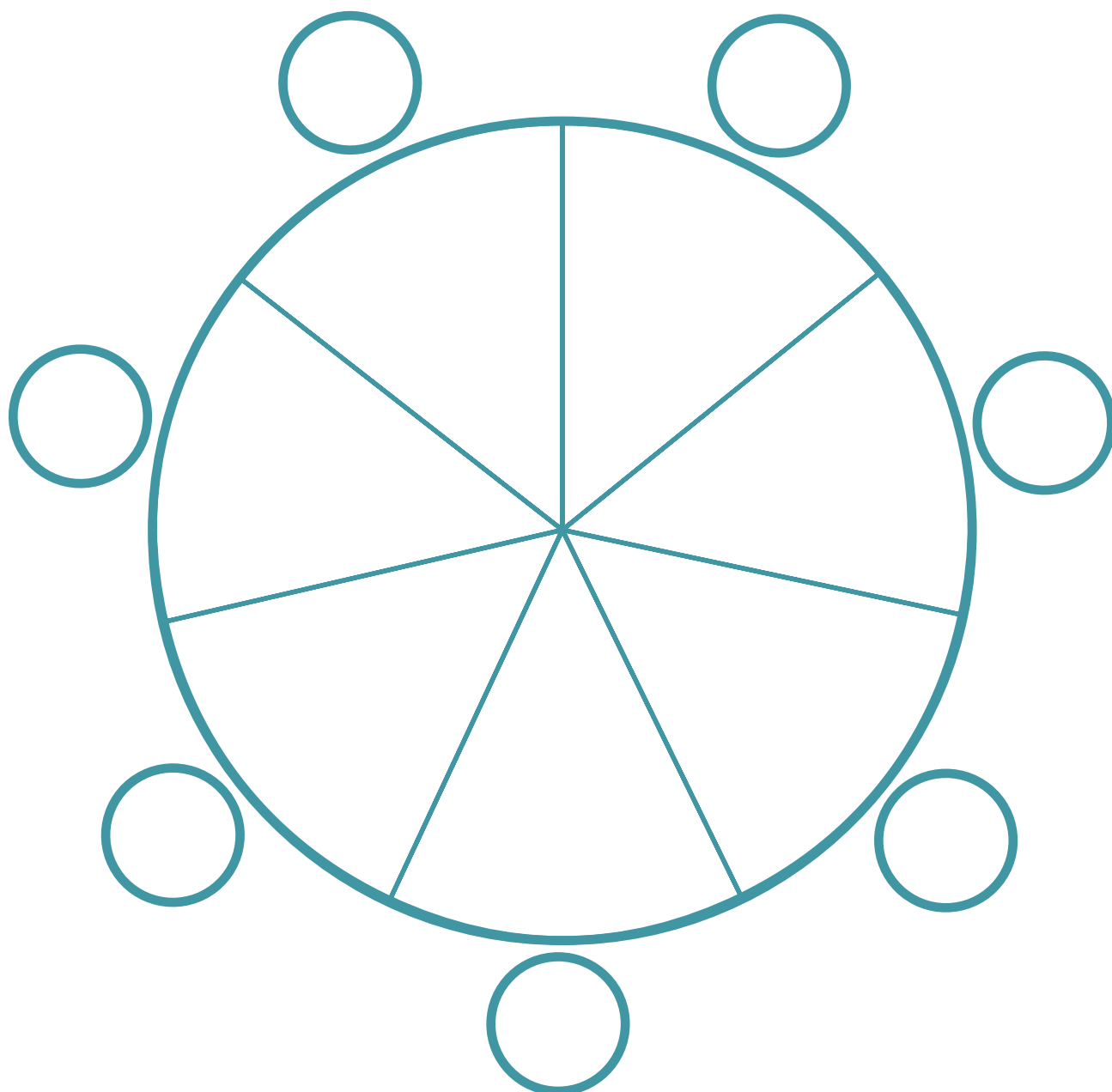


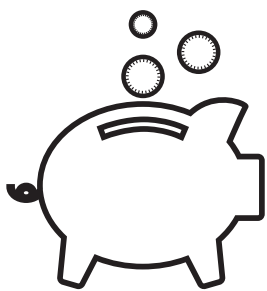




# Moje hodnoty a jejich aktuální naplněnost

Do kola hodnot nejprve vypište 7 hodnot, které jsou pro vás nejdůležitější. Poté ohodnoťte jejich naplněnost ve vašem životě. 1 = hodnotu nemám vůbec naplněnou, 10 = hodnotu mám zcela naplněnou. Na pracovní list máte dostatek času, takže si v klidu vše nejprve promyslete a nespěchejte.





# Moje první brigáda



Žáci a žákyně  
8. a 9. tříd ZŠ



45 minut - úvodní diskuze,  
45 minut - samostatná práce,  
vyhodnocení



Pracovní list, pastelky, psací  
potřeby



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem aktivity je uvědomění, že brigády jsou zejména na začátku naší kariérní dráhy velmi přínosné. Jakákoliv získaná praxe přináší mnoho benefitů, jako jsou např. zlepšení komunikačních dovedností, možnost pracovat v různých kolektivech, získání praxe do životopisů, rozšíření kontaktů, vnímání hodnoty financí, získání většího objemu financí, vylepšení osobní značky u budoucích pohovorů, cenné zkušenosti z pracovního prostředí, praxe v oboru, ve kterém chce žák studovat, nabytí etických hodnot při dobrovolnické práci, získání referencí do životopisu, lepší budoucí platové ohodnocení a mnoho dalších přínosů. Na základě zkušenosti z brigády žáci mohou zjistit, kterou práci by v budoucnu chtěli vykonávat a kterou raději ne.



Primárním cílem této aktivity je motivovat žáky, kteří brzy dosáhnou 15 let, aby začali nabírat cenné zkušenosti prostřednictvím brigád. Dále představení benefitů, které jim první pracovní zkušenosti přinesou, a uvedení do tématu orientace na trhu práce, legislativy a vytvoření představy o budoucí brigádě.



V první fázi budou žákům představeny důležité obecné informace o brigádách a dobrovolnické činnosti např. formou prezentace. Uvedení do tématu formou prezentace by mělo probíhat diskuzí s žáky.





### Kariérový poradce by mohl použít tyto otázky:

- Co je to brigáda?
- Co je to dobrovolnická práce?
- Od kdy mohou žáci pracovat formou brigády?
- Jaké benefity mi přinese praxe na brigádách?
- Budu pracovat na základě nějaké smlouvy a jaké?
- Mám už nějaké zkušenosti z brigád?
- Kde hledat brigády?
- Jaký je rozdíl mezi brigádou, podnikáním a dobrovolnickou činností?
- Jakou brigádu byste nikdy dělat nechtěli?

Po společné diskuzi následuje samostatná práce, kdy mají žáci a žákyně za úkol vypracovat pracovní list, ve kterém si ujasní své myšlenky a představy o své budoucí brigádě. Přemýšlením nad odpověďmi si žáci mohou zapamatovat i důležité informace, které se dozvěděli na úvodní prezentaci.



Po vypracování pracovního listu může následovat diskuze. Pedagog může klást otázky, které jsou uvedené v pracovním listě. Žáci nemusí odpovídat na všechny otázky, ale jen na ty, na které chtějí. Důležité je sdílení a předávání názorů a zkušeností a možná motivace najít si svou první nebo další brigádu.



Facebook – Kariéroví poradci; koučové; lektoři; [www.barcamp.cz](http://www.barcamp.cz); [www.studenta.cz](http://www.studenta.cz); [www.fajn-brigady.cz](http://www.fajn-brigady.cz); [www.jobs.cz](http://www.jobs.cz); [www.prace.cz](http://www.prace.cz); [www.karierko.cz](http://www.karierko.cz); [www.budaktivni.cz](http://www.budaktivni.cz)

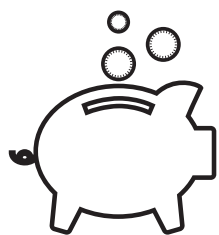


Jako doplňující aktivitu je možné zařadit exkurze do firem, podle oblastí a oborů, které žáky a žákyně lákají.

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





## Moje první brigáda

<p>Pokud už máte zkušenosti s brigádou, zkuste popsat, co se vám na brigádě líbilo a co se vám nelíbilo?</p>	
<p>Co jste se díky této zkušenosti dozvěděli o sobě? O daném povolání a budoucím směřování?</p>	
<p>Které povolání vás láká? Můžete použít kartičky JobbKort.</p>	
<p>Jaký přínos do budoucna pro vás můžou mít zkušenosti z brigád?</p>	
<p>Jakým způsobem byste si hledali brigádu?</p>	
<p>Pracovali jste někdy jako dobrovolníci? Chystáte se v budoucnu pracovat jako dobrovolník?</p>	
<p>Co byste si rádi pořídili z první výplaty?</p>	





<p>Pracovali jste někdy v týmu? Pokud ano, jak tuto zkušenost hodnotíte?</p>	
<p>Jakou činnost byste na brigádě nikdy dělat nechtěli?</p>	
<p>Nakreslete se na brigádě, která vás bude moc bavit, fantazii se meze nekladou.</p>	
<p>Máte v plánu nějakou brigádu? Pokud ano, jakou?</p>	





# Moje silné stránky



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Individuální



Sebepoznávání



Nalezení a ujasnění silných stránek v kontextu sebepoznávání a zdrojů.



Aktivita směřuje k posílení vědomí vlastních schopností a dovedností. Uvědomění a pojmenování silných stránek – činností, které nás baví a které dobře umíme. Aktivita přináší základní, velmi individuální přehled činností, které nesou pro daného žáka největší potenciál. Je mnoho možností, jak s výstupy této aktivity dále pracovat (viz vyhodnocení).



Úvodem je vhodné aktivitu zarámovat. Rozvinout s žáky diskuzi na téma silných stránek. Vysvětlit, proč si myslíme, že je důležité znát své silné stránky (doporučujeme: připojit v diskuzi vlastní názory, názory svých známých, podpořit různorodost a pestrost pohledů, nehodnotit). Jaké přínosy mohou silné stránky mít pro náš současný i budoucí život v různých oblastech (učení, práce, volný čas, vztahy, naplnění, smysl života...).

## 1. fáze – Inspirační

Společně v celé skupině dáváme příklady činností, které máme rádi my, nebo naši blízcí. Např. čtení, háčkování, jízda na bruslích, skateboardu, kreslení, zkoumání přírody, trampování, chystání programu na oslavu, sledování dokumentů o přežití v pří-





rodě... Nápady se mohou (ale nemusí) zapisovat. Cílem této fáze je poskytnout dostatek příkladů a rozprout fantazii a přemýšlení směrem k oblíbeným činnostem (v obecné rovině).

## 2. fáze – Soupis oblíbených činností

Každý sám si do připraveného PL vypíše své oblíbené činnosti do 1. sloupce tabulky. Celkem by v ideálním případě měl mít každý uvedeno kolem 10 nejoblíbenějších činností.

### Při sepisování mohou pomoci tyto otázky:

- Co dělám opravdu rád?
- Co mě baví tak, že ztrácím pojem o čase?
- Co dobře umím (lépe než většina lidí)?
- Jaké činnosti mi dodávají energii – po jakých činnostech se cítím lépe?
- Jaké chvíle včerejšího dne byly nejlepší? A minulého týdne?
- Kde a při čem se cítím nejlépe?
- Co mě bavilo, když jsem byl/a ještě malé dítě? Získal/a jsem někdy nějaké ocenění? (pochvaly, diplomy, medaile, jakékoliv jiné úspěchy)
- Jaké mám rád/a knihy, časopisy, filmy?
- Co rád/a sleduji na internetu a sociálních sítích?
- Jaká tři slova mě nejlépe vystihují?

**Varianta:** Jako přípravu na tuto aktivitu můžeme také žákům uložit dopředu dlouhodobější sebezpůsobovací úkol ve formě sestavení „Seznamu dobrých chvil“, kdy si např. po dobu 2–3 týdnů mohou každý den zapsat nejhezčí chvíle daného dne. Seznam dobrých chvil pak může posloužit jako prvotní inspirace pro vyplnění oblíbených činností do připraveného pracovního listu.

## 3. fáze – Hodnotící

Postupně přiděluje každý žák samostatně hodnocení ke svým činnostem ve 4 kategoriích. Hodnocení provádíme jednotlivě po sloupcích, vždy v jedné kategorii ohodnotíme všechny činnosti. Hodnocení zaznamenáváme číselnou formou na škále 1 (nejméně) a 10 (nejvíce).





### Vysvětlení kategorií:

#### TO SE MI LÍBÍ

Na škále 1–10

- Nakolik mě tato činnost baví?

#### SEBEJISTOTA

Na škále 1–10

- Nakolik jsem si v této činnosti jistý?
- Nakolik jsem pro ni vybaven ve formě schopností a dovedností?
- Nakolik tuto činnost zvládám lépe než většina?

#### SOULAD

Na škále 1–10

- Nakolik tato činnost ladí s tím, kdo jsem?
- Nakolik ke mně sedí?
- Nakolik mi dává smysl?

#### ZDROJE

Na škále 1–10

- Nakolik mám pro tuto činnost prostor a čas, příležitosti ji vykonávat?
- Nakolik mě v ní podporuje okolí?

### 4. fáze – Výběr silných stránek

V závěrečné fázi vyplníme poslední sloupec tabulky „CELKEM“, ve kterém vypočítáme u každé činnosti průměr hodnocení za všechny kategorie. Tentokrát tedy postupujeme po řádcích a vyhodnocujeme skóre každé své činnosti. Nakonec zakroužkujeme první tři činnosti, které získaly nejvyšší hodnocení.



#### Obecné:

- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co jste se naučili/dozvěděli?
- Jak to můžete prakticky v budoucnu využít?

#### Specifické:

- Jaké činnosti vyhrály?
- Co vás na těch činnostech baví ze všeho nejvíce?
- Mají něco společného?







- V jakém prostředí se odehrávají?
- Jak často se jim věnujete?
- Jak často byste se jim věnovat chtěli?
- Co bylo pro vás nejvíce zajímavé a překvapující?
- Jaké schopnosti a dovednosti máte?
- Kde jinde/v jakých jiných činnostech by je šlo také využít (např. v jakých povoláních)?
- Jak tyto činnosti můžete dále rozvíjet?
- Kdo vás v rozvoji může podpořit?
- Když se v těchto činnostech ještě zlepšíte, kam až to může vést (fantazijní představy)?



Pro návaznou práci se můžete inspirovat např. zde:  
**[www.testmojeplus.cz](http://www.testmojeplus.cz)**



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*

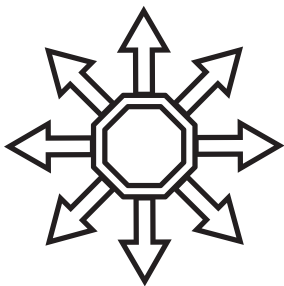




# Moje silné stránky

	ČINNOSTI	HODNOCENÍ 1-10				
		TO SE MI LÍBÍ	SEBE-JISTOTA	SOULAD	ZDROJE	CELKEM
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						





# Možné světy práce



Starší žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ, dospělí



90–135 minut



Materiál pro vytvoření prezentace žáků (např. fixy, flipchartové papíry, pastelky, fixy, časopisy, mobilní telefon v případě natáčení videa apod.)



Kariérní cesta a svět práce



Zpochybňování zažitých představ o světě práce. Rozvoj imaginace o možných podobách budoucnosti. Navrhování alternativních světů práce.



Informace a naše představy o fungování světa, a specificky světa práce, ovlivňují také naše kariérní rozhodnutí. Naše rozhodnutí z možností světa práce vycházejí, ale současně je také utvářejí. Možnost představit si alternativní svět práce nám může ukázat naše zažitá představy, které mohou být pro naše rozhodování omezující. Současně nám naše fantazijní budoucnost může ukázat kariérní možnosti, které bychom v realitě nenacházeli.



1. Před začátkem aktivity vyzveme děti k přemýšlení o současném světě práce, v rámci brainstormingu děti popisují jeho různé charakteristiky, např. v jakých oborech pracuje nejvíc lidí, jaká povolání jsou nejprestižnější, kdo má za svou práci nejvyšší finanční ohodnocení, odkdy a jak dlouho lidé pracují, jaký vztah má práce a rodina, práce a volný čas apod.

V další fázi spolu s pedagogem diskutují, zda jsou tyto charakteristiky stálé, nebo proměnlivé, jak se měnily v rámci historie a pod jakými vlivy. Diskuzi uzpůsobíme věku dětí. **Shrnutí: svět práce není neměnný.**





2. Poté si mají žáci představit, jak by vypadal svět práce, ve kterém by se jim dobře žilo, ideální svět práce. Mohou se zamyslet např. nad oblastmi:

- Jaké činnosti jsou v tomto světě oceňovány?
- Co lidé považují za potřebné pro život?
- Jak si lidé zajišťují obživu?
- Čím lidé v ideálním světě (práce) tráví dny?
- Dětem na dokreslení aktivity pustíme krátké video:  
<https://www.youtube.com/watch?v=L7IP4UIXvG8>

Své představy mohou žáci namalovat, vytvořit koláž nebo napsat úvahu, esej, vyprávění, vytvářet videa, lze využít obrázkové karty pro sdílení s ostatními. Následně si mohou své představy vzájemně sdílet a diskutovat, např.:

- Co mají tyto ideální světy práce společného, v čem si jsou podobné?
- Z čeho jste při popisu ideálního světa práce čerpali?
- Jaké další změny by nastaly, kdyby se tento svět stal reálným?
- Jakou jednu věc můžete z vašeho ideálního světa práce přenést do současnosti?



Po skončení aktivity žáci sdílí, ve skupině nebo anonymně (např. na post-ity), co si z aktivity odnáší do současnosti pro svoje další kariérové rozhodování.

Pedagog/poradce připomene naši roli na spoluvytváření světů, ve kterých žijeme. Zároveň představí „alternativní“ ekonomické koncepty či systémy, např. nerůst, základní všeobecný příjem, komunitní/družstevní projekty, sociální podnikání, samozásobitelství, sdílení apod. Tato témata mohou zpracovat také sami žáci ve skupinkách a představit je ostatním formou posterů nebo prezentací.

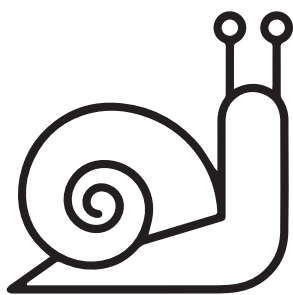
**Varianta:** Žáci mohou navrhovat ideální světy práce ve skupinkách.



Inspirováno aktivitou THOMASE DIENERA *Historie světa práce*.







# Myšlenky pro budoucnost



Starší žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ, dospělí



90 minut, ale lze realizovat  
i jako dlouhodobý projekt



Kariéerní cesta a svět práce



Imaginace různých podob budoucnosti



Cílem aktivity je seznámit žáky se společenskými a ekonomickými koncepty, které mohou přinášet další možnosti pro jejich kariérový rozvoj tím, že otevírají nové perspektivy fungování společnosti.



Žáci se seznámí s myšlenkami (viz např. popisek v příloze):

- základní všeobecný příjem
- planetární a sociální limity
- kratší pracovní doba
- garantovaná pracovní místa
- stanovení hranice maximálního příjmu
- družstevnictví
- lokální měny





- dobrovolná skromnost
- soběstačnost
- nerůst
- ....

Seznámení s pojmy může probíhat formou vhodnou pro danou skupinu dětí, např. pomocí příběhů, vysvětlení pojmů, nebo jsou žáci sami ve skupinkách vyzváni, aby jednotlivé pojmy zpracovali a představili ostatním. Žáci mohou doplnit další termíny, které jsou podle nich relevantní při představě jiných možných světů.

Následně se žáci rozdělí do skupinek, které si náhodně vylosují jeden nebo více uvedených termínů. Zamýšlí se nad tím, jak tento koncept proměňuje jejich kariérní možnosti, např.:

- Jak vypadá svět, v němž je tento koncept uplatňován?
- Čím lidé v tomto světě tráví čas?
- Jak si lidé zajišťují obživu?

A reflektují také směrem k sobě a své kariéře:

- Jak byste se v tomto světě cítili?
- Čím byste trávili čas?

Pro zpracování mohou využít flipchart, poster, vytvořit koláž, obraz apod.



**Následně svou práci ze skupin reflektujeme v rámci třídy:**

- Jaké pro vás bylo představit si tyto odlišné světy?
- Co z představovaného světa byste chtěli přenést do současnosti?
- Co si z této představy odnášíte pro svůj kariérní rozvoj?

Poradce může zdůraznit aktivní roli jedinců při utváření světů, v nichž žijeme.

Aktivitu lze provázet na pracovní list *Možné světy práce*.





Katedra environmentálních studií FSS MU, *Mapa ekonomických alternativ v ČR*  
NAĎA JOHANISOVÁ, *Co je ekonomická demokracie a jak souvisí s ideály nerůstu?*,  
A2larm, 24.9.2022

FILIP ČERVENKA, *Garantovaná práce: lék na koronakrizi, o kterém vláda nemluví*,  
A2larm, 7.9.2020

Online e-learning *Kariérové poradenství pro 21. století*.



#### **Dobrovolná skromnost:**

Je často nahlížena jako širší pojem pro různě motivované ne-materialistické životní styly, které odmítají vysokou spotřebu a hlásí se k „jednoduchému životu“.

#### **Soběstačnost:**

Soběstačnost odkazuje na domácí potravinovou produkci, naturální spotřebu, jídlo získané jako dar nebo výměnou za vlastní potraviny apod. Pro některé lidi může soběstačnost zahrnovat širší aspekty, včetně energie, oděvu a dalších potřeb.

#### **Nerůst:**

Udržitelný nerůst je snižování produkce i spotřeby, které povede ke zvýšení kvality života lidí a k zlepšení ekologických podmínek a rovnosti na planetě. Vyzývá k budoucnosti, kde společnosti žijí v rámci svých ekologických možností, s otevřenými, lokalizovanými ekonomikami a zdroji spravedlivěji rozdělenými prostřednictvím nových forem demokratických institucí.

#### **Družstevnictví:**

Členové družstev jsou podílníci na různých úrovních, např. pracující mají přímý podíl na zaměstnaneckých družstvech, výrobci ve výrobních nebo maloobchodních družstvech, uživatelé v družstvech uživatelů (spotřebních, bytových, družstvech bank apod.).

#### **Základní všeobecný příjem:**

Nepodmíněný, či někdy také všeobecný základní, příjem je definován jako příjem, který je vyplácen každému dospělému (případně v nižší výši i dítěti) občanu státu (případně i rezidentovi) bez jakýchkoliv dalších podmínek.

#### **Planetární a sociální limity – Ekonomie koblíhy:**

Model navržený ekonomkou Kate Raworth nabízí alternativu k ideologii růstu za každou cenu. Umožňuje představit si takovou ekonomiku, která by dala všem lidem důstojný život a přitom respektovala hranice naší planety.

#### **Kratší pracovní doba:**

Zkrácení pracovní doby např. na 4 dny v týdnu nebo např. 6 hodin denně.





**Garantovaná pracovní místa:**

Zaměstnání by bylo dostupné pro každého, kdo by o něj projevil zájem. Práce by byla odměněna minimální mzdou ze státního rozpočtu a probíhala by na lokálních, sociálních a environmentálních projektech, které by vybírali přímo obyvatelé místních komunit.

**Stanovení hranice maximálního příjmu:**

Stanovení hranice maximálního příjmu přispěje ke snížení příjmových nerovností.

**Lokální měny:**

Slouží k podpoře udržitelné místní komunity.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# Naplň svůj potenciál



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



90 minut



Kariérní cesta a svět práce



Rozšířit možnosti uplatnění silných stránek a talentů, podpora podnikavosti.



Aktivita se zaměřuje na rozšíření možností uplatnění talentů a naplnění potenciálu daného žáka. Předpokladem pro hodnotný výstup je znalost silných stránek a talentů (např. z diagnostických testů, koučovacího rozhovoru, sebepoznávacích technik apod.). Klíčovou myšlenkou této aktivity je přinést co nejvíce možností, kde se dá daný talent uplatnit, až po nastínění možného scénáře jejich realizace. Aktivita rozvíjí také kreativní myšlení a podnikavost.



1. Ujistíme se, že všichni žáci znají své silné stránky a talenty. Každý by měl znát alespoň 2–3.
2. Společně, nebo ve skupinkách přemýšlíme nad jednotlivými silnými stránkami a talenty, kde a v jaké oblasti, činnosti či povolání je lze využít. Žáci mohou k inspiraci využívat i vyhledávání na internetu. Cílem je přinést co nejvíce variant využití. Např. výtvarný talent – malíř (různé techniky malby), architekt, grafik, navrhování





log, návrhářka oblečení, karikaturista, návrhář potisků látek, učitel výtvarné výchovy, ilustrátor knih, komiksů, pracovník reklamní agentury, vnitřní výzdoba interiérů škol a dětských center, vedoucí výtvarného kroužku, návrhář kostýmů.

**Talent:**

**Oblasti a činnosti, kde jej můžeme uplatnit:**

**Kde a komu může být užitečný:**

Doporučujeme, aby v týmu či skupině hledali uplatnění žáci pro talenty druhých. Tedy přemýšleli a hledali uplatnění talentů druhých spíše než vlastních. Často přicházejí nové neotřelé nápady, které by je samotné nenapadly. Nejlepšího výsledku dosáhneme při rozdělení žáků do 4–5členných týmů, které společně přemýšlejí nad talenty jiného týmu. Poté následuje sdílení, při kterém se každý žák dozví, jaké možnosti uplatnění jeho talentů pro něj sousední tým vymyslel.

Je dobré mezi týmy procházet a snažit se vyvážit množství možností a variant u daných talentů, aby každý měl přibližně stejně.

**3.** Po dokončení předchozího kroku si každý žák zvolí jeden svůj talent a jednu z uvedených činností, která ho nejvíce zaujala. V rámci tohoto nápadu zkusí buď:

- navrhnout a popsat svůj produkt či službu a zpracovat k ní reklamu
- navrhnout a popsat svůj produkt a vytvořit svou vlastní vizitku či webovou stránku

(realizovat můžeme kreativně na papír, nebo je možné propojení s výukou informatiky)

Je vhodné s žáky projít, jak vypadá vizitka, webová stránka. Najít si pro inspiraci stránky, které už daný produkt nebo službu nabízejí. Jak může vypadat reklama, co do reklamního sdělení nepatří (např. přímé poukazování na nedostatky konkurence).

**Variantou aktivity** může být i popsání plné pracovní náplně dané možnosti či nápadu.



Jaké nové informace jste se o sobě dozvěděli? Co pro vás bylo zcela nové? Co vás překvapilo? K čemu vás nové informace vedou? Který nápad vás nejvíce zaujal? Co pro vás bylo nejvíce inspirativní?

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Naplň svůj potenciál

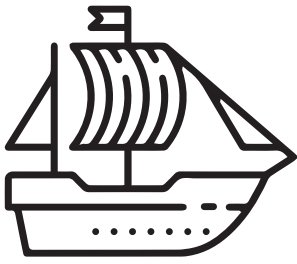
Talent:

Oblasti a činnosti, kde jej můžeme uplatnit:

Kde a komu může být užitečný:

Moje vizitka/reklama/nabídka mých služeb:





# Objev své poslání



SŠ, dospělí  
(případně ZŠ 9. ročník)



30 minut  
(možno i opakovaně)



Nakopírované pracovní listy



Sebezpoznání



Ujasnit si, kam mě to táhne, jaké je mé poslání. Hlubší zamyšlení se nad životem.



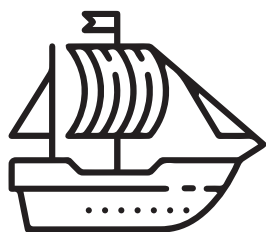
Aktivita se zaměřuje na sebezpoznání v rovině objevení svého poslání. Pracuje spíše s niternými touhami, pocity a představami než s rozumem. Je napojením na poznání talentů, silných stránek a zejména hodnot daného jedince. Výstupem je ujasnění si oblasti, činnosti, která nás láká, naplňuje, kde se cítíme nejvíce zainteresováni.



**1.** Objasníme si společně pojem poslání. Žáci mohou hledat informace na internetu. Diskutujeme o tom, proč může být důležité znát své poslání. Pomáháme ujasnit každému z přítomných žáků, co pro něj tento pojem znamená. Po skončení diskuze může každý napsat vlastní definici pojmu poslání.

**2.** Postupně klademe následující otázky:





## Objev své poslání

**Co bys dělal/a, kdybys měl/a neomezené množství peněz.**

**Představ si, že ráno nemusíš do školy, ani plnit jiné povinnosti.**

**Co bys udělal/a? Do čeho by ses pustil/a? Co by ti přineslo nadšení a radost?**

(Může jít o nápad, o kterém sníš. „Koníček“, na který nemáš čas).

**Na čem ti záleží? Co je pro tebe niterně důležité?**

(Napiš první 2–3 slova, která tě napadnou).

**Jakým způsobem, bys ty konkrétně chtěl/a pomoci druhým lidem?**

**Čím bys chtěl/a přispívat ostatním?**

**Čím bys pomáhal/a druhým, kdybys neměl/a žádné omezující faktory?**

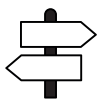
(Může jít o znalosti, vědomosti, konkrétní produkty, vytvořené věci, zorganizování události).





<p><b>Jaké jsou tvé silné stránky?</b> <b>V čem se cítíš být skvělý/skvělá?</b> <b>Za co tě chválí a oceňují druzí?</b></p>	
<p><b>Co tady chceš zanechat za odkaz?</b> <b>Kdybys měl/a poslední rok života, co chceš, aby po tobě zůstalo?</b></p>	
<p><b>Co tě štve a vytáčí?</b> <b>Co tebe osobně rozčiluje?</b> (Může jít o kácení lesů, týrání dětí, manipulaci s lidmi....) Vztek často poukazuje na náš zájem o danou problematiku. Následně se zamysli, co pro to můžeš ty sám/sama udělat. (Např. útulek pro týrané psy)</p>	
<p><b>Jaké je mé poslání?</b></p>	





K aktivitě se můžeme opakovaně vracet např. 3–5x v rozestupu několika týdnů. Pokaždé odpovídáme na stejné otázky. S odstupem času může dojít k rozšíření možností, či konkretizaci stávajících.



- Jaké nové informace jste se o sobě dozvěděli?
- Co pro vás bylo nové?
- Co vás překvapilo?
- Co díky těmto novým věcem teď můžete?
- K čemu vás nové informace vedou?
- S kým je chcete dál sdílet?
- Kterou odpověď chcete blíže rozvíjet?
- Která vás nejvíce přitahuje?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

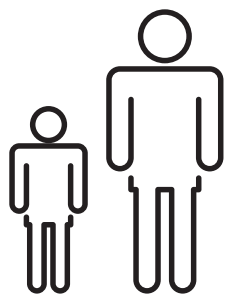
---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*







# Obor versus moje silné stránky



Žáci a žákyně  
8. a 9. tříd ZŠ



1 hodina pro skupinovou část,  
individuální



Sebepoznání



Cílem této aktivity je pomoci žákům a žákyním si více uvědomit, zda jimi zvolený obor koresponduje s jejich silnými stránkami. A zda jejich představa, kterou o oboru mají, není zkreslená.



Cílem aktivity je pomoci žákům si uvědomit, jakými faktory je ovlivněna jejich volba oboru a zda je soulad mezi oborem a jejich silnými stránkami. Nesoulad je jednou z příčin nespokojenosti s výběrem oboru, který může vést k předčasnému odchodu ze školy.



**1.** Učitel žáky rozdělí do 4–6 skupin, kdy půlka skupin bude mít toto zadání:

Tomáš rád hraje hokej, vypracoval se na vedoucího týmu, má rád grafiku a akce s kamarády. Jaké obory může Tomáš studovat? Ostatní ho hodnotí jako velice společenského. Řadu videí k jednotlivým profesím můžete najít na webové stránce [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)

Skupiny budou dělat brainstorming, které všechny obory Tomáš může studovat.

Druhá půlka skupin bude dělat brainstorming na to, jaké silné stránky musí mít člověk, pokud chce studovat: grafické obory nebo sportovní školu/nebo zdravotnickou





školu a obor pekař (výběr je libovolný a je možné zvolit jakýkoliv obor).

2. Následně bude probíhat prezentace obou skupin. Klíčové body se zapisují na tabuli. Vhodné je začít skupinami, které řešily, co všechno Tomáš může studovat, následně prezentují druhé skupiny. Žáci mají možnost vidět, že pro výběr oboru je důležité, aby byl v souladu se silnými stránkami, a že z obou dvou skupin zaznívají podobné silné stránky.
3. Po skončení této části učitel žáky vyzve, aby si na papír napsali svoje vybrané obory, které by chtěli studovat. Je vhodné žáky podpořit, aby výběr omezili např. na 3 pro ně prioritní. Jejich papír se pak posune o tři spolužáky vpřed dál. Úkolem spolužáka je napsat, jaké kvality si myslí, že potřebuje člověk, který chce dané obory studovat.
4. Následně se papír posune o další dva spolužáky dopředu. Úkolem je podívat se na **www.prace.cz** nebo **www.jobs.cz**, najít tam inzeráty s daným povoláním a napsat klíčové kvality z inzerátu. Po této části se papír vrátí zpět k tvůrci.
5. Po této části je důležité vyzvat žáky, aby si podtrhli dopsané silné stránky, které mají. Případně se zamysleli, jaké kvality spolužáci doplnili a zda korespondují s jejich vnímáním vlastních kvalit.
6. Může probíhat diskuse.

#### Možné vhodné otázky:

- Co nového se v daných aktivitách pro vás objevilo?
- Změnilo se vaše vnímání toho, jak se dívat na obory?
- Objevili jste nějaké svoje nové silné stránky?



Vybrat obor je proces, který se postupně krystalizuje. Pokud žáci vidí např. pracovní inzeráty, mohou pak vidět i propojenost s oborem a svými silnými stránkami. Právě soulad mezi náplní oboru a jejich silnými stránkami jim může dávat pocit „dobře zvoleného oboru“.

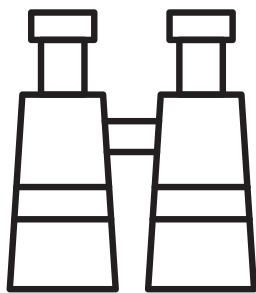


**[www.prace.cz](http://www.prace.cz); [www.jobs.cz](http://www.jobs.cz)**

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Obzory



Žáci a žákyně  
9. tříd ZŠ, SŠ



2 hodiny



Kariérní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je pomoci žákům a žákyním více si uvědomit, že i během studia si mohou rozšiřovat svoji kvalifikaci, a tím i možností svého uplatnění na trhu práce. Schopnost učit se bude v budoucnu nutná dovednost.



Aktivita se snaží žákům ukázat, jak je možné si zvyšovat svoji kvalifikaci již během studia na škole. Absolvované kurzy slouží jako podklad pro tvorbu portfolia či při ucházení se o pracovní místo.



1. Učitel nejprve s žáky probere, co je kurz nebo školení. Obecně kurz je kratší rozsahem než školení. Kurzy i školení mohou být s akreditací, to znamená, že splnily podmínky pro udělení akreditace.
2. Informace je možné hledat na **Národní soustava povolání ([www.nsp.cz](http://www.nsp.cz))** a **Národní soustava kvalifikací ([www.narodnikvalifikace.cz](http://www.narodnikvalifikace.cz))** nebo obecně zadat do vyhledávače např. kurz pro kadeřnici aj.
3. Učitel žáky rozdělí do skupin, ideální je, pokud jsou v každé skupině 4 žáci. Jednotlivé skupiny si vylosují následující modelové příklady. Vždy 1 do skupiny. Vhodné je, aby žáci byli v počítačové učebně s přístupem k internetu.





### Máte 3 modelové příklady A–C.

- A. Anička studuje obor Kadeřník. Jaké kurzy/školení/rekvalifikace by mohla absolvovat, aby rozšířila možnosti svého uplatnění na trhu práce? Svoje odpovědi zdůvodněte.
- B. Petr studuje obchodní akademii. Jaké kurzy/školení/rekvalifikace by mohl absolvovat, aby rozšířil možnosti svého uplatnění na trhu práce? Svoje odpovědi zdůvodněte.
- C. Veronika studuje na gymnáziu. Jaké kurzy/školení/rekvalifikace by mohla absolvovat, aby rozšířila možnosti svého uplatnění na trhu práce? Svoje odpovědi zdůvodněte.

4. Jednotlivé skupiny prezentují svoje nápady k modelovým příkladům. Ostatní skupiny mohou doplnit. Učitel klade důraz hlavně na zdůvodnění, proč volit tento kurz.

5. Učitel může prezentaci žáků uzavřít tím, že svoji profesní cestu si formujeme sami a i během studia se můžeme zajímat o další možnosti, jak si zvyšovat kvalifikaci. Je samozřejmě na nás, zda možnost využijeme, nicméně je dobré o tom, jaké mám možnosti, vědět.

6. Pokud učitel vnímá, že by to bylo vhodné, může probíhat závěrem diskuse.

### Možné otázky:

- Když budu studovat na dané škole, na koho se mohu obrátit s prosbou o doporučení vhodných kurzů? Mohu hledat doporučení i mimo školu?
- Jaké mám možnosti financování kurzů a školení? (rodiče, úspory, brigády, granty atd.)
- Mám možnost s někým si promluvit o tom, jaké kurzy absolvoval během školy (a co tím získal), nebo již při práci? (kadeřnice, řemeslník, rodič aj.)
- Když budu mít absolvované další kurzy, v čem budu mít oproti jiným uchazečům o práci výhodu?



I když profesní cesta vypadá, že je přesně daná (např. vystudovat příslušný obor), máme řadu možností, jak si doplnit další vzdělání. Např. při oboru Kadeřník se nabízí kosmetický kurz, kurz úpravy nehtů atd. Při ekonomickém lyceu např. kurz daní, účetnictví atd. Kurzy realizované při studiu mohou vytvářet jedinečný komplex dovedností, které zvyšují atraktivitu na trhu práce. Kurzy mohou žáci absolvovat i mimo svůj obor (např. cukrář, kadeřnice kurz tvorby webu aj.).







# Pohovor na školu pro mě



Žáci a žákyně  
posledních  
ročníků ZŠ



Příprava dle potřeby  
+ návštěva veletrhu  
+ vyhodnocení/reflexe



Volba dalšího vzdělávání



Cílem je podpořit aktivní přístup žáků na veletrhu vzdělávání.



Jde o aktivitu, která může žákům pomoci připravit se na veletrh vzdělávacích příležitostí. Současně podporuje žáky v uvědomění, že ve svém kariérovém rozvoji hrají aktivní roli.



Před veletrhem s žáky připravíme inzerát na ideální školu (specificky pro každého žáka, dle jeho/jejích preferencí). Vyplníme požadavky na uchazeče, tedy jaké charakteristiky by měla škola mít. A současně, co mohou nabídnout (škole) žáci jako benefit (svůj zájem učit se, další kompetence, zájem o obor).

Následně žáci připraví otázky na pohovor (na školu pro ně). Otázky mohou formulovat na základě výše uvedeného. Tyto otázky si vezmou s sebou na veletrh a budou na ně u škol hledat odpovědi. Je nutné žáky seznámit s tím, že ne všechny školy na veletrhu najdou, např. pokud mají zájem o obor vyučovaný pouze v jiném kraji nebo v zahraničí. Žáci by si s sebou měli na veletrh vzít papír a tužku, aby si mohli odpovědi – své poznatky zapsat, příp. zaznamenat na telefonu či jinak. Současně, podobně jako u pohovoru, mohou věnovat pozornost i celkovému dojmu ze školy, pedagogů, studentů.

Po veletrhu žáci zhodnotí informace, které získali. Mohou tak zúžit výběr vhodné školy.





### Lze provázet z PL:

- Ideální škola
- Veletrh středních škol
- Co dělat, když nevím, jakou školu zvolit
- Je to na tobě – získej kompas na veletrh



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Hledá se vhodný kandidát na pozici: škola, která by byla pro mne vhodná. Na veletrhu se představí celá řada uchazečů (škol). Zpracovaný dokument níže může být podkladem pro pohovor s nimi.

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Inzerujeme VOLNÉ MÍSTO: Škola pro mě

Požadavky na uchazeče (školu):

Místo výkonu práce (vzdělávání):

Co můžu nabídnout:







## Přijímací pohovor

Zde si můžete napsat otázky, na které se chcete uchazečů (škol) zeptat.

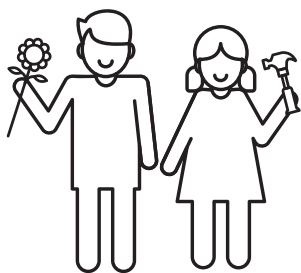




## Výsledné hodnocení

Hodnocení škol podle výše uvedených kritérií, ale i záznam vlastních dojmů.





# Povolání pro kluky a holky



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut aktivita  
+ 45 minut diskuze



Seznamy činností, flipchart,  
fixy



Sebezpoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je podpora svobodné volby povolání nebo dalšího vzdělávání bez předsudků a stereotypů. Rozhodnutí o volbě dalšího povolání a vzdělávání by mělo proběhnout na základě silných stránek, zálib, schopností, dovedností, znalosti světa práce, talentu a dalších informací.



Aktivita se zaměřuje na genderové stereotypy ve vztahu k volbě povolání. Tyto genderové stereotypy ovlivňují žáky a žákyně již při volbě zájmových kroužků nebo volbě střední školy, následné volbě dalšího vzdělávání a v neposlední řadě povolání. Vysvětlení mužských jazykových tvarů v názvech povolání a následná spontánní představa osoby mužského pohlaví (klienti, lékaři, ...). Cílem této aktivity je představit, že by se povolání neměla označovat jako „ženská“ a „mužská“ a volba povolání nebo dalšího vzdělávání by měla být výsledkem zhodnocení silných stránek, schopností a dovedností a dalších předpokladů každého jedince.



Žáci a žákyně se mohou rozdělit na menší skupiny, pracovat však lze i s celou třídou. Obě skupiny obdrží sestavu kartiček nejrůznějších činností. Např. učí ve škole, půjčuje knihy v knihovně, programuje počítačovou hru, zkoumá bakterie, píše knihu, peče dorty, stará se o děti, ošetřuje nemocné, řídí firmu, projektuje mrakodrap, uklízí pokoje v penzionu,





vytváří účesy, pracuje v parlamentu, opravuje auta, pečuje o seniory, píše články do časopisu, prodává v obchodě, závodí v autě apod. Žáci budu mít za úkoly tyto činnosti rozdělit do dvou oblastí – „ženy“ a „muži“. Skupina nebo skupiny by měly při každém rozdělení o dané aktivitě hovořit a ujasnit si, proč vybraly danou stranu. Je důležité aktivitu na začátku příliš nevysvětlovat pro podporu nevědomého uvažování, které může být stereotypní. Pak bude následovat diskuze, kdy žáci a žákyně u jednotlivých profesí popíší, proč některá povolání přiřadili na stranu „žen“ nebo „mužů“.



Vyhodnocení bude probíhat formou řízené diskuze za použití např. těchto otázek: Napadá vás, proč povolání rozdělujeme na typicky ženská a typicky mužská? Napadá vás práce, kterou muži nebo ženy dělat nemohou? Víte, že v některých povoláních dostává žena menší výplatu než muž? (v ČR kolem 16%, [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)) Znáte nějakého muže, který vykonává práci typicky ženskou? A naopak? Existuje povolání, které byste raději přenechali druhému pohlaví? A proč? Proč si myslíte, že některá povolání dělá častěji muž nebo naopak žena? Víte něco o postavení žen ve společnosti v historii? Na závěr aktivity je vhodné žákům připomenout tzv. generické maskulinum a vysvětlit správné použití: např. žáci základní nebo střední školy (žáci a žákyně).



[www.genderstudies.cz](http://www.genderstudies.cz);

BABANOVÁ, A., HAUSENBLASOVÁ J., ET AL. **Volba povolání bez předsudků**. 1. vyd. Praha: Gender studies, o. p. s., 2014. ISBN 978-80-86520-48-3.



---

---

---

---

---

---

---

---

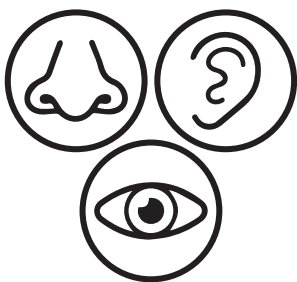
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Práce ve smyslech



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Délka aktivity závisí na způsobu  
jejího provedení, cca 45 až 90  
minut.



Představivost...



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem je podpořit děti v poznávání světa práce všemi smysly.



Lidské smysly nám neustále poskytují informace o nás i světě kolem nás. V rámci této aktivity se je pokusíme využít i k poznávání světa práce i sebe sama.



Žáci si zvolí jedno povolání, kterému se v rámci aktivity budou věnovat. Může být zvoleno náhodně nebo u starších dětí může jít o jimi preferované povolání.

Když mají děti povolání vybrané, necháme jim chvíli, aby se vžily do situace, kdy už dané povolání vykonávají. Tento pocit můžeme navodit např. řízenou imaginací, např.:  
*„Zavřete oči. Třikrát se hluboce nadechněte a vydechněte... Představte si, že jste se ráno probudili jako dospělí, kteří pracují ve vámi zvoleném povolání.”*  
(počkejte cca půl minuty a pak dále pokračujte)

*V kolik hodin jste vstali? Co jste si oblékli na sebe? Již jste připraveni do práce a vydáváte se na cestu. Jak do práce cestujete – autem, vlakem, na kole nebo jinak? Jak dlouho vám cesta trvá?*

*Přicházíte do práce: Co vidíte? Koho potkáváte?*





*Jste na svém pracovišti, jak vypadá? Jste uvnitř, nebo venku? Jste sami, nebo s ostatními lidmi? Co máte na sobě? S čím pracujete?*

*Celý den vykonáváte svoji práci, co děláte? Jak se cítíte? Co se vám dnes podařilo? V kolik končí váš pracovní den?*

*Udělalí jste svoji práci a odcházíte domů. Večer usínáte a další den se už probudíte ve svém současném já. Jaký pocit ve vás přetrval?"*

### Představu je možné navodit také otázkami:

- V kolik hodin ráno vstáváte? Jak se do práce přesouváte?
- Jaké činnosti musíte vykonat, než začnete pracovat?
- Jak probíhá váš pracovní den?
- Jakým způsobem ukončujete práci?
- ...

### Pokud už děti získají představu určitého povolání, můžeme se zaměřit na jeho poznávání různými smysly:

**Hmat:** Jakých materiálů se v práci dotýkáte? Jaké nástroje/předměty berete do ruky? Jsou vám příjemné, nebo ne?

**Sluch:** Co v práci slyšíte? Lidské hlasy, hluk, hudbu, ticho nebo něco jiného? Jak se tyto zvuky proměňují v čase?

**Čich:** Co v práci cítíte? Vůně nebo pachy? Jak se proměňují v čase? Jaké vůně nebo pachy absorbuje vaše tělo?

**Zrak:** Co nejčastěji vidíte (např. lidi, předměty, zvířata apod.)? Jak se vám to líbí? Máte k dispozici přirozené nebo umělé světlo? Namáháte svůj zrak?

**Chut:** Vnímáte při práci nějaké chutě? Jsou vám příjemné, nebo ne?

### Tento základní set smyslů můžeme rozšířit i o další:

#### **Smysl pro teplo (termocepce):**

Pracujete v teple, nebo v chladu? Proměňuje se to během roku?





### Smysl pro uvědomění těla (propriocepce):

Jaké pohyby vykonáváte v rámci práce? Co nejčastěji děláte? Jsou vám příjemné, nebo ne? Musíte při práci uplatňovat určitou sílu?

### Smysl pro rovnováhu:

Jakým způsobem se při práci vyrovnáváte s interními a externími vlivy, např. ve fyzickém světě, ale i v širším smyslu rovnováhy mezi jedincem a jeho okolím?

### Smysl pro vnímání bolesti (nocicepce):

Cítíte někdy při práci nepohodlí, bolest, únavu, vyčerpání? Jakým způsobem se s nimi vyrovnáváte?

Aktivitou si žáci prochází individuálně, každý sám se sebou, zadání je však řízené pedagogem.



### Po skončení aktivity probíhá společná reflexe:

- Jaké pocity v nich aktivita zanechala?
- Byli žákům představované vjemy příjemné, nebo ne?
- V případě, že zažívali něco nelibého, jak se s tím vyrovnali? Potřebují nějakou podporu spolužáků nebo pedagoga?
- Získali v něčem nový pohled na uvedené povolání?
- Jak byl tento způsob přemýšlení o kariéře pro ně přínosný?

Představy mohou vyvolat u žáků emoce, které je dobré s nimi reflektovat a pojmenovat, popsat, jak se projevují v těle, a příp. je podpořit v jejich efektivním zpracování.

Aktivitu lze zařadit např. do výuky biologie, poznávání lidského těla a lidských smyslů.

Je možné zařadit jako doplněk aktivity Ten dělá to a ten zas tohle.

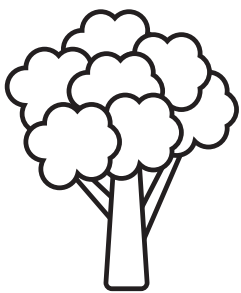


BOLFOVÁ, K., KRŠŇÁK, J. (2020). *Kdyby lidi byli stromy*. Praha: Alferia.  
DIENER, T. (2007). *Esencia práce*. Brno: Epos.

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Profesní život naší rodiny



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ  
(aktivita má varianty  
i pro nejmladší žáky)



45 minut + 45 minut (je vhodné  
část zadat jako domácí úkol)



Nakopírované pracovní listy  
s připravenou tabulkou



Kariévní cesta a svět práce



Sebepoznání a podpora vědomého samostatného rozhodování na základě inspirace z profesního života rodiny. Podpora komunikace a vztahů mezi rodiči a dětmi.



Aktivita přináší rozhled a povědomí o různých profesích, včetně náplně práce. Umožňuje poznat rozmanitost lidských činností (zejména při sdílení ve skupině). Mapuje rodinné zázemí žáků v oblasti pracovního uplatnění. Může být zajímavým výchozím bodem či doplňující aktivitou při rozhodování. Napomáhá vědomé volbě profese. Podporuje samostatné rozhodování. Může poskytnout autentické příběhy blízkých a inspiraci, jak se v podobné situaci rozhodli oni. Podporuje zapojení rodičů i širší rodiny. Inspiruje příklady z nejbližšího okolí. Může mít přesah do společenských, historických, etických témat.



Na úvod můžeme s žáky rozvést diskuzi na téma rozmanitosti lidských činností a profesí. Nechat je říkat, jaké znají. Od běžných až po ty méně častější.

1. Rozdáme PL (tabulka Profesní život naší rodiny) a necháme vyplnit první sloupec, kde by měli žáci uvést nejbližší členy rodiny (např. rodiče, prarodiče, sourozence, strýce, tedy či jiné známé, se kterými jsou v bližším kontaktu). V tomto kroku doporu-







čujeme věnovat zvýšenou pozornost a citlivost aktuální rodinné situaci dítěte, např. úmrtí v rodině, špatné vztahy s některými členy, děti vyrůstající v dětském domově apod. Na listu by se mělo objevit nejméně 6 osob.

2. K jednotlivým osobám žáci doplní současná nebo minulá povolání (v případě zemřelého prarodiče pouze minulá). U koho nevědí, přeskočí (doplní za domácí úkol).
3. Sdílení profesí naší rodiny. Žáci jsou vyzváni, ať vyberou profesi, kterou chtějí sdílet s ostatními. Můžeme je zapisovat na tabuli a třídit dle oblastí. Nebo zapsat jen ty nejčastější. Nebo naopak vybrat ty neobvyklé. Vzniká zde i příležitost k diskusi nad důležitostmi všech třeba i neatraktivních povolání, např. jak by se nám žilo bez popelářů?
4. Po sdílení probíhá diskuze o daných profesích. Zajímáme se a ptáme se žáků, co daná profese obnáší. Kde člověk vykonávající tutu práci pracuje, v jakém prostředí. Jaké potřebuje pracovní pomůcky. Zda jde o samostatnou, nebo týmovou práci. Co jsou jeho hlavní pracovní úkoly. S kým spolupracuje atd. Diskuze může být i na téma důležitosti a potřebnosti daných profesí. (rozsah diskuze přizpůsobíme času a věku žáků)

**Varianta:** u mladších žáků můžeme zůstat jen u jednodušších popisů činností. (Např. co dělá prodavačka, zedník, poštovní doručovatelka, zdravotní sestra, strojvedoucí...)

**Varianta:** u starších žáků může být diskuze příležitostí poukázat např. na rozdíl mezi zaměstnáním a podnikáním, práci ve státní správě, soukromé firmě, neziskovém sektoru, připojení diskuze nad zodpovědností té které profese nebo její potřebností ve světě, nad proměnami světa práce v kontextu historie.

Zde můžeme aktivitu zakončit v její jednodušší verzi, pak pokračujeme přímo na reflexi v kroku 8. Nebo můžeme pokračovat zadáním domácího úkolu, který zahrnuje spolupráci s osobami uvedenými v pracovním listu.

5. Zadání domácího úkolu: Spolu s rodiči a blízkými doplnit tabulku pracovního listu o údaje, které žáci sami nevěděli (současná práce, a další sloupce (první práce a poznámky). Do kolonky poznámky mohou uvést různé další zajímavé informace, které z rozhovorů vyplynou.

#### Příklady otázek, které mohou žáci rodičům položit:

- Co práce přesně obnáší?
- Jak ses k ní dostal?
- Co tě na ní nejvíce bavilo?
- Jak dlouho už to děláš?





- Kolik profesí jsi vystřídal?
- Kde jsi byl nejvíce spokojený?
- Díky čemu jsi mohl mít takovou práci?
- Jak jsi získal první práci?
- Proč jsi pak práci změnil?
- Jak ses rozhodoval ty při výběru školy nebo práce?
- Uvažuješ ještě o změně práce?
- Čím jsi chtěl být, když jsi byl malý?
- Jak tě ve volbě povolání podporovali tví rodiče?
- Na co jsi hrdý? A proč?
- Co bylo v tvé kariéře nejtěžší?

6. Ve škole pak probíhá následné sdílení dalších nových informací. Co jste zjistili? Co vás nejvíce zaujalo? Má někdo stejnou práci od první až po současnost? Nakolik se liší první a současná práce? Víte, proč a jak k tomu došlo? Dozvěděli jste se více, co daná práce obnáší? Co z toho bylo nejzajímavější? (Diskuze může probíhat obdobně jako v bodě 4, jen s větší informační základnou ze stran žáků.) O jakém povolání se chcete dozvědět více?

**Varianta:** pokud někdo neví, co práce obnáší, můžeme společně hledat na internetu. Pomocť nám může např. Národní soustava povolání: <https://www.nsp.cz/>

7. Závěrem diskuze by každý žák měl mít objasněno, jakou práci jeho blízcí vykonávali dříve a v současnosti, a zároveň vědět, co daná práce obnáší. Zároveň si mohou uvědomit, že jejich rodiče taky nevěděli, co chtějí dělat, nebo svou profesi měnili. Může to do jejich rozhodování přinést určitou úlevu a nadhled.

8. V posledním kroku se zamýšlí každý sám nad sebou a může probíhat i společné sdílení ve skupině. Co nového jste se dozvěděli o své rodině? Který kariérní příběh vás nejvíce bavil? Co vaši rodiče dobře umí? Myslíte si, že jste po nich některé dary zdědili? Která z prací se vám nejvíce líbí a je vám blízká? Co se vám na ní líbí? Kterou byste naopak vůbec nechtěli dělat a proč? (Podpořit, že je v pořádku rozhodnout se podle sebe.) Kdybyste si z prací mohli vybrat z každé jen něco, co byste si vybrali? Jaká profese by pak vznikla? O co svého byste ji doplnili? Povzbudit žáky ke kreativitě – název, popis činností, možno namalovat (např. i v rámci výtvarné výchovy).





- Co jste si na základě této aktivity o sobě uvědomili?
- Co vás nejvíce zaujalo?
- Která část aktivity vás bavila nejvíce? (Samostatné přemýšlení, sdílení a diskuze s ostatními, rozhovor s rodičem, kreativní sestavení vlastní profese...?)
- Co je při výběru profese nejdůležitější pro vás?
- Směřujete do podobných profesí jako někdo z vaší rodiny, nebo jinam?
- Co vás inspirovalo?
- Co jste díky této aktivitě získali?
- Co o sobě s jistotou víte? (Třeba i to, že „tohle ne“.)

Vyhodnocením může být i formou prezentace kresby svého budoucího povolání, prezentace v PowerPointu, film z obrázků a citací příbuzných, rodokmen povolání či jiná forma.



- Další variantou aktivity může být např. v rámci hodin dějepisu propojení s rodokmenem a historií společnosti jako celku. Uvědomění, co dělali jejich praprarodiče. Diskutovat a ukazovat proměny společnosti a světa práce. Jaké profese vykonávali lidé před 50 lety, před 100 lety...? Kde, s čím pracovali, jaké potřeby měli...?

Navazovat může i diskuze a výtvarná činnost na téma profese budoucnosti.

- U mladších žáků můžeme začít kresbou na téma „Jakou práci dělají mí rodiče“. Následně si nad obrázky povídat o daných profesích a nechat žáky vybrat, která profese se jim nejvíce líbí.

Kromě přiložené tabulky můžeme využít jakékoliv schéma rodokmenu. Možno kreslit i jako strom života.

- Zjednodušená verze aktivity pro starší žáky – nejdříve zadat vyplnění tabulky jako domácí úkol, následně projít postupem aktivity v krocích 6–8.

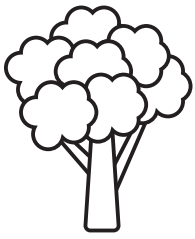
Propojení může být i na hodiny informatiky, kdy si žáci samostatně vyhledávají popisy povolání a náplně práce u profesí v jejich rodině.

Aktivita otevírá také prostor pro větší spolupráci s rodiči, např. v oslovení a možnostech exkurze v jejich zaměstnání nebo návštěvě rodičů ve škole a sdílení informací o jejich práci formou besedy. Na besedu mohou být pozvaní např. 3 rodiče z dané třídy a přípravu a moderování besedy si mohou vzít na starost samotní žáci.

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

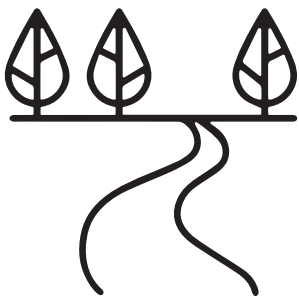
*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Profesní život naší rodiny

Člen rodiny	Současná práce	První práce	Poznámky



# Prosím, vyprávěj mi příběh...



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut



Podklad pro rozhovor žáka  
s rodičem.



Kariérní cesta a svět práce



Sdílení zkušenosti. Podpora vztahu s rodiči (blízkými).



Nosnou částí aktivity je rozhovor žáka s rodičem (blízkým), který pak společně reflektujeme. Podporuje učení se ze zkušeností druhých. Umožňuje prakticky si vyzkoušet inspirování se druhými a zároveň vnímat svůj pohled a názor. Současně rozvíjí schopnost naslouchání, tvorbu otázek a přípravu rozhovoru. Prohlubuje vztah rodiče a žáka – společně stráveným časem a společným tématem rozhovoru. Umožňuje poznání, že kariérní cesta se neustále vyvíjí, že jedna volba (např. SŠ) nemusí znamenat, že v ní zůstanu po celý život.



**1.** zadání domácího úkolu:

- Žákům zadáme za domácí úkol promluvit si s rodiči o jejich vzdělání a práci. Mohou uskutečnit oba rozhovory nebo jen jeden dle výběru. Nebo můžeme aktivitu rozpojit a udělat jeden z rozhovoru např. o 2 měsíce později.
- Místo rodičů mohou oslovit prarodiče nebo jiného blízkého a známého člověka příbližně ve věku rodičů. Nejlépe toho, kdo pracuje v oblasti, která je láká. (Doporučuje-





me ponechat volbu plně na žácích, někteří se mohou v pubertálním věku za povolání svého rodiče stydět.)

- Cílem je uskutečnit rozhovor na téma práce nebo vzdělávání podle připravených otázek (viz příloha k nakopírování). Podklad pro rozhovor mohou žáci doplnit o své další otázky. Nemusí se držet všech, měli by získat odpovědi hlavně na ty, které je nejvíce zajímají.
- Není potřeba si zaznamenávat všechny odpovědi. Písemně by žáci měli zachytit jen to pro ně nejzajímavější, nejdůležitější.

2. Necháme dostatek času pro vyhotovení domácího úkolu. Rozhovor by měl proběhnout v uvolněné, klidné atmosféře, kdy na sebe žák s rodičem mají dostatek času.

3. Společně a žáky reflektujeme průběh rozhovoru a vyzýváme je ke společnému sdílení.

- Jaké pro ně bylo si na toto téma s rodičem povídat?
- Kde si spolu povídali?
- Kolik času tím strávili?
- Co jim přišlo nejzajímavější?
- Co je nejvíce udivilo?
- Z čeho měli dobrý pocit?
- Za co svého rodiče obdivují?
- Jaká práce rodiče se jim nejvíce líbila a proč?
- Jaké těžkosti museli rodiče překonávat a jak se s nimi vypořádali?
- Kdo jim nejvíce pomohl?
- Co pro ně bylo nejdůležitější se naučit?
- Kde a jak se naučili důležité dovednosti?
- Co vnímají, že bylo v celém příběhu klíčové a nejdůležitější – jaké poselství si pro sebe odnášejí?

Není nutné procházet všechny otázky, je možné zvolit si dle věku a toho, co žáky skutečně zajímá, a připojit svoje otázky.

4. Povídání o inspiraci a svobodné volbě.

Diskuze na téma, co je to inspirace. Jak se můžeme inspirovat ve vnějším světě. Že nám pomáhá ujasnit si, co chceme a co ne. Co s námi souzní a co spíše ne. Jak se můžeme inspirovat v okolí a rozhodnutí dělat uvnitř sebe.





5. Praktické cvičení na inspiraci z okolí a uvědomění si svého názoru. Vyzveme žáky, ať si zapíší aspoň 3 věty ve stylu, co se jim líbilo/nelíbilo a jak by to chtěli oni sami.

Tohle se mi líbilo... a já bych to pro sebe ještě takto vylepšil/a.  
Tohle se mi nelíbilo... já bych to pro sebe takto změnil/a.

Např.

*„Líbilo se mi, že táta mohl v práci technika odcházet každý pátek z práce dříve a nahradit si to jiný den. Mně by se líbilo mít tu možnost kterýkoliv den v týdnu.“*

*„Líbilo se mi, že máma může některé dny pracovat z domu. Mně by se líbilo mít možnost pracovat odkudkoliv.“*

*„Líbilo se mi, že teta se ve své práci často učí nové věci. Mně by se líbilo mít práci, kde by mi zaměstnavatel platil nové kurzy a já se mohl vzdělávat v pracovní době.“*

Možnost sdílení ve skupině.



- Co si z celé aktivity odnášíte?
- Co nového jste se dozvěděli?
- Co jste se naučili?
- Co jste si o sobě uvědomili?
- Jak se změnil váš pohled na vaši budoucí práci?
- Co nového jste si o své budoucnosti uvědomili?
- Co už víte, že v rámci práce chcete?
- Co byl nejsilnější moment rozhovoru s rodičem?
- Co nového jste o sobě zjistili?
- Co s tím teď můžete udělat?
- Jaké nové možnosti a pohledy se vám otevřely?
- O čem se chcete dozvědět více?
- Jaké nové otázky vyvstaly?





Aktivitu můžeme využít i v českém jazyce. Rozhovor (interview) jako slohový útvar publicistického stylu. Mohou si vyzkoušet rozhovor nahrát a pak při následném poslechu vybrat, co do rozhovoru použijí a co ne. Nebo jako vyprávění profesní cesty rodiče. Např. Moje máma jako zdravotní sestra.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

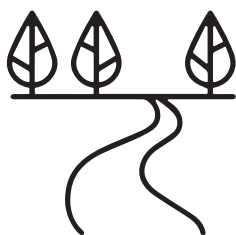
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





Podklad pro rozhovor o vzdělání

Prosím, vyprávěj mi příběh... o svém vzdělávání.

Níže uvedené otázky slouží jako inspirace. Vyberte si ty, které vás opravdu zajímají, a neváhejte připojit další své vlastní.

Co tě nejvíce bavilo na základní škole?

Co ti nejvíce šlo?

Jaké jsi míval/a známky?

Co tě fakt nebavilo?

Které učitele jsi měl/a rád a proč?

Co pro tebe na základce bylo nejtěžší?

Co pro tebe na základce bylo nejlehčí?





Jaké školy jsi zvažoval/a na konci základky?

Jakou školu sis zvolil/a po ukončení té základní?

Dojížděl/a jsi někam?

Byla to pro tebe velká změna?

Šel/Šla jsi do nové školy s kamarádem, nebo jsi tam nikoho neznal/a?

Co tě v té škole nejvíce bavilo?

Cítil/a jsi, že ses rozhodl/a správně?

Věděl/a jsi už v té době, co chceš dělat?

Kolik času ses věnoval/a učení a přípravě do školy?

Bylo pro tebe těžké ji dokončit? Složit závěrečné zkoušky?





Rozhodl/a by ses dnes pro stejnou školu? Proč?

Jaké další školy nebo kurzy jsi absolvoval/a?

V čem byly pro tebe a budoucí život nejvíce užitečné?

Která škola či kurz byl/a pro tebe nejpřínosnější?

Jakou dovednost, kterou ses v životě naučil/a, vnímáš jako pro život nejužitečnější?

Jaké naučené dovednosti dnes používáš při své práci?

Kde ses naučil/a většinu těchto dovedností?

Jakým způsobem ses je naučil/a?

Kolik ti to zabralo času?

Kdo ti v tom pomohl nejvíce?





Myslíš si, že umíš vše, co ke své práci potřebuješ?

Chceš se dále vzdělávat? Vnímáš to pro sebe jako důležité, potřebné?

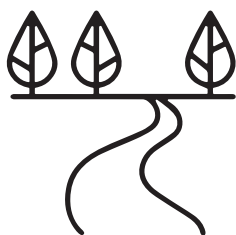
Co nového by ses chtěl/a naučit?

V čem by ses chtěl/a zdokonalit?

Je něco, co tě můžu naučit já?

Doplň své otázky, co by tě ještě zajímalo:





Podklad pro rozhovor o práci

Prosím, vyprávěj mi příběh... o své práci.

Věděl/a jsi od mala, čím chceš být?

Přemýšlel/a jsi nad tím?

Kdy jsi na to přišel/a?

Co bylo hlavní, klíčové, co ti pomohlo rozpoznat, jakou práci chceš vykonávat?

Měl/a jsi ještě před prvním zaměstnáním nějaké brigády, třeba při škole?

Co jsi dělal/a a kolik času si na brigádách strávil/a?

Jaká byla tvá odměna?

Co ses na brigádě naučil/a?

---





Myslíš, že je dobré chodit na brigády? Proč?

Jaké bylo tvé první zaměstnání?

Kde a s čím jsi pracoval/a?

Jak jsi se k první práci dostal/a?

Byl tam někdo, kdo ti pomohl se zaučit?

Co tě nejvíce bavilo?

Těšil/a ses do práce?

V kolik jsi ráno vstával/a a kdy ses vracel/a domů?

Jak velkou jsi měl/a první výplatu?

Kde a s kým jsi tehdy žil/a?





Co jsi se v první práci naučil/a?

Jak dlouho jsi zůstal/a v první práci?

Jak se náplň práce proměňovala v čase?

Jaké další práce jsi v životě měl/a?

Proč jsi odešel/a z té předchozí?

Co bylo v nové práci lepší?

Bylo těžké najít si další novou práci?

Co jsi pro to udělal/a?

Kdo ti v tom nejvíce pomohl?

V nové práci jsi se vždy znovu zaučoval/a, nebo jsi vycházel/a z předchozích zkušeností?





Co ti šlo nejlépe?

Pracoval/a jsi sám/a, nebo v týmu?

Co pro tebe bylo nejtěžší?

Jak jsi to zvládl/a?

Která z prací ve tvém životě byla ta nejlepší?

Proč byla tou nejlepší?

Co jsi musel/a mít a umět, abys ji mohl/a vykonávat?

Kde jsi se to naučil/a a získal/a?

Jakou roli ve tvém pracovním životě hrála střední (vysoká) škola?

Když se podívám zpětně, myslíš, že sis zvolil/a svou střední školu správně?







Byly důležité i nějaké další kurzy?

Co tě na současné práci nejvíce baví?

Jsi v ní spokojen/á? Co ke spokojenosti přispívá nejvíce?

Kdybys na své současné práci mohl/a změnit jednu věc, jaká by to byla?

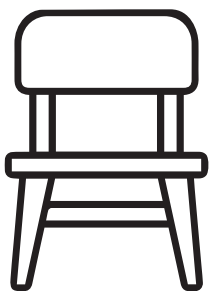
Uvažuješ i teď o změně práce?

Jaké obory tě lákají?

Co si myslíš, že je při výběru práce to nejdůležitější?

Doplň své otázky, co by tě ještě zajímalo:





# Příběh věci



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Zadání, brainstorming a volba  
věci ke zpracování: 15 minut  
Skupinová práce a prezentace  
výstupů: dle možností a způsobu  
uchopení cca 1 týden  
Prezentace projektů a skupinová  
práce: 45 + 45 minut



Seznam věcí  
Materiál pro vytvoření prezentace  
žáků (např. fixy, flipchartové  
papíry, pastelky, fixy, časopisy,  
mobilní telefon v případě  
natáčení videa apod.)  
Karty s popisy povolání, dle  
výstupů, které zpracovali žáci.



Kariéerní cesta a svět práce



Seznámení se s různými profesemi skrze věci, které nás obklopují, a uvědomění si jejich významu pro náš život.



Aktivita podporuje žáky v uvědomění si významu různých profesí pro běžný život. Zároveň přispívá k seznámení s širokou škálou profesí. Žáci mohou aktivitu využít také pro rozvoj sebepoznání.



1. Žáci si vyberou nějakou věc, něco, s čím se denně setkávají, nebo něco, co mají v oblibě. U menších dětí mohou učitelé využít také seznam předmětů nebo obrázky, ze kterých si děti vyberou. Žáci si také mohou zvolit předmět a pracovat společně ve skupině.
2. Žáci mají za úkol u vybrané věci zjistit a popsat, jak od počátků vznikala, jakých činností, povolání bylo pro její vznik třeba. Starší děti si mohou předem definovat oblas-





ti zájmu, to, co je o daných profesích zajímavá, např. kde je možné získat kvalifikaci, jaké je jejich finanční ohodnocení, jaké znalosti a dovednosti musí mít, jak vypadá jejich typický den apod.

**Př.** Židle: Lesník se stará o dřevo v lese, dřevorubec strom pokácí, lesní dělník strom vytáhne, kladař naloží, pracovník na pile zpracuje na prkna, designér židli navrhne, truhlář vyrobí, obchodník prodá.

**3.** Žáci zpracují výstupy formou obrázku, grafiky, koláže apod. a své práce si navzájem prezentují. Diskuze k projektům se může zaměřit na otázky:

- Co žáky při práci překvapilo?
- Z jakých zdrojů vycházeli? Kde hledali informace?

#### **Varianta:**

**4.** Popsaná povolání i spolu s jejich charakteristikami, např. s využitím NSK/NSP, napíšeme na zvláštní kartičky, které dáme dětem do skupin. Děti pak ve skupinkách mají uvedené povolání seskupit podle vybraných charakteristik – buď si je sami definují nebo je můžeme dětem připravit, např. podle pracovního prostředí, podle kompetencí, podle délky přípravy na povolání (kvalifikace).

**5.** Dále mohou žáci pracovat ve dvojicích/skupinkách. U každého povolání zkusí najít jednu věc, která by je bavila, a jednu, která jim jde. Poznatky si zapisují a na závěr jsou vyzváni k tomu, aby zkusili najít podobnosti, charakteristiky, které se opakují. K náhledu jim mohou také pomoci spolužáci z dvojice/ze skupiny.



V rámci reflexe žáci sdílí, jak obtížné/snadné pro ně bylo hledat u jednotlivých profesí, co by je bavilo a co jim jde. Zamýšlí se nad příčinami – proč to bylo snadné/obtížné. Sdílejí, zda se dozvěděli něco nového pro své kariérní uvažování.

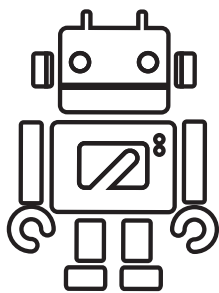
Téma kariérního rozvoje můžeme dále provázat s občanským vzděláváním, např. otevírat s žáky otázky ohledně masové spotřeby a produkce, lokální a globální výroby, důstojných podmínek pro práci apod., viz např. vzdělávací program ČvT Varianty.

Třída si na základě aktivity může vytvořit databázi informačních zdrojů o světě práce, např. podle oborů.

Aktivitu lze také provázat s projektovými dny, návštěvou pracoviště, instituce dalšího vzdělávání, spolupracovat s rodiči.







# Roboti



Žáci ZŠ a SŠ



60 minut aktivita  
+ 60 minut skupinová diskuze



Pracovní list s otázkami,  
mobilní telefony, flipchart



Kariérní cesta a svět práce



Pracovní list by měl žáky přimět přemýšlet o tématu robotizace a poskytnout náhled na robotizaci lidské práce. Žáci budou přemýšlet nad tím, kde se v dnešní době mohou setkat s prací robotů nebo které činnosti by žáci robotům nejraději přenechali. Cílem je také promyslet, která povolání díky robotům v budoucnu pravděpodobně zaniknou.

Ačkoliv předpoklady o zániku až třetiny profesí jsou pravděpodobné, je důležité si uvědomit, že cílem robotizace rozhodně není zvýšit nezaměstnanost. Pokud některé profese vymizí, místo nich pravděpodobně vzniknou nové. Zánik hrozí takovým profesím, které jsou monotónní a kde není potřeba lidský přístup či emoční inteligence. Na druhou stranu i u těchto jednoduchých činností nám v budoucnu může lidský přístup chybět – úsměv paní pokladní.



Průmysl se aktuálně nachází na sklonku robotizace – čím dál více manuálních profesí nahrazují roboti, výrobní linky se plně automatizují a umělá inteligence usnadňuje náš společností život. Roboti se stávají součástí každodenního života, od domácích vysavačů po digitální asistenty. Podle portálu Profesia do 40 let zanikne v rámci robotizace více než třetina zaměstnání. Mnoho profesí ale naopak díky robotizaci vznikne, někdo musí roboty vyvíjet a řídit.





V úvodu můžeme žákům představit téma lekce a rozdat pracovní listy. Žáci mohou při vyplňování používat mobilní telefon k vyhledávání informací.

1. Rozdáme žákům pracovní listy a vysvětlíme, že při vyplňování mohou používat pro dohledávání informací mobilní telefon, počítač nebo tablet. Své odpovědi mohou v průběhu vyplňování konzultovat s ostatními žáky a vzájemně se inspirovat. Žáci mají na vyplňování jednu vyučovací hodinu.
2. V další fázi se bude poradce žáků dotazovat a např. na flipchart zapisovat jednotlivé odpovědi. Tedy shrne odpovědi do obsáhlejších celků tak, aby si je žáci mohli pročitat.
3. Po sepsání si žáci a poradce odpovědi společně projdou, případně je mohou doplnit. A hlavně o odpovědích mohou společně diskutovat. Poradce může v průběhu diskuze klást tyto otázky:

**Která další povolání za nás vykonávají roboti? Kde dále se v dnešní době s roboty setkáme?** (operační stroje ve zdravotnictví, vysavače, sekačky, internetové vyhledávače)

**Napadají vás další činnosti, které by robot mohl vykonávat za vás?** (úklid, žehlení, domácí úkoly, masáže, nákupy, vynášení odpadků, atd.)

**Které další činnosti byste robotovi raději nepřenechali?** (jízda na kole, spánek, návštěva kamaráda, jídlo, zábava, sport, vaření, kreslení)

**Která další povolání díky robotům v budoucnu možná zaniknou?** (operátoři zákaznických linek, prodavači v supermarketech, prodejci vstupenek, řidiči metra, montážní dělníci, pojišťovací agenti, realitní makléři)

**Která povolání díky robotům v budoucnu vzniknou?** (vývojáři, programátoři, grafici, správci robotů)

**V čem jsou lidé lepší než roboti?** (kreativita, rozhodování, emoční inteligence, intuice, lidský přístup, umělecké profese, zdravotníci, učitelé, policisté, hasiči, manažeři atd.)

**V čem jsou roboti lepší než lidé?** (přesnost, pečlivost, efektivita, žádná fluktuace, malá chybovost)

**Jaké emoce ve vás vyvolává téma budoucí robotizace?** (strach, radost, zvědavost)





- Hodnocení probíhá na základě diskuze.
- Jaké nové informace jste se dozvěděli o robotech?
- Co pro vás bylo nové?
- Co vás překvapilo?
- K čemu vás nové informace vedou?
- Jaké pocity ve vás vyvolává téma robotizace? (radost, obavy)
- Co by vás ještě zajímalo?
- Co se vám na dnešní lekci líbilo?



**Žáci mohou vyrobit na téma Roboti a lidé např. společný vision board/lapbook, na různá témata:**

- Povolání, která zaniknou nebo naopak vzniknou.
- Kde všude nám dnes pomáhají roboti?
- Které činnosti bychom rádi přenechali robotovi?

Žáci také mohou navštívit např. blízkou výrobní firmu a prohlédnout si roboty v praxi. Je možné navštívit místní volnočasovou organizaci, která se zabývá programováním robotů.



KOŠŤÁLOVÁ H., KAVKOVÁ, A KOL. **Rozmanitý svět kariérového poradenství**, EKS, 2017.

[www.svetprumyslu.cz](http://www.svetprumyslu.cz)



---

---

---

---

---

---

---

---

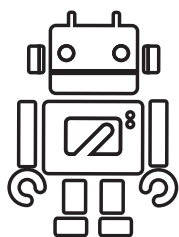
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





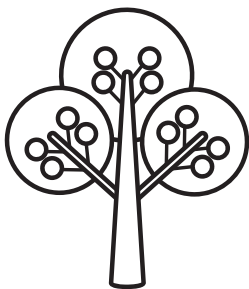
# Roboti

Zkuste napsat odpovědi, které vás napadají. Klidně si můžete o otázkách popovídat i se svými kamarády. Na pracovní list máte dostatek času. Při vyhledávání informací můžete použít i mobilní telefon, PC nebo tablet.

<p>Která povolání za nás vykonávají roboti? Kde všude se v dnešní době s roboty setkáme?</p>	
<p>Kdybyste měli svého robota, které činnosti by mohl vykonávat za vás?</p>	
<p>Které činnosti byste robotovi nepřenechali?</p>	
<p>Která povolání v budoucnu díky robotům zaniknou/ vzniknou?</p>	
<p>V čem jsou roboti lepší než lidé?</p>	
<p>V čem jsou lidé lepší než roboti?</p>	
<p>Jaké emoce ve vás vyvolává téma budoucí robotizace?</p>	







# Rozhodovací strom



Žáci a žákyně  
ZŠ (spíše vyšší  
ročníky) a SŠ



45 minut (individuální poradenství  
nebo skupinová práce)



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce



Aktivita se zaměřuje na podporu sebeobjevování, zlepšuje schopnost se rozhodovat, povzbuzuje žáka v motivaci a prohlubuje proces učení.



Rozhodování je dnes považováno za jednu ze základních schopností každého profesionála. Během své kariéry musí jedinec učinit rozhodnutí, která mohou mít mnoho výsledků. Rozhodovací stromy mohou vést k logickým odpovědím na drobné a i zásadní otázky stanovením možných závěrů z více možností. V kariérovém poradenství se jedná o typ vývojového diagramu, který ukazuje jasnou cestu k rozhodnutí. Kariérní strom je inovativní pohled na to, co je možné, jak to udělat, a pomocí neustálého dialogu ukazuje i jak se tam dostat. Jedná se o zkoumání kariéry, stanovování cílů a sebeobjevování motivující jedince k tomu, aby si stanovovali kariérní cíle, viděli relevanci svého vzdělávání a potažmo tak napomáhali k (školní) úspěšnosti. Rozhodovací strom vyžaduje minimální úsilí k vytvoření, ale přináší nesporné výhody. Zejména umožňuje organizovaným způsobem vizualizovat výsledek každé volby. Volby se rozvětvují a tvoří strukturu – která vypadá jako strom. Může mít horizontální nebo vertikální podobu.





Ve svém jádru všechny rozhodovací stromy sestávají ze 3 klíčových částí (uzlů):

### 1. Rozhodovací uzly

– představují rozhodnutí (obvykle se znázorňují obdélníkem/čtvercem, do kterého se mohou v úvodu napsat otázky)

### 2. Náhodné uzly

– představují pravděpodobnost nebo nejistotu (obvykle označené kroužkem)

### 3. Koncové uzly (listové)

– znázorňují výsledek (zastoupeny trojúhelníkem). Tyto uzly ukazují konec rozhodovací cesty (nebo výsledku). Listový uzel se dál již nevětví, ani nerozděluje, stejně jako opravdový list.

Propojení uzlů nazýváme větvemi a znázorňujeme čarami.

Rozhodovací strom začíná v jediném bodě (uzlu), který se pak větví (rozděluje) do dvou nebo více směrů. Kořenové uzly jsou vždy prvním uzlem, ze kterého se nakonec větví všechna ostatní rozhodnutí, náhody a koncové uzly.

## Zadání:

1. Začněte otázkou nebo nápadem. Nakreslete obdélník (čtverec) a do něj vepište svou otázku nebo nápad. Chcete-li vytvořit svislý strom, začněte uprostřed ve spodní části papíru. Pokud chcete vytvořit vodorovný strom, nakreslete obdélník na levé straně tak, abyste měli prostor pro kreslení čar (směrem nahoru i dolů).
2. Přidejte větve. Vedte z obdélníku tolik čar, kolik potřebujete, abyste určili postup. Např. v základním rozhodování může jedna větev představovat rozhodnutí „ano“ a druhá větev rozhodnutí „ne“. Každá větev nabízí různé možné výsledky a zahrnuje řadu rozhodnutí a náhodných událostí, dokud není dosaženo konečného výsledku. Konečné rozhodnutí dáme do trojúhelníku, pokud je výsledek jasný. Pokud je výsledek nejasný, můžeme jej dát do kroužku. Na ten pak může navazovat další otázka. Uzly i větve lze používat opakovaně znovu a znovu, v libovolném počtu kombinací – tím se vytváří stromy různé složitosti. Mezi kořenovým a konečným listovým uzlem můžeme mít libovolný počet vnitřních uzlů. Když se jakýkoli uzel rozdělí na dva či více poduzlů (buď s náhodnými, nebo jistými koncovými výsledky) – označujeme to jako „štěpování“. Někdy se však stromy mohou zdát složité, příliš rozvětvené. Potom je možné přistoupit k jejich „prořezávání“. Prořezávání je vhodné u údajů, kterým nakonec nepřikládáme takovou váhu. Větve, které nepotřebujeme, jednoduše odřízneme. Je důležité se zamyslet, co je opravdu podstatné. Při nerovnoměrném rozložení se nám strom může „vyvrátit“, nebo se některé větve mohou „polámat“.





**3.** Pokračujte ve svém rozhodovacím stromě podle potřeby, dokud důkladně neprozkoumáte všechny možné výsledky a nebudete moci učinit informované rozhodnutí. Tj. pokračujte, dokud nedostanete odpovědi na své otázky. Strom nám nabízí skvělý způsob, jak si vybrat mezi nejlepším, nejhorším a pravděpodobným scénářem.

**4.** Diskuse nad stromem.  
Strom poskytuje jak data k analýze, umožňuje sledovat i regresi, ale hlavně napomáhá predikci. Lze snadno kombinovat s jinými rozhodovacími technikami. Poskytuje přehledný nástroj.

### Tipy

- Lze využít grafického zobrazení – buď použitím výtvarných technik nebo využitím PC programů.
- Možnost navázání na přírodní vědy.
- Pro matematiku použitelné algoritmy.
- V rámci práce se skupinou lze stromy vzájemně porovnávat. (Mají naše stromy něco společného? Máme-li stejnou otázku, volíme stejnou strategii?)



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Rozhodování



Žáci a žákyně  
ZŠ (spíše vyšší  
ročníky) a SŠ



45 minut



Nakopírovaný test



Sebepoznávání



Povzbudit žáky, aby přemýšleli o způsobu, jakým se rozhodují, identifikovali svůj vlastní rozhodovací přístup pomocí dotazníku. A poté mohli tento uvážlivější přístup aplikovat na svá vlastní životní rozhodnutí, včetně plánování kariéry.



Náš život lze pojmout jako sled rozhodnutí. Rozhodujeme se o banálních věcech každodenního života, ale činíme i zásadní rozhodnutí, která ovlivňují celý náš život. Rozhodnutí můžeme chápat jako techniky, kterými si lidé budují svůj vlastní život. Do rozhodování vstupují mnohé faktory. Přičemž v rozhodovacím procesu jsou nezbytné určité strategie.



Kariérový poradce uvede žáky do významu rozhodování. Vede diskusi o tom, jaká rozhodnutí dělají žáci každý den, a která rozhodnutí považují pro život za nejvýznamnější. Probere se žáky faktory, které do rozhodování vstupují.

Žákům je předložen dotazník, který představuje řadu různých situací a žádá žáky, aby si vybrali, jak by reagovali. Žáci mají možnost výběru z více odpovědí. Jejich skóre se pak použije k určení rozhodovacího přístupu žáka. Přičemž nutno zohlednit, že vyhraněnost typu je prostupná a existuje jistá proměnlivost rozhodovacího přístupu v čase.





## Dotazník rozhodovacího přístupu

Zakroužkujte odpověď, která nejvíce odráží způsob, jakým byste v dané situaci reagovali. Pamatujte, že neexistuje správná a špatná odpověď.

- 1) **Tví kamarádi se nedávno koupili nové tenisky. Viděl/a jsi podobné, které stojí o něco víc, než si můžeš dovolit. Co uděláš?**
  - a) Koupím si je, i když utratím všechny své úspory. Když je chci, budu je mít!
  - b) Zkusím najít nějaké jiné. I když se mi třeba nebudou tak moc líbit, ale budou levnější.
  - c) Tenisky si nekoupím, nebudu utrácet. Ale několik dní budu nad jejich koupí přemýšlet.
  - d) Koupím si je, protože chci dobře vypadat před mými kamarády.
  
- 2) **Několik tvých kamarádů se rozhodlo, že místo poslední hodiny ve škole se podívají na film, který jsi chtěl/a už dlouho vidět. Co uděláš?**
  - a) Jdu, protože ten film chci vidět.
  - b) Zjistím i u dalších kamarádů, jestli ten film chtějí vidět, že bychom se podívali jindy.
  - c) Je těžké se rozhodnout, protože se chci na ten film podívat zrovna s těmito kamarády, ale bojím se, aby se nepřišlo na to, že jsem byl/a za školou.
  - d) Jdu se svými kamarády, jinak si budou myslet, že jsem nudný/á.
  
- 3) **Až se budu rozhodovat, co budu dělat po škole:**
  - a) Nebojím se toho. Věřím si, určitě na něco přijdu.
  - b) Navštívím burzu škol, kariérové dny, dny otevřených dveří a podobné akce – zkrátka zjistím, jaké jsou možnosti, a s někým si o tom promluvím.
  - c) Nemůžu se rozhodnout, abych neudělal/a špatné rozhodnutí.
  - d) Zeptám se rodiny a kamarádů, co navrhnou. Zjistím, co plánují nejbližší spolužáci.
  
- 4) **Naskytla se ti příležitost praxe (stáže), příp. brigády, která by mohla být tvou pracovní zkušeností:**
  - a) Prohlédnu si možnosti a vyberu si tu nejlepší.
  - b) Rychle si prohlédnu možnosti, vyberu pár, které mne zaujaly. Zváším i to, kolik času mi zabere cesta.
  - c) Vyberu si 3 nabídky a počkám, ze které se mi ozvou/na kterou se dostanu.
  - d) Vyberu si ty, které mi někdo doporučil, nebo tam někdo známý pracuje.
  
- 5) **Je pátek podvečer. Pár kamarádů jde někam, ale další zase jinam.**
  - a) Hodím si mincí – to je zábavné rozhodování.
  - b) Zjistím si, kolik která akce bude stát, na jak je dlouho a tak. Podle toho se pak rozhodnu, s kým půjdu.





- c) Strávím polovinu večera s jednou skupinou. Pak se omluvím a půjdu za tou druhou.
- d) Nechci zklamat ani jedny. Půjdu s těmi, kteří budou přesvědčivější.

**6) Máte do školy dva úkoly, které máte zítra odevzdat. Ale stíháš udělat jen jeden. Který?**

- a) Udělám jen ten, který mě víc baví.
- b) Udělám ten, který je důležitější kvůli známám.
- c) Pokusím se udělat oba, i když vím, že ani jeden nestihnu udělat celý správně.
- d) Udělám ten, který mi zadal můj/má oblíbenější vyučující.

**7) Chceš nastoupit do kroužku (přidat se k týmu). Máš na výběr ze dvou. Co uděláš?**

- a) Stačí si vybrat jeden – když se mi tam nebude líbit, tak přeju do druhého.
- b) Zjistím, co mi každý z nich může nabídnout.
- c) Nejdříve si je vyzkouším. Jeden týden jeden, druhý týden další. Pak uvidím.
- d) Zjistím, jestli do některého nechodí nějaký známý. Půjdu tam, kde budu mít více známých tváří.

**8) Jsi ve sportovním reprezentačním týmu školy. Jenže sis nedávno natáhl/a sval, kvůli kterému bys měl/a mít klid. Jenže se jedná o významnou událost a ostatní se na tebe spoléhají.**

- a) Riskuji, ale závodit budu.
- b) Zeptám se nejdříve doktora a proberu to s trenérem.
- c) Budu závodit jen v případě, že za mne neseženou náhradu.
- d) Nemůžu ostatní zklamat, proto poběžím.

### Vyhodnocení testu:

Spočítejte si, kolikrát jste v testu celkem zakroužkovali odpověď

- a)
- b)
- c)
- d)

Písmeno, u kterého je největší počet zakroužkovaných odpovědí, reprezentuje převažující rozhodovací přístup.

**a) Nezávislý přístup**

Jsi velmi rozhodná osoba, která se rychle rozhoduje podle toho, jak to zrovna cítí. Se svými rozhodnutími jsi spokojený/á. Pravděpodobně budeš mít svá rozhodnutí více pod kontrolou, když nebudeš tak moc dávat na rady druhých. Raději poslouchej své pocity. Máš sklon riskovat, aniž bys skutečně přemýšlel/a o následcích do budoucna.

**Pro tento typ je typické, že je:** intuitivní, emotivní, nebojácný/á, nezávislý/á, pozitivní





### **b) Logický přístup**

Máš tendenci pečlivě zvažovat všechny své možnosti, všechna pro a proti. Máš silný smysl pro to, co se ti líbí a nelíbí. Znáš své silné a slabé stránky. Než se rozhodneš, zjistíš si co nejvíce informací, ověříš si je nebo se někoho zeptáš na radu. Zvažuješ dlouhodobé důsledky svého rozhodnutí. Spoléháš se více na logiku než na intuici. Při rozhodování si dáváš na čas, ale svého rozhodnutí se držíš.

**Pro tento typ je typické, že je:** logický/á, zodpovědný/á, sebeuvědomělý/á, informovaný/á, samostatný/á

### **c) Opatrný přístup**

Máš sklon rozhodovat se opatrně. Nechceš dělat chyby nebo zbytečně riskovat. Vnímáš obě strany mince. Víš, že každé rozhodnutí s sebou přináší něco dobrého i špatného. Tento přístup může být dobrou kvalitou z hlediska udržení možností, které se ti otevírají. Může to vést ale také ke zmatku – když se budeš vyhýbat dělat rozhodnutí, protože nad nimi nebudeš mít kontrolu.

**Pro tento typ je typické, že je:** tolerantní, otevřený/á, pečlivý/á, hledící dopředu

### **d) Sociální přístup**

Při rozhodování bereš v úvahu pocity a jednání ostatních lidí. Jsi citlivý/á a raději se vyhýbáš konfliktům. Máš rád/a, když jsi mezi ostatními oblíbený/á. I když takovéto rozhodování může být kvalitní, musíš si dávat pozor, aby tě ostatní neovlivňovali až příliš. Máš tendenci spíše reagovat, než vést ostatní. Raději jsi členem skupiny, než bys vytvářel/a svou vlastní.

**Pro tento typ je typické, že je:** společenský/á, pohodový/á, podporující, rád/a potěšíš ostatní

■ Uvedte, kdy vám byl váš rozhodovací přístup ku prospěchu?

■ Ve kterých situacích se vám váš rozhodovací přístup neosvědčil?

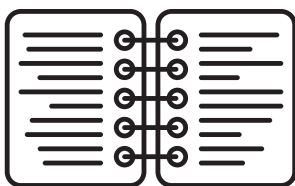
■ Když tyto situace porovnáte, čeho si všimnete?

Všichni se rozhodujeme každý den – ale některá rozhodnutí jsou důležitější než jiná.









# Scénář



Žáci a žákyně  
ZŠ (spíše vyšší  
ročníky) a SŠ



90 minut (příp. další časová dotace  
v případě využití rozšíření techniky,  
nebo při využití individuálních kon-  
zultací)



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce



Tvorba scénáře vede k rozpoznání významu plánování kariéry, napomáhá žákům v kariérním rozhodování, se zamyšlením se nad proměnnými (vlivy), které do kariérní cesty vstupují. Aktivita podporuje kreativní myšlení žáků. Se zaměřením scénáře na oblast práce dochází k identifikaci faktorů této oblasti života.



Scénář je popis něčeho, k čemu by mohlo v budoucnu dojít. Využití scénářů a jejich variabilita je široká. Je možné se zaměřit na širší problém (otázku), nebo jej specifikovat. Rozhodnutí o ústředním tématu je stěžejní. Zásadní je otázka, resp. představa o budoucnosti. Na budoucnosti záleží nám všem, ale nikdo z nás ji neumí předvídat. Tvorba scénáře umožňuje vyvinout kreativní strategie, při vyhodnocení současné situace a zvážení všech vstupujících vlivů. Sebeuvědomění, kde se nacházím, s uvědoměním, že se dnešní rámce mohou a budou měnit, pomáhá připravit se na možné diskontinuity ve vývoji kariéry.



Zadáním je představit si svou kariéru za x let (obvykle 3/5/10). Kde se vidíte? Jde o to, představit si několik variant. Zvážit, které varianty jsou pro mne nejzajímavější (i proč)? Scénáře budoucnosti by měly být co nejpodrobnější. Je možné techniku rozšířit o vytvoření filmového scénáře, ve kterém není nic nemožné. Scénáře nejsou podmíněny jejich realizovatelností!





Z prvotního nástinu několika možných scénářů si žáci vyberou třeba dva až tři. Ty je však potřeba dále rozpracovat, zkonkretizovat. Začnou individuálním vypracováním prvního vlastního scénáře.

#### Kariérový poradce může pomoci návodnými otázkami typu:

- Jak vypadá tvůj pracovní den?
- Jak se dostáváš do práce?
- S kým spolupracuješ?
- Co v práci řešíš?
- Jak jsi v práci ohodnocen?
- Co děláš po práci?
- Jak využíváš chvíle volna?

....

Scénář by měl být co nejkonkrétnější, nejjobraznější. Je přitom potřeba myslet v souvislostech – globálně, interdisciplinárně. Při tvorbě scénáře se člověk nesmí bát přemýšlet „jinak“ – kreativně, inovativně, kombinovat rozum a cit.

Když mají žáci vypracovaný první scénář, následuje vypracování druhého, odlišného scénáře. Úkolem je vytvořit odlišnou představu své budoucnosti. I ve skutečnosti to může být tak, že nakonec je budoucnost jiná, než si ji člověk naplánoval. Je možné takto zpracovat i další, třetí scénář.

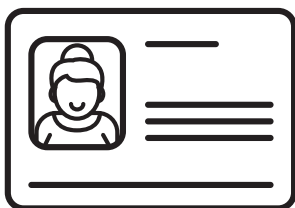
Následuje skupinová práce nebo v případě individuální konzultace diskuse s poradcem. Žák představí své scénáře. Co nejjobrazněji. Posлуhači si dělají poznámky tak, aby se mohli doptávat. Vtažením do životních otázek jiných žáků dochází k poznání jiných i sebe sama.

#### V rámci diskuse mohou vyvstat oblasti:

- Co je pro scénáře společné?
- Který aspekt se ve scénářích opakuje?
- Čemu se scenárista vyhýbá?
- Cítíme někde nejistotu?
- Co je pro scenáristu důležité?
- Jaké jsou hybné síly?
- Co je nevyhnutelné?
- K čemu určitě dojde?
- Co z uvedeného určitě nastane?







# Tak trochu jiná průkazka



Žáci a žákyně  
ZŠ



45 minut



Nakopírovaný test



Sebepoznávání  
Profesní orientace



Aktivita napomáhá podporovat sebepojetí, sebeuvědomění, motivovat žáky, aby rozlišili své vlastní charakteristiky a uvědomili si, že všechny rysy jsou podstatné. Přidruženým cílem je orientace ve světě profesí – motivovat žáky, aby pochopili, že každá profese má své specifické požadavky a pro volbu povolání je důležité se nad tímto zamyslet, porozumět tomu.



Aktivita je založena na sebepojetí a snaží se hledat průsečíky mezi charakteristikami žáků s požadavky různých profesí. Sebepojetí nebo sebeidentita je mentální a konceptuální porozumění a trvalý náhled, který vnímající bytosti mají pro svou vlastní existenci. Jinými slovy, je to součet znalostí a pochopení sebe sama. Sebepojetí se liší od sebeuvědomění, což je uvědomění nebo zaujetí sebou samým. Sebepojetí zahrnuje fyzické, psychologické a sociální atributy, které mohou být ovlivněny postoji, zvyky, přesvědčeními a myšlenkami jednotlivce. Tyto složky a atributy nelze zhustit do obecných konceptů sebeobrazu a sebeúcty.



Žáci dostanou pokyn:

Představte si, že se díváte/podívejte se do zrcadla. Koho tam vidíte? Zkuste se popsat pěti nebo i více slovy. Jsi nejlepší na celém světě? Jsi nejpoblábnější ve třídě? Jsi ...? Jistěže jsi! Jsi všechno, co v zrcadle vidíš.







## Tak trochu jiná průkazka

JSEM...

Vyberte si charakteristiku, která vás nejvíce vystihuje. Jak moc vás charakteristika vystihuje, můžete vyjádřit číslem. Číslo 1 znamená, že vás charakteristika v levém sloupci vystihuje zcela, 2 skoro úplně, atd. číslo 7 znamená, že váš nejvíce (zcela) vystihuje charakteristika v pravém sloupci. Zaškrtněte číslo, které vás představuje u každé dvojice charakteristik.

plachý	1	2	3	4	5	6	7	přátelský
samotářský	1	2	3	4	5	6	7	společenský
stručný	1	2	3	4	5	6	7	obsáhlý
neústupný	1	2	3	4	5	6	7	kolaborující
nezodpovědný	1	2	3	4	5	6	7	spolehlivý
snílek	1	2	3	4	5	6	7	nohama na zemi
mrzutý	1	2	3	4	5	6	7	veselý
bordelář	1	2	3	4	5	6	7	pořádkumilovný
nejistý	1	2	3	4	5	6	7	sebevědomý
citlivý	1	2	3	4	5	6	7	tvrďák
pokorný	1	2	3	4	5	6	7	asertivní
klidas	1	2	3	4	5	6	7	nervák
nevrlý	1	2	3	4	5	6	7	veselý
odtažitý	1	2	3	4	5	6	7	vřelý
kritický	1	2	3	4	5	6	7	poddajný
netrpělivý	1	2	3	4	5	6	7	trpělivý



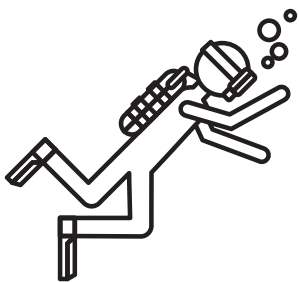
bázlivý	1	2	3	4	5	6	7	odvážný
podezíravý	1	2	3	4	5	6	7	angažovaný
nečestný	1	2	3	4	5	6	7	čestný
snílek	1	2	3	4	5	6	7	racionalista
tvárný	1	2	3	4	5	6	7	nezávislý
těžko odpouštím	1	2	3	4	5	6	7	snadno odpouštím
rebel	1	2	3	4	5	6	7	konzervavec
pesimista	1	2	3	4	5	6	7	optimista
líný	1	2	3	4	5	6	7	aktivní
nedostatek sebekontroly	1	2	3	4	5	6	7	neústupný

Nyní napište přídavná jména, která jste označili buď číslem 1 nebo číslem 7. Napište do sloupce pod sebe. Vedle tohoto sloupce zkuste uvést profesi, o které se domníváte, že v ní je uvedená charakteristika důležitá (tedy, že odpovídá této charakteristice).

	Charakteristika	Odpovídající profese
1		
2		
3		
4		
5		

Z vybraných charakteristik a k nim odpovídajících profesí lze nyní vytvořit „profesní průkaz“ (PRŮKAZ PROFESNÍ ZPŮSOBILOSTI)





# Ten dělá to a ten zastohle

Jde o variabilní materiál, který lze realizovat komplexně, nebo vybrat jen některé z jeho částí. Je možné jej realizovat např. v průběhu celého školního roku (každý měsíc jednu aktivitu).

I v případě, že je realizováno jen několik aktivit, je dobré poukazovat na návaznost aktivit, které umožní žákům poznat různé aspekty jednotlivých povolání, i poukázat na komplexnost kariérového rozhodování.

V průběhu celého projektu si žáci výstupy zapisují, fotí, zaznamenávají jimi zvolenou formou. Žákům můžete dát k dispozici předem připravený pracovní sešit, v němž bude prostor pro zápisky, obrázky, reflexi. V celém průběhu je jim k případným konzultacím k dispozici poradce/pedagog. Konkrétní způsob uchopení jednotlivých aktivit je především na žácích, podporujeme je v jejich rozhodování, v řešení úloh dle jejich preferencí.

## Návrh aktivit:

1. Žáci si vyberou povolání, o kterém by se chtěli dozvědět více. Nejdříve zaznamenají vše, co o daném povolání vědí nebo jak si ho představují. Poznámky si mohou zapisovat, malovat, vytvářet koláže.
  - a. **Tip:** Děti mohou pracovat jen na základě svých představ a znalostí, nebo mít k dispozici šablonu se základními otázkami (např. typický pracovní den, potřebné vzdělání, výše platu apod.).
  - b. **Varianta:** Děti si povolání losují, což jim umožní seznámit se i s takovými profesemi, které jsou mimo jejich okruh zájmů.
  - c. **Varianta:** Děti mohou pracovat ve dvojicích nebo v malých týmech, např. podle svých zájmů.







2. Žáci se pokusí zjistit o daném povolání co nejvíce informací. Pedagog jim může poskytnout tipy, kde mohou informace zjišťovat, např. zeptat se svých rodičů, prarodičů, co o daném povolání vědí; najít knihu o dané oblasti; vyhledat na internetu; navštívit technické jarmarky; dny řemesel; veletrhy práce a vzdělávání aj.
  - a. **Tip:** Lze stanovit minimální počet nových poznatků, které má žák získat, např. s ohledem na věk, příp. spolu s žáky definovat základní škálu otázek, na které je třeba získat odpovědi. (viz také Tip u bodu 1)
  
3. Namalují obrázek „svého“ povolání, jak vypadá jejich den, v jakém prostředí působí, jaké využívají pomůcky, s kým se setkávají apod.
  
4. S rodiči, sourozenci apod. zkusí děti navštívit místo, kde daný člověk pracuje, nebo které je tomu povolání blízké (např. potápeč – akvárium, zoo; herec – divadlo; astronaut – hvězdárnu).
  - a. **Tip:** Vhodné je příp. domluvit volné vstupy pro žáky ze sociálně slabých rodin.
  
5. Žáci si vytvoří mapu, na jaká místa je dané povolání navázané. Způsob uchopení je hlavně na žácích. Může jít o mapu regionu, státu nebo světa, např. řidič – kde bylo vyrobeno auto, s kterým jezdí, odkud a kam vozí lidi/produkty; kadeřník – kde hledá inspiraci, odkud nakupuje produkty; řemeslník – v jakém regionu působí, odkud jsou produkty, které využívá; apod.
  
6. Podle věku žáků si vyzkouší nějakou činnost, která se v dané profesi dělá. Např. zdravotní sestra – změřit teplotu; řidič – naučit se některé dopravní značky; popelář – třídit/sbírat odpadky, apod.
  - a. **Tip:** Průběh činnosti žáci reflektují: Bavila je? Co jim šlo? Co na ní bylo obtížné? Apod.
  - b. **Tip:** Reflexi můžeme doplnit uvažováním o komplexnosti úkolů, o kontextu, např. při měření teploty musím také komunikovat s pacientem; při třídění odpadků musím brát v potaz bezpečnost svoji i životního prostředí, apod.
  
7. Žáci ve skupinkách diskutují, jak se daná profese vyvíjela v historii. Existovala i v minulosti? Jak se proměňovala její prestiž a ohodnocení? Jak se měnila náplň práce a využívané pomůcky?
  - a. **Tip:** Skupinky lze vytvářet podle podobných profesí nebo naopak vybrané profese ve skupince různě namíchat a vždy tak získat komplexnější obrázek o světě práce v dané historické etapě.





8. Jeden den si vytvoří kostým nebo přijdou oblečení v tom, co se v daném povolání nosí.

a. **Varianta:** Děti mohou ve skupinkách vymyslet a sehrát scénku, ve které se uplatní povolání, která si vybraly.

9. Společně s rodiči mohou vyhledat a kontaktovat někoho, kdo dané povolání dělá, jít dané pracoviště navštívit, popovídat si s daným člověkem.

a. **Tip:** Žáci se na setkání s člověkem vykonávajícím jimi vybrané povolání připraví – zamyslí se nad otázkami, které by je zajímaly. Příp. lze strukturu otázek vytvořit společně ve skupině/třídě.

b. **Tip:** Žáci a rodiče mohou potřebovat podporu při hledání vhodných kontaktů. K tomu lze využít síť školy, např. kontaktovat rodiče ochotné představit dětem své povolání a vytvořit jejich databázi.

c. **Tip:** V rámci reflexe je možné porovnat různé kariérní dráhy vedoucí ke stejnému povolání. Poukázat na to, že není jedna správná kariérní dráha k dané profesi, ale že se o našem směřování rozhodujeme celý život.

10. Na závěr své zkušenosti z aktivity „Ten dělá to a ten zas tohle“ navzájem sdílejí, co se o povolání dozvěděli, ale i co pro ně bylo nejzábavnější, nejtěžší, co je překvapilo apod. Sdílení může probíhat např. i s rodiči v rámci třídních schůzek nebo v rámci dne zvláště věnovaného této aktivitě, kterého se mohou účastnit i žáci z nižších ročníků, pozvat mohou děti i lidi, s kterými vedly rozhovory. Žáci mohou své zkušenosti z projektu představit formou prezentace, posteru, videa, jejich záznamy mohou být umístěny na webu školy nebo na jiném portále.

a. **Tip:** Závěr celé aktivity je dobré doplnit reflexí, co si z ní žáci odnesli, vzhledem k vybranému povolání, ale i vzhledem ke kariérnímu rozhodování obecně.



---

---

---

---

---

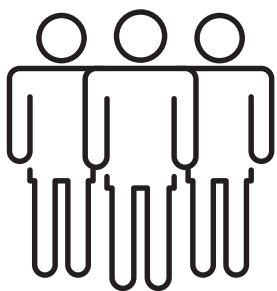
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Tři jsou víc než jeden



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut (+ domácí úkol)



Nakopírované dotazníky, psací  
potřeby.



Sebepoznávání



Rozšířit sebepoznání o pohled jiných blízkých osob.



Aktivita je primárně zaměřena na rozšíření pohledů v rovině sebepoznávání. Může přinést nové překvapující informace či potvrzení těch, které žáci u sebe pozorují. Současně podporuje vztah mezi rodiči a dětmi. Rodičům umožňuje se zapojit do volby povolání jejich dítěte, aniž by cíleně ovlivňovali jeho rozhodování. Rodičům může sloužit jako inspirace, jak k rozhodování přistoupit a podpořit své děti. Nosná část aktivity probíhá doma, mimo školu. Dotazník však může posloužit i jako podklad pro část individuální konzultace s rodičem a žákem.



**1.** S žáky se na úvod můžeme pobavit o principu, kdy více lidí vymyslí více nápadů. Že každý má svůj jedinečný pohled, všimne si něčeho, co ostatní nevidí. Můžeme se dotknout i toho, že zejména u sebe některé věci nevnímáme a pro ostatní jsou očividné (typicky např. silné stránky – kamarádkost, odvaha, vstřícnost, kreativita, ...)

**2.** Zadání a vysvětlení dotazníku. Vysvětlíme účel a podstatu dotazníku – získat nové pohledy od lidí, kteří daného žáka nejlépe znají. Mohou to být rodiče, prarodiče, známí, nejlepší kamarádi, vedoucí volnočasových aktivit. Každý žák si zvolí 2–3 osoby,





kteře s dotaznřkem oslovř. Kritřrium vřbřeru by mřl břt předevřřm řas, kterř s řřkem danř osoba strřvila, nebo jinř předpoklad, ře ho dobrř znř (např. dlouhodobř pobyt, společnř prožitř extrémnřch situacř apod.). Řřci takř mohou dotaznřk vyplnit sami za sebe, jak by na danř otřzky odpovřdřli oni. Napomřře to nřslednřmu vyhodnocenř a reflexi.

3. Ponechřme dostatečnř prostor pro realizaci rozhovorř. Řřci si zapisujř odpovřdi do dotaznřku, nebo na zvlřstnř papřr. V praxi se nřm osvřdřil postup, kdy dřti svřm blřzkřm dotaznřk předajř, ař odpovřdi nejsou ovlivnřny přřtomonostř dřtřte a takř ař na vyplnřnř majř dostatek prostoru a řasu.
4. Vyhodnocenř zřskanřch odpovřdř. Společně se řřky diskutujeme a sdřlřme.
  - Co vřs nejvřce překvapilo?
  - Na jakř odpovřdi se shodli vřichni?
  - Co si myslřte, ře opravdu neodhadli dobrře?
  - V řem se přesnř trefili?
  - Co jste si uvřdomili po přeřtenř odpovřdř?

**VřSTUP:** Vypřte si, co se nejvřce opakovalo a s řim nejvřce souznřte.

#### **Varianta 1:**

Rozřřřenou variantou aktivit y mřře břt vřře sepsanř vřstup (co se opakovalo a s řim souznř) pod „anonymnř značkou“ ři vymyřlenou přezdřvkou. Nřkolik se jich nřhodnř vybere a společnř se vřemi přemřřlřme, na jakř povolřnř by se hodil řlověk s takovřmi kvalitami. Cřlem je vymyslet co nejvřce rřznřch mořnostř.

#### **Varianta 2:**

Jinou rozřřřenou variantou aktivit y mřře břt vyhodnocovřnř odpovřdř pomocř přřřazenř hodnot y na řkřle 1–10, kdy 1 je – s odpovřdř souznřm jen minimřlnř a 10 je – s odpovřdř mřm maximřlnř soulad. Tato varianta umořřňuje pokrořilejř sebereflexi a jemnřjř naciřovřnř se do svřch postojř a vnřmřnř sebe sama. Vřstup pak mřře obsahovat vřechn y odpovřdi hodnocenř na řkřle v rozmezř 7–10 jako zřkladnř esenci, ze kterř přř procesu sebezpoznavřnř mřřeme vychřzet.





## Reflexe aktivity

- Co nového jste se o sobě dozvěděli?
- Co nového se před vámi díky tomu otevírá?
- Co vás nejvíce potěšilo?
- Napadají vás nové možnosti povolání?
- V čem vás to utvrdilo?
- Co nového teď můžete začít dělat?
- O čem novém teď můžete přemýšlet?

Poukázat můžeme i na postoj k názorům ostatních lidí – rodiče (zejména v rovině sebe-poznávání) mohou být velmi cenným zdrojem informací.



Výstup je možné zpracovat i jako prezentaci, koláž, myšlenkovou mapu sebepoznání.

Dotazník lze využít také pro počáteční individuální konzultaci rodiče a žáka. Každému dáme dotazník k vyplnění a pak společně reflektujeme, kde se jejich odpovědi potkávají a kde rozcházejí.

Aktivitu lze zadat i při individuální práci, kdy máme pocit, že žák obtížně hledá své silné stránky a své preference celkově. Od názorů blízkých se následně v další konzultaci můžeme snadněji dostat k jeho vlastním skrze společnou reflexi, s jakou odpovědí souhlasí nejvíce, nejméně...



---

---

---

---

---

---

---

---

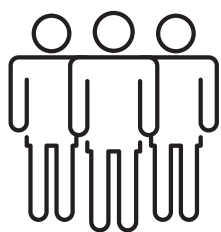
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





## Dotazník pro blízké osoby Jak mě vidíš?

Instrukce pro vyplňování: Zaměřte se prosím na to, aby všechny uvedené odpovědi byly pozitivní. Pokuste se hledat to dobré, v čem vaše dítě vyniká. Tímto budete pro své dítě nejvíce prospěšní a nápomocní.

Kde a jak nejčastěji tráví svůj volný čas?

Je raději s kamarády nebo sám/a?

Uvedte 3 slova, která ji/ho charakterizují.

Co ji/ho nejvíce baví?

Co dobře umí?





Co jí/mu jde snadno, rychle, lépe než ostatním?

Kde a s čím si hrál/a jako malý/malá nejčastěji?

Jaké situace vyhledává?

Kde se cítí dobře?

O co se zajímá?

Jaké jí/ho baví filmy a knihy?

Co jí/ho láká?

Jak by mohlo vypadat jeho/její budoucí povolání?





# Typický den vybrané profese



Žáci a žákyně  
8.–9. ročníků ZŠ



2 hodiny



Kariéerní cesta a svět práce



Cílem této aktivity je získání většího množství informací o tom, jaká je pracovní náplň vybraných povolání.



Cílem je přiblížit žákům „typický den“ u vybraných profesí. Někdy se může stát, že žáci mají o vybraných profesích zkreslené představy ohledně jejich náplně práce. Např. IT obory si žáci mohou vybírat na základě toho, že je „baví“ hraní her, nebo obor kadeřnice, jelikož je baví se česat. Pokud někoho něco baví, je to důležitý odrazový můstek pro další kroky k upřesnění povolání. Dalšími kroky jsou informace o obsahové náplni oborů, kde je možné obory studovat, podmínky přijetí atd.



**1.** Učitel napíše na tabuli tato povolání:

Kadeřník/Kadeřnice  
IT specialista/ka – oblast Informační technologie  
Prodavač/ka  
Obráběč/ka kovů







Pokud si žáci nezvolí ani jedno povolání, mohou si ve skupině zvolit jiné. Je třeba, aby učitel povolání odsouhlasil. V případě, že skupiny mají stejné povolání, je to v pořádku. Cílem aktivity je „naučit“ se přemýšlet nad obsahem povolání.

### Otázky do skupin:

- Jaká je typická pracovní doba povolání?
- Co nejčastěji člověk během své pracovní doby dělá?
- S jakými nástroji/věcmi/technologemi pracuje?
- S kým nejčastěji komunikuje?
- Jaké mohou být důvody, že si vybral právě toto povolání?
- Jaké nejčastější situace člověk v daném povolání musí řešit?
- Musí se člověk dál vzdělávat? Jakou školu musí vystudovat pro výkon tohoto povolání?

2. Následně učitel požádá žáky, aby si vzali jinou barvu tužky. A podívali se na videa o daném povolání, která najdou na [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz) (případně je možné využít stránku **VR Profi Lab**, kde žáci najdou 30 vybraných profesí), a doplnili informace, které nevěděli. Druhým odkazem pro doplnění dalších informací je **Národní soustava povolání (nsp.cz)** v sekci pro studenty, kde najdete kolonku „Chci se rychle dozvědět, co znamená konkrétní povolání“.
3. Následně probíhá prezentace jednotlivých skupin, co konkrétního zjistily o vybraném povolání. Ostatní skupiny mohou doplňovat další informace.

### Možné otázky:

- Jaké konkrétní informace jste zjistili?
- Co vás překvapilo?
- Co z typického pracovního dne se vám líbí/nelíbí?
- Když byste šli na dny otevřených dveří do školy, která souvisí s uvedeným oborem, na jaké otázky se budete ptát?
- Do jaké míry jsou typické dny dané a do jaké míry jsou flexibilní? Najdete profese, které mají „typické pracovní dny“ stejné, a profese, které mají různé pracovní dny?





#### 4. Možné otázky pro reflexi žáků, které učitel může položit:

- Získali jste nové informace o oborech? Jaké?
- Změnilo se nějak vaše přemýšlení o vaší kariérní volbě? Jak?
- Jaké další zdroje můžete využít pro poznání typického dne u různých profesí?



Cílem aktivity je získat detailnější informace o vybraných povoláních, a tím se naučit více pracovat s informacemi, které jsou u daných oborů k dispozici. Také otázky do skupin mohou žáci použít jako vodítko pro svoje další rozhodování.



**[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz); [www.nsp.cz](http://www.nsp.cz); <https://zlin.jobs>**



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

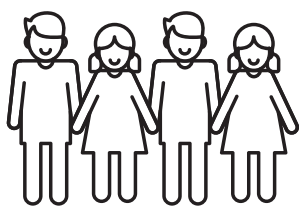
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Učíme se společně



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



Dlouhodobé, příp. projektový den



Sebezpznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Podpora vzájemného učení mezi žáky.



Aktivita podporuje vzájemné učení žáků, které přispívá k rozvoji kompetencí, i k budování vztahů/komunity v rámci školy. Současně může být motivací k učení se novým věcem. Zároveň si žáci mohou vyzkoušet, jaké je to být v roli „učitele“, někoho, kdo chce druhým něco předat.



Samotná aktivita vychází z mapování silných stránek žáků. Žáci, kteří mají zájem se zapojit, napíší, co rádi dělají, v čem jsou dobří, co by chtěli s ostatními sdílet (např. tanec, sport, literatura). Může jít o činnosti ze školy, ale i ty, které dělají ve volném čase, doma, venku apod. Zapojení je čistě dobrovolné. Cílem je, aby si žáci dokázali pojmenovat, v čem jsou dobří, co jim jde, a zároveň tyto své dovednosti mohli prakticky využít. V případě, že je pro žáka/žákyni obtížné identifikovat oblast, ve které je dobrý/á, můžeme s nimi na tomto tématu dlouhodoběji pracovat, příp. lze využít zpětnou vazbu od kamarádů, rodičů či jiných osob. Žáci se mohou zapojit i ve dvojicích/trojicích, a tím se vzájemně podpořit. Menší děti mohou potřebovat podporu pedagoga nebo starších spolužáků při přípravě výuky.





Vytvořený seznam témat se zveřejní spolu s termíny, kdy se jednotlivé aktivity budou konat (např. v jednom dni budou různě zaměřené workshopy; různě tematické workshopy budou realizovány pravidelně; vždy bude znám program předem). Žáci se mohou přihlásit na téma/blok, který je zajímavý. Variantou může být otevřít podobné workshopy účastníkům z řad rodičů, pedagogů.

Při realizaci workshopů je vhodná podpora dalších žáků, např. pomoc s propagací akce, zajištění potřebného vybavení, facilitace apod.



### Žáci mohou v rámci této aktivity zaujímat různé role, jejichž náplní je:

- předávání toho, co umí, co je baví
- učení se, zkoušení nového
- podpora ostatních v týmu nebo menších dětí (jako mentoři)
- organizace akce, příprava, zajištění potřebného vybavení, záznam z akce, webové stránky apod.

### V reflexi se můžeme zaměřit na:

#### **Předávající:**

- Bylo snadné identifikovat oblasti, v nichž jste dobří, které chcete ukázat ostatním? Co vám při jejich hledání pomohlo?
- Jaký pocit si odnášíte z vašeho workshopu? Co se vám povedlo? Co jste se naučili od ostatních/účastníků?

#### **Učící se:**

- Co jste se naučili? Co si odnášíte?

#### **Podporující:**

- Jaké úkoly/činnosti jste při akci měli na starosti? Za co jste na sebe hrdí, co se vám povedlo?

#### **Organizující:**

- Jaké úkoly/činnosti jste při přípravě akce měli na starosti? Za co jste na sebe hrdí, co se vám povedlo?





**Všichni:**

- Jak pro vás byla tato akce přínosná?
- Jak tato zkušenost změnila vaše uvažování o sobě samých?
- Jak tato zkušenost změnila vaše kariérní plány či vaše uvažování o nich?

---



např. BarCamp

Aktivitu lze navázat na PL Co rád dělám, V čem jsem dobrý, Na jaké činnosti se těším.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Volba povolání



Žáci a žákyně  
2. stupně ZŠ a SŠ



45 minut – vysvětlení aktivity,  
samostatná příprava žáků  
+ 90 minut prezentace



Karty JobbKort nebo jiné  
pomůcky (obrázky povolání)



Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Cílem této aktivity je přiblížit žákům pestrost povolání a představit různá kritéria důležitá pro volbu budoucího povolání, jakou jsou např. schopnosti, dovednosti a silné stránky pro výkon povolání, výše mzdy, pracovní prostředí, pracovní doba, pracovní kolektiv a další.



Tato aktivita se zaměřuje na představení pestré škály nejrůznějších povolání a představení jednotlivých kritérií, která lidé promýšlejí při volbě budoucí profese.



V první vyučovací hodině budou žákům představeny karty s profesemi. Zároveň se žákům představí a vysvětlí nejrůznější kritéria, která mohou ovlivňovat výběr povolání. Kritéria můžeme žákům představit formou otázek, na které by si při volbě konkrétního zaměstnání měli zkusit odpovědět:

- Jaké schopnosti a dovednosti budu potřebovat?
- Jaký bych měl/a mít školní prospěch?
- Jaké silné stránky budu potřebovat?
- Jaké bych měl/a mít zdravotní předpoklady?
- Co v daném povolání budu vykonávat?





- Jak bude vypadat mé pracoviště?
- Jakou budu pobírat mzdu?
- Jaká bude moje pracovní doba?
- Jaký může být můj pracovní kolektiv?
- Budu se moci v kariéře i nadále rozvíjet?
- Můžu v tomto povolání i podnikat?
- Budu při tomto povolání cestovat?
- Budu mít nějaké firemní benefity?
- Jaké potřebuji vzdělání?
- Jaké budu používat pracovní prostředky?
- Zním někoho ze svého okolí, kdo tuto práci vykonává?

Žáci budou mít za úkol vybrat si jedno povolání, o kterém si myslí, že by ho mohli v budoucnu vykonávat. Na základě kritérií si žáci samostatně připraví pětiminutovou prezentaci, ve které se budou snažit odpovědět na otázky.



Žáci na základě prezentací jednotlivých povolání získají informace o mnoha profesích a získají přehled o kritériích, která ovlivňují výběr povolání. Žáci se navíc naučí samostatně vyhledávat informace, které mohou být důležité pro výběr jejich budoucí profese.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

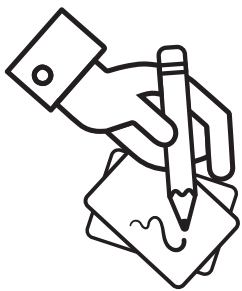
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Vytvoř si své povolání



Žáci a žákyně  
ZŠ



Zadání a práce  
na koláži/obrázku – 45–90 minut,  
popis povolání – 45 minut,  
reflexe – 30 minut



Materiál pro vytvoření prezen-  
tace žáků (např. flipchartové  
papíry, pastelky, fixy, časopisy,  
mobilní telefon v případě natá-  
čení videa apod.)



Sebezpoznávání  
Kariérní cesta a svět práce



Podpora sebezpoznání, rozšiřování kariérových možností, rozvoj kreativního myšlení.



Cílem aktivity je podporovat sebezpoznání žáků a prostřednictvím fantazie rozšiřovat jejich kariérní možnosti.



1. Na úvod se děti zeptáme na některé z činností, které je baví, které rády dělají, ať už ve škole nebo ve volném čase. Můžeme případně navázat na aktivitu Co mě baví.
2. Následně mají děti za úkol sepsat, vytvořit obrázek nebo koláž z činností, které je baví, které rády dělají. Děti jsou povzbuzeny k tomu, aby se ve své tvorbě nijak neomezovaly, vycházely ze svých představ, ne představ ostatních. Podpoříme je v tom, že v této aktivitě není žádné zpracování špatné. Tento obrázek představuje povolání, novou profesi, kterou si žáci sami vytvořili „na míru“. Žáci toto povolání pojmenují, příp. mohou vymyslet i více názvů, a pokud chtějí názvy i zdůvodnit.
3. V další fázi děti krátce popíší své nově vytvořené povolání, např. :
  - jak vypadá pracovní den v dané profesi,
  - s kým spolupracují,







- co musí umět,
- co jim dělá radost,
- na co jsou hrdí,
- co je jejich snem apod.

Děti své práce navzájem sdílí prostřednictvím výstavy nebo prezentací.

#### Skupinová varianta aktivity:

Děti individuálně vytvoří koláž nebo obrázek, pro sebe si jej mohou pojmenovat (viz bod 1+2). Žáci si potom své práce vymění a spolužák/spolužačka se pokusí pojmenovat povolání, novou profesi, kterou vidí na obrázku.

V druhém kole si děti práce znovu vystřídají. A jiný spolužák/spolužačka má za úkol popsat pracovní den nové profese vytvořené na obrázku. Takto můžeme dále pokračovat s dalšími otázkami, až se obrázek/koláž vrátí svému autorovi/autorce a ti mohou porovnat, jak se jejich představa podobá/liší od představ spolužáků.



#### Náměty na diskuzi, např.:

- Jakou roli má fantazie, naše představivost v naší kariéře? Může být užitečná nebo někdy i škodit? Jak můžeme u sebe podpořit momenty, v nichž nám pomáhá?
- Existují už některá z nalezených povolání nebo by mohla existovat? Lze najít podobná v současném světě?

#### Po ukončení aktivity s dětmi reflektujeme:

- Co se během aktivity o sobě dozvěděly nového?
- Co jim během aktivity dělalo radost? Mohou toho nějak využít při svém kariérovém rozvoji?

#### Aktivita odkazuje:

- na proměnlivost povolání v rámci historického vývoje lidstva. To, co dříve bylo běžným povoláním, se vytrácí. Naopak co bylo pouze v představách lidí, se stává reálným.

*Znáte nějaké povolání/činnosti, které byly jen v představách lidí, ale dnes již existují? např. potápěč/ka, pilot/ka*

*Jaká povolání budou existovat v roce 2030? Zdroj: např. <https://forbes.cz/10-profesi-budoucnosti-aneb-co-budeme-delat-v-roce-2030/>*

- na význam „pohledu odjinud“ – dát prostor fantazii a snění jako součásti procesu kariérového rozvoje (viz např. Thomas Diener), ale i pohled odjinud ve smyslu zpětné vazby od spolužáků či jiných osob, která může ukázat nové možnosti kariérového směřování.





- na roli jednotlivců ve spoluvytváření světa (práce), např. odkaz na aktivitu Možné světy práce  
Víte, co znamená start-up? Znáte nějaké příklady?  
Znáte pojem sociální inovace? Znáte nějaké příklady?  
Zdroje: <https://www.czechstartups.org/>; <https://www.sozialmarie.org/cs>



DIENER, T. (2008). *Esencia práce. Alchymia navigácia pri hľadani povolania*. Epos.



Jak vypadá pracovní pozice Princezna/víla/zdravotní sestra (děti popisují ilustrátorovi svou práci snů): <https://www.youtube.com/watch?v=PrBmifzYfNg&t=353s>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# Vzdělávací plán



Žáci a žákyně  
ZŠ a SŠ



45 minut tvorba mapy vědění,  
45 minut definování vzdělávacích cílů;  
45 minut následná evaluace



Papíry a materiály na tvorbu  
„mapy vědění“, papíry na při-  
pravu vzdělávacích cílů



Sebepoznávání  
Kariérní cesta a svět práce  
Volba dalšího vzdělávání  
Rozvoj kompetencí a motivace



Aktivita má za cíl podpořit žáky v plánování jejich kariéry, stanovování cílů. Současně klade důraz na jejich aktivní roli ve vzdělávacím procesu a zve žáky i pedagogy k vzájemné spolupráci na definování vzdělávacího obsahu.



Cílem aktivity je navrhnout vlastní vzdělávací plán pro zvolený předmět na školní (půl) rok. Žák si v něm definuje cíle, které by se chtěl naučit. Po ukončení uvedeného období může porovnat své cíle s reálně nabytými znalostmi, dovednostmi a kompetencemi.

Cílem je podpořit angažovanost žáků v rámci jejich studia, zvědomit jejich roli ve vlastním vzdělávání.



Aktivitu lze realizovat v konkrétním předmětu nebo v rámci kariérového vzdělávání, kdy si žáci zpracují vlastní plán pro předmět dle svých preferencí. Žáci si spolu s pedagogem stanou předmět a časové období, kterému se chtějí věnovat.

Žáci se seznámí obecně s daným předmětem a ve skupinkách (cca 4–5 žáků) si definují, jaké znalosti, dovednosti a kompetence už v této oblasti získali v rámci předchozího vzdělávání, neformálního a informálního učení. Mohou vytvořit „mapu vědění“, která popíše, co už znají/umí. Pro popis mohou využít kreslení, koláž, video apod.





Následně do této mapy zakreslí, co by se chtěli v daném předmětu dále dozvědět, naučit, prozkoumat.

Tato fáze může probíhat ve skupině, příp. individuálně. Lze využít různé pomocné materiály, např. koláže, karty apod.

**Následně si žáci individuálně zhodnotí svá očekávání na konci daného časového úseku:**

- Zním...
- Umím...
- Získané znalosti/dovednosti využiji...
- Dosažením mých cílů se změním...
- Podporou mi při dosahování mých cílů bude...

**Po ukončení aktivity žáci reflektují ve skupině:**

- Co pro ně bylo při stanovování cílů obtížné a jak se s tím vyrovnali?
- Jaké nástroje mají pro evaluaci pokroku při dosahování svých vzdělávacích cílů?

Při uvažování o cílech vzdělávání lze s dětmi pracovat nejdříve v kratších časových úsecích, např. 1 vyučovací hodina, a následně společně vyhodnotit.

„Mapu vědění“ můžeme také s žáky dělat na konci určitého časového úseku (např. pololetí) nebo po probírání určitého tématu (např. pravěk). Může jít o formu, jak bez hodnocení podpořit reflexi vlastního vědění a porozumění souvislostem, a současně získat zpětnou vazbu o tom, co si žáci z tématu odnáší. Pro dobrou vypovídající hodnotu je důležitý prvek nehodnocení.



Po dohodě mezi žáky a pedagogy lze jejich cíle sdílet a příp. se domluvit, jakým způsobem budou ošetřeny ve vzdělávacím procesu. Následná evaluace naplnění uvedených cílů může probíhat na straně žáka i pedagoga.

Po uplynutí časového období mohou žáci i pedagogové zhodnotit, do jaké míry bylo definování vzdělávacích cílů prospěšné: a) z hlediska konkrétního žáka; b) kolektivitu třídy; c) pedagogického vedení.

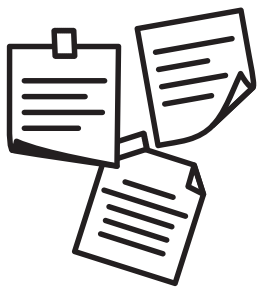
Vzdělávací cíle a zhodnocení jejich naplnění si mohou žáci zakládat do svého portfolia.







# **My, kariéroví poradci a poradkyně**



# Aktivity kariérového poradce a jejich forma



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a sociální  
pracovníci, vedoucí  
pracovníci



45 minut



Získání souhrnu důležitých témat kariérového poradenství a nalezení vhodných způsobů jejich zpracování a realizace.



Aktivita je především praktickou pomůckou zmapování témat a činností kariérového poradce a forem, a také způsobů, jak s danými tématy naložit v praxi. Umožňuje kariérovému poradci vytvořit si a zpřehlednit osnovu svých činností a témat kariérového poradenství. Současně přináší nové náměty a možnosti, jak daná témata uchopit a realizovat. Výsledkem aktivity může být podklad pro veškerou práci kariérového poradce a také podklad pro celkovou koncepci kariérového poradenství na škole. Ke vzniklému výstupu se pracovník dále může vracet, revidovat ho, přidávat další témata, možnosti a formy.



## 1. Témata kariérového poradenství.

Prvním krokem bude zmapování témat a činností kariérového poradce. Inspirovat se můžete níže v tabulce. Cílem prvního kroku je vypsát (do přiložené prázdné tabulky nebo volně na papír) témata, kterými se v rámci KP na vaší škole zabýváte. Dejte si čas, projděte celý školní rok, všechny ročníky.





## 2. Formy a způsoby – činnosti.

Každé téma je možné zpracovat různými formami práce. Některá témata vyžadují edukaci a předání konkrétních informací, některá naopak velmi individuální koučovací přístup, kdy žáci hledají své odpovědi uvnitř sebe. Řada aktivit vyžaduje spolupráci s ostatními pedagogy či jinými subjekty mimo školu. Nejčastěji však jedno téma může být podpořeno a řešeno na několika různých úrovních a různými způsoby práce.

Např. téma volba povolání může zahrnovat individuální rozhovory, předávání informací, exkurze u zaměstnavatele, koláže v rámci výtvarné výchovy atd.

Cílem druhého kroku je ke každému tématu (seznam z kroku č. 1) napsat možnosti realizace a naplnění daného tématu v rámci kariérového poradenství na škole. Vybírat a inspirovat se můžete opět níže v tabulce. Způsob realizace témat vybírejte podle sebe. Podle toho, co se podle vás k tématu nejvíce hodí a co vám na základě vašich zkušeností přijde nejvíce užitečné.

## 3. Konkretizace.

Pokud budete chtít získat ještě konkrétnější přehled a vytvořit si osnovu svých činností, můžete témata a způsoby práce doplnit o jejich předpokládanou délku a zařazení do konkrétního ročníku. Získáte tak přehled, kolik hodin kariérového poradenství zaujímá v daném ročníku, a současně i představu, o jaké aktivity jde.



Celou aktivitu lze pojmout jako zmapování současného stavu – jaké aktivity v rámci KP na naší škole realizujeme. Nebo také jako plán do budoucna – jak chceme, aby KP na naší škole vypadalo. V takovém případě doporučujeme připojit i nové činnosti, které se zatím na vašem pracovišti nerealizují, ale cítíte jejich potřebu. Pokuste se navrhnout cesty, jakou formou je zapojit mezi stávající aktivity, a zamyslet se, kdo vám v jejich realizaci může pomoci a jak.







## TABULKA MOŽNÝCH TÉMAT A FOREM PRÁCE KP (Inspirativní pomůcka)

V prvním sloupci tabulky najdete soupis nejčastějších témat, na která se v KP zaměřujeme. Slouží jako inspirace k vytvoření vlastního seznamu témat a oblastí KP, který každý KP může doplnit dle svých potřeb a zejména potřeb žáků.

V druhém sloupci je uvedena forma naplnění, tedy způsob, jak je možné dané téma uchopit. Formy se mohou doplňovat, kombinovat, v průběhu času měnit. Jedno téma je možné uchopit různými formami.

Alternativní prací s tabulkou může být její vytištění a rozstříhání na jednotlivé kartičky témat, ke kterým můžeme přiřazovat formy a způsoby.

Téma kariérového poradenství	Formy a způsoby realizace (činnosti)
volba povolání	zajištění návštěvy na ÚP
sebe prezentace	vzdělávání – předávání informací
volba dalšího studia	poradenská činnost
zamyšlení se nad profesní cestou jako celkem	spolupráce se zaměstnavateli
potenciál žáků (prospěch, výchovné problémy)	spolupráce s jinými organizacemi v rámci KP
motivace ke studiu	skupinová práce se třídou





mapování silných stránek	individuální konzultace
testování zájmů a předpokladů žáků	informační činnost (o oborech, přihláškách...)
současný trh práce, jeho změny a požadavky	spolupráce s ostatními pedagogy
příprava na vstup na trh práce	návštěva na ÚP
změna školy, oboru	exkurze
role rodiče – jak podpořit své dítě v rozhodování	veletrh vzdělávání
předčasné odchody	individuální konzultace s rodinou
motivace žáka k vlastnímu rozhodnutí o volbě školy	beseda pro žáky
problémy osobního charakteru	beseda pro rodiče
příprava a vyhodnocování plánu kariérového poradenství	žakovský projekt
nastavení koncepce KP na škole	ve spolupráci s ředitelem školy a dalšími pedagogy





vyhodnocování činnosti kariérového poradce	samostatná činnost kariérového poradce
doporučení spolupracujících organizací + spolupráce s nimi	předmět Volba povolání
propagace KP	návštěva konkrétního pracovního provozu
diagnostika	testy profesních předpokladů
orientace ve světě práce	projekt v rámci jiného školního předmětu (výtvarné výchovy, výpočetní techniky apod.)
motivace k přemýšlení o budoucím životě a sebepoznávání	příprava a realizace průřezového tématu Člověk a svět práce
schopnost vyhledávat informace, jejich hodnocení a aplikace	beseda se zaměstnavateli
speciální vzdělávací potřeby	využívání internetu, konkrétních webových stránek
další vzdělávání KP	využívání veřejných informačních systémů
spolupráce s ostatními pedagogy	návštěva škol, burzy škol
koordinace aktivit napříč předměty	jednorázový workshop pro žáky





<b>zapojení žáků, rodin, komunity do KP</b>	<b>dotazníkové šetření (test volby povolání) + následný individuální rozbor</b>
<b>propagace služeb kariérového poradce ve škole i na veřejnosti</b>	<b>práce s pracovními listy</b>
<b>vedení písemných záznamů (doložení obsahu a rozsahu činnosti KP + navržená a realizovaná opatření)</b>	<b>workshop – informační schůzka pro rodiče</b>
<b>metodická pomoc pedagogických pracovníků v oblasti KP (IVP, práce s nadanými žáky)</b>	<b>workshop pro sborovnu</b>
<b>organizace podávání přihlášek na střední školy/vysoké školy</b>	<b>projektový den pro školu</b>
<b>organizace schůzek zástupců středních škol s žáky a jejich rodiči</b>	<b>informativní návštěvy, besedy</b>
<b>organizace a vydávání zápisových listů na střední školy</b>	<b>kreativní ztvárnění např. formou koláže v rámci výtvarné výchovy</b>
<b>průzkumy zaměřené na volbu povolání</b>	<b>účast na konferencích</b>
<b>vyhodnocování úspěšnosti příjímacího řízení</b>	<b>další vzdělávání</b>
<b>osobní a profesní rozvoj KP</b>	<b>supervize</b>





### Můžete si projít následující otázky:

- Jaká nová témata a náměty k činnostem KP k vám přišly?
- Do kterých forem a způsobů realizace máte největší chuť se pustit?
- Jaké nové možnosti vás napadly, o kterých jste dosud nepřemýšleli?
- Co nového chcete do vaší práce zařadit?
- Koho nového chcete pozvat ke spolupráci na tvorbě a realizaci KP?
- Co máte pocit, že na vaší škole chybí a potřebujete pro svou práci?
- Kdo a jakým způsobem vás může při vaší činnosti podpořit?
- Která témata jsou vaše oblíbená?
- Jaká forma realizace vám nejvíce vyhovuje?
- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co jste se naučili/dozvěděli?
- Jak to můžete prakticky v budoucnu využít?
- Co bylo pro vás nejvíce zajímavé a objevné?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

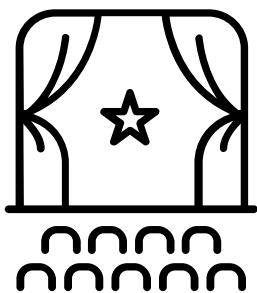
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Beseda pro rodiče

Inspirativní osnova možného obsahu besedy pro rodiče

## Úvod

- Co je kariérové poradenství
- Jak ho realizujeme na naší škole
- Současné trendy trhu práce a výhled do budoucna
- Jaké zdroje informací existují pro volbu školy a profese
- Jak se můžete do kariérového poradenství zapojit

## Jak podpořit své dítě při volbě profese

- Umožnit mu experimentovat (kroužky, knihy, brigády, dobrovolnictví atd.)
- Ukázat realitu (vzít ho do práce, rozhovory o práci)
- Pomocť mu ujasnit si volbu (proč ano/ne)
- Pomáhat objevovat jeho silné stránky (volný čas od dětství)
- Nabídnout svou zkušenost (vyprávět svůj příběh: jak si vybrali školu, kdo jim pomohl, jak by se rozhodli dnes...)
- Návštěvou dnů otevřených dveří

## Přímá podpora

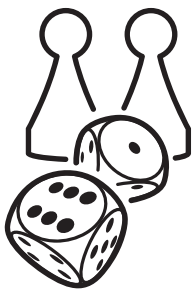
- Co vaše dítě nejvíce zajímá?
- Jaká 3 slova ho nejvíce vystihují?
- Co mu jde snadno, rychleji, lépe než ostatním?
- Jaké povolání by dítěti sedělo?

(možnost kombinovat s dalšími PL pro rodiče)

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# DATABÁZE

## deskových her pro oblast kariérového poradenství

Cílem tohoto listu je pomoci zorientovat se v nabídce deskových her pro oblast kariérového poradenství. Výběr proběhl na základě zkušeností kariérových poradců a poradkyň ze Zlínského kraje. Je důležité sledovat profesionály a neziskové organizace, kteří čas od času přicházejí s novými typy deskových her. V kariérovém poradenství je možné pracovat i s hrami, které si kariérový poradce vytvoří (vlastní obrázky, grafika, pohlednice apod.).

### SAMAJA ZVĚDAVÁ PLANETA



Hra autorky Lucie Beranové, která se snaží rozvíjet komunikaci mezi žáky. Hra obsahuje jednoduchá pravidla a pracuje s netradičními otázkami inspirovanými životem. Hráči se tak nenásilným způsobem učí přemýšlet o svých pocitech, popsat je a zároveň věnovat pozornost ostatním lidem a vyslechnout je. Hravým způsobem přispívá k otevřené komunikaci (nejen) ve škole, ale i v rodině a lepšímu porozumění mezi světem dětí a dospělých nebo ostatních spoluhráčů. Své uplatnění jistě najde i v pracovnách dětských psychologů a pedagogicko-psychologických poradnách. Desková hra rozvíjí sebepoznání, komunikační dovednosti, fantazii, emoční inteligenci a schopnost naslouchat. Hra je vhodná pro žáky 1. i 2. stupně ZŠ a SŠ.



## VZHŮRU DO SVĚTA POVOLÁNÍ!



Vzhůru do světa povolání! je vzdělávací desková hra pro děti vytvořená ve spolupráci s kariéerními poradci. Žáci se seznámí se 146 různorodými profesemi a získají povědomí o požadovaném vzdělání, vlastnostech, schopnostech, dovednostech, pracovních pomůckách i finančním ohodnocení. Principem hry je nasbírat celkem 10 žetonů za správné odpovědi na záludné úkoly k jednotlivým profesím. Jednotlivé profese jsou zařazeny do 12 různých oborů, díky čemuž při hře žáci zjistí, co které povolání obnáší, a vytvoří si představu o tom, zda by je dané povolání bavilo. Ve hře si budou žáci snažit zapamatovat pracovní pomůcky, tipovat výdělky u jednotlivých profesí, hrát „šibenici“, hádat požadované vzdělání dané profese, nebo třeba kreslit.

Celá hra je koncipována tak, aby si ji mohli zahrát mladší i starší žáci a aby jim předala důležité znalosti zábavnou formou. (4.–9. ročník ZŠ a SŠ).

## NAJDI POKLAD



Hra se hraje jako klasická desková hra a mohou ji hrát 2–4 žáci. Hra obsahuje herní plán, kostku, figurky, kartičky s otázkami a záznamové archy. Během pohybu po hracím plánu mají žáci za úkol odpovídat na přidělené otázky. Záznamové archy pro odpovědi jsou rozdělené do oblastí: - „moje talenty a zájmy“, „moje poslání“ a na část „co mi na cestě pomůže“. Cílem hry je odhalit schopnosti a dovednosti, sny, pocity, silné stránky a další informace, které žákům pomohou s uvědoměním, co by vlastně chtěli dělat, čemu by se chtěli věnovat a v čem jsou dobří. Hra je vhodná pro žáky 1. stupně ZŠ.





## PEXETRIO POVOLÁNÍ



Pexetrio povolání je výuková a zábavná hra, která žáky (1. stupeň ZŠ a MŠ) naučí poznávat nejběžnější povolání pomocí obrázků lidí a pomůcek, které používají. Děti se naučí poznávat nejběžnější povolání podle pravidel pexesa, jen namísto dvou kartiček hledají tři, které k sobě patří. Žáci se seznámí s nejběžnějšími povoláními hravým způsobem a zároveň budou rozvíjet logické myšlení a trénovat paměť hledáním trojice kartiček s pracovníky, jejich typickými oděvy, pomůckami a nástroji, které používají. Součástí hry jsou kartičky, ale také hrací arch pro doplňkovou hru LOTO-TRIO, která nabízí další herní varianty hry. Hra obsahuje mini-encyklopedii, ve které je dané povolání více popsáno.

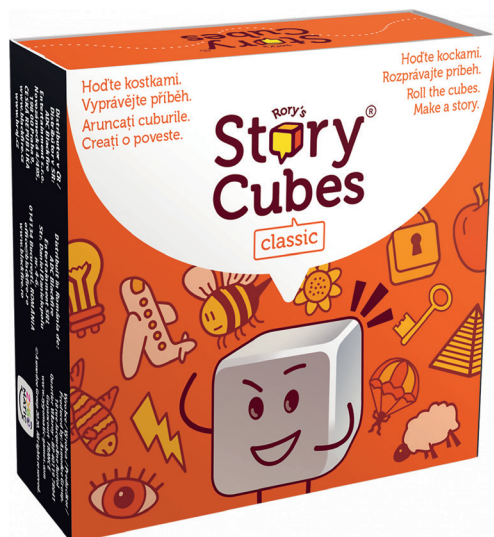
## DIXIT



Ve hře Dixit se žáci stanou vypravěčem a budete vymýšlet vlastní příběhy. Hra je určena pro žáky 1. i 2. stupně ZŠ a SŠ. Hra pomáhá rozvíjet komunikaci a fantazii. V každém kole zastává jiný hráč roli vypravěče. Získává body tím, že ostatní hráči hádají jeho kartu pomocí nápovědy, kterou jim poskytne. Nápovědou pro ostatní hráče může být věta o tolika slovech, kolik potřebují. Můžou si ji vymyslet nebo vypůjčit z nějaké básně, písně, filmu nebo přísloví. Můžou ji i zazpívat nebo vyjádřit zvukomalebně či pantomimicky. Sadu surrealistických karet lze použít i pro kladení různých otázek: Které povolání byste nikdy nechtěli vykonávat? Které povolání by vás bavilo? Jak se dnes cítíte? Jak trávíte volný čas?



## STORY CUBES - PŘÍBĚHY Z KOSTEK



Příběhy z kostek je hra, která je založena na 9 kostkách, z nichž každá obsahuje 6 unikátních obrázků. Před hodem kostkou je tak ve hře celkem 54 obrázků, což činí přes 10 milionů různých kombinací. Žáci mají za úkol vymyslet příběh na základě obrázků, které se jim po hodu kostkami zobrazily. Mohou se také ve vytváření příběhu střídat a tím vytvářet příběh společně. Hra rozvíjí fantazii, kreativitu, komunikaci a spolupráci mezi žáky.

## HRAJTE SI S HODNOTAMI



Hra obsahuje 56 kartiček s nejčastějšími hodnotami, jako je např. upřímnost, spravedlnost, přátelství, odvaha. Žáci si postupně odebírají karty z balíčku a sledují, které jsou pro ně nejdůležitější. Na konci hry budou mít v ruce 5 nejdůležitějších hodnot. Hra je vhodná pro žáky z 1. a 2. stupně ZŠ, kteří se při hře seznámí s vlastními hodnotami a také si uvědomí, že každý z hráčů to má nastavené jinak. Žáci na 2. stupni už porozumí tomu, jaký vliv mají jejich klíčové hodnoty na jejich život. Tyto informace jim mohou pomoci v hledání budoucí školy, která je s jejich hodnotami sladěná.



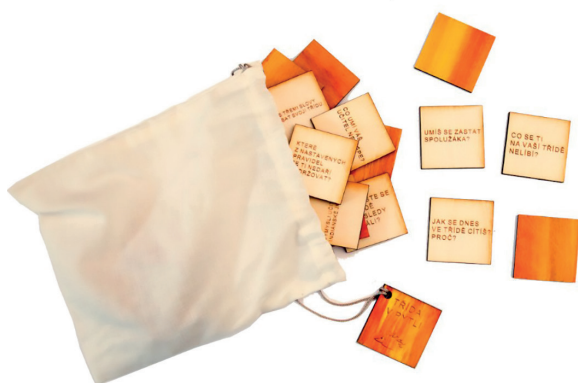
## CESTA HRDINY



Cílem hry je podpořit žáky v tom, aby se naučili překonávat překážky a nesnáze. Ve hře si vyzkouší, kam je dovedou rozhodnutí, která na své cestě zvolí. Žáci mají za úkol vybrat ze 2 možností, jak se zachovat. Sami si tak vytvářejí svoji cestu za hrdinstvím. Žáci si mohou myslet, že úspěšní lidé jsou ti, kteří nemají v životě překážky.

A můžou mít pocit, že když nějaká překážka do jejich života přijde, tak to znamená, že jim daná věc není dána. Hra se snaží představit, že hrdinství není o povaze, ale o tom, jak se rozhodujeme. Na každé kartičce žáci najdou část příběhu a musí se rozhodnout, co udělají dál. Každé rozhodnutí je dovede do jiné situace. Sami si tak skládají příběh toho, jak jdou do světa stát se hrdinou. Každá cesta skončí úplně jinak. Celkově hra obsahuje 56 různých zakončení. Díky tomu žáci uvidí, že žádné rozhodnutí není definitivní a že cesta za svým snem vždycky něco stojí.

## TŘÍDA V PYTLI



Třída v pytli je pomůcka, která podporuje dobré vztahy a atmosféru v kolektivu třídy. Aktivita funguje i jako ice breaker před jinou aktivitou v kariérovém poradenství. Hra obsahuje 31 otázek a úkolů. Žáci si z plátěného pytlíku náhodně vytáhnou otázku, na kterou mají odpovědět. Otázky jsou koncipované k celé třídě, ne k jednotlivým žákům.

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencována dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# DATABÁZE karet pro oblast kariérového poradenství

Cílem tohoto listu je pomoci zorientovat se v široké nabídce karet pro oblast kariérového poradenství. Výběr proběhl na základě zkušeností kariérových poradců a poradkyň ze Zlínského kraje. Je důležité sledovat profesionály a neziskové organizace, kteří čas od času přicházejí s novými typy karet. Lze použít i širokou škálu na trhu dostupných terapeutických karet. V kariérovém poradenství je možné pracovat i s kartami, které si kariérový poradce vytvoří (vlastní obrázky, grafika, pohlednice apod.).

## KARTY 5S „RIASEC SURIKATY“



Karty jsou zpracovány na podkladě teorie profesní orientace RIASEC amerického psychologa Johna L. Hollanda. Karty nabízí možnost práce s emocemi i komplexními stavy, vzpomínkami, přesvědčeními, zvyky, postoji a získání orientačního přehledu v profesní profilaci žáků. Práce s obrázky surikat odbourá zábrany žáků v povídání o sobě a jeho vědomé či podvědomé potřeby stylizace.

**Příklady použití:** profesní orientace žáků, zmapování zájmů a hodnot, diskuze k budoucímu zaměstnání





## JOB - REFLEKTIVNÍ KARTY



Reflexe je příležitostí pro každého z nás si v určitých fázích učení svými slovy formulovat myšlenky, názory a prožitky, jejichž popsání nám pomáhá si utřídit, kam jsme se v učení dostali, jak jsme se u toho cítili, do jaké míry se nám podařilo splnit cíle, co nám v tom pomohlo nebo co bychom chtěli dál. 36 karet je možné využít k reflexi aktivit na druhém stupni základní školy nebo na střední škole. Využití najdou i při společné práci s kolegy, například při reflexi společného vzdělávání.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, rozvoj týmové spolupráce, práce se zpětnou vazbou

## KARTY OBRAZY MÉHO ŽIVOTA



Karty jsou fotografiemi obrazů – uměleckých děl malířky Jany Dybalové, která ve svém díle využívá mnoháúrovňový způsob komunikace. Obrazy zčásti zachycují realitu a zčásti jsou fantazijní. Tato víceúrovňová komunikace umožňuje klientovi, jako pozorovateli obrazu, rozvíjet svůj příběh a hledat to, co skutečně potřebuje. Karty neříkají, co je dobře a co špatně. Karty interpretují sami klienti, profesionál je provází pouze otázkami. Možnosti využití karet OBRAZY a možné užitečné otázky naleznete v manuálu, který je součástí balení 66 karet.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, rozvoj kreativity, podpora respektu k ostatním žákům



## KARIÉROVÉ KARTY PRO VOLBU STŘEDNÍ ŠKOLY



- karty pomáhají skládat vlastní pohled studenta + kamarádů + rodičů
- karty jsou setem samolepek, které se lepí na „hrací“ plochu
- na „hrací ploše“ se pak finálně položí všechny důležité myšlenky

**Příklady použití:** podpora silných stránek, zmapování zájmů, profesní orientace žáků

## KARTY HODNOTY A ŠKÁLY



Karty HODNOTY A ŠKÁLY jsou určeny všem, kdo pracují s lidmi kreativním způsobem a chtějí do své práce zapojit vizualizační a kinestetické prvky. Specifikem karet HODNOTY A ŠKÁLY je jejich dvojitý využití. Jsou to karty 2 v 1. Jedna strana karet je zaměřena na mapování hodnot, potřeb a motivace v osobní a profesní oblasti. Druhá strana nabízí různé varianty škál, které lze vystavět v prostoru, což je vhodné pro kinestetické typy klientů či skupinovou práci. Škály jsou jak číselné, tak hravě smajlíkové pro děti. Druhá strana obsahuje navíc vizualizaci vybraných kočovacích technik, jejichž metodické využití vybízí k práci s prostorem.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, zmapování hodnot, rozvoj kreativity



## PRACOVNÍ KARTY



pracovní  
karty<sup>©</sup>

Jedná se o sadu jednoduchých karet, na nichž jsou uvedeny názvy 58 povolání. Na kartičce není konkrétní povolání nijak ilustrováno, aby nedocházelo k ovlivnění skrze to, jak je daná profese vyobrazena. Obal karet je zpracován z vysloužilých reklamních bannerů/roll-upů.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, profesní orientace, rozvoj kreativního myšlení a imaginace

## KARTY INTELIGENCÍ



Karty inteligencí vychází z teorie, že každý má svá nadání a silné stránky. Karty jsou cestou jedince pro uvědomění si sebe sama. Rozvojové KARTY INTELIGENCÍ slouží jako prvotní diagnostika nadání a otevírají rozhovor na téma silné stránky a kariéra. Zároveň v dětech přirozeně posilují sebevědomí.

**Příklady použití:** zmapování silných stránek, zájmů a podpora sebevědomí



## KARTY ŽIVOT JE ŽIVOT



Karty zachycují časté situace a stavy, ve kterých se lidé nachází. Některá témata se snadněji otvírají, když dostaneme náповědu ve formě obrázku. Současně bylo cílem, aby byly obrázky odlehčené a se špetkou humoru, aby se díky nim snadněji navazoval kontakt s dětmi i dospělými. Karty ŽIVOT JE ŽIVOT pomohou klientům k reflexi jejich životů, k vyprávění osobních příběhů. Pomohou jim zrekapitulovat vzestupy a pády v průběhu dne či života. Karty patří k oblíbeným icebreakrům.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, zmapování stavu a emocí a reflexe svého života

## KARTY MOŘE EMOCÍ



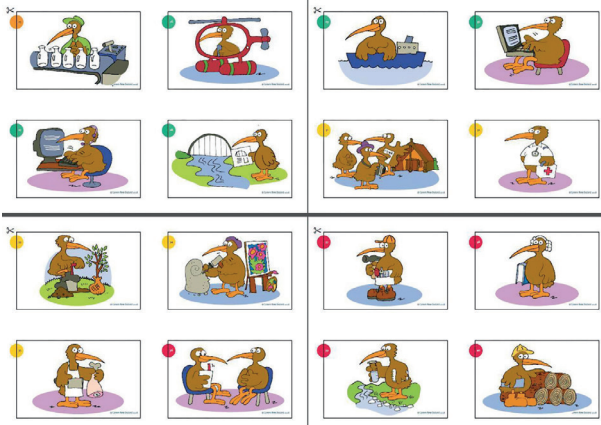
Karty MOŘE EMOCÍ jsou užitečnou pomůckou s širokými možnostmi využití. Lidé obvykle interpretují pocity, emoce a své psychické stavy rozdílně a také je rozdílně vyjadřují. Někdy může být obtížné naše pocity vyjádřit a pojmenovat, karty emocí komunikaci usnadní. Kresby na kartičkách MOŘE EMOCÍ umožňují vyjádřit pocity beze slov, případně ta správná slova pomáhají hledat. Karty mají na přední straně kresbu velryby, která zobrazuje emoci, prožitek, psychický stav. Personifikovaná velryba má vždy specifický výraz tváře a postavení těla. U některých kartiček vyjadřovanou emoci dobarvuje prostředí, ve kterém se nachází, a také předměty v jejím okolí.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, kreativity, práce s emocemi





## KIWI KARTY



KIWI KARTY jsou určeny ke zvýšení povědomí žáků o světě práce. Karty mohou pomoci žákům se zamyšlením nad jejich vlastními zájmy a silnými stránkami a jejich využitím v budoucnu. Obrázky na kartách byly navrženy tak, aby reprezentovaly širokou oblast zaměstnání a byly genderově neutrální. Činnosti v příručce jsou napsány tak, aby podporovaly používání karet dětmi na prvním stupni ZŠ, mohou však vyhovovat i starším žákům. Manuál je v angličtině.

**Příklady použití:** zmapování silných stránek a zájmů, podpora komunikace a vzájemného respektu

## MOTIVAČNÍ KARTY



Pomůcka k tomu, aby si člověk ujasnil, jaká kritéria potřebuje v práci naplnit, aby mohl co nejlépe uplatnit sebe sama. Soubor karet obsahuje celkem 41 „motivátorů“, tedy slovně vyjádřených předpokladů, které může jednotlivec, ale i skupina, považovat za důležité pro zajištění spokojenosti v práci. Karty jsou vhodné jak pro poradce, kouče, tak i jednotlivce.

**Příklady použití:** zmapování hodnot v pracovním prostředí i v běžném životě a rozvoj komunikace



## KARTY S PŘÍBĚHY



KARTY S PŘÍBĚHY/Storytelling cards mají projektivní charakter, obrázky slouží jako podněty k vyprávění. Někde se s nimi setkáte pod názvem koučovací karty, terapeutické karty, poradenské karty. Promítáme do nich naše hodnoty, potřeby, touhy, skrytá přání, vlastnosti či aktuální stavy. Slouží především k povzbuzení, otevření a prohloubení konverzace, navázání kontaktu, případně ke zvýšení klientova sebeuvědomění. Motivy fotografií jsou ve většině případů pozitivně laděné a zachycují běžné situace či méně běžné obrazy, které vyzývají k přemýšlení.

Karty tvoří originální fotografie, které zachycují různé aspekty našeho života či symbolicky zastupují životní touhy, výzvy, radosti, obavy a významné události. Jsou reprezentovány v podobě lidí, zvířat, budov a věcí, které nás obklopují ve městech, na venkově či odlehlých koutech světa. Fotografie vyzývají ty, kdo si je prohlíží, k tomu, aby jim dali svůj vlastní význam a smysl.

**Příklady použití:** zmapování hodnot, aktuálního stavu, pocitů, přání do budoucna a rozvoj komunikace

## KARTY PRACOVNÍCH HODNOT



Karty jsou pomůckou pro ujasnění vlastních očekávání od svého profesního směřování. Jedinec si prostřednictvím karet sestaví žebříček pracovních hodnot, jehož naplňování ho dovede ke zvýšení spokojenosti v pracovním životě.

**Příklady použití:** profesní orientace, zmapování hodnot, rozvoj komunikace



## KARTY SVĚTEM HODNOT



Hodnoty (motivátory, potřeby) představují to, čeho si opravdu vážíme, a významně ovlivňují naše rozhodování a jednání. Odkazují na to, co je podle nás v životě nebo práci dobré, správné, důležité. Při práci s klienty můžete použít pouze stranu s názvem a obrázkem, který pomáhá danou hodnotu asociovat, a nechat klienta definovat si hodnotu po svém. Nebo můžete využít stranu s textem a nechat klienty diskutovat nad „obsahem“ hodnoty a definici doplnit.

Karty mohou být využity v různých situacích, s různými věkovými skupinami, s jednotlivci, páry i skupinami, a mohou jim pomoci si ujasnit, na čem jim skutečně záleží. V brožurce najdete příklady užití karet s jednotlivci, s páry a rodinou, ale také v týmech nebo školních kolektivech.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace, zmapování vlastních hodnot a reflexe svého života

## KARTY SILNÉ STRÁNKY



Naše silné stránky si zaslouží naši pozornost, je důležité naučit se je u sebe vnímat, věnovat se jim, rozvíjet je, inspirovat jimi ostatní, stavět na nich, opírat se o ně. Karty jsou inspirovány principy pozitivní psychologie, a i práce s nimi by měla být směřována v tomto duchu.

**Příklady použití:** zmapování a rozvoj silných stránek, přehled v oblasti silných stránek a podpora sebevědomí



## JOBBKORT



Karty švédské produkce nakladatelství Tremedia využijí zejména kariéroví poradci s dětmi na základních a středních školách, případně s dospívajícími a dospělými, kteří navštíví jejich soukromé praxe. Jsou vhodné pro práci s jednotlivci i skupinami. Jejich hlavní účel spočívá v tom klienty inspirovat a dát jim příklady řady povolání, která dnes existují na trhu práce. Jedna karta může zobrazovat více než jedno povolání, a jsou tak vhodné i k diskuzi.

**Příklady použití:** profesní orientace žáka, rozvoj komunikace a orientace na trhu práce

## KARTY PODLE SEBE



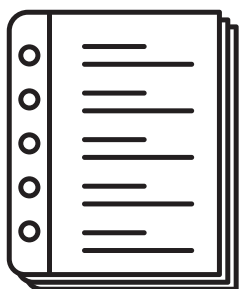
Karty pro hlubší rozhovory mezi dětmi a dospělými. Sada 53 otázek pro rodiče, učitele a kohokoliv, kdo je v kontaktu s dětmi. Karty jsou vhodné pro děti už od 4 let. Cílem karet jsou hlubší diskuze, díky kterým se rozvíjí fantazie a přemýšlení dětí a také se prohlubuje váš vztah s nimi.

**Příklady použití:** rozvoj komunikace a kreativity, posilování sebevědomí a vzájemného respektu









# DATA BÁZE

## kariérových poradců a poradkyň Zlínského kraje

### Školní kariéroví poradci a poradkyně

Databáze školních kariérových poradců vznikla v Centru kariérového poradenství jako součást podpory škol a školních kariérových poradců na základních a středních školách ve Zlínském kraji.

<https://pruvodcekarierou.zkola.cz/databaze-skolnich-karierovych-poradcu-ve-zlinskem-kraji/>

### Centrum kariérového poradenství Zlínského kraje

Centrum kariérového poradenství Zlínského kraje (dále jen „CKP“), poskytuje od září 2018 ucelený systém podpůrných aktivit všem pedagogickým pracovníkům, zejména školním kariérovým poradcům/poradkyním základních a středních škol ve Zlínském kraji. Cílem CKP je systematicky rozvíjet kompetence v oblasti kariérového poradenství a informovaného poradenství v oblasti prevence předčasných odchodů (vzdělávání, individuální konzultace).

**Ing. Marta Müllerová**  
J. A. Bati, budova 22, Zlín  
tel. 731 555 195, 577 043 747  
e-mail: [ckp@kr-zlinsky.cz](mailto:ckp@kr-zlinsky.cz)





## Informační a poradenská střediska při Úřadu práce

Služby IPS jsou určeny:

- žákům základních škol
- studentům a absolventům SŠ, VOŠ a VŠ
- uchazečům o zaměstnání a dalším zájemcům

Informační a poradenské středisko Zlín

Čiperova 5182, 770 760 726, [ips@zl.mpsv.cz](mailto:ips@zl.mpsv.cz)

Informační a poradenské středisko Vsetín

Pod Žamboškou, 1024, 770 760 730, [ips@vs.mpsv.cz](mailto:ips@vs.mpsv.cz)

Informační a poradenské středisko Kroměříž

Erbenovo nábřeží 4251, 770 760 727, [ips@km.mpsv.cz](mailto:ips@km.mpsv.cz)

Informační a poradenské středisko Uherské Hradiště

Na Morávce 1215, 770 760 729, [ips@uh.mpsv.cz](mailto:ips@uh.mpsv.cz)

---

## Soukromí kariéroví poradci a poradkyně

V této databázi je seznam kariérových poradců a poradkyň z České republiky. Pomocí filtrů lze vyhledat kariérové poradce působící ve Zlínském kraji.

<https://katalog.job-hub.cz/poradci>

---

## Krajská hospodářská komora Zlínského kraje

Mezi klíčovými tématy je oblast polytechnického vzdělávání, kariérového poradenství, odborného vzdělávání, spolupráce se zaměstnavateli, podnikavosti, inkluze a také podpora gramotností, ICT kompetencí a výuky cizích jazyků.

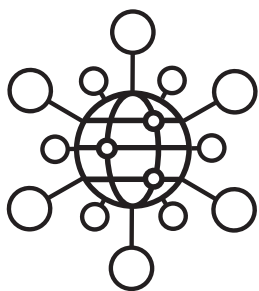
V oblasti kariérového poradenství jsou realizovány následující akce:

- Inspirace středoškolákům
- Girls day
- Konference pro kariérové a výchovné poradce
- Technické jarmarky
- Veletrh práce a vzdělávání









# DATABÁZE moje síť

**Databáze kontaktů z oblasti kariérového poradenství a dalších možností rozvoje a spolupráce kariérové/ho poradce/poradkyně.**

## Moje škola

- podpora rozvoje kariérového poradenství ze strany vedení školy (vzdělávání, komunikace, nákup pomůcek)
- spolupráce s učiteli a nepedagogickými pracovníky na rozvoji kariérového poradenství u žáků (např. psaní životopisu v hodinách českého jazyka, výpočet mzdy v matematice, aktivity ve výtvarné výchově)
- pravidelná a dostatečná spolupráce se žáky
- spolupráce s rodiči (třídní schůzky/besedy ke kariérovému poradenství, představení profesí rodičů)
- spolupráce se středními a vysokými školami
- spolupráce se zaměstnavateli/Úřadem práce

## Neziskové organizace a státní správa působící v oblasti kariérového poradenství

- Zlínský kraj – Centrum kariérového poradenství (vzdělávání, síťování, konzultace, podpora, poradenství)
- Krajská pedagogicko-psychologická poradna
- Informační a poradenské středisko při Úřadu práce
- Krajská hospodářská komora Zlínského kraje
- Technologické inovační centrum, s. r. o.





- neziskové organizace a státní správa působící v oblasti kariérového poradenství  
[www.careerdesigner.cz](http://www.careerdesigner.cz)  
[www.ekscr.cz](http://www.ekscr.cz)  
[www.cakp.cz](http://www.cakp.cz)  
<https://epale.ec.europa.eu/cs>  
[www.karierko.cz](http://www.karierko.cz)  
[www.rozvojkariery.cz](http://www.rozvojkariery.cz)  
[www.npi.cz](http://www.npi.cz)  
[www.euroguidance.cz](http://www.euroguidance.cz)  
fb skupina Kariéroví poradci, koučové, lektori a další nadšenci CZ & SK,  
[www.klickevzdelani.cz](http://www.klickevzdelani.cz)  
[www.vzdelavanivsem.cz](http://www.vzdelavanivsem.cz)  
[www.centrumkompetenci.cz](http://www.centrumkompetenci.cz)  
[www.mspakt.cz](http://www.mspakt.cz)  
[www.kymcimbyt.cz](http://www.kymcimbyt.cz)
  
- organizace nabízející programy v oblasti kariérového poradenství  
[www.ticzlin.cz](http://www.ticzlin.cz)  
[www.podnikav duch.cz](http://www.podnikav duch.cz)  
[www.remeslopomaha.cz](http://www.remeslopomaha.cz)  
[www.inspiracezlin.eu](http://www.inspiracezlin.eu)

---

## Orientace na trhu práce

- Informační a poradenské středisko při Úřadu práce (skupinové poradenství a individuální poradenství)
- zástupci firem spolupracující se základními a středními školami (např. Edhouse, s. r. o.)
- Krajská hospodářská komora Zlínského kraje (Girls Days, Veletrh práce a vzdělávání, Konference kariérových poradců, Technické jarmarky)

<https://jobcentrum.utb.cz/>

[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)

[www.europass.cz](http://www.europass.cz)

[www.corobim.sk](http://www.corobim.sk)

[www.nsp.cz](http://www.nsp.cz)





[www.budoucnostprofesi.cz](http://www.budoucnostprofesi.cz)

[www.lmc.cz](http://www.lmc.cz)

[www.mujzivotposkole.cz](http://www.mujzivotposkole.cz)

[www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

[www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)

---

## Svět vzdělávání

- weby středních a vysokých škol
- dny otevřených dveří
- exkurze do škol

[www.burzaskol.zkola.cz](http://www.burzaskol.zkola.cz)

[www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)

[www.vzdelavaniivsem.cz](http://www.vzdelavaniivsem.cz)

[www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz)

[www.narodnikvalifikace.cz](http://www.narodnikvalifikace.cz)

[www.vzdelavaniaprace.cz](http://www.vzdelavaniaprace.cz)

[www.stredniskoly.cz](http://www.stredniskoly.cz)

[www.vysokeskoly.cz](http://www.vysokeskoly.cz)

[www.gaudeamus.cz](http://www.gaudeamus.cz)



---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# DATABÁZE

## offline zdrojů informací

### Offline zdroje informací pro oblast kariérového poradenství

#### Teorie kariérového poradenství

- PÝCHOVÁ S., MADZIOVÁ D., KOŠTÁLOVÁ H., DRAHOŇOVSKÁ P. 2020. *Kariérové poradenství na každý pád*. Praha: Wolters Kluwer, ISBN 978-80-7598-604-7.
- *Jak spolu s dítětem zvládnout volbu povolání* (online publikace k zakoupení: <https://www.pruvodcerodice.cz/>)
- KOŠTÁLOVÁ H., CUDLÍNOVÁ M. 2015. *Praktický průvodce kariérového poradce pro 21. století*. Praha: Evropská kontaktní skupina, ISBN 978-80-87993-01-9
- GALOVÁ J., HAŠKOVÁ K., MUSILOVÁ A., PETERKOVÁ J., STOJAROVÁ V. 2020. *Průvodce pro (školní) kariérové poradce*. Zlín: Zlínský kraj, ISBN 978-80-87833-35-3
- *Kariérové poradenství ve škole - kvalitně a profesionálně* (online publikace ke stažení: <https://vzdelavanivsem.cz/files/files/brozura-karierovy-poradce.pdf>)
- *Kariérová poradkyně, kariérový poradce* (online publikace ke stažení: <https://vzdelavanivsem.cz/files/files/brozura-karierovy-poradce.pdf>)
- KOŠTÁLOVÁ H., CUDLÍNOVÁ M., NĚMCOVÁ L. 2018. *Spokojený kariérový poradce*. Praha: EKS, ISBN: 978-80-87993-05-07
- KOŠTÁLOVÁ H., KAVKOVÁ E., ŠINDLEROVÁ I. a kol. 2017. *Rozmanitý svět kariérového poradenství*. Praha: EKS. ISBN: 978-80-87993-03-3
- *Návrh koncepce Integrovaného systému kariérového poradenství* (online publikace ke stažení: <https://archiv-nuv.npi.cz/vystupy/navrh-koncepce-integrovaneho-systemu-karieroveho-poradenstvi.html>)
- *Metodický postup pro poskytování kariérového poradenství se zaměřením na 2. stupeň základních škol* (online publikace ke stažení: <https://www.jhk.cz/download/5dea0ba1dc3b3306435398.pdf>)
- *Materiály z e-learningu pro kariérové poradce* (online publikace ke stažení: <https://www.infoabsolvent.cz/Rady/Clanek/7-4-07>)





- **Přednost přednostem - oceňující ptaní** (online publikace ke stažení: [https://www.scio.cz/download/prednostPrednostem/manual\\_pp.pdf](https://www.scio.cz/download/prednostPrednostem/manual_pp.pdf))
- PATTON, W, MCMAHON, M. 2015. **Kariérový rozvoj a systémová teorie**. Centrum Euroguidance, DZS. ISBN 978-80-88153-04-7
- **Poradenský rozhovor - rozhovor s klientem v praxi výchovného poradenství** (online publikace ke stažení: <https://pages.pdf.cuni.cz/vp/files/2013/05/Opora-Nemcov%C4%82%CB%87-fin-OK.docx>)
- **Nejste na to sami** (online publikace ke stažení: [https://www.impulsprokarieru.cz/uploads/media///Karierove\\_poradenstvi/6172b2ca93e38064568406.pdf](https://www.impulsprokarieru.cz/uploads/media///Karierove_poradenstvi/6172b2ca93e38064568406.pdf))
- FRŇKOVÁ P. a kol. 2020. **Metodická příručka k tématu člověk a svět práce**. Brno: JCMM z. s. ISBN: 978-80-907859-1-5
- KOŠŤÁLOVÁ H. a kol. 2014. **Navigace světem práce**. Praha: EKS. ISBN: 978-80-904452-6-0

---

## Kariérová diagnostika

- MEZERA A. 2017. **Dotazník studijně profesní orientace**. Praha: Dr. Josef Raabe. ISBN: 978-80-7496-395-7
- **CZ Diář pro kluky a holky** (k zakoupení: <https://www.karierovydiar.cz/>)
- **karty pro volbu střední školy** (k zakoupení: <https://www.careerdesigner.cz/eshop-cz-produkty-fyzicke?lightbox=datatem-jnz4tqbc>)
- **karty inteligencí, karty pracovních hodnot, karty nadání** (k zakoupení: <https://obchod.regio-vyzkum.cz/>)
- **karty 5S RIASEC Surikaty** (k zakoupení: <https://sylvienavarova.cz/e-shop/>)
- **moře emocí, karty s příběhy, život je život, světem hodnot, silné stránky, Teenagers, cesty, řeka, práce s dospívajícími** (k zakoupení: <https://www.b-creative.cz/produkty>)
- NAVAROVÁ, Sylvie a Markéta LANCOVÁ. **Diagnostika v kariérovém poradenství**. Praha: Raabe, [2019], 162 s. Dobrá škola. Výchovné a kariérové poradenství, 2. ISBN 978-80-7496-405-3.
- **motivační karty a pracovní karty** (k zakoupení: <https://centrumkompetenci.cz/>)

---

## Skupinové kariérové poradenství

- FRŇKOVÁ P. a kol. 2020. **Metodická příručka k tématu člověk a svět práce**. Brno: JCMM z. s. ISBN: 978-80-907859-1-5





- ŠIKULOVÁ R. a kol. 2007. *Pomáháme žákům s výběrem vzdělávací a profesní dráhy*. Praha: Hněvín. ISBN: 978-80-86654-20-1
- KOLÁŘOVÁ J. a kol. 2014. *Volba povolání bez předsudků*. Praha: Gender studies. ISBN 978-80-86520-48-3
- *Metodika pro pedagogy* (online ke stažení: <https://docplayer.cz/19482969-Metodika-pro-pedagogy.html>)
- BABANOVÁ A. 2019. *Dvanáct otevřených metod pro rozvoj kolegiální spolupráce*. Praha: Gender studies. ISBN: 978-80-86520-53-7
- HORSKÁ V. a kol. 2005. *Moje volba*. Most: Hněvín. ISBN: 80-902651-0-3
- BLAŽKOVÁ J. 2006. *Volba povolání*. Most: Hněvín. ISBN: 80-86654-16-8

---

## Vzdělávací dráha

- *Atlas školství* (<https://www.atlasskolstvi.cz/stredni-skoly>)
- *Infoabsolvent* (<https://www.infoabsolvent.cz/Skoly/Seznam>)
- *Burza škol* (<https://burzaskol.zkola.cz/>)

---

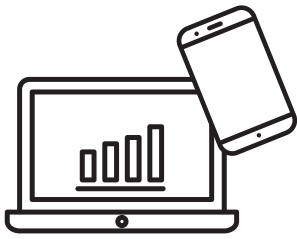
## Orientace na trhu práce

- *Jak nejlépe na trh práce* (NICM)
- PUCOVÁ V. 2003. *Orientace ve světě práce*. Most: Hněvín ISBN 80-86654-02-8
- LUDWIG P. 2013. *Konec prokrastinace*. Praha: Melvil Publishing. ISBN: 978-80-87270-51-6
- *Navigace světem práce* (<https://www.ekscr.cz/sites/default/files/obrazky/soubory/publikace/navigaceczweb2.pdf>)
- *JobbKort - karty profesí* (<https://www.b-creative.cz/terapeuticke-pomucky-b-creative-jobbkort--inspirace-k-vyberu-povolani>)
- katalog firem *Průvodce kariérou* (<https://pruvodcekarierou.zkola.cz/prehled-firem/>)

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# DATABÁZE

## online zdrojů informací

### Online zdroje informací pro oblast kariérového poradenství

#### Teorie kariérového poradenství

- <https://careerguidancecourse.eu/cs/>
- [www.ekscr.cz](http://www.ekscr.cz)
- <https://pruvodcekarierou.zkola.cz/>
- [www.cakp.cz](http://www.cakp.cz)
- [www.euroguidance.cz](http://www.euroguidance.cz)
- [www.rozvojkariery.cz](http://www.rozvojkariery.cz)
- Kariéroví poradci, koučové, lektoři a další nadšenci CZ & SK - facebooková skupina
- Zeptej se kariérového poradce (Petra Drahoňovská, Lucie Václavková)
- <https://www.komposyt.sk/>
- *Příručka Vnitřní nastavení* (Dialogická mysl je víc než jakákoli technika): <https://www.aspektzs.cz/wp-content/uploads/O2-Handbook-cesky.pdf>
- SULTANA, R.: *Podpora kvality kariérového poradenství na středních školách.*: <https://www.euroguidance.cz/publikace/sultana.pdf>

#### Kariérová diagnostika

- [www.dorotamadziova.cz](http://www.dorotamadziova.cz)
- [www.mapopavsko.cz](http://www.mapopavsko.cz)
- [www.mojetalenty.cz](http://www.mojetalenty.cz)



- [www.pruvodcekarierou.zkola.cz/dotaznik-profesnich-zajmu](http://www.pruvodcekarierou.zkola.cz/dotaznik-profesnich-zajmu)
  - [www.emiero.cz](http://www.emiero.cz)
  - [www.salmondo.cz](http://www.salmondo.cz)
  - [www.comdi.cz](http://www.comdi.cz)
  - [www.eticia21.com/cz](http://www.eticia21.com/cz)
  - [http://www.psychologie-prerov.cz/test-kariery](http://http://www.psychologie-prerov.cz/test-kariery)
  - [www.mamenato.cz](http://www.mamenato.cz)
  - [www.zkouskaosobnosti.cz](http://www.zkouskaosobnosti.cz)
  - [www.testmojeplus.cz](http://www.testmojeplus.cz)
  - [www.regio-advisor.cz](http://www.regio-advisor.cz)
- 

### **Individuální kariérové poradenství**

- [www.careerdesigner.cz](http://www.careerdesigner.cz)
  - [www.sylvienavarova.cz](http://www.sylvienavarova.cz)
  - [www.lucie.vaclavkova.cz](http://www.lucie.vaclavkova.cz)
  - [www.ekscr.cz](http://www.ekscr.cz)
- 

### **Skupinové kariérové poradenství**

- [www.careerdesigner.cz](http://www.careerdesigner.cz)
  - [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)
- 

### **Vzdělávací dráha**

- [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)
- [www.jcmm.cz](http://www.jcmm.cz)
- [www.poradcevpk.cz](http://www.poradcevpk.cz)
- [www.vzdelavanivsem.cz](http://www.vzdelavanivsem.cz)
- [www.atlasskolstvi.cz](http://www.atlasskolstvi.cz)







- [www.narodnikvalifikace.cz](http://www.narodnikvalifikace.cz)
- [www.vzdelavaniaprace.cz](http://www.vzdelavaniaprace.cz)
- [www.mspakt.cz](http://www.mspakt.cz)
- [www.stredniskoly.cz](http://www.stredniskoly.cz)
- [www.vysokeskoly.cz](http://www.vysokeskoly.cz)
- [www.studujvpk.cz/](http://www.studujvpk.cz/)

---

### **Orientace na trhu práce**

- [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz)
- [www.europass.cz](http://www.europass.cz)
- [www.corobim.sk](http://www.corobim.sk)
- [www.nsp.cz](http://www.nsp.cz)
- [www.budoucnostprofesi.cz](http://www.budoucnostprofesi.cz)
- [www.lmc.cz](http://www.lmc.cz)
- [www.mujzivotposkole.cz](http://www.mujzivotposkole.cz)
- [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)
- [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)



---

---

---

---

---

---

---

---

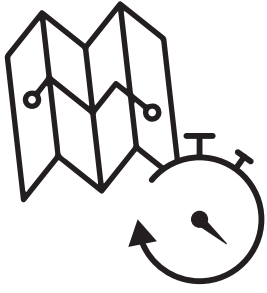
---

---

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*





# Dostupnost kariérového poradenství

Jaké informace se o kariérovém poradenství a kariérovém vzdělávání dozvídají žáci (rodiče, učitelé, veřejnost...)? A jak?

---

---

Jak nás mohou kontaktovat?

---

---

Jak využíváme k propagaci kariérového poradenství či jeho poskytování online technologie/sociální sítě?

---

---

- K zajištění dostupnosti služeb je důležitá informovanost žáků i jejich rodičů o kariéře, podpoře kariérového rozvoje a nabídce služeb kariérového poradenství na škole, příp. mimo ni. Viz PL **Informovanost o kariérovém poradenství na škole**
- Dostupnost podpory kariérového rozvoje je zajištěna také začleněním kariérového vzdělávání do kurikula. Viz PL **Rozvoj kariérových kompetencí**
- S ohledem na žáky se specifickými potřebami (např. ohrožení předčasným odchodem ze vzdělávání; děti z rodin s jiným mateřským jazykem) by měly být navrženy vhodné možnosti nabízených služeb a jejich komunikace.
- Důležité pro zajištění dostupnosti je také volit takové kanály a cesty, které jsou blízké zamýšlené cílové skupině, z hlediska mladých lidí se jeví jako účinné využívání online nástrojů a sociálních sítí. Tyto strategie s sebou nesou nutnost ověřování jejich vhodnosti z hlediska cílových skupin, např. pomocí dostupných dat, společného na-





vrhování strategií komunikace a poskytování služeb spolu s žáky (Jaké sociální sítě je vhodné využít ke komunikaci s žáky?).

- Online nástroje při poskytování kariérového poradenství mohou fungovat jako doplněk stávajících (face to face) služeb vzhledem k dalším specifikům jejich využití, např. časová flexibilita, vyšší míra vzájemné (peer) podpory.
- Tzv. online nebo e-poradenství s sebou nese řadu specifik, mj. ve vztahu k dovednostem kariérových poradců (znalost fungování sociálních sítí, schopnost práce v online prostředí apod.), etických aspektů (osobní identita v online prostředí; zachování důvěrnosti; různý přístup k online technologiím), či jejich praktickému nastavení (v jakém čase má být poradce dostupný online a kdy už ne).

Vývoj online kariérového poradenství reflektuje posun ve využívání digitálních technologií v kariérovém poradenství, které byly původně využívány k poskytování kariérových informací, později se přidala i funkce nástroje poskytování individuálních online konzultací. Následně se využívání sociálních sítí proměnilo spíše v interaktivní pracovní prostředí a poradci se stali facilitátory podporujícími kolaborativní kariérové zkoumání. Nejnovější přístup pojmenovává ve své práci Jaana Kettunen (2015) jako *co-careering*, při němž se poradce systematicky zaměřuje na společné utváření významu v kariérových otázkách prostřednictvím vědomé, správně řízené a monitorované online přítomnosti s cílem vytvořit důvěryhodný a autentický obraz sama sebe v rámci komunity.

Tristram Hooley popisuje tzv. *digitální kariérovou gramotnost* (Digital Career Literacy – 7 C'), která odráží nutnost rozvíjet digitální gramotnost v kontextu kariérového rozvoje:

- Změna (Changing) jako schopnost porozumět a přizpůsobit se měnícím se kariérovým kontextům a využívat nové technologie k utváření kariéry.
- Sběrání (Collecting) a spravování online zdrojů a kariérových informací.
- Kritika (Critiquing) povahy online kariérových informací a zdrojů a zhodnocení jejich využitelnosti z hlediska kariérového rozvoje.
- Propojování (Connecting) a utváření vztahů a sítí v online světě, které mohou podpořit kariérový rozvoj jedince.
- Komunikování (Communicating) napříč různými platformami a jejich využívání pro účely kariéry.
- Utváření (Creating) online obsahu, který efektivně reprezentuje osobní zájmy a kariérovou historii jedince.
- Spravování (Curating) jako schopnost vytvářet digitální stopu a online sítě jako součást rozvoje své kariéry.

*Digitální well-being* jako péče o sebe při využívání digitálních technologií. Ne vždy je nutné být na příjmu, lze uplatnit řadu zásad, kterými si nastavit hranice ve využívání online technologií. Uvažování o digitálním well-beingu je relevantní pro učitele i žáky. Řadu





relevantních podnětů k tématu najdete zde: <https://digitalniwellbeing.skav.cz/vystupy/>.  
Viz také PL *Well-being v kontextu kariérového poradenství*.



ELGPN: *Guidelines for Transversal Components of Lifelong Guidance Policies and Systems*. University of Jyväskylä, 2015.  
ELGPN: *Rozvoj politik celoživotního poradenství: Evropský nástroj pro tvůrce politik*. DZS Praha 2015.  
Hooley, T. (2012).  
Kettunen, J., Sampson, J. P., Vuorinen, R. (2015). *Career practitioners' conceptions of competency for social media in career services*. British Journal of Guidance and Counselling 43(1):43-56.  
Online kurz Kariérové poradenství pro 21. století: <https://careerguidancecourse.eu/cs/> (2022).




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

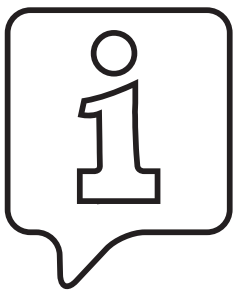
---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.  
Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Informovanost o kariérovém poradenství na škole

Možnosti, jak zlepšit informovanost cílových skupin o službách kariérového poradenství na škole. Komunikační strategie lze upravit dle specifických potřeb žáků, rodičů, pedagogů školy, zájemců o studium, firem apod.

Informace o poskytovaném kariérovém poradenství mohou sloužit k další propagaci školy mezi potenciálními uchazeči, příp. partnery školy, ale i k zvýšení informovanosti veřejnosti o kariérovém rozvoji žáků.

## Obsahují webové stránky školy...

- uživatelsky přístupnou a jednoduše srozumitelnou informaci o poskytovaném kariérovém poradenství?
- jméno a kontakt, úřední hodiny kariérového poradce/poradkyně?
- popis služeb kariérového poradenství a komu jsou určeny?
- specifika školy při poskytování kariérového poradenství (např. práce s portfoliem)?
- odkazy na další vhodné zdroje, kontakty?
- informace o možnostech rozvoje kariérových kompetencí?

## Jak se zapojené strany (žáci, rodiče, pedagogové, zaměstnavatelé a další externí partneři) dozvídají o nabídce služeb kariérového poradenství na škole?

- webové stránky školy/sociální média školy (LinkedIn, Facebook, Twitter, TikTok...)
- dny otevřených dveří/veletrhy škol
- třídní schůzky/třídnické hodiny
- besedy/informační setkání
- tištěné materiály/e-mail
- jinak





**Má škola vytvořenou komunikační strategii o poskytovaných službách kariérového poradenství směrem k jednotlivým cílovým skupinám?**

**Jakým způsobem ověřujete dostatečnou informovanost cílových skupin o kariérovém poradenství na škole?**

- pravidelnou evaluací komunikační strategie
- zpětnou vazbou od cílových skupin (např. rozhovor, dotazník)

### **Komunikační strategie pro poskytované služby kariérového poradenství**

1. Popis současné situace
2. Cíle komunikační strategie
3. Cílová skupina: specifikace a potřeby
4. Klíčová sdělení
5. Zvolené komunikační kanály
6. Načasování
7. Zodpovědnost
8. Komunikační plán
9. Monitoring a evaluace efektivity komunikační strategie



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.  
Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Kariérové poradenství pro mobilitu

## A) Poskytování informací

- o benefitech zapojení se do mobility (např. rozvoj kompetencí – odborné, jazykové, multikulturní, osobnostní; síťování);
- o možnostech mobility v rámci školy (např. Erasmus+) a mimo ni (např. dobrovolnictví, zahraniční brigády), o formách stipendií/grantů;
- o možnostech studia/stáží/práce v zahraničí.

## B) Poradenství pro mobilitu

Níže uvedené možnosti podpory před, během a po mobilitě nemusí být zaštitěny pouze jedním pracovníkem. Dobré je však u každé z nich uvést, na koho se studenti mohou obrátit (např. i mimo školu; včetně využití možnosti peer podpory).

### Před odjezdem

- Praktická příprava: identifikace potřeb souvisejících s mobilitou a plán pro jejich zajištění, např. finance, ubytování, doprava, možnosti komunikace
- Stanovení si vzdělávacích cílů
- Jazyková příprava: zhodnocení jazykových kompetencí a příprava akčního plánu jejich rozvoje; specifika neverbální komunikace
- Interkulturní příprava: reflexe vlastních zkušeností z mobility, kulturních stereotypů
- Psychologická příprava (možné pocity izolace, kulturní šok, stesk po domově):
  - seznam kontaktů, na koho je možné se v případě potřeby obrátit: poradce; významní blízcí; peer podpora,
  - seznam aktivit, činností, které přispívají k well beingu žáka (pohyb, sport, příroda, atd.

### V průběhu mobility

- Dostupná poradenská podpora (formální/neformální)
- Podpora při řešení konkrétních problémů (kontakty pro případ nutnosti)





### Po návratu

- Zhodnocení zkušenosti (stanovených vzdělávacích cílů, nabytých kompetencí apod.) a nastavení akčního plánu.
- Podpora při začleňování zpět do domácího prostředí (světoobčanství).
- Sdílení zkušeností (např. publikováním zprávy nebo reflexe z pobytu; sdílením v hodině zeměpisu nebo cizího jazyka; realizací besedy pro studenty či širší veřejnost; přípravou projektového „mezinárodního dne“ nebo dne zaměřeného na jeden konkrétní stát apod.).

### C) Specifika kariérového poradenství pro mobilitu

- Podpora znevýhodněných cílových skupin k mobilitě
- Poradenství pro zahraniční studenty

### D) Příprava poradců

- Reflexe vlastních znalostí a zkušeností z mobility, kulturních stereotypů, předpokladů.
- Vzdělávání v oblasti interkulturního poradenství a poradenství pro mobilitu.
- Schopnost využívání ICT pro komunikaci s žáky.
- Zpracování zpětné vazby od žáků, kteří využili poradenství před, během a po skončení mobility.



#### **Mladilinfo**

poskytuje informace týkající se nejen možností dobrovolnictví, studia, stáží a práce v zahraničí.

#### **Dům zahraniční spolupráce**

administruje řadu mezinárodních programů a sítí.

#### **Eurodesk**

je oficiální informační síť programu Erasmus+ mládež určená pro mladé lidi a pracovníky s mládeží. Spravuje Evropský portál, který nabízí informace a příležitosti pro mladé lidi z celé Evropy. Disponuje také sítí regionálních partnerů, kteří poskytují informace a pořádají akce v regionech ČR.

#### **Eurocentrum**

je informační místo, kam se občané mohou obracet se svými dotazy týkajícími se Evropské unie.







Euroguidance (2010). Mobility advice interview. Dostupné zde: <https://www.anefore.lu/wp-content/uploads/2015/08/EUROGUIDANCE-MOBILITY-ADVICE1.pdf>

Euroguidance network. (2015). *Otevřené dveře do světa. Severský pohled na poradenství v oblasti mobility*. DZS, Praha.

EOPPEP (2015). Studijní text 04: Kariérové poradenství pro mobilitu. Dostupné zde: <https://docplayer.cz/37357021-Studijni-text-04-karierove-poradenstvi-pro-mobilitu.html>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Kvalita kariérového poradenství: Mapování potřeb cílových skupin

Nastavení poradenských služeb na základě potřeb cílových skupin je jednou z cest ke kvalitě služeb kariérového poradenství.

- Jakým cílovým skupinám je služba určena?
- Jak jsou mapovány jejich potřeby týkající se kariérového poradenství?
  - a. Dotazníky (např. mapování kariérových kompetencí žáků; zhodnocení nastavení poradenských služeb – dostupnost).
  - b. Rozhovory (s žáky, rodiči, pedagogy, zaměstnavateli, dalšími relevantními aktéry, např. školskou radou, školním parlamentem).
  - c. Statistiky (např. úspěšnost žáků při přechodu na další stupeň vzdělávání/nalezení práce; předčasné odchody ze vzdělávání; šetření mezi studenty po ukončení studia apod.).
  - d. Jinak...
- Jaké jsou potřeby cílových skupin v oblasti kariérového poradenství?
- Jak se tyto potřeby promítají do cílů kariérového poradenství na škole?
- Jak jsou tyto potřeby naplňovány a kdo se na jejich naplňování podílí?
- Jak je monitorována vhodnost nastavení služeb kariérového poradenství?
- Jak se tato zjištění promítají do nastavování služeb kariérového poradenství?
- Jak je zjišťována spokojenost se službou u cílových skupin?







# Mapování spokojenosti, potřeb a rozvoje KP



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a sociální  
pracovníci, vedoucí  
pracovníci



45 minut



Zmapování důležitých oblastí kariérového poradenství, jejich zhodnocení a navržení kroků k možnému rozvoji.



Aktivita směřuje ke zmapování celkového stavu kariérového poradenství na dané škole. Slouží k zastavení a vyhodnocení aktuální situace kariérového poradenství v širším kontextu, který zahrnuje náhled na základní oblasti působení. Cílem aktivity je zmapovat stav v daných oblastech, uvědomit si, co dobře funguje a která oblast potřebuje posílit. Aktivita pracuje primárně se sebereflexí kariérového poradce. Při práci v rámci týmu (kolektivu pedagogů) doporučujeme, aby si aktivitou prošel nejprve každý sám individuálně a následně sdíleli své pohledy. Díky tomuto postupu může dojít k velkému obohacení a přílivu nových pohledů a přínosných myšlenek. Aktivita je také vhodná pro zhodnocení aktuální situace a navržení kroků k lepšímu fungování na pracovišti jako celku.



## 1. Oblasti

V prvním kroku se seznámíme s hlavními oblastmi, na které se budeme v rámci aktivity zaměřovat. Jsou uvedeny níže v tabulce. Cílem je představit si, co konkrétní oblast znamená a představuje na vašem pracovišti. Můžete také přemýšlet a popsat si, co pro vás jednotlivé oblasti vlastně znamenají. Oblast s otazníkem slouží pro





vaše případné doplnění. Představuje možnost doplnit pro vás důležitou oblast (např. specifickou pro vaši školu nebo pro vás osobně).

## 2. Spokojenost

Ke každé oblasti přiřaďte číslo od 1–10, nakolik se v dané oblasti cítíte být spokojeni. Hodnoty zaznamenejte k dané oblasti v tabulce. Pro inspiraci a snadnější přemýšlení můžete využít vysvětlující popisy v tabulce.

<b>ŠKOLA</b>	<b>TÝM – PRACOVIŠTĚ</b>
<p>Spolupráce v rámci celé školy. Vedení školy. Každodenní chod. Organizace práce. Vlastní výkon práce. Vize a plány. Koncepce KP na škole. Pracovní aktivity. Rozvoj školy. Metodické postupy. Strategické plánování. Podpora zaměstnanců. Zvyšování kvality.</p>	<p>S kým úzce spolupracuji. Komunikace. Vztahy. Lidskost, přátelství. Vzájemná podpora. Sdílení a předávání zkušeností. Role v týmu. Doplnňování se. Profesionalita. Soulad a míra autonomie. Atmosféra. Vzájemné učení se.</p>
<b>ŽÁCI</b>	<b>PROSTŘEDÍ – materiální zázemí</b>
<p>Zahajování a ukončování spolupráce. Jejich specifika. Komunikace a spolupráce. Osobní životní posuny žáků. Důvěra v pozitivní změny. Spokojenost žáků. Vyhodnocování užitečnosti a kvality práce s žáky. Příklady dobré praxe. Potenciál žáků. Jak je vnímáme.</p>	<p>Celkové pracovní podmínky. Prostor pro práci s žáky. Materiální vybavení poradenských pracovišť. Pomůcky pro práci a vybavení pracovišť. Diskrétní zóny pro rozhovory. Publikace. Karty. Přístup k nástrojům – videa, testy, animace, metodiky, postupy...</p>
<b>VNĚJŠÍ SPOLUPRÁCE</b>	<b>MŮJ PROFESNÍ A OSOBNÍ ROZVOJ</b>
<p>Spolupráce s rodiči. Spolupráce s dalšími odborníky, organizacemi a zaměstnavateli. Spolupráce s institucemi poskytujícími také kariérové poradenství. Spolupráce v rámci oboru a mezioborová. Komunikace. Inovace, rozvoj, inspirace... Na místní, mezikrajské, zahraniční úrovni.</p>	<p>Znalost svých silných stránek. Předpoklady pro práci. Schopnosti, dovednosti. Příležitosti rozvoje. Odborné vzdělávání a podpora. Osobní rozvoj. Moje kompetence, zkušenosti. Můj profesní příběh. Plánování a organizace práce. Moje osobní a pracovní vize. V čem jsem se zdokonalil? V čem se chci zlepšit?</p>
<b>ATMOSFÉRA</b>	<b>? (doplňte své)</b>
<p>Na pracovišti. V týmu. Směrem k žákům a rodičům. Směrem k vedení školy. Při veřejném kontaktu. Kde a s kým je mi ve škole dobře? U kterých činností se cítím nejlépe?</p>	





**3. Rozdělení oblastí**

Dle důležitosti a aktuální situace rozdělte oblasti na skupinu A a B.

A – jsou oblasti, které fungují a které chcete zachovat tak, jak jsou.

B – jsou oblasti, ve kterých vnímáte potřebu změny, posunu, vylepšení.

**4. Vyberte 1–4 oblasti, na které se chcete zaměřit**

Doporučujeme vybírat rovnoměrně z obou skupin A i B. Např. 2 oblasti, které nejlépe fungují a kde pocítujete největší spokojenost, a 2, které potřebují podle vás nejvíce změnit.

Vybrané oblasti:

---

---

---

**5. Zamyšlení se nad konkrétní oblastí**

U každé z vybraných oblastí se pokuste co nejdetailněji odpovědět na následující otázky:

■ Co v dané oblasti dobře funguje?

---

---

---

---

---

■ Jaké z toho pramení přínosy? (pro školu, žáky, pedagogy...?)

---

---

---

---

---

■ Kdo a co k tomu přispívá? Jakým způsobem?

---

---

---

---

---





- Na co se v dané oblasti chcete zaměřit? Jaká jsou důležitá/klíčová témata uvnitř oblasti?

---

---

---

---

---

- Popište, jaké je to teď a jaké to chcete mít.

---

---

---

---

---

- Jak můžete vy osobně posun v této oblasti podpořit?

---

---

---

---

---

- Co by mohlo být prvním krokem směrem ke zlepšení této oblasti?

---

---

---

---

---





### Můžete si odpovědět na tyto otázky:

- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co nového jste si uvědomili?
- S kým z pracoviště to chcete sdílet?
- Na co se chcete v nejbližších dnech zaměřit?
- Koho chcete pozvat ke spolupráci?
- Jaké nové možnosti se před vámi otevírají?
- Jaký je váš celkový dojem, spokojenost na pracovišti?
- Která jedna oblast, kdyby se vylepšila, bude obrovským přínosem pro kariérové poradenství či školu celkově?
- Kdo vám může pomoci s odpovědí na otázky, na které jste nepřišli sami?
- Jaké pocity ve vás toto mapování spokojenosti vyvolalo?
- Co užitečného nyní na základě nových uvědomění můžete začít dělat?




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.







# Metafory



Pedagogové ZŠ, SŠ



90 minut



Sebezpoznání



Aktivita je určena pro pedagogy na reflexi jejich pojetí kariérového vzdělávání.



Aktivita si klade za cíl přinést učitelům hravou formou nahlédnutí na jejich pojetí kariéry a na to, jak toto pojetí může ovlivňovat jejich koncept kariérového vzdělávání na škole.



1. Zkuste si najít klidné místo, kde vás nikdo nebude rušit. Popřípadě to může být vaše oblíbené místo. Můžete si vzít k ruce pastelky/časopisy nebo kartičky s obrázky. Vezměte si s sebou papír, kde jsou metafory, a zkuste si vybrat jednu/dvě, které odráží váš vztah k tomu, jak vnímáte kariéru.

## Metafory jsou napsané podle Inksona.

Metafora odkazu: Kariéra jako dědictví

Metafora řemesla: Kariéra jako stavba

Metafora ročních období: Kariéra jako cyklus

Metafora párování: Kariéra jako shoda

Metafora dráhy: Kariéra jako cesta

Metafora sítě: Kariéra jako setkávání a vztahy





Divadelní metafora: Kariéra jako role

Ekonomická metafora: Kariéra jako zdroj

Narativní metafora: Kariéra jako příběh

2. Přepište si svoji metaforu na papír (případně metafory) a zkuste si k nim najít kartičku s obrázkem, která vystihuje vámi vybranou metaforu. Případně si z časopisů můžete vystříhat obrázky, které ji reprezentují. Jak metaforu ztvárníte, je čistě na vás.

3. Na papír si můžete napsat/nebo se jen zamyslet nad těmito otázkami:

- Jak byste si sami pro sebe popsali svoji metaforu kariéry? Jak byste ji někomu vysvětlili?
- Jak se projevila/projevuje ve vašem profesním životě?
- Co vám do života přináší? Je nějaká oblast, kde vnímáte, že vás limituje?
- Jak se uvedená metafora propisuje do vaší role kariérového poradce? Na co díky ní kladete u svých žáků důraz?
- V čem může být uvedená metafora pro žáky přínosná/v čem nikoliv?



Smyslem je si začít více uvědomovat a reflektovat motivy, které jsou pro vás klíčové v chápání vlastní kariéry a mohou mít vliv na to, jak koncipovat obsah kariérového vzdělávání.



Další možná inspirace **Esencia práce** od THOMESE DIENERA



---

---

---

---

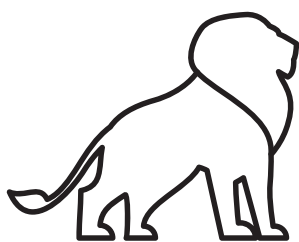
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Moje silné stránky



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a pracovníci  
školních poradenských  
pracovišť



45 minut



Sebezpoznání



Nalezení a ujasnění silných stránek v kontextu sebepoznávání a zdrojů.



Aktivita směřuje k posílení vědomí vlastních schopností a dovedností. Uvědomění a pojmenování silných stránek – činností, které nás baví a které dobře umíme. Aktivita přináší základní, velmi individuální přehled činností, které nesou pro daného poradce největší potenciál při mapování silných stránek žáků.



## 1. fáze – Inspirační

Přemýšlíme nad činnostmi, které obnáší pomáhající práce. Můžeme se inspirovat na internetu nebo rozhovorem s kolegou či známým, který také pracuje v pomáhající profesi. Např. individuální konzultace, psaní zápisů, individuální plánování, zpracovávání statistik, porady, vzdělávání, ... Nápadů činností můžeme (ale nemusíme) zapisovat. Cílem této fáze je poskytnout dostatek příkladů a rozproudit fantazii a přemýšlení o činnostech v pomáhajících profesích (nebo přímo kariérovém poradenství).

## 2. fáze – Soupis oblíbených činností

Každý sám si do připraveného PL vypíše své oblíbené pracovní činnosti do 1. sloupce tabulky. Celkem by v ideálním případě měl mít každý uvedeno kolem 8 nejoblíbenějších činností.





### Při sepisování mohou pomoci tyto otázky:

- Co dělám opravdu rád?
- Co mě baví tak, že ztrácím pojem o čase?
- Co dobře umím (lépe než většina kolegů)?
- Jaké činnosti mi dodávají energii – po jakých činnostech se cítím lépe?
- Jaké chvíle včerejšího dne byly nejlepší? A minulého týdne?
- Kde a při čem se cítím nejlépe?

**Varianta:** Pokud je pro vás náročné své oblíbené činnosti sepsat, pak si můžete nechat 2–3 týdny pro pozorování a sestavení „Seznamu dobrých pracovních chvil“. Jedná se o dlouhodobější sebepoznávací techniku, kdy si po stanovenou dobu (např. po dobu 2–3 týdnů) můžete každý den zapsat nejhezčí chvíle daného pracovního dne. Seznam dobrých pracovních chvil pak může posloužit jako prvotní inspiraci pro vyplnění oblíbených činností do připraveného pracovního listu.

### 3. fáze – Hodnotící

Postupně přidělujeme hodnocení ke svým činnostem ve 4 kategoriích. Hodnocení provádíme jednotlivě po sloupcích, vždy v jedné kategorii ohodnotíme všechny činnosti. Hodnocení zaznamenáváme číselnou formou na škále 1 (nejméně) až 10 (nejvíce).

#### Vysvětlení kategorií:

##### TO SE MI LÍBÍ

Na škále 1–10

- Nakolik mě tato činnost baví?

##### SEBEJISTOTA

Na škále 1–10

- Nakolik jsem si v této činnosti jistý?
- Nakolik jsem pro ni vybaven ve formě schopností a dovedností?
- Nakolik tuto činnost zvládám lépe než většina kolegů?

##### SOULAD

Na škále 1–10

- Nakolik tato činnost ladí s tím, kdo jsem?
- Nakolik ke mně sedí?
- Nakolik mi dává smysl?

##### ZDROJE

Na škále 1–10

- Nakolik mám pro tuto činnost prostor a čas, příležitosti ji vykonávat?
- Nakolik mě v ní podporuje okolí?



#### 4. fáze – Výběr silných stránek

V závěrečné fázi vyplníme poslední sloupec tabulky „CELKEM“, ve kterém vypočítáme u každé činnosti průměr hodnocení za všechny kategorie. Tentokrát tedy postupujeme po řádcích a vyhodnocujeme skóre každé své činnosti. Nakonec zakroužkujeme první tři činnosti, které získaly nejvyšší hodnocení.

Zajímavé může být vyhodnotit i jednotlivé sloupce a zjistit, která kategorie je pro nás nejsilnější. Můžeme tak přijít například na to, že napříč různými aktivitami cítíme nízkou sebejistotu, nebo že je vlastně velmi málo témat, která nás skutečně baví, nebo se cítíme v souladu s většinou našich aktivit

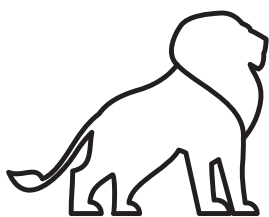


- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co jste se naučili/dozvěděli?
- Jak to můžete prakticky v budoucnu využít?
- Jaké činnosti vyhrály?
- Co vás na těch činnostech baví ze všeho nejvíce?
- Mají něco společného?
- V jakém prostředí a za jakých okolností se odehrávají?
- Jak často se jim věnujete?
- Jak často byste se jim věnovat chtěli? Jak se jim můžete věnovat více?
- Co bylo pro vás nejvíce zajímavé a překvapující?
- Jaké schopnosti a dovednosti máte?
- Kde jinde/v jakých jiných činnostech by je šlo také využít (např. přenos do jiných pracovních činností nebo osobního života)?
- Jak tyto činnosti můžete dále rozvíjet?
- Kdo vás v rozvoji může podpořit?
- Když se v těchto činnostech ještě zlepšíte, kam až to může vést (fantazijní představy)?
- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co jste se naučili/dozvěděli?
- Jak to můžete prakticky v budoucnu využít?

*Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.*

*Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.*

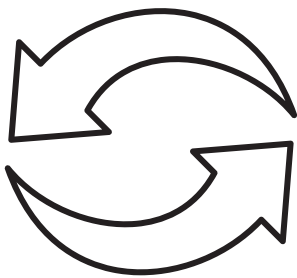




# Moje silné stránky

	ČINNOSTI	HODNOCENÍ 1-10				
		TO SE MI LÍBÍ	SEBE-JISTOTA	SOULAD	ZDROJE	CELKEM
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
Celkem						





# Reflexe poradenského rozhovoru



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a sociální  
pracovníci, vedoucí  
pracovníci



45 minut



Reflexe proběhlé konzultace, ujasnění si klíčových momentů rozhovoru, svých přínosů a vkladů do spolupráce.



Pracovní list je koncipován primárně jako praktická pomůcka pro reflektování proběhlé konzultace. Zaměřuje se na uvědomění klíčových momentů konzultace, posílení poradenského pracovníka a rozvoj jeho poradenských dovedností a celkové vyhodnocení užitečnosti dané konzultace. Tento postup slouží hlavně jako podpora učení a rozvoje poradce z vlastních praktických zkušeností a rozvíjí jeho konkrétní talenty a dovednosti.



Pro snadnější a užitečnější reflexi doporučujeme přemýšlet nad proběhlým poradenským rozhovorem ve třech vzájemně propojených oblastech.

## 1. Proces

Kdo tento rozhovor inicioval? O čem byl tento rozhovor? Co bylo jeho cílem?

---

---

---





Jaká přání má klient? Jaká je společná zakázka – na čem jsme se dohodli spolupracovat?

---

---

---

Jaká ocenění klient z mé strany získal?

---

---

---

Co byl nejužitečnější klíčový okamžik v tomto poradenském procesu?

---

---

---

Co pomohlo nejvíce? Kdy jsme se v tématu nejvíce posunuli?

---

---

---

Jak se to podařilo? Díky čemu?

---

---

---

Co napomohlo z mé strany kariérového poradce/poradkyně?

---

---

---

Co (jaké okolnosti, lidé, myšlenky) napomohlo těmto posunům?

---

---

---







S jakým výstupem jsme rozhovor zakončovali?

---

---

---

Co klient hodnotil jako nejvíce užitečné?

---

---

---

Co se v konzultaci nejvíce povedlo?

---

---

---

## 2. Poradce

Jak jsem se postaral/a o své bezpečí a dobrý pocit?

---

---

---

Za co jsem v této konzultaci zodpovídal/a?

---

---

---

Co se dělo uvnitř mě v průběhu konzultace (co jsem cítil/a, myslel/a si, vnímal/a, prožíval/a)?

---

---

---

Která část rozhovoru pro mě byla náročná a jak jsem ji zvládl/a?

---

---

---





Co z toho, co jsem v konzultaci dělal/a, bylo nejvíce užitečné?

---

---

---

Díky čemu jsem to mohl/a udělat?

---

---

---

Co uvnitř mě a v mém okolí napomohlo posunům v procesu?

---

---

---

Co jsem se díky této konzultaci naučil/a?

---

---

---

Jak to mohu využít v dalších rozhovorech?

---

---

---

Jakým způsobem to můžu rozvíjet, trénovat, posilovat?

---

---

---

Za co se chci ocenit? Co se mi opravdu podařilo?

---

---

---





### 3. Spolupráce s klientem

Jak jsem se postaral/a o bezpečí klienta a dobrou atmosféru při konzultaci?

---

---

---

Dařilo se mi budovat s klientem důvěru? Jak jsem to dělal/a?

---

---

---

Jak jsem pracoval/a na připojení, naladění se na klienta?

---

---

---

Kdo udával směr a tempo rozhovoru?

---

---

---

Co nejvíce podpořilo naši vzájemnou spolupráci?

---

---

---

Co nejužitečnějšího pro svůj profesní rozvoj můžu na základě svých výše uvedených uvědomění nyní začít dělat?

---

---

---





- Jaké užitečné myšlenky pro váš profesní rozvoj z této reflexe vyvstaly?
- Přicházely některé opakovaně?
- Za co se chcete ocenit?
- Která oblast reflexe byla pro vás nejvíce přínosná?
- Jaké nové užitečné pohledy k vám přišly?
- Co z celého procesu bylo pro vás nejdůležitější.
- Čeho byl tento proces pro vás novým začátkem?
- Jaké nové zdroje uvnitř sebe jste objevili?
- Co jste si díky tomuto procesu ujasnili?
- Jaká z myšlenek byla nejvíce inspirativní?
- Jaká z myšlenek nesla nejlepší pocit?
- Jaká z myšlenek přinášela úlevu?
- Co na základě tohoto procesu můžete nyní začít dělat?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

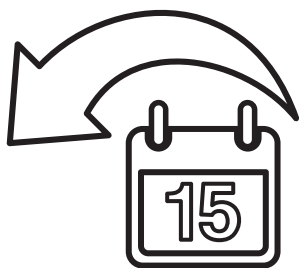
---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Reflexe uplynulého období



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a sociální  
pracovníci, vedoucí  
pracovníci



45 minut



Zhodnotit činnosti a aktivity kariérového poradenství, které se realizovaly ve stanoveném období.



Aktivita směřuje ke zhodnocení, reflexi stanoveného období v rámci pracoviště i sebereflexi daného kariérového poradce. Slouží k ohlédnutí se za proběhlými aktivitami a činnostmi, které se v rámci kariérového poradenství zrealizovaly, jejich vyhodnocení z pohledu užitečnosti a návrh možných vylepšení pro období budoucí. Zhodnocení může probíhat v širším týmu např. poradenského pracoviště, nebo jej může provést kariérový poradce samostatně. Vyhodnocení může být užitečnou reflexí při ukončování školního roku nebo třeba projektového období.



## 1. Ohlédnutí se za obdobím

V prvním kroku si stanovíme období, které chceme hodnotit. Např. uplynulý školní rok, dvouletý projekt nebo tříměsíční práce zaměřená na určité aktivity. Nejprve si zrekapitulujeme, co se v daném období uskutečnilo a jaký to pro nás mělo význam. Pomoci vám můžou níže uvedené návodné otázky.

- Jaké aktivity se uskutečnily? (základní zmapování kdo, co a kde)
- Jaké činnosti byly v tomto období převládající?





- Jaké změny proběhly? (např. i prostorové, personální, nově započaté aktivity...)
- Jaká změny probíhaly?
- Jaké byly nejvýznamnější události tohoto období?
- Co se podařilo?
- Co bylo nejvíce přínosné?
- Co bylo nejvíce užitečné?
- Co bylo v daném období nejtěžší?
- Jakým výzvám jste čelili a jak jste se k nim postavili?
- Co bylo v daném období podle vás nejlepší?

---

---

---

---

## 2. Oblasti

V druhém kroku si stanovíme 3–5 oblastí, na které se při hodnocení chceme zaměřit. Dle svých potřeb můžeme volit oblasti obecné (např. vztahy na pracovišti, spolupráce s žáky, materiální zázemí a vybavení pomůckami) nebo zcela konkrétní (např. exkurze u zaměstnavatelů, besedy s rodiči, didaktické testy). Při výběru oblastí vycházíme z popisu předchozího kroku. Oblasti by měly tvořit klíčové body hodnoceného období. Podstatné je uvést především ty oblasti, které jsou pro vás opravdu významné a důležité, přestože se v rámci činností v daném období mohly jevit jako okrajové. Do evaluace můžete zapojit i žáky.

U každé z oblastí pak následně uvedeme hodnocení na škále 1–10, kdy hodnotíme naši spokojenost v rámci dané oblasti. 10 je maximální spokojenost, 1 opak.

oblast 1 .....	1_____10
oblast 2 .....	1_____10
oblast 3 .....	1_____10
oblast 4 .....	1_____10
oblast 5 .....	1_____10

## 3. Vlastní hodnocení

Ve třetím kroku každou z navržených oblastí zvlášť vyhodnocujeme.

**Při hodnocení vám mohou pomoci níže uvedené otázky.**

- Co nejvíce ovlivnilo vaše hodnocení dané oblasti?
- Co významného se v této oblasti stalo, že ji hodnotíte na škále právě takto?





- Co se v dané oblasti podařilo a i nadále funguje?
- Co se nově začalo dařit?
- Co a kdo tomu nejvíce přispěl?
- Co vás v této oblasti nejvíce bavilo?
- Co bylo nejvíce užitečné a přínosné pro klienty?
- Co se změnilo k lepšímu?
- Co nefungovalo a nechcete v tom dále pokračovat?
- Co nového jste se v rámci této oblasti naučili?

---

---

---

---

#### 4. Sebereflexe

Osobní hlubší zamyšlení se nad daným obdobím.

- Za co se chci ocenit?
- Jaké dovednosti a silné stránky jsem v daném období projevila/a?
- Kdo mě nejvíce podpořil a jak mu/jí můžu poděkovat?
- Za co jsem na sebe pyšná?
- Co mě v průběhu dělalo nejvíce šťastnou/šťastným?
- Co bylo mou největší výzvou a jak jsem se k ní postavil/a?
- Které aktivity a činnosti mě nejvíce bavily?
- Co nového jsem zkusil/a?
- Co nového jsem se naučil/a?
- Co nového jsem se o sobě dozvěděl/a?
- Za co všechno jsem vděčný/á?

---

---

---

---

#### 5. Budoucí přání

V pátém kroku se po zhodnocení minulosti připravujeme na následné budoucí období. Zde je cílem přenést klíčová uvědomění z hodnotícího procesu do plánování či přípravy dalšího nadcházejícího období.





- Co se nestihlo dokončit a je potřeba se tomu věnovat v příštím období?
- Která z hodnocených oblastí bude v nadcházejícím období potřebovat největší péči?
- Co je hlavní cíl pro příští období? Na co se chcete zaměřit?
- Co si přejete zlepšit? Jak bude zlepšení vypadat?
- Kdo, kdy a jak se může spolupodílet na zlepšení?
- Co nového chcete zařadit, naučit se, vyzkoušet si?
- Jak se chcete starat o svou pohodu v příštím období?

Čím začnete?

---

---

---

---



- Co si z této aktivity odnášíte?
- Co nového jste si uvědomili?
- S kým z pracoviště to chcete sdílet?
- Na co se chcete v nejbližších dnech zaměřit?
- Koho chcete přizvat ke spolupráci?
- Jaké nové možnosti se před vámi otevírají?
- Jaký je váš celkový dojem, spokojenost na pracovišti?
- Která jedna oblast, kdyby se vylepšila, bude obrovským přínosem pro kariérové poradenství či školu celkově?
- Kdo vám může pomoci s odpovědí na otázky, na které jste nepřišli sami?
- Co užitečného nyní na základě nových uvědomění můžete začít dělat?



---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.







# Rozvoj kariérových kompetencí

Při poskytování kariérového poradenství a kariérového vzdělávání je dobré vědět, co je jejich cílem, k čemu směřují. Kariérové kompetence (viz také career management skills – dovednosti pro řízení vlastní profesní a vzdělávací dráhy), jež má kariérové vzdělávání rozvíjet, mají jedince vybavit tím, aby byli schopni poznávat sebe i svět vzdělávání a práce a tyto znalosti uplatňovat při řízení vlastní kariéry. Jejich konkrétní pojetí se ale liší v závislosti na kontextu, v němž o nich uvažujeme; jejich pojetí se může pohybovat na škále mezi dovednostmi pro zaměstnatelnost (employability skills) až k širěji chápaným kompetencím pro dobrý život.

Vzhledem k tomu, že v Česku jednotné, ustálené pojetí kariérových kompetencí neexistuje, chceme-li je rozvíjet, musíme nejdříve pojmenovat, jak jim rozumíme my a naši kolegové, příp. žáci, rodiče, širší odborná i laická veřejnost. Panuje-li shoda (např. v rámci školy) na tom, co pod pojmem kariérové kompetence rozumíme, je snazší identifikovat strategie jejich rozvoje a hodnocení.

Proces nastavování kariérového poradenství a vzdělávání může být zdlouhavý, je-li do něj zapojena celá škola, nese však s sebou benefity nejen pro studenty (komplexnější rozvoj kariérových kompetencí), ale i pro pedagogy (rozdělení úkolů, možnost sdílení zkušeností apod.). Níže nabízíme několik zdrojů a otázek, které mohou podpořit uvažování o kariérových kompetencích.



- Co v rámci školy rozumíme pod pojmem kariérové kompetence? (Jak jim rozumí pracovníci v různých rolích? Panuje na pojetí kariérových kompetencí shoda? Jakým způsobem můžeme podpořit vzájemné porozumění nad tímto tématem?)

---

---

---

---





- Jaké kompetence škola považuje za klíčové pro kariérový rozvoj žáků?  
(Má škola definované konkrétní kariérové kompetence, které chce rozvíjet? Jak probíhal proces jejich definování? Jak jsou ukotveny v rámci poslání školy/ŠVP?)

---

---

---

---

- Jakým způsobem je rozvíjí?  
(Je ve škole zpracován plán kariérového poradenství a vzdělávání? Využívají žáci portfolio? Jakým způsobem jsou tyto strategie hodnoceny?)

---

---

---

---

Základní přehled a zdroje k tématu kariérových kompetencí najdete v dokumentu ***Kariérové kompetence v otázkách a možných odpovědích.***

Existuje řada národních rámců popisujících kariérové kompetence, které vycházejí zejména z místního nastavení vzdělávacího systému, např.

■ Austrálie	<b>Australian Blueprint for Career Development</b>
■ Irsko	<b>Guidance for Life</b> (zaměřené na rozvoj emocionální, sociální, učení se a kariéry)
■ Kanada	<b>The Blueprint for Life/Work Design.</b>
■ Nový Zéland	<b>Career Development Benchmarks</b>
■ Skotsko	<b>Career management skills framework.</b>
■ UK	<b>The CDI framework.</b>
■ USA	<b>National Career Development Guidelines.</b>

Nedávný návrh kariérových kompetencí v norském kontextu pojímá kariérové kompetence spíše než jejich výčetem jako škálu protikladů (oxymóronů), které v různých situacích musíme umět vyvažovat. Jedná se o:





### JÁ X KONTEXT

- Poznávat sami sebe (hodnoty, zájmy, kompetence) i kontext, v němž žijeme (osobní, lokální, společenský) a rozumět tomu, jak se navzájem ovlivňují.

### MOŽNOSTI X LIMITY

- Zkoumat své možnosti a rozšiřovat horizonty, být si vědomi omezení a současně přesvědčení o vlastních limitech zpochybňovat.

### VOLBY X NÁHODA

- Prozkoumávat různé volby a alternativy, znát strategie rozhodování a rozumět také roli náhody a neplánovaných událostí a jejich roli v kariéře.

### PŘIZPŮSOBENÍ X ODOLNOST

- Zkoumat situace, v nichž je dobré se přizpůsobit a kdy vytrvat, a jaké strategie pro to můžeme použít.

### ZMĚNA X STABILITA

- Zkoumat, jak se změny a stabilita střídají během života, a jak mohou ovlivňovat naši kariéru.

V českém kontextu navrhl v rámci své disertační práce Inventář kariérových kompetencí Libor Komárek (2022), který ve své práci popsal 12 dovedností pro řízení kariéry a také navrhl nástroj pro jejich měření. Pojmenovává tyto kompetence:

- Osobní vize
- Kariérní strategie
- Citlivost k trhu práce
- Podnikatelská motivace
- Řídící kompetence
- Zvládání těžkostí
- Sebe prezentace
- Životní rovnováha
- Kulturní otevřenost
- Rozhodování a analýza
- Proaktivita
- Osobní brand

Při uvažování o kariérových kompetencích je důležité zmínit také jejich druhý aspekt (viz např. Sultana, 2022); přílišný důraz na rozvoj individuálních kompetencí může zastírat





některé systémové příčiny školního neúspěchu či nezaměstnanosti, což může vést k další stigmatizaci jedinců (přebírání absolutní zodpovědnosti za svůj neúspěch, snižování sebedůvěry apod.). Proto je nutné na tyto systémové příčiny upozorňovat a vyvažovat tak rizika přenesení odpovědnosti za společenské problémy dneška na jednotlivce (např. neschopnost pokrýt životní náklady nemusí souviset s nízkou finanční gramotností, ale s nízkými mzdami, nedostatečným sociálním zabezpečením, nebo vysokými životními náklady).

Kariéroví poradci by tedy měli tříbit svoji citlivost k potřebám jednotlivců i vnímavost k sociálním nespravedlnostem a systémovému útlaku (Hooley & Sultana, 2017).

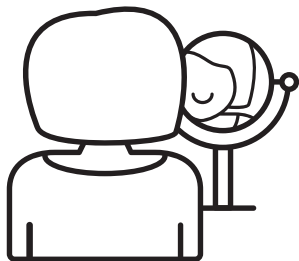
### Jak prakticky?

- Zkuste si vyplnit tabulku níže sami, příp. se svými kolegy, žáky...

Jaké kompetence potřebuji pro				
Úspěch ve škole  (akademické dovednosti)	Úspěch na trhu práce  (dovednosti pro zaměstnatelnost)	...to být podnikavý/á a vytvářet hodnoty pro ostatní  (podnikatelské dovednosti)	Řízení vlastní kariéry  (kariérové kompetence)	Dobrý život







# Sebesupervize



Kariéroví poradci,  
pedagogičtí a sociální  
pracovníci, vedoucí  
pracovníci



45 minut



Poskytnout náhled na konkrétní situaci či problém v rámci poradenské pomáhající práce a navrhnout možné řešení včetně motivace, podpory a prvního kroku realizace.



Aktivita je zaměřena na náročné pracovní situace, kde KP hledají řešení a konkrétní způsob realizace, nebo si chtějí ujasnit své potřeby a preference. Podporuje ujasnění si své role, motivace a možností podpory v rámci konkrétní situace. Jedná se o praktický proces, který může být nápomocný v těžkých pracovních chvílích. Proces zahrnuje zejména sebereflexi, ujasnění si svých potřeb a cílů a návrh řešení. Tento pracovní list mohou KP využít v případě, že mají potřebu supervize, která pro ně není aktuálně z různých důvodů dostupná.



**1.** Vaše téma supervize. Co aktuálně potřebujete? Co si přejete? Na co se chcete v rámci supervizního procesu zaměřit?

---

---

---

---





2. Překlopte problém do žádoucího stavu (cíle) – pozitivní popis. K čemu chcete směřovat? Co chcete?

---

---

---

---

3. Popište konkrétněji svůj cílový stav. Popište, jak to bude vypadat, když celá věc dobře dopadne. Jak bude váš život vypadat, až cíle dosáhnete? Kde a s kým budete? Jak se budete cítit? Na co budete myslet? O čem budete mluvit?

---

---

---

---

4. Fantazírujte. Celá věc dopadla nad vaše očekávání. Výsledky jsou několikanásobně lepší než v popisu předchozího kroku. Jak vypadá váš život, když očekávané výsledky jsou několikanásobně lepší? Co děláte? Jak se cítíte? Kde a s kým jste? Co se vám honí hlavou?

---

---

---

---

5. Vyjádřete, co chcete, v jedné větě. Vyjádřete podstatu svého cílového stavu. Co je na celé věci to klíčové? (Někdy téma může lépe vystihnout obrázek, logo, motto.)

---

---

---

---

6. Jaké přínosy bude mít dosažení žádoucího stavu pro vás a vaše okolí? Co získáte díky dosažení tohoto cíle? Kdo další z něj bude profitovat a jak?

---

---

---

---





**7.** Jaké výzvy a úsilí bude potřeba vynaložit v souvislosti s vaším cílem? Jaké překážky se mohou objevit a jaké možnosti jejich zvládnutí vás napadají?

---

---

---

---

**8.** Kdo vás může podpořit, pomoci? Jak o tuto podporu můžete požádat?

---

---

---

---

**9.** Jak daleko jste se už na cestě k cíli dostali? Můžete využít škálu 1–10, kdy 10 je cílový stav a 1 je situace, kdy vás poprvé napadlo přemýšlet o .... (cíl). Kde se na cestě aktuálně nacházíte (1–10). Co vám pomohlo dostat se až sem?

---

---

---

---

**10.** Co můžete bezprostředně udělat pro dosažení cíle. Jeden malý krok, který můžu udělat dnes nebo zítra a který uvede věci do pohybu.

---

---

---

---

**11.** Shrnutí, ukotvení klíčové myšlenky a akcí.

Sem se chci dostat: (cíl) \_\_\_\_\_

Toto je můj první malý krok: (akce) \_\_\_\_\_

Udělám ho: (realizace) \_\_\_\_\_







- Jaké klíčové myšlenky se v procesu objevily?
- Jaké nové užitečné pohledy k vám přišly?
- Co z celého procesu bylo pro vás nejdůležitější?
- Čeho byl tento proces pro vás novým začátkem?
- Jaké nové zdroje uvnitř sebe jste objevili?
- Co jste si díky tomuto procesu ujasnili?
- Jaká z myšlenek byla nejvíce inspirativní?
- Jaká z myšlenek nesla nejlepší pocit?
- Jaká z myšlenek přinášela úlevu?
- Co na základě tohoto procesu můžete nyní začít dělat?



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Spolupráce s rodiči na podpoře kariérového rozvoje žáků



Jak vnímáme roli rodičů v kontextu školy a v kontextu kariérového rozvoje žáků?

---

---

Jaké informace mají rodiče naší školy o službách kariérového poradenství a potřebách kariérového rozvoje dětí?

---

---

Jak podporujeme komunikaci rodičů a dětí ohledně jejich kariérového rozvoje?

---

---



Spolupráce školy a rodiny je nedílnou součástí vzdělávání, nejen z hlediska kariérového rozvoje. Níže uvádíme některé možnosti spolupráce a zapojení rodičů pro potřeby kariérového rozvoje žáků.

- 1.** Informovanost o systému/službách kariérového poradenství na škole – letáky, webové stránky, třídní schůzky, školská rada
  - a.** Rodiče jsou seznámeni s nabídkou služeb kariérového poradenství na škole, příp. mimo ni.





## 2. Informovanost o aspektech kariérového rozvoje žáků – letáky, webové stránky, třídní schůzky

- a. Rodiče se seznamují s celoživotním konceptem kariérových kompetencí a podpoře dětí při jejich rozvoji.
- b. Rodiče se seznamují s aktuálními výzvami světa práce, příp. mají možnost o nich diskutovat.

## 3. Spolupráce s rodiči v oblasti světa práce

- a. Rodiče s žáky sdílejí své zkušenosti se světem práce. Žáci si mohou předem připravit otázky, zamyslet se nad tím, co by chtěli z besedy/exkurze získat, co by si chtěli odnášet. Výstupy z návštěvy a svou reflexi mohou zaznamenat do portfolia/deníku. Kromě získaných poznatků mohou zaznamenávat také své emoce.
  - Besedy o povoláních (denní režim, pracovní prostředí, požadavky, kvalifikace, plusy/minusy atp.)
  - Exkurze na pracoviště
- b. Žáci jako aktivní řešitelé reálných situací ze světa práce
  - Žákovské projekty – žáci jsou přizváni k řešení reálných situací/problémů z daného pracoviště, obtížnost může být nastavena podle věku žáků.
  - Projekty řešící potřeby lokality/komunity vycházející např. z místně zakotveného učení.

## 4. Rodičovská podpora dětem při jejich kariérovém rozvoji

- a. Otevřená komunikace v rodině a podpora dětí v poznávání sebe sama.
- b. Podpora dětí ve zkoušení, experimentování, objevování světa kolem nich a zájem o ně;
- c. Podpora dětí v přebírání zodpovědnosti za svá rozhodnutí, možnost dělat rozhodnutí a nést jejich důsledky;
- d. Podpora dětí ve zkoumání světa práce a jeho fungování (např. provázanost volného času/finanční odměny a potřeb rodiny);
- e. Projekty dítě-rodíč/širší rodina. Tyto projekty mohou mít dopad na více úrovních – komunikační/vztahová, vývojová (např. převzetí zodpovědnosti, nezávislost) a kariévní. Často se tyto úrovně prolínají. Projekty zahrnují jednání, jeho reflexi i společné hledání významů (srov. Young & Valach, 2004).







# Spolupráce v rámci školy na kariérovém vzdělávání



Pedagogové  
ZŠ a SŠ



Individuální



Cílem této aktivity je pomoci pedagogům si uvědomit, jakým způsobem mohou s ostatními pedagogy spolupracovat na tématu kariérového vzdělávání uvnitř školy.



Aktivita se snaží pedagogům přiblížit možnosti, které mohou využít při spolupráci s ostatními na tématu kariérového vzdělávání. Spolupráce je o jasně nastavených pravidlech a požadavcích na druhou stranu. Klíčová pro úspěšnou spolupráci je průběžná reflexe spolupráce a její následné přenastavení.



**1.** Co udělat před začátkem spolupráce? Je zde několik kroků, které mohou přispět k tomu, aby spolupráce zdárně fungovala.

- Nejprve by si každý pedagog věnující se kariérovému vzdělávání měl stanovit cíle pro jednotlivé ročníky, a následně udělat časovou osu plánu kariérového poradenství v jednotlivých měsících (pro inspiraci je možné využít Pracovní list Harmonogram aktivit školních kariérových poradkyň a poradců). Je také důležité, aby jeho cíle byly v souladu s vizí a cíli školy.





Např. **září** – sebepoznání (zaměření na to, jak poznat kvality, pojmenovat je, diagnostické nástroje aj.)

**říjen** – silné stránky, prezentace silných stránek

**listopad** – návštěva zaměstnavatele...

- Druhým krokem je se u každého tématu v časové ose zamyslet nad tím: V jakém předmětu by se dalo toto téma podpořit? Koho bych mohl/a oslovit? Co konkrétně po něm budu chtít? Jaký bude výstup spolupráce pro mě/pro žáky?

2. Poté je vhodné vybrat max. 2–3 témata, která by mohla zaznít v jiných předmětech. Níže jsou uvedené jen náměty.

#### **Např. téma silné stránky**

**A Dějepis** – významné osobnosti naší a světové historie (Jaké měly podle žáků silné stránky? Co díky svým silným stránkám v životě dokázaly? Jak by vypadal svět, kdyby daná osobnost nevyužila silných stránek?)

**B Výtvarná výchova** – malba, koláž vyobrazení sebe sama při svojí nejoblíbenější činnosti, prostředí, kde mám pocit, že naplno využívám svoje silné stránky

**C Český jazyk** – různé náměty na úvahu např. silné stránky versus slabé stránky; Proč je důležité znát svoje silné stránky? Proč je těžké zjistit svoje silné stránky?

**D Cizí jazyk** – zpracování CV v jazykových předmětech

aj.

3. Při spolupráci je důležité, aby druhá strana informaci měla v dostatečném předstihu (min. 3 měsíce dopředu) a jasně bylo popsáno, co bude výstup. Například koláž, se kterou budou žáci dále pracovat v tématu kariérového vzdělávání. Je také vhodné druhé straně nabídnout metodickou podporu nebo setkání, které by směřovalo k tomu více si popsat jednotlivé kroky spolupráce.

4. Spolupráci si prvně vyzkoušejte na nějakém malém tématu s jedním kolegou. Může být užitečné, pokud mu představíte koncepci kariérového vzdělávání, co je vaším cílem, proč je dobré zapojení více vyučujících. Po skončení spolupráce si vyhodnotte:

- Co při spolupráci fungovalo? Co tedy budete dělat příště stejně?
- Co naopak fungovalo méně/nebo vůbec? Co budete dělat příště jinak, aby daná věc fungovala lépe?
- Koho dalšího můžete oslovit na spolupráci?
- Jak se vám pracovalo s výstupem?





Spolupráce je proces, proto je velice dobré, pokud si spolupráci nejprve vyzkoušíte s jedním kolegou, vyhodnotíte ji a teprve poté, když vidíte, že spolupráce funguje, ji rozšíříte na další témata.

---



MEIER, ROLF. **Úspěšná práce s týmem**. Grada



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.



# Well-being v kontextu kariérového poradenství

Well-being je jedním z významných témat plánovaných revizí RVP (dokument **Hlavní směry revize RVP**). Jde o relevantní téma také v kontextu kariérového vzdělávání a poradenství.

Najdeme celou řadu definicí well-beingu, projekt Partnerství pro vzdělávání 2030+ jej definuje jako: „...stav, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní potenciál a žít spolu s ostatními plnohodnotný a spokojený život.“ (SRP, FELCMANOVÁ & PÝCHOVÁ, 2021, s. 20).

**O well-beingu ve škole můžeme uvažovat ve dvou úrovních (viz konference Rozvoj dovedností pro psychickou odolnost a vzájemný respekt):**

- Well-being žáků jako nutná podmínka učení
- Well-being jako vzdělávací obsah – rozvoj kompetencí žáků pro to, aby dokázali well-being u sebe rozvíjet a udržovat.

Kariérové poradenství a vzdělávání neexistuje ve vzduchoprázdnu. Kromě širších socio-ekonomických charakteristik se do způsobu jeho poskytování promítá fungování organizace, v níž je realizováno. Podpora kariérového rozvoje žáků přesahuje hranice jednoho předmětu i funkci kariérového poradce. Měla by být vystavěna na společném porozumění cílům, které v této oblasti chce škola dosáhnout. Rovněž např. systémová teorie kariérového rozvoje (McMahon, Patton, 2015) popisuje přístup a fungování vzdělávacích institucí, v nichž se žáci pohybují, jako jeden z významných vlivů na jejich kariérový rozvoj.

Z těchto důvodů má smysl se při uvažování o kariérovém poradenství zabývat i širším fungováním školy, **klimatem školy** a jeho možnou **diagnostikou**. Prvním krokem může být jeho zhodnocení a následně uvažování o tom, jakou podobu by ideálně kultura školy měla mít, např. <https://clanky.rvp.cz/clanek/23141/WELL-BEING-A-KULTURA-SKOLY.html>

V kontextu kariérového poradenství se metodicky můžeme opřít např. o rámce nastavení systému pro **základní** a **střední** školy, které vytvořily Andrea Csirke a Alice Müllerová.







## Inspirace v oceňujícím ptaní (appreciative inquiry)

Zaměřením naší pozornosti na to, co ve škole funguje, co se daří, dáváme prostor pro růst toho, co se ve škole děje pozitivního. V rozhovorech s žákem či skupinou žáků se můžeme zaměřit na:

1. Sběr příkladů dobré praxe: Co nám na škole funguje?
  - Jaká je Tvoje nejlepší vzpomínka ze školy?
  - Proč? Co z ní dělá nejlepší vzpomínku?
  - Kdo další u toho byl a co dělal?
  - Jaké svoje silné stránky jsi v situaci využil?
2. Ideální obraz budoucnosti: Jak bychom si přáli, aby naše škola fungovala?
  - Představ si, že všechno je možné a reálné, jak by vypadal Tvůj ideální školní den? (podpořit děti v představivosti, že mohou navrhnout cokoli) (viz také PL Ideální škola)
3. Kroky, kterými toho lze dosáhnout: Co bude první krok, který můžeme udělat už dnes?
  - Jaký nejmenší krůček můžeš udělat už teď, aby ses přiblížil škole snů?
  - Kdo/co Ti v tom může pomoci?

Lze pracovat také v rámci celé školy. Např. sesbíráme dobré minulé zkušenosti od všech, kteří se ve škole pohybují – děti, učitelé, vedení, příp. i rodiče. Vytvoříme skupinky situací, které se daří, jsou pozitivními, přívětivými. Zrealizujeme sérii setkání na toto téma. Sdílíme podmínky, které jsou třeba pro příklady dobré praxe, a ty se pak snažíme rozvíjet.

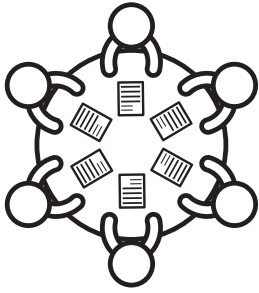


- ČÍŽKOVÁ, L., & VOBECKÁ, M. (2013). *Přednost přednostem. Oceňující ptaní. Manuál dobré praxe metody a jejího využití*. Scio. Dostupné zde: [https://www.scio.cz/download/prednostPrednostem/manual\\_pp.pdf](https://www.scio.cz/download/prednostPrednostem/manual_pp.pdf).
- Partnerství pro vzdělávání 2030+: <https://partnerstvi2030.cz/>
- SRP, V., FELCMANOVÁ, L., & PÝCHOVÁ, S. (2021). *Jak zlepšovat učení, well-being a rovné šance žáků v ČR prostřednictvím středního článku a dalších opatření. Zkušenosti a návrhy z prvního roku projektu Partnerství pro vzdělávání 2030+*. SKAV. Dostupné zde: [https://partnerstvi2030.cz/wp/wp-content/uploads/2021/10/Zaverecna\\_publikace\\_Partnersvvi\\_1rok\\_2021\\_modra.pdf](https://partnerstvi2030.cz/wp/wp-content/uploads/2021/10/Zaverecna_publikace_Partnersvvi_1rok_2021_modra.pdf).

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.





# Zodpovědnost



Pedagogové  
ZŠ, SŠ



Individuální



Sebezpznání



Cílem aktivity je pomoci pedagogům uvědomit si, jak mají definovaný poradenský proces a zda mají v tomto procesu vymezené hranice zodpovědnosti při práci poradce.



Pro úspěšnost poradenského procesu je důležité mít jasně nastavené hranice, tj. mít pojmenované, co je v čí kompetenci a co již nikoliv. Do poradenského procesu vstupují různí aktéři (žák, rodič, další učitelé atd.) a jasné vymezení hranic přispívá k vyšší kvalitě procesu a etické praxi. Někdy se může stát, že poradce překračuje míru vlastních kompetencí, což dlouhodobě může vést k vyhoření nebo se může negativně odrazit na kvalitě poskytovaných služeb.



1. Najděte si vhodné místo, kde vás nikdo nebude rušit. Zkuste si představit sami sebe v roli poradce, který poskytuje individuální poradenství, od jeho počátků až po konec. Nechte tuto představu odejít a na papír si udělejte velký kruh, který si rozdělíte napůl. Tento kruh reprezentuje 50 % vaší zodpovědnosti za proces a 50 % zodpovědnost žáka za např. výběr školy, návštěvu dne otevřených dveří aj. Do své části si doplňte aktivity, které byste měli dělat vy, do části žáka aktivity, které by měl dělat on.





**2.** Pro detailnější pohled v nastavení hranic si zkuste odpovědět na následující otázky a na základě nich si doplnit další informace do kruhu.

- A** Kdo je zodpovědný za výsledek a jakým způsobem?
- B** Co pro vás může být obtížné při hlídání si 50% hranice?
- C** Když se podíváte na věci, které vnímáte, že vás ruší v poradenském procesu, kam byste je umístili, na stranu žáka, nebo k sobě? Lze nějakým způsobem s těmito věcmi pracovat?
- D** Kdy máte tendenci překračovat svých 50 %? U jakého chování žáka?
- E** Kdy si řeknete, že jste s výsledkem spokojeni, a jaký to může vliv na hranice?
- F** Při prezentování služby kariérového poradenství (např. rodičům, žákům, ostatním učitelům) definujete, co je ve vaší kompetenci a co již nikoliv?
- G** Jak reagujete na věty: Je to vaše zodpovědnost. Jste zde od toho, abyste nám poradil/a. Co nám poradíte?



Někdy se stane, že poradce cítí velkou zodpovědnost „za spokojenost žáka, za jeho volbu“. Všechny tyto aspekty se pak negativně projevují v poradenském procesu jako malá angažovanost na straně žáka a s velkou mírou aktivity učitele. Vymezení hranic zodpovědnosti pomáhá při prezentování služeb kariérového poradenství.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tento pracovní list vznikl v rámci projektu Implementace Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání pro území Zlínského kraje II, reg. č. CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_078/0018903.

Tento pracovní list je autorským dílem a je licencován dle licence Creative Commons 4.0, varianta BY-SA.



# Rejstřík pojmů

**Celoživotní kariérové poradenství** je pojetí kariérového poradenství, na jehož rozvoji a podpoře se v evropském měřítku podílela zejména Evropská síť politik celoživotního poradenství (ELGPN), která definuje, že se jedná o soubor aktivit, které umožňují občanům jakéhokoli věku a kdykoli během života zjišťovat své možnosti, kompetence a zájmy, aby mohli činit informovaná rozhodnutí ohledně vzdělávání, odborné přípravy a zaměstnání a řídit své individuální životní a studijní cesty ve vzdělávání, práci a v jiných oblastech, v nichž tyto schopnosti a kompetence získávají a/nebo jich užívají. (ELGPN, 2015, s. 11)

**Dovednosti** (skills) jsou učením získané dispozice ke správnému, rychlému a úspornému vykonávání určité činnosti vhodnou metodou. (HARTL, HARTLOVÁ, 2009) Dále KELNAROVÁ s MATĚJKOVOU (2010) uvádějí k popisu dovedností, že mají strukturu, která zahrnuje cíl činnosti, volbu prostředků, postup činnosti a kontrolu výsledků, na základě osvojených vědomostí a operace s nimi, které přecházejí do praktických zkušeností.

**Dovednosti pro řízení kariéry** (career management skills – CMS) jsou definovány jako soubor kompetencí (znalostí, dovedností, postojů), které občanům v jakémkoli věku nebo fázi vývoje umožňují řídit jejich vzdělávací, pracovní a životní cesty. (ELGPN, 2015) CMS bývají také označovány jako kariérové kompetence.

**Empowerment** (zmocňování) je proces, při kterém jsou lidé nebo skupiny povzbuzovány k tomu, aby si osvojily své schopnosti a měly větší podíl na rozhodování o tom, jak ve svém životě jednat. Proces empowermentu obvykle zahrnuje poskytnutí zdrojů, znalostí a zkušeností, které lidem pomáhají vymanit se z role pouhého diváka, a posílení jejich schopnosti být aktivními účastníky svého života.

**Evaluace** je proces hodnocení nebo posouzení čehokoli, a to může být výsledek, proces, program, produkt nebo systém. Evaluace se obvykle provádí k posouzení efektivity, účinnosti, kvality nebo dopadu. Cílem je získat informace, které lze použít k aktualizaci, zlepšení nebo změně toho, co bylo hodnoceno. Evaluace může být formální nebo neformální. Formální evaluace je definovaný proces, který může zahrnovat šetření, průzkumy, pohovory, zprávy a další metody. Neformální evaluace se může skládat z diskusí a hodnocení informací.

**Genialita** je mimořádně rozvinutý talent, který je vysoce rozvinutým souhrnem schopností.

**Kariéra** vychází z francouzského slova *carrière* a znamená dráha. Kariéra představuje dráhu, cestu, postup. HLAĎO (2012) uvádí, že v širším významu je možné kariéru chápat jako biodromální koncept, který zahrnuje celou životní dráhu člověka.

BĚLOHLÁVEK (1994), o jeho definici se opírá mnoho českých autorů, definuje **kariéru** jako: „dráhu životem, zejména pak profesionální, na které člověk získává nové zkušenosti a realizuje svůj osobní potenciál“. (Bělohávek, 1994, s. 11)

Podle HLAĎA (2012, s. 15) pojem **kariéra** zahrnuje nejen objektivní průběh konkrétně vykonávané profesní činnosti během života člověka, respektive sled povolání, postup z pozice na pozici, ale i předprofesní a post profesní aktivity, tedy celou životní dráhu člověka.

Podle KIROVOVÉ (in PAUKNEROVÁ et al., 2009) **současná (nová) kariéra** již není tvořena pouze soustavou zastávaných pozic v konkrétní organizaci, ale zahrnuje široké spektrum dalších aktivit a rolí, které souvisejí jednak se zaměstnáním či podnikáním jedince, ale prolínají se i s jeho dalším vzděláváním, výcviky, dobrovolnickými aktivitami a zkušenostmi.

**Kariérová adaptabilita** (přizpůsobivost) znamená připravenost jedinců reagovat na vědomé a neustálé prozkoumávání sebe samého a svého životního okolí tak, aby dokázali přijímat změny pracovní role a úspěšně se adaptovat na přechody ve svém pracovním životě, které mohou být zapříčiněny změnami pracovních podmínek a proměnami pracovního trhu. (SAVICKAS, 2013)

**Kariérová dráha** je součástí života, tedy životní dráhy. Je chápána jako postupný sled vykonávaných činností, které rozvíjejí osobní potenciál jednotlivce během jeho života. (PALÁN, 2002) Tento pojem označuje někdy těž pracovní (profesionální) dráhu, odehrávající se v určitém čase, zahrnující získávání zkušeností, nabývání nových dovedností, rozvoj osobnosti a realizaci potenciálu člověka. Celková kariérová dráha během života je uskutečňována řadou kariérových rozhodnutí, která definují procesuální koncept kariérového vývoje.

**Kariérové plánování** (career planning) je možné podle BĚLOHLÁVKA (1994) rozdělit na dvě vzájemně se ovlivňující složky, a to na přístup k plánování kariéry z pohledu jedince a z pohledu organizace. Jedinec si plánuje kariéru individuálně, na základě znalostí svých schopností, zkušeností, osobnostní charakteristiky a v souladu se stanovenými osobními cíli a hodnotami, zatímco organizace může mít předem definované mapy profesních postupů založené na analýze pracovních míst v organizaci. (BĚLOHLÁVEK, 1994)

**Kariérové poradenství** vnímáme jako provázení při prozkoumávání sebe sama, světa práce, učení, volného času a občanské angažovanosti, a hledání a plánování vhodných uplatnění v budoucnosti. Připojujeme se k současnému pojetí, které vnímá roli kariérového poradenství při podpoře „... individuálních i komunitních kapacit analyzovat a problematizovat předpoklady a mocenské vztahy, síťovat, budovat solidaritu a vytvářet nové a sdílené příležitosti“. (HOOLEY et al., 2018, s. 20, in HLOUŠKOVÁ, s. 11) Současně vidíme význam kariérového poradenství v budování sociálně spravedlivého a udržitelného života na Zemi (např. PLANT, 2020). SCHIERSMANN et al. (2012) identifikuje pět rolí kariérového poradce: kariérové vzdělávání, kariérové hodnocení a poskytování informací, kariérové poradenství, řízení poradenských služeb a rozvoj a intervence sociálních systémů.

**Kariérové vzdělávání** je považováno za jednu z pěti hlavních rolí kariérového poradce. Tato role zahrnuje zejména podporu klientů při rozvoji kariérových kompetencí, které potřebují pro řízení vzdělávání, odborné přípravy a přechodových momentů v kariéře. V tomto smyslu kariérové vzdělávání doplňuje kariérové poradenství (counselling) zaměřené na podporu klientů v jejich situaci skrze zkoumání zdrojů, které mají k dispozici, podporu při hledání řešení a rozhodování apod.

**Kariérový vývoj** (Career development) je komplexním celoživotním procesem, zahrnujícím psychologické, sociologické, ekonomické a kulturní faktory, které ovlivňují selekci, adjustaci a postup v zaměstnání jedinců a souhrnně formují jejich kariéru. (HLAĎO, 2012, s. 15)

**Koučink** definoval TIM GALLWEY jako metodu, která uvolňuje potenciál člověka a umožňuje mu tak maximalizovat jeho výkon. (WHITMORE, 2009) Další možná definice koučování je pod-

le BIRCH (2005), kdy koučování můžeme definovat jako systematickou snahu zlepšovat pomocí otázek a rad zaměřených primárně na změny, které povedou ke zlepšení současné výkonnosti až k dosažení vytyčeného cíle.

**Kvalifikace** bezprostředně souvisí s odbornou profesní přípravou a tvoří jedincem osvojenou soustavu schopností, vědomostí, dovedností, postojů, pracovních návyků apod., která je potřebná k získání oficiální způsobilosti k výkonu určité profese. Získání kvalifikace je výstupem zejména počátečního formálního vzdělávání a odborné přípravy.

**Mentorování** jako předávání znalostí, zkušeností a dovedností někým zkušenějším (obvykle starším). Zkušenost je pro mentora určující (obvykle dosáhl cílů osobně). Obvykle se jedná o specifické kariéře orientované informace. (WOOD, 2012)

**Nadání** je souhrn schopností určitého druhu umožňující nadprůměrné výkony v dané oblasti činnosti. (KELNAROVÁ, MATĚJKOVÁ, 2010)

**Osobní identita** se v časné literatuře chápe jako ty aspekty či charakteristiky sebe sama, které tvoří základ sebehodnocení a sebeúcty osoby. Je propojená se sociálním světem a sociálními kategoriemi, poněvadž odtud k osobě uznání přichází. (VÝROST, 2008)

**Osobní pohoda/životní spokojenost** (well-being) zahrnuje jak kognitivní komponentu představující vědomé hodnocení vlastního života, tak emocionální komponentu tvořenou pozitivním a negativním afektem. Podle BLATNÉHO (2010, s. 205) se v poslední době vedle pojmu osobní pohoda (well-being či subjective well-being) objevuje i termín sociální pohoda (social well-being).

**Portfolio** v kariérovém poradenství je soubor materiálů, který dokumentuje kariéru průběh a úspěchy jednotlivce. Portfolio může zahrnovat životopisy, doporučení, certifikáty, vzdělávací materiály nebo jiné dokumenty, které ukazují pracovní zkušenosti a schopnosti jedince. Portfolio je často důležitým nástrojem pro kariérové poradenství a jeho cílem je pomoci lidem vybírat, mapovat nebo měnit kariéru. Zároveň se jedná o nástroj reflexe zkušeností. Mladým lidem usnadňuje vstup na trh práce.

**Postoj** vyjadřuje vztah, hodnocení či reakci jedince vůči nějakému aspektu světa. Postoje získáváme v průběhu života, jsou utvářeny pomocí životních zkušeností, vzděláváním. Postoje ovlivňují sociální vlivy. Obsahují složky kognitivní, afektivní a behaviorální.

**Povolání** jako pojem českého pracovního práva je definován v § 5 písmeno f) zákona o zaměstnanosti, který říká, že se jedná o standardizovaný souhrn pracovních činností podle jejich obvyklého seskupení na trhu práce, jejichž výkon předpokládá určitou odbornou a další způsobilost. Povolání jsou strukturovaně popisována v Národní soustavě povolání. Zde zástupci zaměstnavatelů specifikují: pracovní činnosti, pracovní podmínky, příklady práce, kvalifikační úroveň, odborný směr a CZ-ISCO, do kterého povolání patří, zdravotní požadavky, kvalifikační požadavky (vhodná školní příprava, další vzdělávání, požadované certifikáty či povinnou praxi, odpovídající kvalifikaci z Národní soustavy kvalifikací), požadované kompetence (měkké kompetence, obecné dovednosti, odborné znalosti a dovednosti), průměrné mzdy a volná místa na českém trhu práce. Přičemž podle LZPS ČR zákon může stanovit podmínky a omezení pro výkon určitých povolání nebo činností. Stejně jako Listina základních práv a svobod zaručuje, že každý má právo na svobodnou volbu povolání a přípravu k němu.



**Práce** je cílevědomá činnost člověka, která vytváří nové hodnoty (statky a služby). Definice Sociologické encyklopedie SÚ AV rozšiřuje definici práce coby produkce o účelnost a hodnotu pro ostatní členy společnosti, dále jako činnost sloužící uspokojování potřeb a obživě a jako činnost, která je jedincem jako práce pojímána. České právo v Listině základních práv a svobod definuje, že každý má právo získávat prostředky pro své životní potřeby prací.

**Pracovní pozice** představuje pracovní roli v rámci zaměstnání, potažmo pro zaměstnavatele. Představuje pojem zaměstnaneckého či obdobného právního vztahu.

**Profese** jsou (podle HLOUŠKOVÉ, 2019) tradičně vymezeny v sociologii sociální stratifikací, což vede k zdůrazňování řady atributů, kterými se profese odlišují od povolání a současně mezi sebou. Profesemi se stávají jen povolání, která se profesionalizovala, tj. „naplnila“ jednotlivé atributy symbolizující sociální prestiž, moc, autonomii a také uzavřenost profesní komunity vůči jiným. (HLOUŠKOVÁ, 2019)

**Profesní identita** je, kým jsem, kým mám být jako pracovník/zaměstnanec/člen profesní skupiny, a vytváří se interakcí s druhými lidmi. Souvisí s profesní socializací – postupné vrůstání do prostředí, přijetí role, hodnot, identifikace s prostředím, činnostmi, lidmi, morálkou aj. (VOTAVA, 2022)

**Profesní orientace** je proces, ve kterém se zvažují profesní alternativy s ohledem na vlastní možnosti, dovednosti a preference a ve kterém se vybírá profese v rámci možností nabízených okolní společností. Profesní orientace není jen jednorázovou událostí, ale je to proces zvažování, který trvá roky. (MOSBERGER A KOL., ed., Mezinárodní příručka o metodách profesní orientace, 2012)

**Předsudky** jsou postoje, v nichž převládá iracionální složka. Předsudky ignorují objektivní kritéria. (KELNAROVÁ, MATĚJKOVÁ, 2010) Mohou vycházet ze stereotypů, neoprávněného zobecnění nebo zjednodušení zkušenosti.

**Přesvědčení** je postoj, ve kterém převládá složka racionální, přičemž se utváří vědomě. Vyjadřuje souhlas nebo nesouhlas, kladný či záporný názor na předmět postoje. (KELNAROVÁ, MATĚJKOVÁ, 2010)

**Sebehodnocení** jako proces, konkrétní dílčí výsledek sebehodnocení (self-evaluation), nebo jako globální či celkové sebehodnocení (self-esteem) – obecné soudy o sobě samém, emocionální složka sebesystému. (VÝROST, 2008) BLATNÝ (2010) uvádí základní aspekty sebehodnocení, kterými jsou jeho pozitivita či negativita. Individuální rozdíly v sebehodnocení ovlivňují chování v nejrůznějších oblastech, jako je soutěžení, konformita, kauzální atribuce aj., a tradičně jsou spojovány s pocitem spokojenosti a duševního zdraví jedince. (BLATNÝ, 2010, s. 128)

**Sebepojetí** jsou především poznatky (knowledge) a přesvědčení (beliefs) o sobě samém, kognitivní složka sebesystému. (VÝROST, 2008)

**Sebepřijetí** je definováno jako internalizovaný citový vztah druhých k vlastní osobě, vyjadřující tak hodnocení z hlediska sociální žádoucnosti, přijatelnosti a hodnoty. (BLATNÝ, 2010)

**Sebereflexe** je procesem, kterým se zaměřujete na své myšlenky, pocity a chování. Je to proces hlubokého zkoumání sebe sama, při kterém si uvědomujete svou přítomnost a všechny aspekty svého já. Cílem sebereflexe je získat lepší porozumění sobě samému a svému životu, stejně jako

krok k osobnímu růstu. Proces sebereflexe může zahrnovat vědomou analýzu vašich myšlenek, pocitů a chování, stejně jako čas pro meditaci, kontemplaci a reflektivní psaní.

**Sebesystém** – konstrukt popisující sebereflexi, který zahrnuje kognitivní, emocionální a konativní složku. (VÝROST, 2008)

**Self-efficacy** (vědomí vlastní účinnosti) je termín, který se většinou nepřekládá. Jedná se o přesvědčení daného jednotlivce o své schopnosti úspěšně splnit zadaný úkol, zvládnout danou situaci, umět se v dané situaci chovat, vyřešit daný problém atd.

**Schopnosti** (ability, aptitude) představují soubor předpokladů nutných k úspěšnému vykonávání určitých činností, dovedností, vyvíjejí se na základě vloh, a to učením. (HARTL, HARTLOVÁ, 2009) Schopnosti lze rozvíjet na základě vloh, které jsou vrozené.

**Silné stránky** jsou vlastnosti nebo dovednosti, které člověk má nebo vyvinul, aby se mu dařilo. Jsou to oblasti, ve kterých je člověk dobrý, a mohou zahrnovat psychické schopnosti, jako je kreativita a komunikace, stejně jako praktické dovednosti, jako je programování nebo řízení projektů. Každý má své vlastní silné stránky, které mohou pomoci dosáhnout úspěchu v konkrétní oblasti nebo situaci. (Americká organizace Gallup definuje silné stránky jako schopnost dlouhodobě podávat stabilní výsledky v určité oblasti.)

**Svět práce** je obecný termín pro ekonomickou sféru, ve které lidé získávají zdroje potřebné k užití sebe a jejich rodin. To zahrnuje profese, odborné dovednosti a kvalifikace, které lidé potřebují k tomu, aby se uplatnili na trhu práce. Pracovníci jsou obvykle odměňováni za svou práci finančně nebo jinými způsoby, jako je zlepšení postavení, získání profesního vzdělání nebo získání pracovních zkušeností.

**Talent** je stupněm schopností, konkrétně se jedná o vysoce rozvinutý souhrn schopností, umožňující dosažení vynikajících výkonů.

**Vlohy** jsou vrozené, anatomicko-fyziologické zvláštnosti člověka.

**Vzdělávací dráha** je posloupnost absolvovaných druhů a úrovní vzdělání, jedná se o průchod jedince různými stupni a druhy škol nebo institucí formálního vzdělávání během života jedince. (PRŮCHA, WALTEROVÁ A MAREŠ, 2013) V současnosti je chápána jako součást kariérové dráhy.

**Zaměstnání** představuje určitou roli ve světě práce. Úzce bývá zaměstnání definováno ke vztahu dvou stran (nejčastěji označovaných jako zaměstnanec a zaměstnavatel), v němž jedna strana vykonává činnost pro druhou stranu a ta jí na oplátku za odvedenou práci poskytne odměnu. Šířeji lze pod zaměstnání zahrnout činnost, kterou se jedinec zabývá a pomocí které si vydělává na své živobytí (činnost, kterou se zaměstnává, proto lze do tohoto zahrnout i podnikání).

**Životní dráha** je určitým člověkem uskutečňovaný, interpretovaný a prožívaný prostor života, který probíhá v podmínkách určité historické epochy a v určitém ekonomickém, politickém, etnickém a kulturním uspořádání společnosti“. KOCIÁNOVÁ (2010, s. 174)



**Životní hodnoty** jsou hodnoty, které člověk má nebo vyvinul, aby pomohl řídit své myšlenky, názory a činy. Mohou se týkat osobních vztahů, morálního chování, životního stylu nebo cílů. Životní hodnoty jsou součástí kulturního a sociálního prostředí, ve kterém člověk žije, a mohou být také ovlivňovány jeho vzděláním a zkušenostmi. Naplňování životních hodnot je důležité pro to, aby byl člověk v životě šťastný a jeho život byl smysluplný. Na rozdíl od talentů se hodnoty mění v čase.

**Životní role** jsou definovány jako role, které lidé přijímají a vytvářejí v různých oblastech života. Tyto role mohou být přijaty záměrně nebo nezáměrně a zahrnují vztahy, práci, studium, rodinu, přátele a další. Životní role se mohou měnit podle určitých okolností a situací.

**Životní styl** je definován jako soubor různých činností, volby a postojů, které lidé zvolí, aby dosáhli určitého cíle nebo účelu. Obvykle se týká věcí, jako je jídlo, cvičení, spánek, finanční zdraví, práce, koníčky a další. Každý má svůj vlastní životní styl, který je založen na jeho osobních preferencích a cílech.

## ZDROJE REJSTŘÍKŮ POJMŮ

BĚLOHLÁVEK, František. *Osobní kariéra*. V Praze: Grada, 1994. 109 s. ISBN 80-7169-083-X.

BIRCH, Paul. *Koučování*. Vyd. 1. Brno: CP Books, 2005. iv, 97 s. V kostce. ISBN 80-251-0581-4.

BLATNÝ, Marek a kol. *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010. 301 s. Psyché. ISBN 978-80-247-3434-7.

Česko. *Ústavní zákon č 2/1993 Listina základních práv a svobod*

Česko. *Zákon č. 435/2004 S., o zaměstnanosti*

ELGPN. *Glosář*. Dostupný <http://www.elgpn.eu/publications/browse-by-language/czech/elgpn-glosar/>

ELGPN. (2015). *Rozvoj politik celoživotního poradenství: Evropský nástroj pro tvůrce politik*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání.

HARTL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. 774 s. ISBN 978-80-7367-569-1.

HLAĎO, Petr. *Profesní orientace adolescentů: poznatky z teorií a výzkumů*. Vyd. 1. Brno: Konvoj, 2012. 131 s. Monografie; sv. 4. ISBN 978-80-7302-164-1.

HLOUŠKOVÁ, Lenka. *Jak se rodí profese: příklad kariérového poradenství*. ORBIS SCHOLAE, 2019. 13 (1), s. 1-17. ISSN: 1802-4637

KELNAROVÁ, Jarmila a MATĚJKOVÁ, Eva. *Psychologie a komunikace pro zdravotnické asistenty: 4. ročník*. 1. vyd. Praha: Grada, 2009. 135 s., [4] s. barev. obr. příl. Sestra. ISBN 978-80-247-2831-5.

KOČIANOVÁ, Renata. **Personální činnosti a metody personální práce.** Vyd. 1. Praha: Grada, 2010. 215 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2497-3.

MOSBERGER, Brigitte et al. **Mezinárodní příručka o metodách profesní orientace: pro skupinová školení.** 1. vyd. Praha: Dům zahraničních služeb pro Centrum Euroguidance, ©2013. 213 s. ISBN 978-80-87335-50-5.

PALÁN, Zdeněk. **Lidské zdroje: výkladový slovník: výchova, vzdělávání, péče, řízení.** Vyd. 1. Praha: Academia, 2002. 280 s. ISBN 80-200-0950-7.

PAUKNEROVÁ, Daniela et al. **Manuál vysokoškolského profesního poradce: pracovní postupy.** Praha: Oeconomica, 2009. 103 s. ISBN 978-80-245-1599-1.

### **Peterson a kol., 2022**

PLANT, Peter. **Paradigms under Pressure: Green Guidance.** *Nordic Journal of Transitions, Careers and Guidance*, Stockholm University Press, 2020. 1(1), pp. 1–9. E-ISSN: 2003-8046.

PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří. **Pedagogický slovník. 6., aktualiz. a rozš. vyd.** Praha: Portál, 2009. 395 s. ISBN 978-80-7367-647-6.

SAVICKAS, Mark. **Handbook of vocational psychology: theory, research, and practice** [online]. 4th ed. New York: Routledge, 2013. Wiley finance series [cit. 2023-01-18]. Dostupné z: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/natl-ebooks/detail.action?docID=1209530>.

SCHIERSMANN, Christiane, et al. (eds.). **NICE Handbook for the Academic Training of Career Guidance and Counseling Professionals.** Heidelberg University: Heidelberg. 2012. 245 s. ISBN 978-3-944230-03-0.

VOTAVA, Jiří. **Profesní identita.** Konference Rozvoj kariérového poradenství na SŠ, 12.12.2022

VÝROST, Jozef. **Sociální psychologie. 2. přepracované vydání,** Praha: Grada, 2008.

WHITMORE, John. **Koučování: rozvoj osobnosti a zvyšování výkonnosti: metoda transpersonálního koučování.** Překlad Aleš Lisa. 3., dopl. a přeprac. vyd. Praha: Management Press, 2009. 243 s. ISBN 978-80-7261-209-3.

WOOD, David. **Manuál profesionálního kouče.** Koucinkteam.cz, 2012. ISBN 8026016726. 97 s.



