

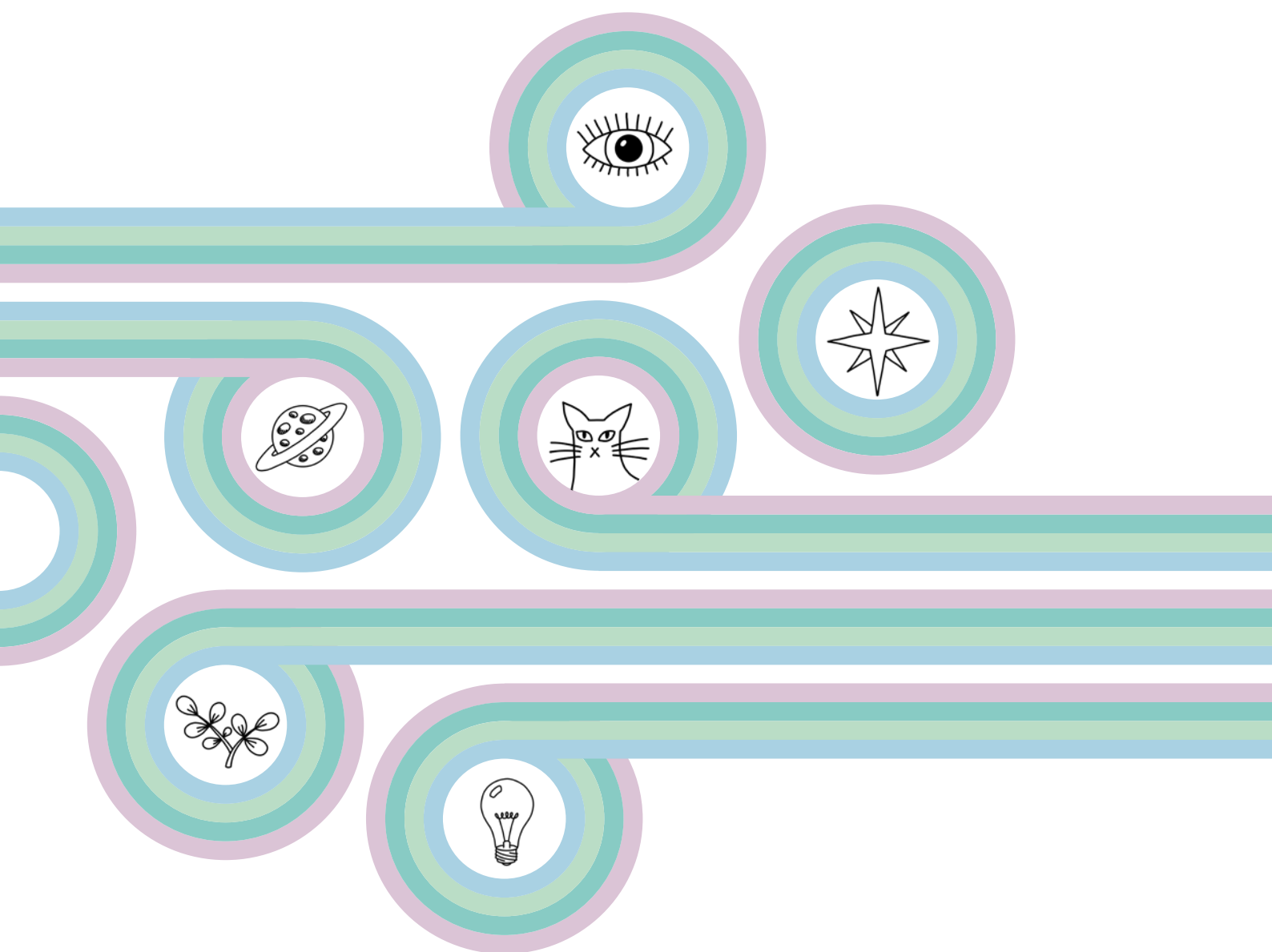


EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



# PŘÍKLADY AKTIVIT PŘI REALIZACI SKUPINOVÉHO KARIÉROVÉHO PORADENSTVÍ

Andrea Csirke, Alice Müllerová



# OBSAH

## Úvod

### Mapování kompetencí

silné stránky

Udělej svůj snímek

Mé hvězdné role

Storytelling

hodnoty

Můj vzor – moje inspirace

Marjánka a autobazar

Burza hodnot

úspěch

Cesta životem

sebeprezentace

To jsem já

Reklama na sebe

### Svět práce a budoucnost

svět práce

Svět práce a klíčové kompetence ve 21. století

budoucnost

Devět životů

Pohled do budoucnosti

práce s informacemi

Obor, o kterém přemýšlím

plánování

Akční plán

### Medailonky autorů

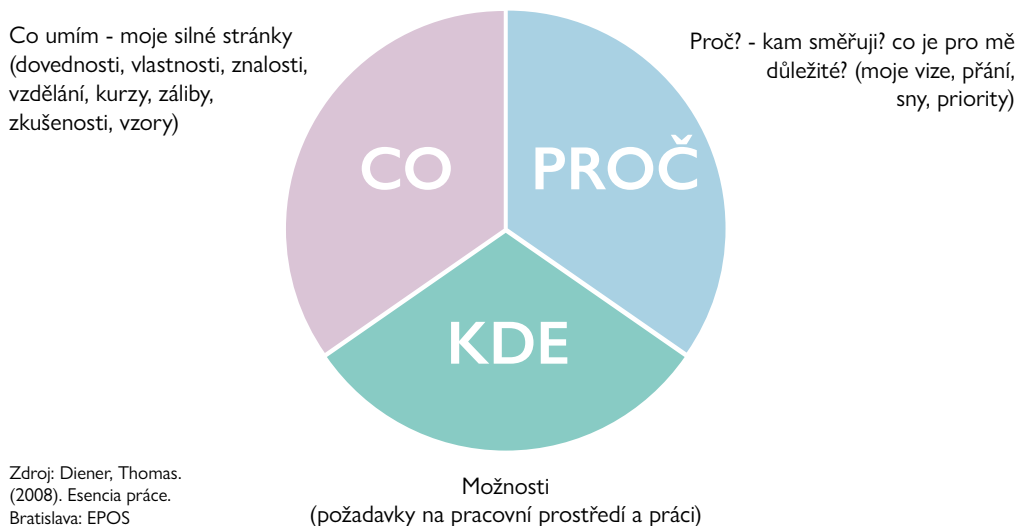
# ÚVOD

Při mapování kompetencí podporujeme žáky v tom, aby hledali své odpovědi na tři otázky: **CO**, **PROČ** a **KDE**.

**CO** umí, v čem jsou dobří.

**PROČ** chtějí dělat to, co chtějí - tzn. co jsou jejich priority (neboli hodnoty), co je jejich hnacím motorem v životě. Pokud máte zapnutý svůj hnací motor, jste motivovaní a nepotřebujete vnější podnět. Motivace jednotlivce, která směřuje k naplnění jeho důležité hodnoty, je dlouhodobá a silná.

Jako třetí vyvstává otázka **KDE - v jakém pracovním prostředí** chtějí to, co umí, v souladu se svými prioritami uplatnit. Když si na tyto otázky umí žáci odpovědět, je pro ně snazší stanovit si vlastní cíle a dělat potřebná rozhodnutí.



Níže vám nabídneme scénáře aktivit z každé uvedené oblasti. Tyto aktivity jsou koncipované pro skupinové kariérové poradenství a mají přímou **vazbu na rámcové vzdělávací programy** - vzdělávací oblast Člověk a svět práce na ZŠ a na průřezové téma Člověk a svět práce na SŠ. Svůj prostor mohou získat i při jiných příležitostech. V rámci výuky některých dalších předmětů, jako jsou například český a cizí jazyk, občanská nauka, výchova ke zdraví nebo jako zpestření třídnických hodin. Využít je můžete při práci s žáky v rámci projektového dne nebo adaptačního kurzu.

Ze strany kariérových poradců na školách často slyšíme přání mít k dispozici scénáře jednotlivých aktivit. Rádi bychom vás podpořili, abyste si vytvořili své **vlastní scénáře a pracovní listy**. Můžete tím reagovat na aktuální potřeby žáků a pro vás to budou chvíle, kdy můžete být kreativní a cítit hlubší naplnění ze své práce.

Kvalitu mapování kompetencí žáků ovlivňuje dodržování níže uvedených principů při práci učitele (kariérového poradce).

1. Práce v oblasti sebepoznávání je obsahem tzv. kariérového vzdělávání na škole. Je **průběžná**, začleněná do celého rozsahu vzdělávání. V závislosti na věku žáka je mnoho příležitostí v jednotlivých ročnících k jeho implementaci do celého rozsahu výuky.
2. Přítomnost kariérového vzdělávání v průběhu vzdělávání na škole a jeho význam podtrhuje **důležitost používání žákovského portfolia**. Ideálně průřezově ve všech předmětech, což je náročná záležitost na koordinaci a spolupráci v rámci pedagogického sboru. Jako jednodušší varianta se nabízí vedení portfolia v rámci jednoho předmětu, náplní kterého je i sebepoznávání a poznávání světa kolem.
3. Nejdůležitější technikou při práci s žáky v oblasti kariérového poradenství a vzdělávání je **sebereflexe**. Po každé akci individuální nebo skupinové by měla následovat reflexe akce ve skupině, její součástí může být i sebereflexe.
4. Všechny níže uvedené aktivity jsou kombinací **individuální a skupinové práce**. Žáci pracují individuálně, ve dvojicích či trojicích. Dle zkušeností s určitým kolektivem žáků doporučujeme vytvářet skupiny náhodným způsobem, aby se žáci při práci nepotkávali se stále stejnými spolužáky. Dále doporučujeme, je-li to možné, pracovat s menšími skupinami (ideálně do 15 žáků).
5. Vyučovací hodinu lze **strukturovat** tak, že začínáme uvedením tématu, kterému chceme hodinu věnovat, a zasazením tématu do určitého kontextu. Následuje vybraná aktivita jako hlavní program hodiny. Poté žáci představují výsledek zadané aktivity ve velké skupině a učí se prezentaci. Ostatní spolužáci mohou přispívat svými náměty, a tím se učí navzájem poskytovat a přijímat **zpětnou vazbu**, přičemž je vhodné žáky seznámit s pravidly respektující komunikace a konstruktivní zpětné vazby. Hodinu uzavíráme její závěrečnou evaluací a reflexí.

# MAPOVÁNÍ KOMPETENCÍ

Žáci získávají a rozvíjejí kompetence v průběhu formálního, neformálního a informálního učení. Učí se nejen ve škole v roli žáka, ale také v mimoškolním životě ve vztazích, do kterých vstupují, a v aktivitách, kterých se účastní. V každé roli získávají zkušenosti, využívají a rozvíjejí určité dovednosti a vytvářejí si představu o svých silných a slabých stránkách – v čem jsem dobrý/dobrá, co mi jde, za co mě druzí oceňují, na co jsem hrdý/hrdá.

K sebepoznání a vytvoření realistického sebeobrazu je však možné podívat se na naše silné a slabé stránky jako na určité kvality, které nám jsou vlastní a v některých situacích mohou být nápomocné, jindy nás zase mohou brzdit či blokovat. Je pak důležité porozumět tomu, jak tyto kvality nejlépe využít, kde a v jakém oboru by našly uplatnění.

Hodnoty mají vliv na to, jak vnímáme svět, věci kolem nás, a stojí za naším chováním a rozhodováním. Často si je ani neuvědomujeme, přesto jsou vždy přítomné. Ovlivňují to, jak se rozhodujeme, i to, jak jsme spokojení či nespokojení. V jejich vytváření má nezastupitelnou úlohu blízká rodina, protože její starší členové často slouží jako významné vzory pro mladší. Ovlivňuje nás i naše okolí a společnost. Přemýšlení o vlastních hodnotách (prioritách) je proto základem pro stanovení vize a motivace v životě. V případě, že žijeme a pracujeme při „zapnutém hnacím motoru“, naplňuje nás to a nepotřebujeme vnější motivaci. Toto poznání nám umožní porozumět lépe sobě samému, abychom si uměli stanovit své cíle v souladu s tím, „kým jsme“. Pro zajímavost uvádíme [článek o výstupech z výzkumu](#) z roku 2019. Článek najdete na webovém portálu [rvp.cz](http://rvp.cz) pod názvem Motivace budoucích učitelů při výběru učitelského povolání.

Cílem níže uvedených aktivit je pomoci žákům poznat a popsat své kvality a hodnoty. Je pro ně užitečné, když mají příležitost zachytit výstupy své práce v tzv. kariérovém portfoliu. Portfolio může sloužit žákovi, kariérovému poradci, popř. rodiči při rozhodování o dalším směru vzdělávací a/nebo profesní dráhy, v rámci kterého se žák, poradce a rodič potkávají. Co se týká formy portfolia, možnosti jsou různorodé. Doporučujeme navázat na to, co již je ve škole zavedené a odzkoušené.

# Aktivita UDĚLEJ SVŮJ SNÍMEK



**Cíl:** Hledání a vyjádření vlastních silných stránek (kvalit) pomocí využití kreativních prvků (koláž, kresba, symboly, metafory).

Aktivita je určena pro žáky druhého stupně základní školy a střední školy. Vzhledem k její hravosti je ale možné ji využít i pro práci s mladšími dětmi.

**Délka:** 45 minut.

**Příprava:** Na tuto aktivitu není potřeba žádná předchozí příprava.

**Materiál:** Časopisy, nůžky, lepidlo, čtvrtky.

---

## Popis aktivity:

1. Žáci se zamýšlí nad tím, v čem jsou dobří a/nebo co mají rádi - ve škole a ve volném čase. Dostanou k dispozici časopisy a hledají obrázky, fotky, symboly či slova, která tyto kvality nejlépe vyjadřují. Mohou je vystříhat nebo vytrhávat. Žáci pracují individuálně.
2. Když si shromáždí dostatečný počet fotek, obrázků, symbolů a slov, začnou zpracovávat koláž, která by nejlépe vyjádřila jejich osobnost. Žáci jsou vyzváni, aby v provedení využili svou fantazii, do své koláže mohou lepit, kreslit, psát.
3. Na závěr žáci představí svůj „snímek“ ve větší skupině (doporučujeme alespoň trojici). Ostatní se dotazují a poskytují zpětnou vazbu.

## Tip:

1. Otázky při závěrečné reflexi mohou směřovat k umístění zvolených obrázků, vztahů mezi nimi apod.
2. Ostatní spolužáci mohou být vyzváni, aby říkali své nápady, např. co by přidali, jaké vidí možné profesní zaměření na základě zobrazených kvalit a podobně.

# Aktivita **MÉ HVĚZDNÉ ROLE**



**Cíl:** Podpořit žáky v pojmenování vlastních kompetencí (nadání, vlastností, dovedností, znalostí a zkušeností) v jednotlivých životních rolích, přičemž si též uvědomí význam rolí a jejich vývoj v životě.

Aktivita je určena pro žáky druhého stupně základní školy a střední školy.

**Délka:** 45 minut na přípravu (práce s kompetencemi obecně), 45 minut aktivita.

**Příprava:** Práce s aktivitou vyžaduje přípravu:

1. Žáci se seznámí s pojmem „kompetence“ (<http://kompetence.nsp.cz/napoveda.aspx>). Často tomu jednoduše říkáme „silné stránky“. Žáci mají mít jasno v jednotlivých pojmech (vlastnosti, dovednosti, znalosti, nadání, zkušenosti apod.). Přípravu je vhodné naplánovat krátkou dobu před využitím aktivity.
2. Dále je třeba vytipovat krátkou video ukázkou z filmu (pohádky nebo jiného zdroje podle věku žáků), ve kterém lze ukázat a prodiskutovat téma „role v životě jednotlivce“. Pro starší žáky lze využít trailer k filmu Božena, 2021 (<https://youtu.be/sODN0RT6ffs>), pro mladší k filmu Tady hlídám Já, 2012 (<https://youtu.be/kQ-JPlwMsjA>).

**Materiál:** Tabule nebo flipchart, počítač na promítnutí video ukázky, prázdný papír, psací potřeby.

## Popis aktivity:

1. Žákům promítneme krátkou video ukázkou. Před jejím začátkem jim přiblížíme pojem „role“, aby věděli, na co se mají soustředit při sledování ukázky. Poté je požádáme o pojmenování životních rolí, v nichž vystupuje hlavní postava v ukázce. Tyto role píšeme na tabuli. Pracujeme v rámci celého kolektivu. Následně se pobavíme o tom, do jakých rolí mohou žáci vstupovat ve svém životě. V případě žáka může přicházet do úvahy role dítěte, syna, vnuka, bratra, kamaráda, žáka, spolužáka, mladého sportovce, výtvarníka nebo hudebníka apod.
2. Žáci si nakreslí pěticípu hvězdu a do každého jejího cípu si napíší jednu ze svých rolí, do kterých vstupují nejraději. Pracují individuálně.
3. Následně si mají vybrat jednu z rolí a popsat, co v té roli rádi dělají, s kým se setkávají, spolupracují a jaké své kompetence přitom využívají. Pracují individuálně.
4. Na závěr prezentují svou vybranou roli v malé skupině (trojice, dvojice). Požádají své spolužáky o zpětnou vazbu. Zde předpokládáme, že žáci již mají zkušenosti a umějí pracovat se zpětnou vazbou.

# Aktivita **STORYTELLING\***



**Cíl:** Aktivita je založena na vyprávění příběhů při hledání a pojmenování silných stránek. Tato metoda pomáhá mapování kompetencí na základě pohledu druhých, v tomto případě spolužáků. Cílem je dozvědět se více o svých silných stránkách.

Aktivita je určena pro žáky druhého stupně základní školy a střední školy.

**Délka:** 15 - 30 minut dle počtu žáků ve třídě.

**Příprava:** Dle zvážení učitele je vhodné připravit žáky obecně na téma „kompetence“ neboli silné stránky, aby s těmito pojmy uměli pracovat (<http://kompetence.nsp.cz/napoveda.aspx>).

**Materiál:** Psací potřeby, papír.

## Popis aktivity:

1. Žáci vytvoří trojice a následně si mají vzpomenout na událost, ve které byli aktivní, ať už vlastním přičiněním či náhodou.
2. V trojici vyprávějí tuto událost svým spolužákům. Jeden je vypravěč a dva jsou posluchači.
3. Spolužáci pozorně poslouchají a pokoušejí se z příběhu vytěžit dovednosti, vlastnosti a nadání vypravěče. Zapisují si je na papír a po ukončení vyprávění ho předají vypravěči s krátkým vysvětlením, v které části příběhu, na základě jakého jednání se tyto jeho silné stránky objevily. Žáci se učí hledat a pojmenovávat „důkazy“ silných stránek u spolužáka.
4. Postupně se všichni v trojici vystřídají v roli vypravěče a posluchače.
5. Na závěr povedeme ve velkém kolektivu diskuzi o tom, jak žáci vnímají sběr „důkazů“ o svých silných stránkách nabídnutým způsobem (tj. ve vlastních příbězích pomocí zpětné vazby).

## Tip:

1. Aktivitu je možné nejdříve předvést před celou třídou. Učitel vypráví nějakou příhodu ze života známé osobnosti a vyzve žáky, aby pojmenovali její silné stránky. Společně se pobaví o tom, kde a jak lze tyto kompetence v příběhu nalézt.
2. Doporučujeme pravidelně realizovat tuto aktivitu ve výuce nebo v rámci třídnických hodin – „Co se mi povedlo od našeho posledního setkání“. Žáci se tím učí pozitivnímu náhledu na sebe. Učí se vidět své malé úspěchy a těžit z nich.

\* Volná inspirace knihou DIENER, T. *Esencia práce. Alchymia navigácie pri hľadaní povolania*. Bratislava: EPOS, 2018.



# Aktivita **MŮJ VZOR – MOJE INSPIRACE**

**Cíl:** Tato aktivita umožňuje s pomocí životního vzoru hledat naše vlastní hodnoty, uvědomit si, co je pro nás v životě důležité. Často se stává, že jsou pro nás ostatní zrcadlem a pomáhají nám uvědomit si to, co je nám vlastní, co se nám líbí a po čem toužíme.

**Délka:** 45 minut.

**Příprava:** Této aktivitě by měla předcházet skupinová diskuze o tom, jak žáci rozumějí slovu hodnota, jak se hodnoty promítají do chování a činů jednotlivce. Možné je představení na nějakém příkladu známé osobnosti, postavy z knihy nebo filmu.

**Materiál:** Karty s hodnotami (dle počtu žáků doporučujeme mít k dispozici dvě sady karet). Jako alternativa poslouží i seznam hodnot připravený na listu papíru. Prázdné papíry a psací potřeby.

---

## Popis aktivity:

1. Žáci se zamyslí, kdo je jejich oblíbený „hrdina“, koho obdivují a proč, a na prázdný papír ho symbolicky nakreslí. Jeho kvality vyznačí (např. hlava může prezentovat moudrost hrdiny).
2. Ze seznamu hodnot vyberou jednu důležitou, kterou podle nich tato osoba má. Tuto hodnotu přiřadí ke svému obrázku.
3. Ve dvojicích či v malé skupině představí svého hrdinu, čím je pro pro ně zajímavý včetně odůvodnění výběru důležité hodnoty. Proč si vybrali pro svého hrdinu tuto konkrétní hodnotu?
4. V rámci závěrečné reflexe se zamyslí, jak je tato hodnota důležitá v jejich životě. V jakých situacích je její význam rozhodující?

## Tip:

Se seznamem hodnot je možné pracovat různým způsobem. V každém případě je reflexe velmi důležitá, a je proto žádoucí nechat větší prostor pro následnou diskuzi.

# Aktivita **MARJÁNKA A AUTOBAZAR**\* 1/2

**Cíl:** Aktivita se zaměřuje na uvědomění si vlastních hodnot a postojů tady a teď. Důležité je i to, co se děje ve skupině během hledání společného řešení. Cílem aktivity je hledat faktory, které

1. ovlivňují rozhodování jednotlivce, přičemž je důraz kladen na pojmenování hodnot a postojů žáka,
2. usnadňují (komplikují) jednání a domluvu ve skupině.

Aktivita je určena pro starší žáky (poslední ročníky základní školy a střední školy).

**Délka:** 60 - 90 minut podle velikosti skupiny.

**Příprava:** Na tuto aktivitu není potřeba žádná předchozí příprava.

**Materiál:** Prázdné papíry, psací potřeby, tabule, hodinky, sada karet s hodnotami.

.....

## Popis aktivity:

1. Před čtením upozorníme žáky, aby měli k dispozici prázdný papír a propisku. Mohou si totiž dělat poznámky nebo malovat postavy, auto apod.
2. Přečtete žákům příběh uvedený níže v rámečku pod aktivitou. Buďte přitom maximálně neutrální. Před čtením jim řekněte, že jejich úkolem bude udělat si pořadí postav příběhu od nejvíce kladné až po nejméně kladnou, a to podle toho, která postava podle jejich názoru jednala nejpříjemněji a která naopak, nejméně příjemně. Vždy musí vzniknout pořadí, musí být zachycené na papíře a musí být vypsáný důvod, proč postava skončila na určitém místě v pořadí. Žáci poslouchají a pracují individuálně (po čtení 2 minuty na individuální pořadí).
3. Po ukončení čtení se zeptejte, zda rozuměli všemu a stačili zachytit vše. Upozorněte je, že jim později žádné další informace nepodáte. Pokud něčemu nerozuměli, přečtete jim příběh ještě jednou.
4. Rozdělte žáky náhodným výběrem do dvojic. Ideálně mají být ve dvojici žáci, kteří se znají nejméně. Požádejte je, aby se domluvili na společném pořadí. Čas má být omezený (5 minut).
5. Spojte dvě dvojice a opět je požádejte, aby se dohodli na společném pořadí (7 minut).
6. Spojte dvě čtveřice a požádejte je, aby si vytvořili pořadí za celou skupinu (10 minut).
7. Následně mají vybrat mezi sebou jednoho, který bude veřejně zastupovat skupinu. Jako první krok napíše pořadí skupiny na tabuli. Až začne jednání, účastní se ho za skupinu. Cílem je veřejně se domluvit na jednom společném pořadí (pořadí celé třídy, 15 minut). Finální jednání o společném pořadí facilituje učitel.

\* Volná inspirace aktivitou *Abigail* od Prázdninové školy Lipnice, dostupné z <https://www.psl.cz/>

# Aktivita MARJÁNKA A AUTOBAZAR 2/2

## 8. Shrnutí:

- Kdo se v tuto chvíli ztotožňuje s výsledkem?
- Kdo s tímto pořadím „může žít“?
- Kdo s ním zásadně nesouhlasí?

## 9. Otázky pro závěrečnou reflexi:

- Vnímali jste ve skupinách snahu hledat společné pořadí či souboj?
- Jakými způsoby jste rozhodovali / přijímali rozhodnutí?
- Co všechno ovlivňuje rozhodování?
- Jaká byla vaše role v jednání? Byli jste spíše aktivní nebo pasivní?
- Co jste se dozvěděli o sobě jako o jednotlivci / jako o skupině?

## Tip:

Doporučujeme propojit reflexi aktivity se závěrečným pojmenováním hodnot žáka (sestavit pořadí pěti nejdůležitějších hodnot) pomocí využití sady kartiček s hodnotami, ze kterých si žáci vybírají.

- Aleš je student soukromé vysoké školy. Protože nemá na studia, přivydělává si. Nebylo by na tom vcelku nic špatného, kdyby si na studia nepřivydělával prodejem marihuany. Sám by však marihuanu do úst nikdy nevezl. Aby mohl bez problémů dojíždět do školy a současně pro „zboží“, musel si pořídit auto. Zašel si tedy do nejbližšího autobazaru, kde si vybral krásnou ojetou škodovku.
- Škodovku mu prodal osobně majitel autobazaru, pan Bohumil. Je zkušeným praktikem, který vede autobazar už řadu let. Stačí se mu na auto jen podívat a ví, v jakém je stavu, jakou má ještě životnost, jakou cenu má stanovit, aby byla optimální pro všechny zúčastněné strany. Ojetou škodovku, kterou prodal studentovi Alešovi, několikrát projel, zdála se mu naprosto bez vady, proto se neobtěžoval důkladnější prohlídkou, kterou by však vždy provést měl. Kdyby tak učinil, zjistil by, že v chladiči byl nasypán cigaretový tabák, který ucpal díry vzniklé neustálým používáním. Taková závada (a nebyla jediná) může způsobit velkou kolizi, hlavně ve vysokých rychlostech.
- Tabák do chladiče nasypala původní majitelka škodovky, paní Cecílie. Je matkou tří dětí, její manžel ji v jejich 40 letech opustil s její nejlepší kamarádkou. Na výchovu svých dětí (10, 15 a 21 let) zůstala úplně sama. Krom toho si na sebe uvázala hypotéku, kterou musí pravidelně splácet. Protože neměla peníze, rozhodla se řešit finanční krizi prodejem ojeté škodovky. Věděla dobře o vadném chladiči, ale stejně tak dobře věděla, jak auto upravit tak, aby se při běžné prohlídce vozu nic nepoznalo. Co ji vedlo k prodeji auta?
- Hypotéku, kterou splácela, měla zprvu plně pod kontrolou. Odpovědným bankovním úředníkem byl její spolužák ze základní školy, pan David. Věděl o její rodinné situaci, přesto jí zprostředkoval úvěr. Ze staré známosti před bankou zamlčel, že rozchodem s manželem se snížila bonita paní Cecílie, čímž porušil interní pravidla banky. Pokud by nemohla splácet, byl ochoten jí navíc dlužné částky po určitou dobu krýt. To také udělal. Ne jednou, ale celých pět měsíců. Při běžné kontrole se však na jeho „krytí“ přišlo a on musel Cecílii požádat, aby dlužné peníze ihned zaplatila, a to nejpozději do tří dnů, než dojde k hloubkové kontrole.

# Aktivita **BURZA HODNOT\***



**Cíl:** Aktivita slouží k otevření tématu „hodnoty“ a ujasnění si žebříčku hodnot „tady a teď“.

Je určena pro žáky druhého stupně základní školy a střední školy.

**Délka:** 45 minut (podle počtu žáků ve třídě).

**Příprava:** Je vhodné zvážit, zda není nutné předem prodiskutovat se žáky pojem „hodnoty“.

**Materiál:** Karty hodnot, prázdné listy papíru (A4 rozdělené na šest dílů), krabice, tabulka.

## Popis aktivity:

1. Karty hodnot rozložíme doprostřed místnosti nebo na lavice. Dle počtu žáků ve třídě je vhodné použít více sad, aby měl každý dostatek času prozkoumat jednotlivé hodnoty a přemýšlet nad svým výběrem.
2. Každý žák následně dostane šest papírků. Na každý z nich napíše jednu hodnotu, o které si myslí, že patří mezi jeho nejdůležitější. Jako inspirace slouží rozložené karty.
3. Následně všechny popsané papírky vybereme a smícháme v krabici. Každý žák si z ní vylosuje šest papírků a začíná burza hodnot, která může být občas velmi dynamická. Spolužáci si vylosované hodnoty vyměňují - nabízejí ty, které nechtějí, a poptávají ty, které si přejí mít. Ve chvíli, kdy jsou žáci s výběrem spokojeni, mohou si hodnoty vlepit do své tabulky (viz bod 4).
4. Každý žák dostane pracovní list s tabulkou se šesti okénky. Úkolem je vlepit do nich vlastní žebříček hodnot podle významu od nejvyšší po nejnižší.
5. Následně diskutujeme o průběhu aktivity a jejím výstupu s cílem ho reflektovat:
  - Kterou hodnotu bylo nejtěžší získat?
  - Proč jsou pro tebe některé hodnoty důležitější? Bez které hodnoty si neumíš představit svou tabulku nejdůležitějších šesti hodnot?
  - Popiš situaci, ve které ses zachoval/a podle své hodnoty. V jakých situacích jsi se zachoval/a v rozporu se svými hodnotami?

## Tip:

Dle zvážení můžeme žákům nabídnout práci až s deseti nejdůležitějšími hodnotami. Občas je pro ně náročné si vybrat své nejdůležitější hodnoty. Čím širší je seznam, tím je pro ně úkol lépe zpracovatelný. Na druhé straně čím více hodnot v seznamu, tím delší dobu aktivita trvá.

\* Zdroj: autor neznámý, upravilo o.s. Odyssea, Katusická 712, Praha 9, in PEKÁRKOVÁ, A. *Přemýšlíme o hodnotách*, Praha: Projekt Odyssea, 2007.

# Aktivita **CESTA ŽIVOTEM**



**Cíl:** Získat širší pohled na úspěchy a neúspěchy, a to zejména:

1. Přemýšlet o způsobu, jakým žák zvládá nároky a obtížné momenty v životě, a tím se posiluje a získává odvahu postavit se čelem náročným situacím.
2. Získat informaci, které kompetence žáka pomáhají úspěšně zvládat náročné situace.
3. Reflektovat, co se z procesu, kdy něco zvládl, a naopak, kdy se mu něco nepovedlo, může naučit a využívat dál ve svém životě.

Aktivita je vhodná pro starší žáky (střední škola).

**Délka:** 2 x 45 minut.

**Materiál:** Prázdné papíry, tužky, pastelky, nůžky, lepidlo, časopisy.

---

## Popis aktivity:

1. Žáci budou zpracovávat svou cestu životem. Nejdříve se zamyslí nad její formou - může jít o čáru zprava doleva, spirálu, kruh apod. Co se týká času, začínáme od narození až po současnost. Žáci pracují individuálně téměř až do konce aktivity.
2. Do obrázku vyznačí dva důležité momenty: jeden, kdy se jim něco povedlo, kdy něco zvládli, a jeden, kdy se jim něco nepovedlo. Mohou psát, kreslit, lepit - dle materiálu, který je k dispozici.
3. U obou momentů si vyznačí, jestli jde o osobní, volnočasovou či školní (resp. pracovní) událost. Zamyslí se nad následujícími otázkami: Co pomohlo ke zvládnutí této situace? Jak jsem sám/sama přispěl/a k jejímu zvládnutí?
4. Ve skupině pak každý prezentuje vybrané události.
5. Učitel provází vyprávění a klade doplňující otázky.
  - Jak tato událost ovlivnila tvůj život? Co jsi se z této situace naučil/a?
  - Byl proces vedoucí k jejímu úspěšnému zvládnutí příjemný, či obtížný?
  - Jaké dovednosti jsi při tom využil/a?
  - Jak se ti podařilo ustát, když se věci nedařily?
  - Co/kdo ti pomáhá v náročných situacích?
  - Jak bys tuto událost řešil/a dnes?

## Tip:

Vhodné je rozdělit práci do dvou vyučovacích hodin. V první hodině si žáci připraví formu čáry života, zamyslí se nad důležitými událostmi a čáru života zpracují. Tuto část aktivity lze též zadat jako domácí úkol. Na další hodinu si připraví odpovědi na otázky a ve skupině své čáry života prezentují včetně diskuze.

# Aktivita TO JSEM JÁ



**Cíl:** Tato aktivita umožňuje žákům uspořádat si informace o nich samotných. Aktivita má vést k většímu uvědomění a rozlišení pojmů „co vím, co umím, co mám rád“. Uspořádání těchto informací je základem k sebe prezentaci.

**Délka:** 45 minut.

**Příprava:** Aktivitě by mělo předcházet zopakování některých pojmů, jako jsou znalosti, dovednosti, vlastnosti (kompetence). Je možné vést diskusi o tom, proč žáky některé činnosti baví a jiné ne, jaký je rozdíl mezi tím, když jim něco jde a když je to baví, co z toho považují za důležité pro výběr svého profesního směřování.

**Materiál:** Papír s nakreslenou postavou nebo vystřihnutá postava z papíru, tužky, pastelky.

## Popis aktivity:

1. Žáci zakreslí do postavy následující informace o sobě.

- Hlava – CO VÍM (znám - znalost)
- Srdce – CO MĚ BAVÍ (co mám rád/a, co je pro mě důležité - motivace)
- Ruce, nohy – CO UMÍM (dovedu dělat - dovednost)

2. Žáci prezentují výsledek své práce ve velké skupině. Mohou své obrázky připevnit na zeď a ostatní spolužáci mohou připsat své náměty k doplnění včetně nápadu na možnou oblast profesního směřování.

3. Vzhledem k tomu, že jde o aktivitu zaměřenou na sebe prezentaci, není nutné klást doplňující otázky, stačí krátká zpětná vazba.

## Tip:

Záleží na tom, jak podrobně budou žáci postavu zpracovávat. U uvedených částí těla je možné přidat různé varianty, např. hlava - co můžu druhým lidem vysvětlit, srdce - lidé, které mám rád/a a s kterými trávím volný čas a další.







# SVĚT PRÁCE A BUDOUCNOST

Svět práce se neustále proměňuje. Pro to, aby se žáci mohli na změny připravit, je potřeba, aby se ve světě práce orientovali a rozuměli tomu, jak se svět práce vyvíjí. Dospívající se budoucností hlouběji nezabývají nebo jim pohled na ni činí značné potíže. Volba cesty dalšího vzdělávání je však založena nejen na předpokladu, že žáci poznají sami sebe, nýbrž i na jejich dovednosti naplánovat svoji budoucnost. Cílem je vytvořit si představu o možné budoucnosti na základě získaných informací o sobě samém, porozumět proměnám světa práce, stanovit si cíle v souladu se svým potenciálem, formulovat kroky a zdroje potřebné k jejich dosažení. Aktivity, které naleznete v další části, vedou žáky k systematickému zamýšlení se nad světem práce a jeho trendy vývoje a dále nad svou budoucností včetně přípravy akčního plánu.

# Aktivita SVĚT PRÁCE A KLÍČOVÉ KOMPETENCE VE 21. STOLETÍ\* 1/2

**Cíl:** Formulovat trendy ve světě práce a zamyslet se nad požadavky, které na nás klade nejistá budoucnost světa práce.

Aktivita je určena pro žáky v posledních ročnících základních škol a žáky středních škol.

**Délka:** 45 minut.

**Materiál:** Prázdné papíry, psací potřeby.

## Popis aktivity:

1. Učitel otevře diskuzi se žáky o tom, co dělali a jak pracovali jejich prarodiče, a co dělají a jakým způsobem pracují jejich rodiče. Je vhodné využít pro otevření diskuze zajímavý článek nebo video o tomto tématu, popř. požádat žáky, aby přinesli na hodinu fotografie svých prarodičů (rodičů), ideálně v pracovním oděvu nebo z jejich pracoviště. Každé nové období v historii totiž přináší své pojetí práce. Jednotlivá období se liší především tím, kdo pracuje a jakou jistotu nabízí práce a podobně. Svět práce je ovlivněn řadou faktorů. Mezi nejdůležitější patří skutečnost, jaké hodnoty společnost vyznává, a změny, které přinesly jednotlivé průmyslové revoluce.
2. Žáci se v malých skupinách zamyslí nad současností a pojmenují trendy, které mohou pozorovat, o čem se píše, co jim rodiče vyprávějí apod.
3. Každá skupina pak vypracuje odpovědi na následující otázky:
  - Představte si svět práce za 10 let.
  - Jak bude tento svět vypadat?
  - Kdo bude pracovat?
  - Jaké požadavky bude klást na ty, kdo budou pracovat?
  - Jaké kompetence budou potřeba k získání a udržení práce?
4. Zástupce každé skupiny prezentuje výsledek práce skupiny.
5. Ve velké skupině je možné vést diskuzi o tom, které změny jsou vítané, které ne a jak je možné ke změnám aktivně přispívat.

## Tip:

1. Je možné využít lepítka - každá skupina píše na papírky co nejvíce charakteristik budoucího světa práce, papírky pak nalepí na flipchart. Poté stejným způsobem zpracují kompetence, které budou potřebovat, aby v tomto světě obstáli.

\* Volná inspirace knihou DIENER, T. *Esencia práce. Alchymia navigácie pri hľadaní povolania*. Bratislava: EPOS, 2018.

# Aktivita **SVĚT PRÁCE A KLÍČOVÉ KOMPETENCE VE 21. STOLETÍ** 2/2

2. Pro inspiraci do diskuze o trendech a budoucnosti světa práce uvádíme následující:
  - Od přelomu 20. a 21. století se práce více spojuje s vědomostmi.
  - Mizí jistoty získané v předchozí době.
  - Ze zaměstnanců se stávají flexibilní „podnikatelé“.
  - Stále více lidí je zaměstnaných v projektech s jasným začátkem a koncem.
  - Svět práce se rozpadá na jednotlivé „scény“ s vlastním jazykem a rituály.
3. Tato aktivita je vhodná k implementaci do výuky dějepisu.
4. Videá o budoucím světě práce a Průmyslu 4.0 najdete na youtube například na stránkách Světového ekonomického fóra (World Economic Forum), Mezinárodní organizace práce (International Labour Organization). Většina z nich je vybavena anglickými/českými titulky.

Zajímavá videa a články o současném světě práce a trendech do budoucnosti\*:

- [The future of work is now. Are we ready?](#) (OECD, anglicky, anglické titulky)
- [The Fourth Industrial Revolution | At a glance](#) (World Economic Forum, krátká verze, anglicky, anglické titulky)
- [What is the Fourth Industrial Revolution?](#) (World Economic Forum, dlouhá verze, anglicky)
- [Humans Need Not Apply](#) (anglicky, české titulky)
- [Profese budoucnosti](#) (anglicky)

Klíčové kompetence pro 21. století:

- <http://www.iftf.org/futureworkskills/>
- <https://www.weforum.org/agenda/2016/03/21st-century-skills-future-jobs-students/>
- <https://ec.europa.eu/jrc/en/research-topic/learning-and-skills>

\* Odkazy jsou aktuální ke dni 1. 2. 2021.

# Aktivita DEVĚT ŽIVOTŮ



**Cíl:** Cílem této aktivity je vytvořit si představu o možné budoucnosti. K tomu, abychom mohli úspěšně plánovat, je dobré představit si situaci, kdy žádné překážky neexistují, kdy můžeme vyjádřit své přání bez omezení. Na základě této snové představy si ve druhém kroku můžeme stanovit konkrétní cíle, které odpovídají reálným možnostem i našim vlastním předpokladům.

**Délka:** 45 minut.

**Materiál:** Prázdné papíry, psací potřeby.

---

## Popis aktivity:

1. Žáci pracují s prázdným listem papíru. Rozdělí ho na devět políček.
2. Poté dostanou následující instrukci: Představte si, že máte devět životů a neexistuje žádné omezení. V každém životě můžete žít tak, jak si přejete, být tím, čím chcete a co nejlépe odpovídá vašim přáním, dělat to, co vás baví. Do každého políčka nakreslete či napište jednu představu. Můžete používat slova, symboly, obrázky, vše, co vám připadá nejlepší na vyjádření vaší představy.
3. Ve dvojicích představí spolužákovi svých devět životů. Společně přemýšlí o tom, zda mají obrázky něco společného. Co to je?
4. Poté si vymění role.
5. Následně si žáci vyberou jeden z možných životů a pokusí se ho propojit s konkrétní činností. Při tomto kroku lze využívat obrázkové karty s profesemi. Jaké jsou požadavky na vybranou profesi (činnost)? Jaké znalosti a dovednosti k tomu potřebují? Jaké vlastnosti jsou vhodné pro tuto profesi? Co z toho už mají a na čem potřebují pracovat?

## Tip:

Je možné využít karet jako inspiraci již v průběhu vyplňování možných životů.

# Aktivita **POHLED DO BUDOUCNOSTI\***

**Cíl:** Vytvořit si představu (vizi) o své budoucnosti.

**Délka:** 45 minut (v případě písemné formy).

**Příprava:** Práce s aktivitou vyžaduje přípravu:

1. Doporučujeme realizovat tuto aktivitu až po zmapování kompetencí žáků a diskuzi o budoucím světě práce, jelikož jim tyto informace slouží jako „surovina“ při tvorbě vlastní vize - směru, kterým se chtějí vydat na cestě životem.
2. Před zadáním aktivity probereme s žáky téma vize a její tvorba.

**Materiál:** Prázdné papíry, psací potřeby (v případě písemné formy).

## Popis aktivity:

1. Žáci si mají představit jeden den za pět let, jak by si ho sami přáli, a odpovědět na následující otázky. Způsob zachycení odpovědí záleží na rozhodnutí žáka. V případě, že má být tato aktivita začleněna do výuky českého jazyka, lze zadat konkrétní slohový útvar.
  - Kde si přeji žít?
  - Kde budu v učení / co budu studovat / co budu dělat za práci?
  - Jak budu trávit volný čas?
  - Co budu dělat v běžném školním / pracovním dni?
  - Kolik peněz budu mít měsíčně k dispozici / kolik si budu vydělávat?
  - Kdo mi bude obzvlášť blízký?
  - Co bude v mém životě nejdůležitější?
2. Jako závěrečný krok lze zařadit (dobrovolnou) prezentaci představy budoucnosti ve skupině.

## Tip:

Je možné zadat žákům úkol zachytit vnímání své vzdálené budoucnosti (za 10 let) a konfrontovat výstupy obou aktivit. Může to být pro ně zajímavé. V tomto případě doporučujeme naplánovat určitou časovou prodlevu mezi jednotlivými aktivitami.

\* Inspirováno materiálem HLAĎO, P. Po...VOLÁNÍ: praktická cvičení pro plánování pracovní dráhy – Člověk a svět práce na 2. st. ZŠ, Pedagogická fakulta MU Brno, dostupné z <http://vzdelavani.unas.cz/povolani.pdf>

# Aktivita **OBOR, O KTERÉM PŘEMÝŠLÍM** 1/2

- Cíl:** Cílem aktivity je:
1. Získat informace o požadavcích na obor, o kterém žák přemýšlí (oborové znalosti a měkké dovednosti podle Národní soustavy povolání, popř. podle seriózního pracovního portálu).
  2. Reflektovat získané informace o sobě (o svých kompetencích) s požadavky na obor, o kterém žák přemýšlí.
  3. Seznámit se s pojmem přenositelné kompetence a ohodnotit se v některých z nich.

Aktivitu doporučujeme žákům 8. a 9. ročníku základní školy (2. pololetí 8. roč. a 1. pololetí 9. roč.) a žákům středních škol. Pro středoškoláky vytváříme možnost reflektovat své kompetence ve vztahu ke kompetencím, které vyžaduje studovaný obor. Pokud žák prožívá nejistotu, zda je studovaný obor pro něj ten správný, aktivita mu může pomoci jasně pojmenovat jeho motivaci, na které stojí a padá jeho studium.

**Délka:** 45 minut.

**Příprava:** Doporučujeme realizovat výuku v počítačové učebně, aby měli žáci svůj vlastní počítač a přístup k internetu. Dále je nutné, aby měli s sebou své portfolio, do kterého dosud vkládali výstupy z aktivit směřujících k mapování svých kompetencí.

**Materiál:** Počítač s připojením na internet pro každého žáka, papír, psací potřeby.

.....

## Popis aktivity:

1. Žáci si nejprve na webovém portálu Národní soustavy povolání (<http://kompetence.nsp.cz/mekkeKompetence.aspx>) najdou kartu povolání, o kterém přemýšlejí (popř. kartu k tomu nejbližší). Karta obsahuje základní charakteristiky dané pozice a požadavky, které jsou na její výkon kladeny, jako je kvalifikace, odborné znalosti a dovednosti. Žáci mají za úkol porovnat informace, které ve svém portfolio o svém potenciálu shromažďovali, s tím, co se dozvěděli z webového portálu. Následná reflexe je nezbytnou součástí. Které informace jsou důležité pro mé uvažování o budoucnosti?
2. Jako další krok následuje diskuse o přenositelnosti kompetencí. Co to je přenositelnost kompetencí, které kompetence jsou přenositelné, důležitost přenositelných kompetencí v (profesním) životě jednotlivce, způsoby rozvoje přenositelných kompetencí apod. Níže uvádíme zdroje, které mohou sloužit jako inspirace pro úvodní zpracování tématu. Forma záleží na představě učitele.
3. Diskusi o přenositelných kompetencích lze doplnit seznámením se s některými měkkými

# Aktivita **OBOR, O KTERÉM PŘEMÝŠLÍM** 2/2

kompetencemi uvedenými na tomtéž portálu. Výhodou je, že jsou tam uvedené nejen měkké kompetence, nýbrž i úrovně jejich rozvinutosti od 0 do 5. Žáci si najdou v seznamu ty měkké kompetence, které jsou součástí jejich portfolia. Následně si pomocí sebereflexe oškálují jejich úroveň rozvinutosti.

## Tip:

1. Inspirativní zdroje pro úvodní zpracování tématu:

<http://www.orientexpress.cz/cviceni/4-prenositelne-kompetence>,

<https://portaldigi.cz/digislovník/digitalni-kompetence-prenositelne/>,

<https://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/22730/do-jake-miry-je-mezioborovy-prenos-kompetenci-mozny-.html/>

2. Doporučujeme žákům zadat jako domácí úkol oslovit někoho, kdo pracuje ve vybraném oboru, a zeptat se ho na pár jednoduchých otázek:

- Jaké jsou přednosti vybraného povolání?
- Co je na jeho výkonu náročné?
- Jak probíhá standardní den v práci?

Cílem je konfrontovat žákovskou představu s realitou světa práce. Způsob zachycení může být různý (PWP, video, písemný rozhovor apod.).

# Aktivita AKČNÍ PLÁN



**Cíl:** Cílem této aktivity je naučit se stanovit si cíl a kroky k jeho dosažení. Doporučujeme začít s krátkodobým cílem v rozsahu 1 měsíce. K dobrému plánování je potřeba znát nejen svůj cíl, ke kterému chceme směřovat, ale umět si také představit a naplánovat, co nás k němu dovede - jaké máme zdroje, co musíme udělat a kdo nám může v nesnázích pomoci.

Aktivita je vhodná pro žáky druhého stupně základní školy a střední školy.

**Délka:** 45 minut.

**Materiál:** Prázdné papíry A4, tužky, fixy, pastelky, karty s příběhy (fotky, pohledy).

.....

## Popis aktivity:

1. Ke stanovení cíle lze používat sadu obrázkových karet. Žáci si vyberou z karet jednu, která znázorňuje budoucnost, ve které dosáhli svého (krátkodobého) cíle. Ve skupině pak představí svůj obrázek/cíl.
2. Každý žák dostane několik prázdných listů papíru. Na jeden z nich napíše cíl, na kterém bude pracovat. Poté formuluje jednotlivé kroky vedoucí k cíli. Každý krok napíše na samostatný papír.
3. Žáci se rozdělí do dvojic. Chceme-li obohatit aktivitu o pohyb v prostoru, požádáme žáky, aby jeden z dvojice umístil svůj cíl v prostoru do vzdálenosti několika metrů. Pak se vrátí na místo, které symbolizuje současnou situaci. Postupně kladou jednotlivé papíry s popsányými kroky na pomyslnou čáru směrem k cíli. Popisují, co v každém kroku udělají, kolik potřebují času, kdo jim může pomoci apod. Takto jdou společně krok za krokem, až dojdou k cíli.
4. Poté si vymění role.
5. Po ukončení této aktivity si každý zapíše důležité momenty, co nového pro sebe objevil, co si chce zapamatovat.

## Tip:

Stanovení krátkodobého cíle umožní sebeevaluaci realizace akčního plánu v rámci výuky. Je důležité žákům předem zdůraznit, že za tuto aktivitu nebudou učitelem hodnoceni. Vidina hodnocení způsobuje strach z neúspěchu, který je největším nepřítelem odvahy a vytrvalosti.



# ZÁZNAMNÍK NÁPADŮ

A series of horizontal dotted lines for writing ideas.

# MEDAILONKY AUTORŮ

**Andrea Csirke** působí jako kariérová poradkyně, lektorka v oblasti kariérového poradenství a metodička kariérového poradenství na školách. Zároveň je studentkou doktorského studijního programu na Ústavu výzkumu a rozvoje vzdělávání při Pedagogické fakultě UK. Je zapojena do různých projektů neziskových organizací týkajících se kariérového poradenství. V rámci implementace krajských akčních plánů, zaměřených mj. na podporu kariérového poradenství na školách, spolupracuje s některými kraji, jako je Středočeský kraj, Jihočeský kraj a Praha. Je spoluzakladatelkou profesního Sdružení pro kariérové poradenství a kariérový rozvoj, z. s., a spolu se svými kolegy pracuje na rozvoji standardů kvality v kariérovém poradenství a certifikace kariérových poradců.

**Alice Müllerová** působí jako kariérová poradkyně a lektorka kariérového poradenství pro různé cílové skupiny klientů i pro kariérové poradce. V průběhu své profesní dráhy pracovala v Centru Euroguidance, kde získala zkušenosti a inspiraci z oblasti rozvoje kariérového poradenství v zemích EU. Je zapojena do řady projektů neziskových a příspěvkových organizací. Je také spoluzakladatelkou Sdružení pro kariérové poradenství a kariérový rozvoj, z. s., kde je spolurealizátorkou projektu Kvalita v kariérovém poradenství a dalších aktivit Sdružení.