

Pracovní listy

KVINTA

Autor: Mgr. Martina Malečková

Použitá literatura:

HANSEN ČECHOVÁ, Barbara. Nápady pro rozvoj a hodnocení klíčových kompetencí žáků. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 117 s. ISBN 978-807-3673-888.

MEZERA, Antonín. Pro jaké povolání se hodím?: jak si vybrat střední a vyšší odbornou školu a snad i budoucí povolání. 2., aktualiz. vyd. Brno: Computer Press, 2008, viii, 296 s. ISBN 978-80-251-2395-9.

Učím se správně?

Člověk se učí celý život. Každý z nás se učí jinak, každému vyhovují jiné metody a techniky. Metod a technik je celá řada a rozhodující je, co nám skutečně pomáhá.

Moje ověřené metody a techniky (napiš, co ti při učení pomůže):

Nyní přístup k vyplnění dotazníku, který ti ukáže, jak to u tebe s učením vypadá.

TEST SPRÁVNÉHO UČENÍ

Odpovídej bez dlouhých úvah na otázky. V testu se dostává do centra pozornosti tvá domácí příprava. Odpovídej ANO nebo NE. Tebou vybranou odpověď zakřížkuj. Přečti otázku a hned odpovídej, k otázkám by ses neměl/a vracet. Většinou je nejlepší první odpověď.

1.	Trvá vám studijní příprava na další den déle než 2 hodiny?	ANO	NE
2.	Učíte se často dost pozdě večer (například po 18. nebo 19. hodině)?	ANO	NE
3.	Trvá vám dlouho, než se do učení vůbec pustíte?	ANO	NE
4.	Učíte se pravidelně každý den?	ANO	NE
5.	Učíte se doma vždy v pravidelnou denní dobu?	ANO	NE
6.	Máte ve svých učebnicích a sešitech většinou takový pořádek, že vždy najdete, co hledáte?	ANO	NE
7.	Stává se vám často, že učení na příští den z nějakého důvodu stále oddalujete?	ANO	NE
8.	Stává se vám často, že při učení spěcháte, abyste „to měli už za sebou“?	ANO	NE
9.	Učíte se novou učební látku tak dlouho, dokud ji nepochopíte?	ANO	NE
10.	Když se něco naučíte nedostatečně nebo chybně, snažíte se doplnit své znalosti a vědomosti v co nejkratší době?	ANO	NE
11.	Stává se vám často, že se něco naučíte nazpaměť, aniž byste tomu pořádně rozuměli?	ANO	NE
12.	Vyhledáváte si při učení neznámá slova, abyste pochopili, co vlastně znamenají?	ANO	NE
13.	Používáte při učení poznámek ze školních sešitů nebo ostatních školních pomůcek (např. atlasu, tabulek, slovníků, schémat v učebnicích, atd.)?	ANO	NE
14.	Když se začínáte učit, stane se vám často, že si zapomenete připravit všechny věci z daného předmětu na pracovní stůl?	ANO	NE
15.	Když se věnujete studiu nějakého nového učiva, zkontrolujete si, zda si naučenou látku skutečně pamatujete?	ANO	NE
16.	Provádíte domácí přípravu na vyučování podle předem zvoleného plánu nebo vlastního rozvrhu?	ANO	NE
17.	Daří se vám tento plán nebo denní rozvrh dodržovat?	ANO	NE
18.	Zopakujete si na konci domácí přípravy u každého učiva to, co jste se před chvílí učili?	ANO	NE

19.	Jste dobrý čtenář/ka? Dovedete dobře, pozorně a rychle číst?	ANO	NE
20.	Když se učíte nějakou novou učební látku, vyhledáváte z literatury nebo z jiných pramenů další potřebné informace?	ANO	NE
21.	Vyskytují se u vás případy, že se něco „nabiflujete“, aniž byste tomu vlastně rozuměli?	ANO	NE
22.	Prolistujete si alespoň nové školní učivo z dopoledního vyučování ve své učebnici, i když další hodinu vyučování máte třeba až za 2 nebo 3 dny?	ANO	NE
23.	Podtrháváte si tužkou části učiva, které se snažíte zapamatovat, nebo si vypisujete podstatné věci při učení na papír?	ANO	NE
24.	Když se připravujete na příští den, učíte se například jazykové předměty (čeština, angličtina) nebo přírodovědné předměty hned za sebou?	ANO	NE
25.	Provádíte domácí přípravu tak, že napřed napíšete úkoly a potom se učíte z učebnice?	ANO	NE
26.	Když se učíte nějakou novou látku, podíváte se, co tomu učivu předcházelo minulou vyučovací hodinu?	ANO	NE
27.	Když studujete nové učivo z učebnice, vyhledáváte někdy z vlastní iniciativy nějaké pomocné prameny, abyste je lépe pochopili?	ANO	NE
28.	Snažíte se o to, aby vám při učení někdo vysvětlil věci, které byste při určitém úsilí mohli sami pochopit?	ANO	NE
29.	Trávíte spoustu času při učení tím, že posloucháte povídání druhých, nebo tím, že sami mnoho povídáte (např. s rodiči, sourozenci nebo kamarády po telefonu)?	ANO	NE
30.	Stává se vám často, že při samotném učení zjistíte, že myslíte úplně na něco jiného?	ANO	NE
31.	Stává se vám často, že po přečtení nového textu v učebnici ani nevíte, co vlastně čtete?	ANO	NE
32.	Provádíte domácí studium nebo přípravu na vyučování samostatně a bez přímého dohledu rodičů?	ANO	NE
33.	Pročítáte si poznámky z vyučování ještě tentýž den po návratu ze školy?	ANO	NE
34.	Nasazujete rychlé tempo domácí přípravy až den před stanoveným termínem písemné nebo ústní zkoušky?	ANO	NE
35.	Máte nějaký systém v opakování učiva, který by zabraňoval rychlému zapomínání?	ANO	NE
36.	Máte pocit, že ztrácíte mnoho času, který byste při dobré vůli mohli lépe využít jak na práci, tak na zábavu?	ANO	NE
37.	Přečtete za jednu minutu alespoň 250-300 slov lehkého textu (např. ze zábavné knížky nebo z novin)?	ANO	NE
38.	Když se učíte novou látku z učebnice, přečtete si nejprve hlavní učivo a současně kontrolní otázky, abyste získali přehled o obsahu celého textu?	ANO	NE
39.	Napadají vás při učení některé otázky, o kterých si myslíte, že je dokážete bez problémů zodpovědět?	ANO	NE
40.	Přečtete si učební text znovu po prvním letmém čtení a děláte si někdy poznámky o hlavním obsahu nového učiva?	ANO	NE
41.	Zapisujete si někdy hlavní myšlenky ze studovaného učiva vlastními slovy?	ANO	NE
42.	Zavřete si při učení sešit nebo učebnici a snažíte se pomocí poznámek vyjádřit hlavní myšlenky nebo obsah nového učiva?	ANO	NE
43.	Když některou část nového učiva ještě dost dobře neumíte, otevřete si znovu sešit nebo učebnici a s jejich pomocí si látku zopakujete?	ANO	NE
44.	Máte doma vždy dobré podmínky ke studiu a domácí přípravě na vyučování (např. dostatek klidu, vlastní psací stůl či místo, kde je možné se v klidu učit)?	ANO	NE

Použitý zdroj: MEZERA, Antonín. Pro jaké povolání se hodím?: jak si vybrat střední a vyšší odbornou školu a snad i budoucí povolání. 2., aktualiz. vyd. Brno: Computer Press, 2008, viii, 296 s. ISBN 978-80-251-2395-9.

Nyní sečti ty křížky, které jsou umístěny v tmavém políčku. Výsledek nižší než ___ ukazuje na to, že tvá příprava není efektivní.

44-33	Z celkového výsledku je jasné, že kvalita vašeho domácího studia je natolik senzační, že současně vytváří i velmi dobré podmínky pro co nejlepší využití vašich studijních schopností a dovedností při učení.
32-25	Úroveň vaší mimoškolní přípravy je celkem dobrá. Chcete-li ovšem studovat na střední škole, měli byste některé studijní dovednosti ještě zdokonalit. Právě ty vám ještě brání v co nejlepším využití vašich studijních schopností a dovedností při samostatném učení.
24-15	Poměrně nízký výsledek v dotazníku správného učení naznačuje, že se neumíte učit a že volíte málo účinné a dost neefektivní metody učení, které způsobují dost velké výkyvy ve vašich studijních výsledcích.
14-0	Velmi nízký výsledek v dotazníku správného učení naznačuje, že si prostě neumíte zorganizovat nejen čas na učení, ale i své vlastní koníčky. Stejně tak je velmi pravděpodobné, že vás učení příliš ani nezajímá. Co s tím budete dělat?

Porovnej své školní výsledky s výsledky testu. (Odpovídá tvé pracovní nasazení doma dosahovaným výsledkům ve škole? Nebo se doma moc nepřipravuješ a tvé výsledky ve škole jsou velmi dobré až výborné? Zkus napsat malé zamyšlení.):

V čem můžeš svou domácí přípravu ještě vylepšit? Kde jsou tvé slabé stránky?

Založ list do svého portfolia.

Moje oblíbené praktické činnosti

Pokud se vyznáš sám/sama v sobě, pokud víš, jaké jsou tvé zájmy, které činnosti máš rád/a, je možné z toho i usoudit, jakým směrem by se mělo ubírat tvé povolání.

Aniž bys četl/a dále, napiš, které praktické činnosti děláš rád/a:

Dokážeš teď spojit své zájmy s konkrétním povoláním? S kterým by to bylo?

Nyní si vyzkoušíš dotazník, který je věnován právě tvému zájmu o praktické činnosti.

TEST DOTAZNÍK ZÁJMŮ O PRAKTICKÉ ČINNOSTI

Čemu se chceš věnovat?

Zde je uvedeno 30 různých činností ze světa lidské práce, ke kterým se pokus vyjádřit svůj osobní vztah. Odpověď můžeš zaškrtnutím pouze jednoho čtverečku u každé z následujících vět. Tvým úkolem bude vyznačit, zda bys každou z uvedených činností dělal/a **velmi rád/a (5)**, **rád/a (4)**, nemáš k činnosti doposud **žádný vztah (3)**, nebo zda k této činnosti máš **spíše záporný (2)** či **velmi záporný vztah (1)**. Každý následující výrok si pečlivě přečti a svou odpověď vyznač přeškrtnutím jednoho čísla. Ostatní číslice ponech v řádku nevyplněné.

Příklad: Setkávat se každý sen s novými lidmi.

5	4	3	2	1
--------------	---	---	---	---

Tuto činnost bych dělal/a:

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

- | | | | | | | |
|--|----------|---|---|---|---|---|
| 1. Seřizovat, opravovat a řídit automobily a jiné stroje | R | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2. Pomáhat lidem rozvíjet jejich vlastní schopnosti a dovednosti | S | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3. Hrát na různé hudební nástroje a skládat hudbu | A | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4. Prohlížet nemocné pacienty a určovat způsob jejich léčby | I | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. Vychovávat děti nebo učit žáky ve škole různým poznatkům | I | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6. Zajišťovat reklamní pořady v televizním či rozhlasovém vysílání | E | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7. Shromažďovat a zpracovávat údaje o efektivitě výroby či prodeje | C | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8. Soudit lidi nebo obhajovat klienty před soudem | S | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9. Obsluhovat technická zařízení a stroje a pracovat s náradím | R | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10. Vytvářet organizační směrnice, sestavovat tabulky, diagramy | C | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11. Vyrábět a zdobit keramické výrobky a umělecké předměty | A | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12. Přesvědčovat zákazníky o vhodnosti nákupu určitého zboží | E | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 13. Radit a pomáhat lidem, když mají nějaké osobní problémy | S | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 14. Psát novinářské zprávy a články do novin nebo časopisů | I | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

- | | | | | | | |
|--|----------|---|---|---|---|---|
| 15. Kreslit různé návrhy nebo malovat písmo na reklamní poutače | A | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 16. Vyrábět průmyslové výrobky z kovu, dřeva, skla nebo keramiky | R | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 17. Zabývat se nákupem nebo prodejem zboží, surovin a výrobků | E | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 18. Aranžovat výkladní skříně obchodních domů | A | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 19. Kopírovat a zvětšovat fotografie, psát na stroji nebo počítači | C | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20. Organizovat nebo řídit práci většího kolektivu lidí | E | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 21. Pomáhat lidem s osobními, finančními či právními problémy | S | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 22. Pracovat v bance, úřadu nebo v cestovní kanceláři | C | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 23. Setkávat se stále s různými lidmi a organizovat jejich práci | S | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 24. Opravovat počítače a různé technické přístroje a zařízení | R | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 25. Věnovat se objevování či výzkumu různých jevů či procesů | I | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 26. Pracovat s chemikáliemi a různými průmyslovými surovinami | R | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 27. Rozhodovat o vhodnosti nákupu nového výrobku pro firmu | E | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 28. Navrhovat scénickou výpravu jeviště v divadle a televizi | A | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 29. Využívat svou osobnost a schopnosti k vlivu na jiné lidi | I | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 30. Spojovat telefonní hovory a starat se o klienty a návštěvníky | C | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

Použitý zdroj: MEZERA, Antonín. Pro jaké povolání se hodím?: jak si vybrat střední a vyšší odbornou školu a snad i budoucí povolání. 2., aktualiz. vyd. Brno: Computer Press, 2008, viii, 296 s. ISBN 978-80-251-2395-9.

Nyní přístup k **vyhodnocení dotazníku** podle následujících pokynů.

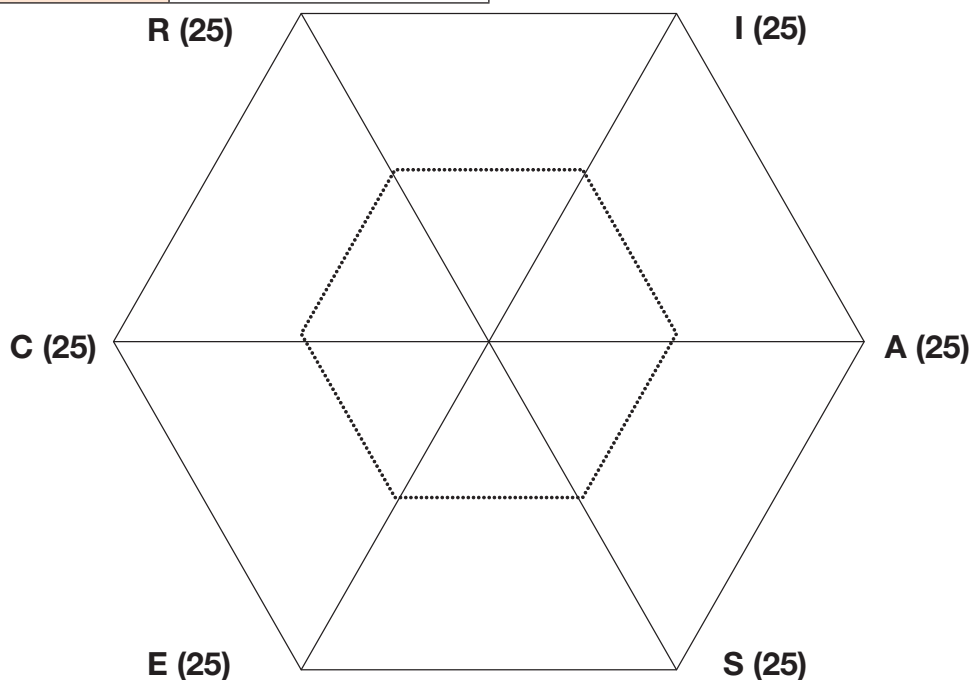
Vyhodnocení dotazníku provedeš prostým sečtením všech čísel, která mají stejné písmeno (R-I-A-S-E-C). Celkový součet pak zapiš do následující tabulky ke každému z pěti písmen.

Potom v seznamu všech čísel najdi dvě nejvyšší hodnoty a zapiš je spolu s příslušným písmenem do řádku s názvem Osobní kód (příklad: R – I / R 15 – I 10/). Všechny hodnoty, kterých jsi v dotazníku dosáhl/a, můžeš zakreslit do šestiúhelníku a tím získáš svůj zájmový profil.

Vyhodnocení dotazníku

Celkové skóre											
R		I		A		S		E		C	

Osobní kód:



Výsledky testu ti ukázaly, kterým pracovním činnostem dáváš přednost. Pozornost si zaslouží dvě nejvyšší hodnoty.

Založ list opět do svého portfolia.

Jaké jsou skupiny povolání, jaké na nás kladou nároky a požadavky, a s jakými lidmi se tam potkáme? (Příloha)

V následující tabulce najdeš základní rozdělení skupin povolání podle Hollandovy typologie. Zde najdeš bližší informace a vysvětlení k výsledku testu.

Pracovní prostředí	Obvyklá povolání	Požadavky a nároky pracovního prostředí	Dominující populace	Odměny a výhody
Realistické R	odborná řemesla, technické obory (stavební, elektrotechnická a mechanická povolání), profese ve veřejných službách, práce venku, zprávo- vatelské a důlní obory (např. automechanik, strojník, technik, čalouník, lesník, požárník, elektromechanik aj.)	Jasně stanovené, konkrétní a systematické pracovní činnosti s nástroji, stroji, technickým zařízením, materiály, surovinami a zvířaty, výroba, oprava a servis. Manuální a technické schopnosti a dovednosti, technické myšlení, zručnost.	realistické osobnostní typy pracovníků	konvenční hodnoty, užitek, peníze, moc, postavení, majetek
Intelektuální I	vědecká, intelektuální a některá technická povolání, vědecké obory a veřejné služby (např. chemik, zvukař, učitel matematiky, pilot, zubař, programátor aj.)	Systematické studium, výzkum fyzikálních, biologických, společenských nebo kulturních jevů a procesů (pozorování, symbolické, systematické, tvůrčí objevování), jazykové schopnosti, tvůrčí myšlení.	intelektuální osobnostní typy pracovníků	vědecké a duchovní hodnoty a úspěchy
Umělecké A	umělecké, literární a hudební obory a řemesla, výtvarné a polygrafické obory a povolání (např. učitel hudby, fotograf, spisovatel, novinář, hudebník, architekt, malíř, aranžér aj.)	Tvorba uměleckých forem a výtvorů. Umělecké schopnosti, tvořivé myšlení a fantazie, hudební, výtvarný nebo literární talent, cit pro hudbu, pohyb, jazyk, tvar a barvy.	umělecké osobnostní typy pracovníků	umělecké hodnoty a úspěchy
Sociální S	výchovná, pedagogická a sociálně interaktivní povolání spojená s péčí o ostatní ve veřejných službách (např. číšník, učitel, pedikér, zdravotní sestra, sociální pracovníce, státní zástupce, psychiatr, personalista aj.)	Výchova, vzdělání, informatika, léčba, poradenství, sociální péče a veřejné služby. Schopnost pracovat s lidmi a porozumět jim, sociální citění a schopnost pomáhat ostatním, organizovat a řídit práci dospělých a dětí.	sociální osobnostní typy pracovníků	sociální a etické hodnoty
Podnikavé E	manažerské, organizační a obchodní obory, prodejní a odbytové služby, veřejné služby (např. prodavač, nákupčí, manažer, mistr, burzovní makléř, obchodní zástupce aj.)	Řízení a organizace obchodních či hospodářských činností a pracovních kolektivů, dosahování ekonomického zisku a hospodářských výsledků. Schopnost vést, organizovat a řídit činnosti dospělých, podnikavost, schopnost přesvědčování ostatních.	podnikatelské osobnostní typy pracovníků	peníze, moc, postavení
Konvenční C	úřednické, kancelářské a administrativní obory, veřejné služby, obchodní obory, administrativa (např. písařka, sekretářka, operátor výpočetní techniky, účetní, obchodní referentka aj.)	Manipulace s údaji, čísla, organizace informací, zpráv a činností, obsluha kancelářské a výpočetní techniky, archivace, dokumentace aj.	konvenční osobnostní typ pracovníků	materiální hodnoty, peníze, ekonomické, obchodní úspěchy, závislost, konformita

Použitý zdroj: MEZERA, Antonín. Pro jaké povolání se hodím?: jak si vybrat střední a vyšší odbornou školu a snad i budoucí povolání. 2., aktualiz. vyd. Brno: Computer Press, 2008, viii, 296 s. ISBN 978-80-251-2395-9.

Klady a zápory povolání

Určitě přemýšlíš o tom, jaké povolání bys jednou chtěl/a či naopak vůbec nechtěl/a vykonávat. Možná máš už o svém výběru jasno. Potom bys měl/a umět odpovědět na otázku, proč a co se ti na povolání líbí, proč bys ho chtěl/a vykonávat. Na druhé straně si možná uvědomuješ i záporné stránky onoho povolání, dokážeš pojmenovat, co ti na povolání vadí.

Zamysli se nad povoláním, které bys chtěl/a skutečně vykonávat (které je u tebe na prvním místě) a zaznamenej jeho klady a zápory:

Povolání, které bych chtěl/a vykonávat: _____

Klady:

Zápory:

„Náhradní“ povolání: _____

Klady:

Zápory:

S výběrem vhodného povolání ti můžou pomoci následující stránky. Povolání jsou tu řazena podle abecedy, ale i podle různých dalších podmínek (oblíbených vyuč. předmětů, podle pracoviště, podle charakteru pracovní činnosti atd.). Najdeš zde i dotazník zájmů, dotazník dovedností, rady jak psát životopis a jak se připravit na přijímací pohovor.

ÚKOL: V Průvodci světa povolání vyhledej podle charakteru pracovní činnosti „zastupování něčích zájmů“ všechna povolání, která vyžadují vysokoškolské vzdělání. Tvým požadavkem je, že nechceš vykonávat těžkou fyzickou práci ani práci stereotypní, kancelářskou a hlučnou. Která povolání jsou v tomto případě doporučena? Vypiš:

Udělej si alespoň jeden dotazník a zkus si vybrat povolání podle jednoho z kritérií. Zapiš si, které hledisko sis pro výběr povolání vybral/a a jaká povolání byla nabídnuta. Jak výběr hodnotíš? Co tě překvapilo? Je v nabídce „tvé“ povolání?

Víš, jaké pracovní činnosti spadají k jednotlivým povoláním? Následující stránky ti mohou v mnohém pomoci.

Národní soustava povolání: <http://katalog.nsp.cz/uvod.aspx>

U každé pracovní pozice zde můžeš najít obecnou charakteristiku, informace o pracovních činnostech, o charakteru a předmětu práce. Kromě toho zde naleznáš informace o průměrném výdělku a jsou zde i volná místa. Zkus vyhledat svá povolání, poznamenej si pracovní činnosti, případně vypiš příbuzná povolání.