

Aktivity kariérového poradenství k tématu:

# Trh práce

PRACOVNÍ LISTY PRO UČITELE A ŽÁKY



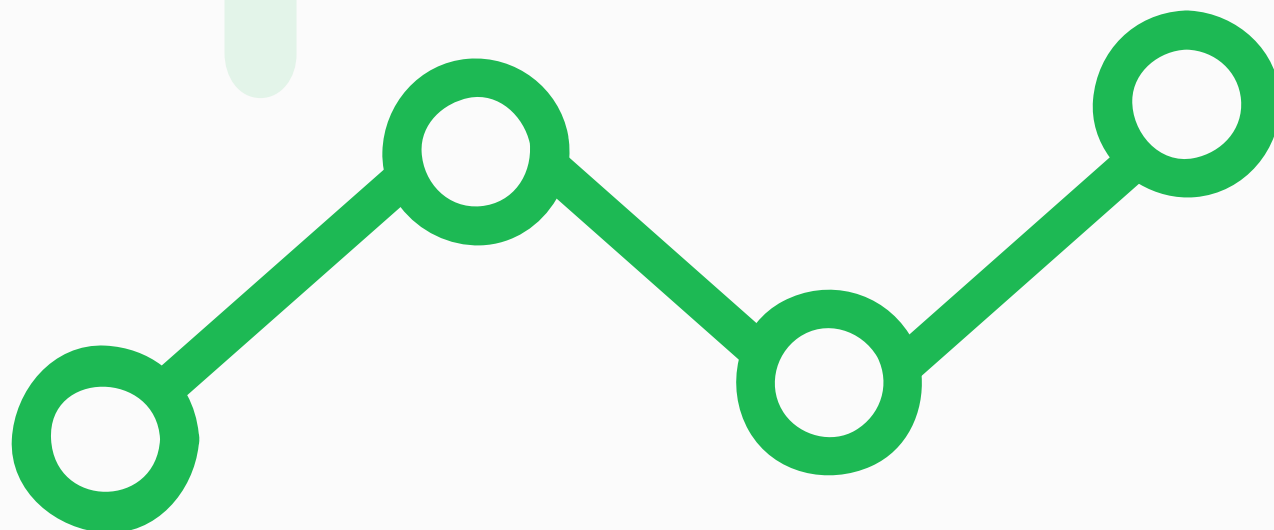
Vážení kariéroví poradci a pedagogové,

toto jsou pracovní listy pro skupinové aktivity, které můžete využít například v rámci předmětu Člověk a svět práce.

V této druhé části našich pracovních listů - **Trh práce** - je stěžejní aktivitou skupinová tvorba projektu, ve které si děti vyzkouší zejména spolupráci a plánování založené na jejich skutečných kompetencích, které objevily v části první (Sebepoznání). Tvorba projektu je doplněna několika kratšími hravými aktivitami přispívajícími ke vzájemnému poznávání.

Součástí druhého bloku, zaměřeného na trh práce, by měla být také beseda s vybranými profesionály a exkurze na vhodně zvolených pracovištích.

Jednotlivé aktivity na sebe navazují, ale dají se (s patřičnou reflexí) využít i jednotlivě. Všechny výstupy si žáci zakládají do svého portfolia.





- **Žák je odborníkem na svůj život, zná sám sebe nejlépe ze všech.**

A pokud zvládl aktivity z první části (Sebepoznání), měl by mít o sobě dostatek informací, vědět, co ho baví, v čem je dobrý, jaké jsou jeho kompetence atd.

- **Škola má u žáků rozvíjet kariérové kompetence a umožnit žákům cílený empowerment.**

Mezi kariérové kompetence řadíme:

1. **Sebepoznání** – zjišťování zájmů, hodnot a cílů, vlastností, schopností a dovedností jedince, sebeuvědomování s důrazem na kladné sebepojetí a posilování sebedůvěry a sebeúcty.
2. **Zjišťování informací o trhu práce** – shromažďování aktuálních informací o profesích, světě práce a tržních procesech, jejich kritická analýza, zkoumání pracovních možností, bourání stereotypů.
3. **Rozhodování a plánování** – zkoumání možností a volba, plánování dílčích kroků i dlouhodobějších cílů, adaptabilní plánování s alternativami.
4. **Sebeprezentace** - formulace své vlastní osobní identity, která odráží hodnoty, dovednosti, znalosti a zájmy; sebeprezentace před okolním světem, včetně potenciálních zaměstnavatelů, širších sítí a online prostoru (networkingové dovednosti).

**Empowerment** znamená zmocňování. Jde o proces vedoucí ke zvyšování žákovy úrovně samostatnosti, sebejistoty a zodpovědnosti za vlastní svobodné jednání. Žák má odpovědnost za svá rozhodnutí.

## PRAVIDLA KARIÉROVÉHO PORADENSTVÍ:

- **Atmosféra bezpečí a přijetí** - cokoli se ve skupině řekne, ve skupině zůstane.
- **Dobrovolnost** - nenutíte nikoho k veřejnému sdílení nebo k aktivitám, které nechce dělat.
- **Respekt** - respektujeme se navzájem, respektujeme odlišné názory a individuality.
- **Nehodnocení, nesrovnávání** - vše je dobře.

# Pošli masku

ÚVODNÍ HRA NA POZORNOST, EMPATII VHODNÁ  
K UVOLNĚNÍ ATMOSFÉRY, PROLOMENÍ LEDŮ.



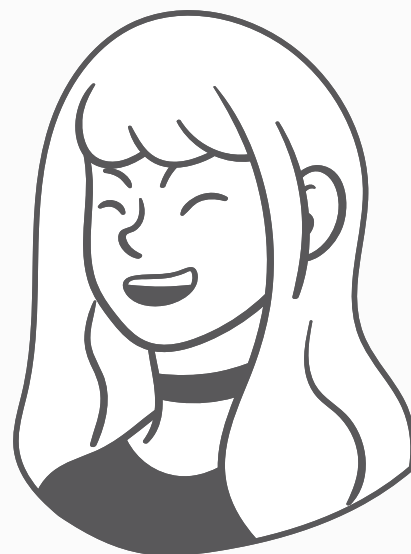
POMŮCKY: židle do kruhu, ale dá se i ve stoje  
ČASOVÁ DOTACE: 10 minut

Všichni sedí nebo stojí v kruhu. První dobrovolník nasadí libovolný výraz v obličeji a pak ho rukama "předá" sousedovi po své pravici, jako by si sundával masku a předával mu ji.

Soused si ji vezme a nasadí, tzn. zkusí napodobit výraz v obličeji. Pak výraz v obličeji po svém změně a pošle zase dál.

Tato hra se dá libovolně obměňovat. Děti si mohou zkusit posílat jeden jediný, stejný výraz v obličeji po celém kruhu a snažit se uhodnout, jaký pocit vyjadřuje.

Nebo si mohou předávat nejen výraz v obličeji, ale také celý posez, postoj, polohu těla.



# Důkazy kompetencí

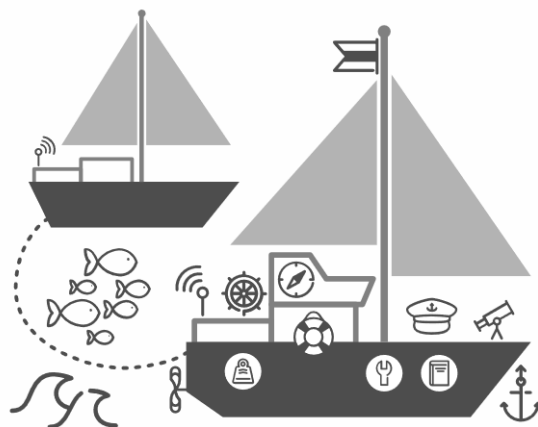
AKTIVITA PROHLUBUJÍCÍ POZNATKY O VLASTNÍCH KOMPETENCÍCH, POSILUJE SEBEREFLEXI A SEBEVĚDOMÍ



POMŮCKY: lodě kompetencí nebo seznam kompetencí, mobilní telefony

ČASOVÁ DOTACE: 15 minut

Mají-li žáci sestavenou loď kompetencí (aktivita z předchozí části Sebepoznání), vychází z této lodi a z kompetencí, které si pro svou loď vybrali.



Pokud tuto aktivitu dříve nedělali, východiskem bude seznam měkkých kompetencí z webu Národní soustava povolání - [kompetence.nsp.cz](http://kompetence.nsp.cz) - z 15 zde popsaných kompetencí si žáci zvolí ty, o kterých se domnívají, že jimi vládnu. Zapišou si je.

Zadání pro žáky zní: "Pro jednu (dvě, každou) svou vybranou kompetenci najděte v galerii svého mobilního telefonu důkaz."

Může to být fotografie nějakého výrobku, zážitku, video zachycující nějakou jejich dovednost apod.

"Důkazy si ukažte ve dvojicích a popište druhému své kompetence. Poté každý z vás představí kompetence svého partnera z dvojice ostatním."

Nemá-li někdo mobilní telefon, nebo nenajde-li ve své galerii žádný důkaz, může totéž udělat vyprávěním nějakého zážitku, na kterém dokáže, že danou kompetenci zvládá.

Následuje reflexe aktivity - jaké to bylo, jak se jim to dělalo, líbilo...

# Moje hodnoty

AKTIVITA VHODNÁ PRO POCHOPENÍ VLASTNÍ  
MOTIVACE A SROVNÁNÍ PRIORIT



POMŮCKY: pracovní listy Moje hodnoty, tužky, pastelky

ČASOVÁ DOTACE: 40 minut

Na úvod vedeme s žáky diskuzi na téma "hodnoty". Co si pod tím slovem představují, co podle nich jsou nejdůležitější hodnoty...

Z diskuze vyvodíme závěry.

Žákům poté rozdáme pracovní list Moje hodnoty (na další stránce) a průběžně dáваме instrukce k jeho vyplnění.

Nejprve žáci ze seznamu 40 hodnot vyškrtají 24, aby jim zbylo 16 pro ně nejdůležitějších.

V druhém kole mají za úkol škrtnout dalších šest, aby jim zbylo 10.

Ve třetím kole se mají rozhodnout pro 8 hodnot, které jsou pro jejich život opravdu důležité, podle kterých by se chtěli řídit.

Těchto 8 hodnot vepíšou na druhé straně pracovního listu do hodnotového kola - každou do jedné výseče.

Pak žáky vyzvete k tomu, aby si zkusili uvědomit, nakolik jsou tyto zvolené hodnoty v jejich současném životě naplněné a zkusili to ohodnotit na škále 1 - 10 a vyznačit vybarvením příslušné části výseče. (Pokud např. přátelství považují za 100% naplněnou hodnotu, vybarví celou výseč; pokud se domnívají, že jim přátelství schází, vybarví třeba jen 25% výseče.)

Na závěr by měla proběhnout reflexe celé aktivity. Zeptejte se dětí, co si o hodnotách myslí, jaké bylo zjistit hodnoty ostatních, zda bylo těžké vybrat jen 8 nejdůležitějších, s čím měly problém, co se jim naopak líbilo. Co by se dalo dělat pro to, aby naplněnost jejich hodnot stoupla? Chyběla jim na seznamu nějaká důležitá hodnota, kterou by chtěli doplnit?

# Moje hodnoty

PRACOVNÍ LIST PRO ŽÁKY - STRANA 1



# Moje hodnoty

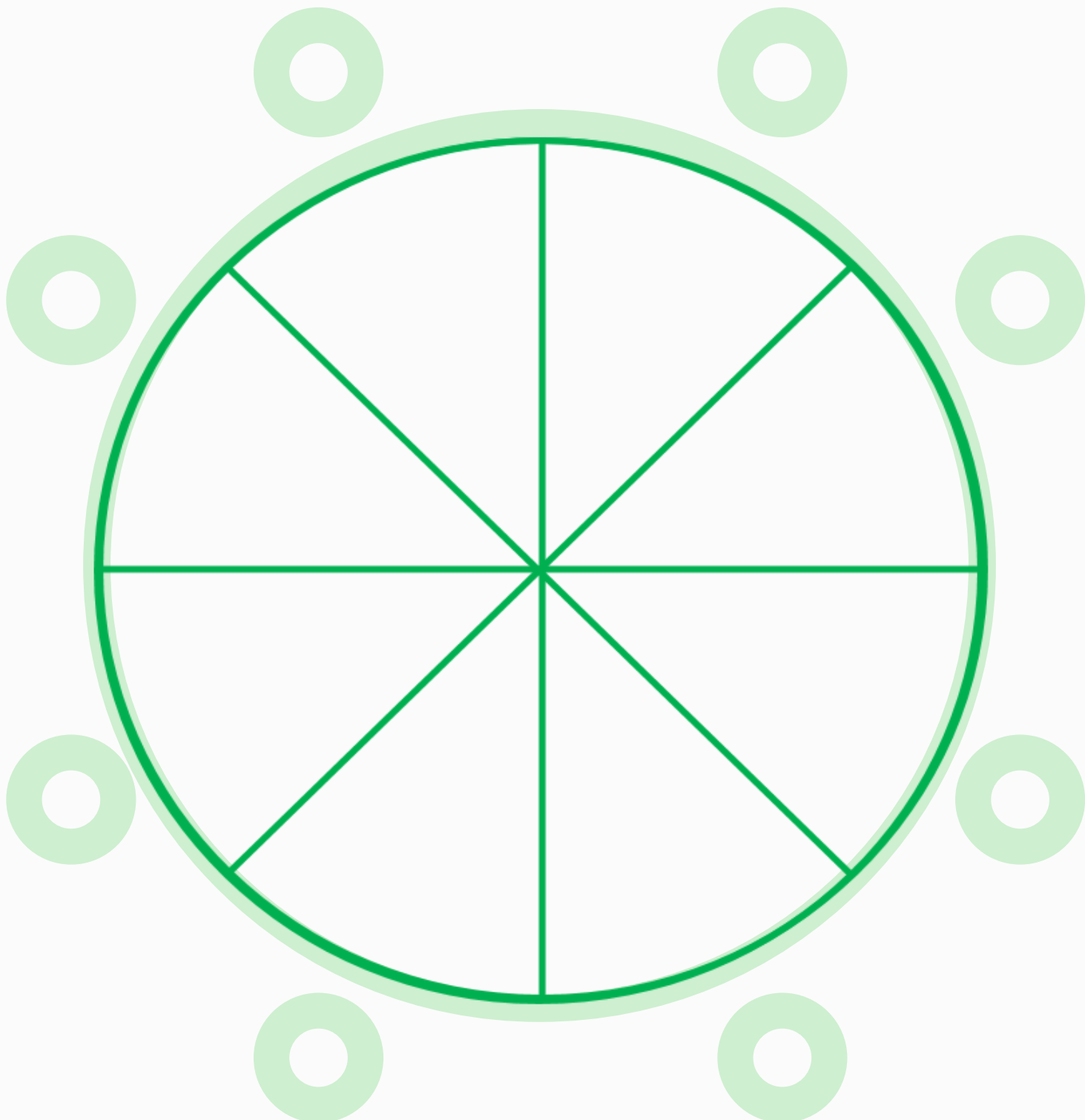


PRACOVNÍ LIST PRO ŽÁKY - STRANA 2

## Aktuální naplněnost mých hodnot

Do hodnotového kola vepiš 8 vybraných hodnot, do každé výseče jednu.

Na škále od 1 do 10 zkus ohodnotit, jak cítíš, že je daná hodnota ve tvém životě naplněna. Číslo vepiš do kroužku a pak vybarvi odpovídající část výseče.



# Budování firmy - tvorba projektu

STĚŽEJNÍ AKTIVITA SIMULUJÍCÍ PROCESY NA TRHU PRÁCE A PODPORUJÍCÍ SPOLUPRÁCI



POMŮCKY: papíry, psací potřeby, vyplněné pracovní listy Moje hodnoty nebo hodnotové karty, papírové peníze

ČASOVÁ DOTACE: 2 x 45 minut

## I.

První fáze projektu začíná rozdělením do skupin.

Žáci se rozdělí do skupin na základě podobných hodnot - buď mají vyplněné pracovní listy z předchozí aktivity Moje hodnoty nebo použijeme hodnotové karty (např. Světlem hodnot od b-creative, Karty pracovních hodnot od Regio). Karty rozložíme a každý si vybere jednu, která se mu zdá pro jeho profesní dráhu nejdůležitější. Karty nebo vyplněná hodnotová kola si žáci navzájem ukáží a snaží se najít spolužáky s podobnými nebo souvisejícími hodnotami a s nimi vytvořit skupinku (4 - 6 osob).

Každá skupina má za úkol vymyslet firmu nebo projekt, který by nějakým způsobem přispěl ke zlepšení života v obci, v místě nebo ve škole. Zároveň by tento projekt nebo firma měly odpovídat hodnotám svých tvůrců. Skupina se musí shodnout na účelu firmy, projektu. Skupiny dostanou k dispozici 200 tisíc na rozjezd projektu.

TIP: Můžete v Levných knihách nebo v papírnictví koupit falešné bankovky a dát je žákům do rukou. Zvýšíte jejich zaangażovanost.

Žáci si ve skupině rozdělí role - pracovní pozice, které by měly odpovídat jejich kompetencím. Své silné stránky a kompetence děti znají z prvního bloku Sebepoznání.

Vytvoří rozpočet projektu, počáteční investice, rozdělí si pracovní úkoly...



Na vymýšlení projektu dáme dětem cca 15 minut.

Cílem je vypracování pokud možno realistického a precizního plánu, který pak skupina představí ostatním.

Následuje prezentace projektů.

Ostatní, včetně pedagoga, mohou dát jednotlivým projektům zpětnou vazbu. Mohou také jednotlivé projekty zhodnotit a rozhodnout se, do kterého by jako potenciální investoři nebo partneři byli ochotní investovat další peníze.

## II.

Další fáze projektu začíná tímto zadáním: **Jeden člověk z každého týmu ze studijních důvodů nemůže v práci na projektu pokračovat a skupina musí najít zástupce, náhradu, zaměstnance, který bude dotyčného po určitou dobu zastupovat.**

Úkoly pro každý tým:

- sestavte profil ideálního zástupce, sestavte inzerát;
- vymyslete, kde budete takového člověka hledat, kde budete případně inzerovat;
- vymyslete, jak zjistíte, že uchazeč je ten pravý – jak vám své schopnosti a kompetence dokáže;

Můžete nejprve vést s žáky diskuzi o tom, co obsahují pracovní inzeráty (profil firmy a pracovní pozice, požadujeme, nabízíme), jaké jsou úspěšné a méně úspěšné cesty k nalezení nového pracovníka (známí, inzertní weby, agentury, ÚP atd.).

Každá skupina prezentuje výsledky své práce.

Následuje reflexe aktivity.



# Exkurze

NÁVŠTĚVA PRACOVIŠTĚ - VÝBĚR FIRMY, ORGANIZACE ZÁLEŽÍ NA ZÁJMU ŽÁKŮ A MOŽNOSTECH



POMŮCKY: pracovní list Exkurze, psací potřeby

ČASOVÁ DOTACE: 30 minut před + samotná exkurze + 30 minut po

## PŘED EXKURZÍ:

Samotné práci žáků s pracovním listem Exkurze by mělo předcházet seznámení žáků s **dovednostmi pro řízení vlastní kariéry**. Při tom vycházíme z jednoduchého pyramidového modelu těchto dovedností.



Předpokládáme, že žáci mají zpracované pracovní listy z části Sebepoznání - především Mapu silných stránek, Loď kompetencí a Jak se rozhodovali dospělí kolem mě. Pokud ne, je dobré věnovat části "PŘED" věnovat dost času.

## 1 Sebepoznání

Na pracovním listu Exkurze v části „PŘED“ vyplní žáci první část, která je zaměřená právě na sebepoznání. Dokončují věty „baví mě...“, „jsem jediný, kdo...“ a další, aby si uvědomili zejména své silné stránky.

## 2 Informace

V druhé části "PŘED" žáci sami nebo ve skupině zreflektují a zaškrtnou, co ještě by potřebovali vědět, aby se dokázali na exkurzi připravit. Projděte s žáky tyto odkazy a podpořte je k další samostatné činnosti dle oblastí jejich zájmu. Žáky s podobnými zájmy nasměrujte ke společné (domácí) práci.

## 3 Plánování a rozhodování

Třetí část "PŘED" je věnována přípravě konkrétních dotazů. Formulace otázek a volba témat pro exkurzi by měla být na žácích samotných. Neradíme, ale s respektem doprovázejme žáky k vlastním závěrům.

## 4 Sebe prezentace

Žáci by se neměli bát a stydět na exkurzi ptát a hovořit s pracovníky a odborníky daného pracoviště. Jako nácvik sebeprezentačních dovedností doporučujeme dát žákům prostor ke sdílení vlastních záznamů a postřehů z první části pracovního listu před spolužáky.

### **NA EXKURZI:**

Tato část pracovního listu je zaměřena na podnětnou a smysluplnou **interakci mezi žáky a pracovníky firmy.**

Podpořte žáky:

- Aby se na akci neostýchali zeptat na věci, které je zajímají.
- Aby byli aktivní a vstupovali do přínosné interakce se zaměstnanci.

Ideálně by si děti mohly odpovědi na své otázky a další poznámky zapisovat do prázdného místa v pracovním listu.

(Dohlédněte na to, aby všichni účastníci exkurze viděli a slyšeli, co jim pracovníci sdělují a ukazují.)

### **PO EXKURZI:**

Poslední část listu slouží k reflexi exkurze a k naplánování dalších kroků. Schopnost vyhodnocovat získané informace patří k dalším kariérovým kompetencím, které se budou žákům hodit.

Vyplňování pracovního listu by mohla předcházet vámi řízená diskuze o proběhlé akci:

Co se žákům na exkurzi líbilo, nelíbilo a proč?

Jak jim šlo kladení připravených otázek?

Co hodnotí jako vydařené, co nikoliv?

# Exkurze

PRACOVNÍ LIST PRO ŽÁKY

PŘED EXKURZÍ

1.

**KDO JSEM? CO UMÍM? CO CHCI? KAM SMĚŘUJI?**

Baví mě ....

Ve škole mi jde nejlépe ....

Mimo školu mi jde ...

Nejvíce mě chválí za...

Jsem jediný/á, kdo ...

Mezi moje úspěchy patří ...

Mým snem je ....

Zajímá mě obor...

2.

**JEŠTĚ POTŘEBUJI ZJISTIT:**

- O více informací o firmě, do které jdeme na exkurzi (web firmy)
- O více informací o povoláních (nsp.cz)
- O více informací o vývoji oborů (careers2030.cst.org)
- O více informací o trhu práce (web úřadu práce)

### 3. NEBOJ SE PTÁT NA VĚCI, KTERÉ TĚ ZAJÍMAJÍ.

Připrav si předem otázky z těchto oblastí:

Požadavky na zájemce o práci ve firmě

Možnost praxí, stáží, spolupráce se školami

Perspektiva oboru

Firemní kultura

Cokoli dalšího

### NA EXKURZI

Prostor pro odpovědi a tvoje poznámky, co jsi zjistil/a, co tě zaujalo:





## PO EXKURZI

Co jsi zjistil/a, co dál...

Nejvíce mě zaujala profese:  
Co mě na ní zaujalo?

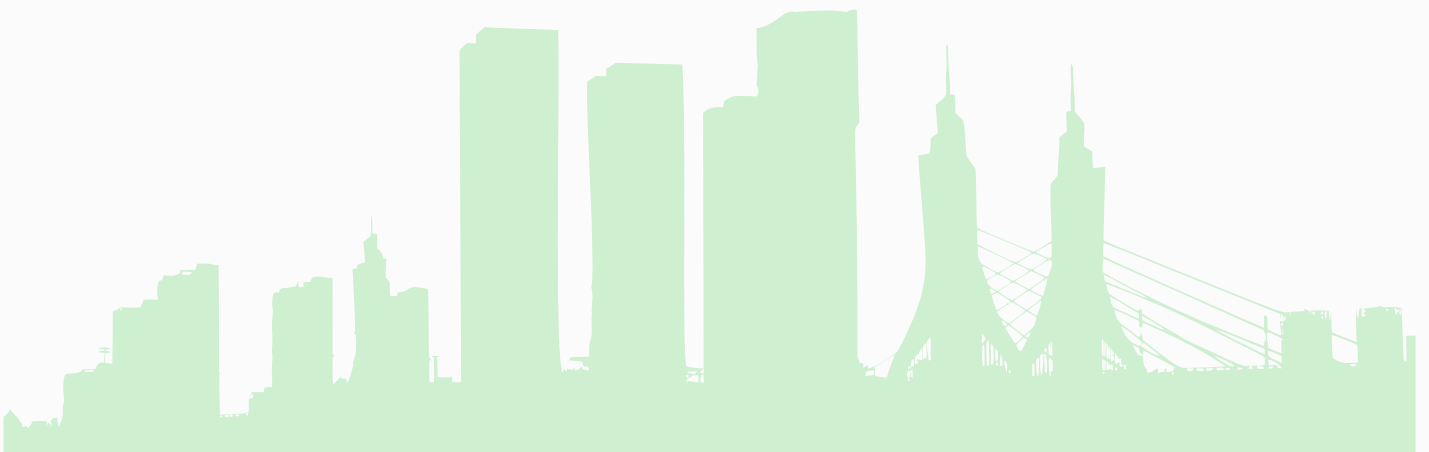
Co se mi na exkurzi líbilo?  
Z jakého důvodu?

Jak se mi líbilo pracovní prostředí?  
V jakém prostředí bych rád/a pracoval/a já?

Co se mi nelíbilo?  
Z jakého důvodu?

Co mi tato exkurze přinesla?  
Kam bych se chtěl/a ještě podívat?

Jak celou akci hodnotím?



# Beseda s profesionálem

NÁVŠTĚVA EXTERNÍHO ODBORNÍKA - VÝBĚR OBORU  
ZÁLEŽÍ NA ZÁJMU ŽÁKŮ A VAŠICH MOŽNOSTECH



POMŮCKY: papíry, psací potřeby

ČASOVÁ DOTACE: 20 minut před + beseda + 20 minut po

## PŘÍPRAVA NA BESEDU:

Děti si ze svého portfolia zopakují své silné stránky a na ně navazující kompetence, které si pojmenovaly v části věnované sebepoznání.

Před samotnou návštěvou je dobré diskutovat a psát si témata či rovnou otázky, na které by se žáci rádi zeptali.

Návštěva profesionála (s hendicapem) z oboru obvykle následuje po exkurzi, díky níž se žáci dostanou do autentického kontaktu s pracovním prostředím, a v rámci její reflexe už na leckteré otázky mohou přijít.

Jednou z variant je také najít průnik u opakujících se témat a na nich se dohodnout jako na otázkách, které budou během besedy položeny. Dle potřeby a aktivity dětí je pak možné zahrnout například tyto:

- Jak vypadá váš běžný pracovní den?
- Co pro vás bylo největší překážkou v přípravě na vaše povolání?
- Co se naopak ukázalo jako snadné, byť nejprve obávané?
- Jaké své silné stránky považujete za klíčové v procesu přípravy na povolání?
- Jaké kompetence jsou ve vašem povolání nejdůležitější?

Dle individuálního zájmu se pak mohou ptát např.:

- Jak rozvíjíte své komunikační dovednosti (možné upravit dle kompetence, která děti zajímá)?
- Co se vám osvědčuje při plánování dne (aplikace, diář, jiná pomůcka...)?
- Co byste poradil/a zájemcům s podobným hendikepem, kteří by se rádi realizovali v profesi jako vy (nebo obecně)?
- Vidíte v dnešní době něco, v čem jsou podmínky pro uplatnění v oboru s hendikepem lepší či naopak horší?

## **PO BESEDĚ:**

Přínosné je seřadit si výstupy (odpovědi na otázky, které mě nejvíce zaujaly) a přidat si je ke svému portfoliu. Například ve formě poznámek na papíru nebo elektronicky (jako příloha, soubor, kam si výstupy připišu apod.).

Některé odpovědi mohou být takto individualizované a tím sloužit jako impulzy k vytváření vlastního akčního plánu pro další sebevzdělávání a rozvíjení klíčových kompetencí.

Tuto fázi lze též dělat skupinově – buď ještě po besedě, nebo se k ní vrátit. (Více zmocňující je, když si žáci své výstupy nechají a jsou vedeni k zodpovědnosti za jejich donesení, případně zpracování, ale je možné je od žáků vybrat pro práci v další hodině.)

**Samotná beseda zabere max. 45 min.**





# Profese budoucnosti

AKTIVITA VEDOUcí K UVĚDOMOVÁNÍ SI  
NEPŘETRŽITÉHO VÝVOJE A ZMĚN TRHU PRÁCE



**POMŮCKY:** počítače s přístupem na internet, papíry, psací potřeby  
**ČASOVÁ DOTACE:** 45 minut

Nové profese vznikají jako reakce na potřeby, které přináší nejen technologický pokrok, ale i společenská poptávka po různém zjednodušování, urychlování, lidské potřebě blízkosti, bezpečí i využití našeho tvůrčího potenciálu.

**1.** Máte-li k dispozici počítače, tablety nebo mobilní telefony s připojením na internet, dejte žákům následující dva odkazy na články, ať si jeden z nich vyberou a přečtou. Nemáte-li, můžete jim přečtení článku zadat jako domácí úkol před touto hodinou.

1. Kartáčník a svačínář? 15 povolání, která v Česku zanikla  
(článek na [finmag.penize.cz](http://finmag.penize.cz))
2. Které profese se vytratí? A které naopak nově vznikají?  
(článek na [www.businessinfo.cz/clanky](http://www.businessinfo.cz/clanky))

Po přečtení dětem dejte následující úkol:

"Zkuste porovnat současnou situaci s dobou před deseti lety a vypište profese, o kterých si myslíte, že v té době ještě neexistovaly. Jaké vlivy podle vás mohly přispět k jejich vzniku?"

**2.** 65% povolání, které budou vykonávat vaši žáci, dosud neexistují. Velké změny přináší éra digitalizace, robotizace a celkové automatizace. Pojdte s dětmi přemýšlet o povoláních budoucnosti. Vedme je k uvědomění si toho, že bez zvyšování kvalifikace a ochoty učit se novým věcem se lidé na trhu práce „nechytnou“. Změna profese bude normální.



Zde jsou 3 tipy, ale můžete poskytnout žákům i jiné zdroje:

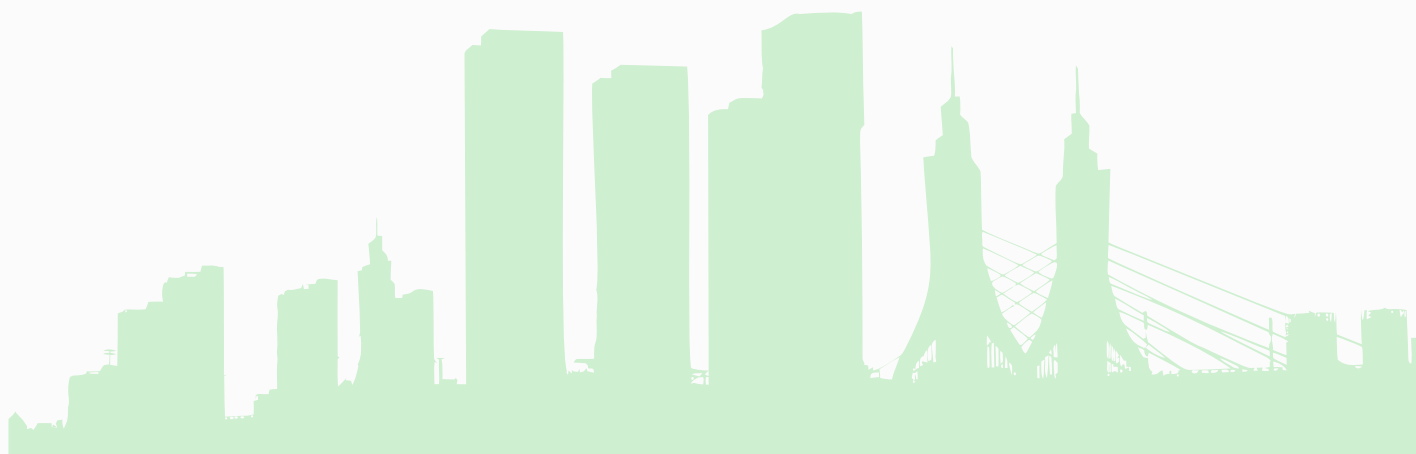
- 8 profesí budoucnosti aneb co bychom mohli dělat v roce 2030 ([www.forbes.cz](http://www.forbes.cz))
- Inovativní povolání budoucnosti: Práci v nich najde více než 50 % dnešních dětí ([www.elektrina.cz](http://www.elektrina.cz))
- A co vlastně děláš? Nové profese naráží na údiv i nepochopení, bude jich ale přibývat ([zpravy.aktualne.cz/ekonomika](http://zpravy.aktualne.cz/ekonomika))

Po přečtení některého článku o budoucnosti profesí je zadání pro žáky následující:

"Zkuste si vymyslet povolání sobě na míru. Takové, které by ideálně odpovídalo vašim kompetencím, schopnostem, dovednostem, vlastnostem a představám.

**Zkuste ho pojmenovat a stručně definovat."**

(Další variantou může být: "Zkuste ho nakreslit.")



Tyto pracovní listy vznikly v rámci projektu  
Vzděláním k úspěchu bez bariér  
[bezbarier.zcu.cz](http://bezbarier.zcu.cz)

Číslo projektu:  
CZ.02.3.62/0.0/0.0/16\_037/0003942



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

**MŠMT**  
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

