

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Portfolio profesního rozvoje – Petra Trojanová
Portfolio of professional development – Petra Trojanová

Petra Trojanová

Vedoucí závěrečné práce: PhDr. Michal Zvírotsky, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

2020

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Portfolio profesního rozvoje – Petra Trojanová potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 29. 4. 2020

Ráda bych touto cestou vyjádřila poděkování
PhDr. Michalu Zvírotskému, Ph.D za jeho cenné rady
a trpělivost při vedení mé závěrečné práce.

ABSTRAKT

Obsahem Portfolia profesního rozvoje Petry Trojanové je 10 povinných kapitol, které se věnují otázce osobnosti a práce učitele na střední škole. Portfolio přibližuje profesní rozvoj a sebereflexi pisatelky v průběhu studia bakalářského programu Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy. Jedna z částí práce je věnovaná případové studii vybrané školy se zaměřením na výuku odborného výcviku v oboru kosmetické služby. Autorka také pomocí profesiogramu mapuje jednotlivé pracovní činnosti učitele a jejich rozvržení v průběhu jednoho měsíce u vybraného učitele na střední škole. Teoretické poznatky jsou čerpány z oborů pedagogiky, sociologie a psychologie.

KLÍČOVÁ SLOVA

učitel, žáci, syndrom vyhoření, profesiografický rozbor učitele, případová studie, odborný výcvik

ABSTRACT

The content of the professional development portfolio of Petra Trojanová includes 10 obligatory chapters, dealing with questions about personality and work of a high school teacher. The portfolio brings a look at professional development and self-reflection of writer during her Bachelor's program of Teacher Training in Vocational Education and Training at Faculty of Education, Charles University. One part of the portfolio is devoted to a case study of one selected school focused on teaching vocational training in the field of cosmetic services. The author also maps teacher's individual work activities and their schedule over a month using analysis of professional development of a particular high school teacher. Theoretical knowledge is gathered from the fields of pedagogy, sociology and psychology.

KEYWORDS

teacher, pupils, burnout syndrome, case study, professional development, individual work activities

OBSAH

1	PŘEDMLUVA.....	6
2	PROFESNÍ STRUKTUROVANÝ ŽIVOTOPIS.....	7
3	ESEJ – SYNDROM VYHOŘENÍ U UČITELE.....	10
4	KONSPEKT KNIHY.....	17
4.1	Argumentace výběru knihy.....	17
4.2	Konspekt knihy.....	18
5	PŘÍPADOVÁ STUDIE ŠKOLY.....	22
5.1	Střední škola – Centrum odborné přípravy technickohospodářské.....	22
5.2	Odborné praktické vzdělávání v oboru kosmetické služby 69–41–L/01....	25
5.3	Organizace odborného výcviku	28
5.4	Etapy odborného výcviku.....	33
5.5	Závěr.....	40
6	PROFESIOGRAFICKÝ ROZBOR PEDAGOGICKÉHO PRACOVNÍKA.....	41
6.1	Popis profese učitele.....	41
6.2	Profesiograf činností učitele.....	46
6.3	Závěr.....	52
7	PÍSEMNÁ PŘÍPRAVA NA PŘÍMOU PEDAGOGICKOU ČINNOST.....	53
8	SEZNAM PROSTUDOVANÉ LITERATURY.....	57
9	ZÁVĚREČNÁ ÚVAHA O STUDIU.....	59
10	SEZNAM PŘÍLOH.....	61

1 PŘEDMLUVA

Rostoucí nároky na vzdělávání a kvalitu pedagogických pracovníků jako i změna legislativy v ČR mne motivovaly k současnému studiu na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze v bakalářském programu Specializace v pedagogice – Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku. Po náročném rozhodování jsem se rozhodla pro vypracování alternativní bakalářské práce "Portfolio profesního rozvoje". Tento typ práce je jednou z možností při výběru závěrečné práce. Práce je jasně strukturovaná a každá jednotlivá kapitola má svůj konkrétně stanovený cíl. Při zpracovávání jednotlivých kapitol jsem využívala nejen své studiem získané teoretické znalosti, ale i zkušenosti z praxe. Tato netradiční forma bakalářské práce mne zaujala také možnostmi určité sebereflexe mých dosavadních vědomostí a pracovních zkušeností.

Jako kosmetička školitelka pracuji 17 let. V průběhu těchto let jsem vystřídala několik kosmetických salonů a podstoupila velké množství školení od různých kosmetických značek a firem distribuujících kosmetické přípravky a přístroje. Školení se zaměřovala na péči o pokožku, na speciální rituály pro uvolnění těla i mysli, ale i na školení zaměřená na zlepšení zevnějšku klientů, tzn. barevnou typologii a vizážistiku a mnoho dalšího. Školení jsem absolvovala v České republice, ale i v zahraničí jako například v Itálii, Francii a Holandsku. Tyto zkušenosti mě také motivovaly k rozvoji sebevzdělávání. Své pedagogické zkušenosti jsem získala při vyučování žáků na Středním odborném učilišti služeb, Novovysočanská 5 v Praze 9, kam jsem nastoupila ihned po ukončení středoškolského studia. V průběhu svého působení na této škole jsem zjistila, jak vysoké požadavky jsou kladeny na pedagogické pracovníky. Kolegové kteří měli odvahu přijmout učitelství jako pomáhající profesi se svými klady i zápory, uměli vytvořit podmínky pro vzdělávací proces. Měli chuť se neustále vzdělávat a navíc jim nebyla cizí přirozená autorita a láska k oboru i žákům, a proto mi byli inspirací i vzorem v mém pedagogickém profesním rozvoji.

2 PROFESNÍ STRUKTUROVANÝ ŽIVOTOPIS

Jméno a příjmení: Petra Trojanová

Datum narození: [REDACTED]

Adresa: [REDACTED]

Tel. č.: [REDACTED]

E-mail: [REDACTED]

Vzdělání:

- 2015 – nyní** **Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy v Praze**
Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1
Bakalářský studijní program: Specializace v pedagogice –
Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku
- 2007 – 2008** **Univerzita Hradec Králové – pedagogická fakulta**
Rokitanského 62, 500 03 Hradec Králové III
Obor/specializace : **učitel odborného výcviku a učitel praktického
vyučování** (program celoživotního vzdělávání)
- 2000 – 2002** **SOŠ uměleckořemeslná s.r.o**
Podkovářská 797/4, 190 00 Praha 9 - Vysočany
Obor/specializace: **vlásenkář, maskér** 82-51-H/011
- 1998 – 2000** **SOŠ a SOU obchodu a služeb s.r.o**
Schullhofova 844, 149 00 Praha 4 - Háje
Obor/specializace: **podnikání v oboru** 64-41-L/521(64-96-4/00)
(Nástavbové studium)
- 1995 – 1998** **SOŠ a SOU obchodu a služeb s.r.o**
Schullhofova 844, 149 00 Praha 4 – Háje
Obor/specializace: **kosmetička** 64-46-2

Pracovní zkušenosti:

2002 – dosud

[REDACTED]

[REDACTED]

Pracovní pozice: **Hlavní kosmetička**

2004 – dosud

[REDACTED]

Pracovní pozice: **Lektorka italské spa kosmetiky pro ČR a SR**

2000 – 2015

[REDACTED]

Pracovní pozice: **Učitel odborných předmětů (kosmetika a estetika)**

Certifikáty a kurzy:

2002-2018

COMFORT ZONE, Via Ravasini 9/a, 43100, Parma, Italy

Pravidelná školení v oboru: **Education zone - Certificate Book***

Zakončeno získáním titulu **AMBASADOR COMFORT ZONE** pro ČR a SR

*Jednotlivé certifikáty jsou přílohou tohoto CV

2004

EST – OUEST CONSEILS Praha, Senovážné náměstí 23, Praha 1

Proškolení kosmetickou značkou **Darphen**

2003

Diva Center, 28 října, Praha 1

Proškolení kosmetickou značkou **Decleor**

2000

Beauty center Praha, Thámová 4, Praha 8

Vizážistika a barevná typologie

Jazykové dovednosti:

Anglický jazyk – Začátečník

Německý jazyk – Začátečník

PC dovednosti:

Internet (e.mail, www), MS Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Ostatní dovednosti:

Dobré prezentační dovednosti (pravidelná prezentace na přednáškách, školeních a tiskových konferencích)

Řidičské oprávnění skupina B

Vlastnosti a zájmy:

Flexibilita, komunikativnost, organizační schopnosti, příjemné vystupování, psychická odolnost, dobrý zdravotní stav

Dne:.....

Podpis.....

3 ESEJ - SYNDROM VYHOŘENÍ U UČITELE

„Pokud zapálíte oba konce svíčky, získáte tím více světla. Svíčka však zároveň rychleji vyhoří.“¹

[Rush Myron D.]

Syndrom vyhoření je v dnešní době často skloňované téma. Nejvíce ohroženou skupinou jsou lidé, kteří pracují v profesích spojených s prací s druhými lidmi (především tzv. pomáhající profese), kam profese učitele bezesporu patří. Práce učitele je velmi náročná, jsou při ní kladeny vysoké nároky, vyžadována preciznost a plné pracovní nasazení. Již tak vysoké nároky ještě zvyšuje dnešní doba, která přináší mnoho změn s neustálou modernizací a transformací školství. Díky tomu se v učitelském povolání objevuje vysoká míra stresu, a tím také vysoké riziko vzniku syndromu vyhoření. Bohužel mnoho učitelů není dostatečně seznámeno s možnostmi, jak tomuto syndromu předcházet, a co syndrom vyhoření vlastně znamená. Průcha hovoří o pracovní zátěži učitelů jako o „komplexu specifických činitelů.“² Jde zejména o činitele zahrnující psychické, fyzické, sociální, časové a další nároky a požadavky kladené na učitele v procesu výkonu povolání nebo v souvislosti s ním. Vlastní příčiny stresu u učitelů a následného syndromu vyhoření jsou dle Švingalové „mnohotvárné a dají se rozlišit z mnoha různých hledisek. Některé výzkumy ukazují, že hlavním stresorem je pracovní přetížení učitelů, dále jsou to problémy na straně managementu školy a teprve na třetím místě jsou to problémy, které vyplývají z kontaktu se žáky.“³ Školství je tedy oblast, kde se vyskytuje syndrom vyhoření ve vyšší míře. A to zejména u pedagogů základních, středních a učňovských škol. Více mu podléhají i učitelky speciální pedagogiky, které pracují s dementními školáky a psychiatricky postiženými dětmi. Jak uvádí Křivohlavý příznaky syndromu vyhoření se častěji objevily také u učitelek, které patřily mezi nejlepší na pedagogických fakultách. Chtěly žáky učit, ale setkaly se s malým zájmem, nízkou kázní a s nedostatkem prostředků pro podporu kázně. Přidaly se špatné vztahy v učitelském kolektivu, nesmyslné požadavky ze strany vedení a nakonec i problémy v rodině.⁴ Ve své osobní praxi jsem vnímala

1 RUSH, Myron D. *Syndrom vyhoření*. Praha: Návrat domů, 2003. Moudrost do kapsy. ISBN 80-7255-074-8.

2 PRŮCHA, Jan, ed. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-546-2

3 ŠVINGALOVÁ, Dana. *Stres a "vyhoření" u profesionálů pracujících s lidmi*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2006. ISBN 80-7372-105-8.

4 KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada, 1998. Psychologie pro každého. ISBN 80-7169-551-3.

nedostatek nástrojů či variant řešení, když náplň povolání učitele ohrozila na psychickém či fyzickém zdraví. Tato osobní zkušenost mne přivedla k volbě tématu syndromu vyhoření.

Co vlastně je syndrom vyhoření? Jaké jsou rizikové faktory které ovlivňují a působí na jeho vznik? Jak probíhají jednotlivé fáze syndromu vyhoření a jaké jsou možnosti jeho prevence nejen u učitelů? To jsou otázky, které jsem si kladla. Se syndromem vyhoření (burnout syndrom) je spojeno mnoho definic. Následující definice je jednou z nich: „*Syndrom vyhoření je psychosomatické onemocnění, při kterém dochází k fyzickému, psychickému (mentálnímu) a emocionálnímu (citovému) vyčerpání organismu. Pokud jde o patofyziologické mechanismy, je zcela jednoznačné, že je projevem dlouhotrvajícího a nadměrného stresu.*“⁵ Termín burnout byl nejprve užíván u lidí alkoholiků, kteří ztratili zájem o vše. Poté se tento termín používal i pro toxikomany a dále i pro lidi, kteří své práci zcela „propadli“. Problému burnout se věnovalo mnoho psychologů. Poprvé se tento pojem v psychologii objevil v sedmdesátých letech 20. století, kdy ho použil a pojmenoval Hendrich Freudenberger. S jevem celkového vyčerpání se ale setkáváme napříč historií lidstva např. Již v Bibli v příběhu proroka Eliáše, který utíká před krvežíznivou královnou Jezabel do pouště, kde padá vyčerpáním a přeje si smrt. Nalezneme ho také ve starém Řecku v pověsti o Sisyfovi a jeho nekonečné práci nebo v příběhu britského badatele admirála Byrda, který se chtěl jako první člověk dostat k jižnímu pólu. Po dosažení cíle však zjistil, že ho předběhla norská skupina. Po tomto zklamání, totálním vyčerpání a zoufalém nedostatku zásob na zpáteční cestě členové skupiny dobrovolně ukončili své životy.

Za hlavní příčinu syndromu vyhoření je považován nadměrný, dlouhotrvající stres, únava a vyčerpanost. Stres a dlouhodobá disbalance mezi zátěží a fází klidu, tedy mezi aktivitou a odpočinkem, vede k frustraci, člověk pociťuje ztrátu energie a sil. Dle Venglářové jsou k pracovnímu vyčerpání náchylnější jedinci s určitými povahovými rysy. Mezi tyto společné jmenovatele řadí pevnou vůli, oddanost, perfekcionismus, workholismus, přecitlivělost, přehnanou empatičnost, snížené sebevědomí, značnou cílevědomost, nadměrnou zodpovědnost, sklony k soběstačnosti, zvýšenou soutěživost,

5 VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Sestry v nouzi: syndrom vyhoření, mobbing, bossing*. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3174-2.

pocit úspěchu a uznání (jako životní priorita) a častý odpor k pravidlům.⁶ Mohli bychom také říci, že se jedná o takzvané vnitřní činitele. Mezi činitele ovlivňující vznik syndromu vyhoření patří ale i činitele vnější. Zejména zda si lidé na pracovišti vyjadřují úctu jak v mluveném projevu, tak i v chování. Jak uvádí Křivohlavý „*míra evalvace a devalvace v sociální komunikaci na daném pracovišti*“ ovlivňuje psychické vyčerpání člověka.⁷

Projevy syndromu vyhoření se vyznačují změnou chování jedince. V počáteční fázi mohou být projevy velmi nenápadné, pomalu a pozvolně se rozvíjející. Jedinec začne pochybovat o svých pracovních kvalitách. Nemá pocit uspokojení z výsledku odvedené práce. Může se dostavit subjektivní pocit, že úkoly již nezvládá jako dříve. Jedinec začne být podrážděný, vznětlivý a má pocit, že mu práce narůstá pod rukama. Příznaky lze rozdělit na dvě skupiny – subjektivní příznaky a objektivní příznaky. Mezi subjektivní příznaky řadí Křivohlavý mimořádně velkou únavu, snížené sebecenění a sebehodnocení vyplývající z pocitů snížené profesionální kompetence, špatné soustředění pozornosti, snadné podráždění a negativismus. Mezi objektivní pak řadu měsíců trvající sníženou výkonnost.⁸ Jedinec si sám často neuvědomí a nepřizná, že trpí těmito příznaky. Je zajímavé, že charakteristické projevy syndromu vyhoření se u učitelů objevují nejen na základě dlouhotrvajícího stresu a vyčerpání, ale mohou se objevit i na počátku jeho profesního rozvoje. Projevy jsou zpočátku nepatrné a plíživé. Rychlost vyhoření je u každého jedince jiná a jednotlivé fáze nemusí vždy následovat za sebou a nemusí se projevit všechny. Jak uvádí Radkin Honzák „*Nemůžeme – li tedy v prevenci stanovit časový interval, který by upozorňoval na aktuální přítomnost rizika, můžeme využít zkušeností, jež do jakéhosi vývojového cyklu začali skládat již od osmdesátých let minulého století Herbrt Freudenberger a Gail North.*“⁹ Poukazovali na cyklus dvanácti kritických fází, kam zařadili nutkavou snahu o sebeprosazení s nepřiměřenými ambicemi, zvýšení pracovního nasazení – nastavení si laťky příliš vysoko, snahu o získání statutu nenahraditelnosti. Postižený jedinec přehlíží potřeby druhých, opomíjí rodinu, spánek, jídlo a přátele. Zdají se mu nepotřební a nezajímaví. V jedné z dalších fází se začnou projevovat první tělesné příznaky nadměrného stresu, vnitřní krize i pocit ohrožení. Začíná

6 VENGLÁŘOVÁ, Martina, ref. 5

7 KŘIVOHLAVÝ, Jaro, ref. 4

8 KŘIVOHLAVÝ, Jaro, ref. 4,

9 HONZÁK, Radkin. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. Praha: Vyšehrad, 2013. , ISBN 978-80-7429- 331-3.

si uvědomovat, že je něco v nepořádku. Reviduje a posouvá hodnoty, popírá své základní potřeby, práce pohlcuje veškerou jeho energii, nastává emoční otupění. Popírání vznikajících problémů vede k prohlubující se sociální izolaci, agresivitě a sarkazmu. Přidává se netolerance ostatních a pocit časové tísně. Sociální izolaci provází často potřeba hledat úlevu v alkoholu, lécích a pod. Mohou se objevit pocity beznaděje a ztráty smyslu vlastního snažení. Zcela jasně patrných změn chování si všimají lidé v okolí. Jedinec přestává vnímat sám sebe. Vnímá pouze přítomnost a nutnost konání mechanicky zvládnout povinnosti dne. Citovou vyprahlost se snaží dohnat přehnanými aktivitami (alkohol, jídlo, sex...). Postižený se cítí vyčerpaný, ztrácí smysl života, nevidí pro sebe žádnou budoucnost, je depresivní. Syndrom vyhoření jako poslední fáze pak znamená celkový psychický i tělesný kolaps. Hrozí i sebevražedné tendence.

Pro specifickou učitelskou profesi mi přišlo zajímavé rozdělení průběhu syndromu vyhoření do pěti fází podle Henniga a Kellera. Dalo by se říci, že na začátku kariéry je každý jedinec plný nadšení a očekávání, jak své vzdělání v praxi zúročí a jaké změny za jeho přítomnosti v práci nastanou. Obecně každý mladý člověk je plný nadějí, energie a nových myšlenek. Také nový pracovník se ve svém podvědomí domnívá, že práce je smyslem jeho života a nic jiného ke svému naplnění nepotřebuje. Nadšení, které bylo na začátku, postupně odchází a nastává stahování se do ústraní, do sebe. V této fázi stagnace již jedinec nemá potřebu pracovat ze všech sil, ale začíná si uvědomovat i jiné životní priority jako je rodina, přátelé, hmotné věci a volný čas. Musí postupně slevit z očekávání, idealizmu a nadějí, které ho provázely ve fázi stadia nadšení. Pokud tak neučiní, dostaví se frustrace, kdy dochází k úbytku tělesné energie a osobních zájmů. Jedinec si klade otázky, jaký smysl jeho práce má, když nenastávají očekávané pokroky. Vykonává pouze svou pracovní náplň, ale navíc neudělá nic. Chodí rutinně do práce, nemá potřebu seberealizace. Pokud ani zde nedojde ke změně nastaveného systému, objevuje se fáze apatie. Typickým příznakem je psychická vyčerpanost, která se časem prohlubuje. Dostavují se psychické, sociální i tělesné obtíže, které přetrvávají, i když se jedinec snaží o regeneraci sil. Zde už je jen krok k úplnému vyčerpání. Až v poslední fázi lze říci, že člověk spálí sám sebe jako bájný pták Fénix.¹⁰

10 HENNIG, Claudius a Gustav KELLER. *Antistresový program pro učitele: projevy, příčiny a způsoby překonání stresu z povolání*. Praha: Portál, 1996. Pedagogická praxe., ISBN 80-7178-093-6.

Postižený jedinec se ale může uzdravit – vstát jako Fénix z vlastního popela. K uzdravení je potřeba uvědomění si a přiznání stavu vyhoření, znovunalezení smyslu života, vytýčení si skutečných životních hodnot a stanovení si vlastních cenných priorit jak v osobním, tak i v profesním životě. Plně rozvinutý syndrom vyhoření často vyžaduje pomoc psychoterapeuta či psychiatra. Je důležité vědět, že ač se zdá daná situace nepřekonatelná, vždy nastane zlepšení. Je dobré hledat a nalézat řešení, použít je, a pokud se řešení ukáže jako nevhodné, hledat jiné, naučit se požádat o pomoc a umět ji přijmout.

Neměli bychom však také zapomínat na prevenci. Do preventivních opatření patří nejen ty, které vedou k odvrácení samotného propuknutí syndromu vyhoření, ale také ty, které zabrání opakované recidivě. Prevence je spíše trvalý a dlouhodobý proces. Neexistuje jedno správné řešení. Radíme sem např. psychohygienu, relaxaci, pohybové aktivity, supervizi a další. Švingalová doporučuje *„Najít si v práci optimální stupeň osobní angažovanosti ve vztahu ke klientům, pacientům, žákům, rodičům.... Dodržovat pestrý režim práce. V rámci pracovního dne dělat přestávky a využít je k regeneraci sil. Důsledně oddělovat pracovní život od osobního. Naučit se zavřít své pracovní starosti za dveřmi kanceláře stejně jako nepřinášet s sebou své osobní starosti do zaměstnání. Pracovní neúspěchy je třeba negeneralizovat, hodnotit je v širším kontextu a především z hlediska snahy. Pokud byla vynaložená snaha přiměřená, není třeba prožívat neúspěch jako tragédii. Dbát o dobré sociální zázemí, vážit si sociální podpory. Mít realistické nároky na sebe. Připustit svoji nedokonalost. Stanovit si priority. Být dostatečně asertivní. Umět delegovat úkoly na jiné. Umět požádat o pomoc. Nepotlačovat svoje pocity, mluvit o nich, vyjadřovat je, svěřit se.“¹¹*

Henning a Keller nabízejí učitelům jako prevenci stresu a syndromu vyhoření snížit příliš vysoké ideály, nepropadat syndromu pomocníka, naučit se říkat NE, stanovit si priority, plánovat, zařazovat mezi práci přestávky, vyjadřovat otevřeně, ale citlivě své pocity, hledat emocionální i věcnou podporu. Prevenci vidí také ve vyvarování se negativního myšlení, nezabředávání do sebelítosti, snaze předcházet výukovým problémům a zachování rozvahy v kritických okamžicích vyučování. V neposlední řadě doporučují konstruktivně analyzovat své chování, doplňovat energii, vyhledávat věcné výzvy, využívat nabízenou pomoc a žít zdravě.¹²

11 ŠVINGALOVÁ, Dana, ref. 3

12 HENNIG, Claudius a Gustav KELLER, ref. 11

V souvislosti s uvedenými doporučeními k předcházení syndromu vyhoření bychom neměli opomenout ani relaxaci. Je důležitá pro každého člověka a každý jedinec má svůj vlastní způsob, jak si odpočinout v podobě sportu, četby knih, poslechem hudby nebo jiného hobby. Mezi známé relaxační techniky patří i autogenní trénink, jehož autorem je německý lékař J. H. Schultz. Jedná se o jednu z nejrozšířenějších evropských tréninkových metod založených na relaxaci. Navozuje zpomalení a pravidelnost dýchání, redukuje spotřebu kyslíku, snižuje frekvenci srdeční činnosti, zvyšuje odpor kůže, snižuje napětí kosterního svalstva, navozuje změny alfa vln v mozku a změny tělesné teploty na periférii, čímž účinně odbourává stavy napětí a úzkosti.¹³ Ideální je relaxaci kombinovat s pohybovou aktivitou. Ta před relaxací vytváří vhodné podmínky tím, že mírní negativní emoce. Pravidelná tělesná aktivita pak dle Švingalové působí sama jako prevence stresu, pomáhá při spalování škodlivých stresových látek, odbourává negativní emoce, fyzické i psychické napětí, podporuje produkci hormonů – tzv. endorfinů (dochází k pocitu pohody, klidu, vyrovnanosti), redukuje nadváhu, má pozitivní vliv na hladinu cholesterolu v krvi, ovlivňuje krevní tlak, posiluje činnost srdce a oběhu, zvyšuje odolnost organismu, posiluje imunitu, prohlubuje dýchání.¹⁴

Profesionální pomoci a prevencí syndromu vyhoření je supervize. V oblasti školství začíná být aktuálním trendem, který pomáhá zkvalitňovat celý školský systém. Respektuje důraz kladený na zvyšování kvality práce učitelů. Supervize může být nápomocná v mnoha rovinách – zlepšení školního klimatu, zvyšování kvality práce jedince, podpora v osobním i kariéřním růstu, možnost reflexe i prevence důsledků stresu. Naopak nedostatek supervize může přispívat k pocitům opotřebovanosti a stagnace, které přispívají k syndromu vyhoření. Právě supervize může „pomoci tento proces zastavit přetnutím bludného kruhu tvořeného pocití vyčerpání, jež vedou úpadku standardů práce, z čehož vznikají pocití viny a vlastní neschopnosti, což pak vede k dalšímu poklesu standardů.“¹⁵ Hlavními kategoriemi supervize, a to nejen ve školství, jsou výuková, výcviková, řídicí a poradenská. Forma supervize by měla reflektovat potřeby jak supervidovaného, tak i cíle dané organizace. Supervize oprávněně patří k preventivním

13 VÍCHOVÁ, Veronika. *Autogenní trénink a autogenní terapie: relaxace, která pomáhá*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0999-7.

14 ŠVINGALOVÁ, Dana, ref. 3

15 HAWKINS, Peter a Robin SHOHET. *Supervize v pomáhajících profesích*. Vydání druhé. Přeložil Helena HARTLOVÁ. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0987-4.

přístupům syndromu vyhoření. Díky tomu, že vytváří bezpečné učící se prostředí, měla by provázet učitele po celou dobu jeho profesní dráhy.¹⁶

Jak už jsem uvedla na začátku, profese učitele je náročná v mnoha ohledech. Vzhledem k pracovní zátěži, nedostatečné společenské prestiži i dlouhodobě nízkému finančnímu ohodnocení je reálné riziko zvyšování počtu učitelů postižených syndromem vyhoření. V současnosti se podle diagnostických statistik počet učitelů postižených tímto syndromem pohybuje okolo 15–20 %. To je v přepočtu každý pátý. Účinnou strategií pro snižování tohoto čísla se jeví zvyšování povědomí o syndromu vyhoření (o jeho příznacích, projevech a možnostech řešení) mezi učiteli. Současně také rozšíření nabídky prevence a pomoci, mezi kterými má nezastupitelné místo profesionální systematická supervize. Pozitivním faktem zůstává, že syndrom vyhoření, lze zvládnout. A pokud ho člověk zvládne, může říct, že udělal krok k novému začátku.

16 HAWKINS, Peter a Robin SHOHET, ref. 16

4 KONSPEKT KNIHY

4.1 Argumentace výběru knihy

Kniha *Vyučovat nebo naučit?* italského pedagoga Francesca Tonucciho (*1940) který je stoupencem alternativního pedagogického hnutí, tzv. pedagogické kooperace (MCE - Movimento di Cooperazione Educativa), jež vychází z Freinetovy „moderní školy“, mne oslovila svojí koncepcí nového modelu učení. Jak autor sám už v názvu napovídá, zpochybňuje v knize přímý vztah mezi vyučováním a učením vycházející z tradičního modelu. K tomuto modelu nabízí model konstruktivní školy, kde žák sám „konstruuje“



vlastní poznání, to podle svých individuálních zkušeností ze svého sociálního prostředí. Učitel zde není garantem pravdy, ale garantem metody. Představené projekty ve druhé části knihy poukazují dle mého na sílu motivace a vlastního prožitku při učení. Dotýká se zde také důležitosti přípravy učitele na své povolání. Autor sám působil jako učitel krátce, později se věnoval výzkumné činnosti a dalšímu vzdělávání učitelů v Pedagogicko-psychologickém oddělení Psychologického ústavu Národního střediska výzkumů (CNR – Consiglio Nazionale delle Ricerche). Zaměřuje se zejména na ekologickou výchovu a didaktiku přírodních věd především na prvním stupni základních škol a iniciuje postupy vědeckého myšlení v přírodních vědách. Doporučuje využívání všech vyjadřovacích prostředků, zapojení učitelů do badatelské práce a zdůrazňuje spolupráci založenou na diskuzi o poznacích, hodnotách a postojích. Pod pseudonymem Frato se věnuje karikaturám a ilustracím, které jsou často ze školního prostředí. K jeho dalším publikacím patří například *Alternativní škola*, *Očima dítěte*, *Všichni jsme se narodili dětmi*, *Město dětem* a další.

4.2 Konspekt knihy

Název titulu:	Vyučovat nebo naučit?
Autor:	Francesco Tonucci, z italského originálu přeložil Stanislav Štěch
Vydáno:	1992
Místo:	Praha
Nakladatelství:	Středisko vědeckých informací Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, 1991
Počet stran:	65
ISBN:	ISBN 80-238-4203-X
Bibliografická citace:	TONUCCI, Francesco. <i>Vyučovat nebo naučit?</i> . Přeložil Stanislav ŠTECH. Praha: Středisko vědeckých informací Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, 1991, 65 s. Informační bulletin. Supplementum. ISBN 80-238-4203-X
Klíčová slova:	škola, učitel, žák, projekt

V knize *Vyučovat nebo naučit?* se Tonucci zabývá krizí školy jako instituce na konci minulého století. Domnívá se, že italská školní praxe i příprava učitelů jsou na nejnižší úrovni v Evropě a současně navrhuje řešení spočívající v integrovaném pedagogickém projektu, jenž zapojuje školu do lokálního prostředí. Příčinou krize školy jako instituce je dle autora transmisivní přístup spočívající v pouhém předávání poznání dětem. S rozšířením povinné školní docházky po druhé světové válce se škola určená původně pro elitu otevřela všem, ale nezměnila se, nestala se školou pro všechny. „*Myslím, že bychom měli oprávněně požadovat po tak nákladné veřejné službě, jakou je škola, aby byla principiálně koncipována a konstruována pro hloupé a pro nemotivované.*“¹⁷ Moderní škola by podle Tonucciho měla uplatňovat konstruktivistický

17 TONUCCI, Francesco. *Vyučovat nebo naučit?*. Přeložil Stanislav ŠTECH. Praha: Středisko vědeckých informací Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, 1991, 65 s. Informační bulletin. Supplementum. ISBN 80-238-4203-X.

přístup s důrazem na blízkou zkušenost dítěte, což vede k postupné deinstitucionalizaci školy – revizi úlohy a způsobu vzdělávání ve společnosti. Reforma současné tradiční školy by měla vzejít od učitelů jako potřeba nové profesionální úrovně. Projekt školy 21. století by měl sledovat tři oblasti: roli školy a jejího vztahu k prostředí; školní metodu (vztah vyučování a učení) a roli učitele a jeho přípravu.

Uvedené tři oblasti reflektuje i obsah studie, která je rozdělena na teoretickou část obsahující zamyšlení nad problémy týkajícími se nejen italské školy a navazující praktickou část zaměřenou na konkrétní náměty didaktických aktivit a pedagogických projektů. První část knihy je rozdělena do tří kapitol, jež se zabývají rolí školy v integrovaných pedagogických projektech, rozdílem mezi transmisivním a konstruktivním přístupem školy k procesu poznávání dítěte a nedostatečnou úrovní přípravy učitelů.

Primární funkci školy Tonucci spatřuje ve škole, která je „*místem kulturní elaborace, rozvoje poznávacích kompetencí, místem učení ve skupinové situaci*“.¹⁸ Místo toho se škola podle autora přizpůsobuje všem žákům snižováním nároků a úrovně a školní vyučování produkuje poznatky, které jsou „paralelní“ k poznatkům skutečného života, neboť je nepřevádí do chování a dovedností využitelných v životě. V důsledku toho se děti učí spoustu věcí, ale stále se chovají tak, jako by je neznaly. Základní škola podle Tonucciho „*musí být schopna poskytnout všem svým žákům základní nástroje k uvědomělému, adekvátnímu a kritickému poznávání reality... a motivaci, dovednosti a nástroje, které budou platit ... v budoucnosti, kterou dnes nemůžeme znát, ... ale ve které dnešní děti budou muset zužitkovávat přínosy školy*“.¹⁹ Znamená to, že dnešní obsahy budou sice v budoucnosti překonané, ale získané nástroje umožní osvojování nových poznatků a vytváření nových obsahů.

Význam integrovaného pedagogického projektu Tinucci spatřuje v zajištění mimoškolních zkušeností prostřednictvím nabídky města (muzea, divadla, knihovny, veřejné parky s přírodovědnými stezkami, historické stezky městy apod.), společenských organizací, různých asociací, státní i soukromé výrobní a kulturní struktury. Projekt umožní škole zapojení do reality a kontakt s moderními a aktuálními poznatky, kulturou a technickými procesy. Projekt má tedy pro školu i ekonomický přínos.

18 TONUCCI, Francesco, ref. 18

19 TONUCCI, Francesco, ref. 18

Nejvíce prostoru je v knize věnováno cestě od transmisivního ke konstruktivnímu modelu vyučování, tedy otázce vyučovat nebo naučit? Tonucci vychází z analýzy modelu tradiční (transmisivní) školy, kterou negativně hodnotí především z hlediska značného rozdílu mezi pedagogicko-psychologickou teorií a školní praxí a absence komplexního projektu zahrnujícího oborová kurikula. Transmisivní škola zastává princip stejnosti (rovnosti) všech dětí, neakceptuje jejich různorodost, děti s postižením vylučuje z normálních tříd, uzavírá se před působením prostředí, poznatky jsou předávány výkladem a úkolem žáka je naslouchat, pamatovat si a zopakovat. Základní je vztah mezi učitelem a žákem, horizontální komunikace je zakazována. Jednotlivé předměty jsou prezentovány od nejjednodušších poznatků ke složitějším, nenavazují na zkušenosti dětí. Od učitele se očekává, že všechno ví a nemýlí se. Hodnocení žáka je pojato jako měření, nakolik si dítě osvojilo předávané poznatky. Problémové děti jsou oddělovány od normálních a svěřovány specialistům (psychologům), případně předčasně opouštějí školu.

Naproti tomu konstruktivní škola je založena na výstavbě (konstrukci) vlastního poznávání dítětem. Předpokládá, že dítě přicházející do školy si bude ve skupině prohlubovat, obohacovat a rozvíjet své poznatky, přičemž učitel se snaží, aby každé dítě dosáhlo co nejvyšší možné úrovně, a že inteligence se modifikuje restrukturováním. Konstruktivní škola vychází z rozmanitosti a přijímá ji, a to včetně integrace dětí s postižením. Důsledná aplikace zásady různosti předpokládá školní třídu jako sociální skupinu, která není věkově homogenní. Jedná se o školu otevřenou působení prostředí a pracující s konceptem blízké zkušenosti (blízké je to, čeho se můžeme dotýkat a poznávat přímo a reálně) a vycházející z již poznaného. Děti pracují ve skupině, snaží se přispívat, posuzovat různá stanoviska členů skupiny, překonávat rozpory, hledat řešení problémů a dosahovat maximální možné úrovně. Učitel je garantem metody, motivuje, pomáhá v orientaci a vyhledávání. V hodnocení dětí učitel používá metody vědeckého výzkumu – pozorování a dokumentace činností, analýzy a interpretace získaných údajů a kontinuálního ověřování růstu. Osnovy nejsou zcela předvídatelné, vytvářejí se na základě reakcí třídy. Školní psycholog spolupracuje spíše s učiteli a pomáhá jim lépe porozumět odlišnostem dětí, nacházet nové možnosti činností apod. Konstruktivní škola vyžaduje odlišnou přípravu učitele v rámci pregraduálního i celoživotního vzdělávání.

K úrovni přípravy učitelů je Tonucci nejvíce kritický. Požaduje řádnou univerzitní přípravu učitelů na pedagogických fakultách a klade důraz na tzv. profesionalizační část přípravy, čímž myslí pedagogicko-psychologickou a psychodidaktickou přípravu.

Principy konstruktivní školy jsou v dnešní době významné i z hlediska získání a udržení pozornosti žáků, kteří jsou zahlceni podněty nejrůznějších médií. Učení založené na individuálním vytváření poznatků žákem navazující na dosavadní znalosti a zkušenosti a využívající skupinové výuky je pro žáky nejen motivující a inspirativní, ale rozvíjí zájem o obor a vědu obecně, kritické myšlení, schopnost prezentovat své stanovisko, přijmout názor druhého a spoluprací dosáhnout cíle. Poznatky získané aktivní činností si žáci snadněji zapamatovávají a vybavují v situacích, kdy se nabízí jejich využití. Konstruktivní teorie jsou východiskem například pro badatelsky orientovanou výuku, problémové učení, transformativní učení, zážitkové učení, zkušenostní učení, aktivní učení, učení založené na příkladech či kooperativní učení. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání už od prvního stupně základní školy zdůrazňuje činnostní a praktický charakter vzdělávání a používání metod motivujících žáky k dalšímu učení a poznávání. Učitel se stává průvodcem žáků při řešení problému a jeho metody práce jsou obdobné metodám výzkumu. Práce učitele je na rozdíl od tradičního vyučování náročnější a vyžaduje i speciální přípravu především v oblasti praxe.

5 PŘÍPADOVÁ STUDIE ŠKOLY

Odborný výcvik je nedílnou součástí odborného vzdělávání. Kvalitní profesionální příprava žáků na budoucí povolání v praxi je základním kamenem pro uplatnění absolventů na trhu práce. Při zajišťování odborného výcviku žáků je nezbytná úzká spolupráce školy a jejích sociálních partnerů. Pro potřeby této případové studie jsem se zaměřila na organizaci a vedení odborného výcviku v oboru kosmetické služby na Střední škole – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská na jejím pracovišti Novovysočanská 5, které bylo do roku 2016 samostatným právním subjektem. Cílem případové studie je poskytnutí ucelených a přehledných informací o realizaci odborného výcviku v oboru kosmetické služby 69-41-L/01.

5.1 Střední škola – Centrum odborné přípravy technickohospodářské

Charakteristika školy

Střední škola – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská 1/179

Ředitel školy: [REDAKCE]

IČ: [REDAKCE]

Zřizovatel: [REDAKCE]

Místa poskytovaného vzdělávání nebo školských služeb:

1. Poděbradská 1/179, 190 00 Praha 9
2. Pod Balkánem 599, 190 00 Praha 9
3. Českobrodská 32a, 190 00 Praha 9
4. Poděbradská 12, 190 00 Praha 9
5. Bystrá 1720, 193 00 Praha 9 – Horní Počernice
6. Novovysočanská 501/5, Vysočany, 190 00 Praha 9
7. Osadní 715/37, Holešovice, 170 00 Praha 7
8. Hauptova 596, Zbraslav, 156 00 Praha 5

9. Křižíkova 150/43, Karlín, 186 00 Praha 8

10. Žitná 657/13, Nové Město, 110 00 Praha 1

webové stránky: www.coph.cz

Pracoviště Novovysočanská 5, Praha 9

Pracoviště Praha 9, Novovysočanská 5 se sloučilo roku 2016 se Střední školou – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9. Na tomto pracovišti jsou vzdělávání žáci v tříletých učebních oborech, čtyřletých studijních oborech a v nástavbovém studiu. Cílem vzdělávání je připravit žáky na úspěšný a odpovědný osobní, občanský a pracovní život v podmínkách měnícího se světa.

Ve školním roce 2019/2020 byla vyhlášena tato přijímací řízení viz tabulka č. 1.

kód oboru	název oboru	počet přijímaných žáků	forma studia	výuka cizího jazyka
34-56-L/01	fotograf	30	denní - čtyřletý	AJ
69-41-L/01	kosmetické služby	30	denní - čtyřletý	AJ
64-41-L/51	podnikání-nástavbové studium	30	denní - dvouleté	AJ
69-51-H/01	kadeřník	60	denní - tříletý	AJ
31-58-H/01	krejčí	30	denní - tříletý	AJ
32-52-H/01	výrobce kožedělného zboží	15	denní - tříletý	AJ
82-51-H/03	zlatník a klenotník	30	denní - tříletý	AJ
82-51-H/09	umělecký rytec	10	denní - tříletý	AJ

Tabulka č. 1

Personální zajištění na pracovišti Novovysočanská 5

Pro teoretické předměty zajišťuje personální i materiální podmínky zástupce ředitele pro teoretické vyučování [REDAKCE], pro praktické předměty zástupce ředitele pro praktické vyučování [REDAKCE]. Ve školním roce 2019/2020 působí na pracovišti školy 33 pedagogických pracovníků.

Vybavení pracoviště školy Novovysočanská 5

budova se nachází na Praze 9. Jsou zde ve čtyřech poschodích umístěny učebny, počítačové učebny, kosmetický salon, zlatnická a krejčovská dílna i fotografický ateliér. Nedílnou součástí je i zázemí školy jako vrátnice, šatny, jídelna s kuchyní, tělocvična a administrativní prostory.

Pro teoretickou výuku má škola toto základní vybavení :

- 20 kmenových učeben
- 3 počítačové učebny
- 1 jazykovou učebnu
- 1 tělocvičnu
- 1 odbornou učebnu pro obor krejčí
- 1 odbornou učebnu pro obor výrobce kožedělného zboží
- 1 odbornou učebnu pro obor umělecký rytec

Pro praktickou výuku:

Část dílen oborů vzdělání ze sektoru služeb se nachází v 1. a 4. patře budovy školy. Největší prostor zabírá obor vzdělání fotograf, který zde má tři fotoučebny, přičemž každá z nich slouží jako výuková, denní a částečně i počítačová místnost pro účely odborného výcviku. Dále se zde nachází jeden velký a tři malé plně vybavené fotoateliéry a dvě fotolaboratoře pro zpracovávání černobílých analogových fotografií.

Další obor, který se zde nachází, je obor vzdělání zlatník a klenotník, je umístěn ve dvou dílnách se zázemím, jednou denní místností a kanceláří. Obor vzdělání krejčí má v této budově dvě šicí dílny speciálně zařízené pro výuku dámské krejčí. Výuka pánského krejčího je částečně zbudována ve vedlejší třetí dílně.

Kosmetické a kadeřnické žákovské provozovny mají společnou jednu denní místnost. Provozovny oboru vzdělání kosmetické služby fungují jako přímá provozovna pro veřejnost, která nabízí celé spektrum kosmetických služeb od manikúry, pedikúry přes celkovou kosmetiku obličeje až po odborné poradenství a denní i večerní líčení. Provozovna oboru vzdělání kadeřník slouží pouze pro výuku prvních ročníků dámského kadeřnictví. V prvním pololetí se zde žáci učí hlavní základy stříhání a vlasové ondulace. V druhém pololetí začíná provozovna sloužit i pro veřejnost a nabízí veškeré základní úkony dámského kadeřnictví. Obory sektoru služeb mají mimo budovu Novovysočanská 5 svá odborná pracoviště v dalších místech výkonu a to:

Osadní 715/37, Holešovice, 170 00 Praha 7

Hauptova 596, Zbraslav, 156 00 Praha 5

Křížíkova 150/43, Karlín, 186 00 Praha 8

Žitná 657/13, Nové Město, 110 00 Praha 1

Pro obor kosmetické služby slouží pracoviště v ulici Křížíkova 43 v Praze 8. Služby jsou zde v plném rozsahu nabízené během celého roku.

5.2 Odborné praktické vzdělávání v oboru kosmetické služby 69-41-L/01

Ve školním roce 2019/2020 je na škole v oboru kosmetických služeb vzděláváno 110 žáků ve 4. ročnících viz tabulka č. 2.

ročník	1.	2.	3.	4.
počet žáků	30	30	26	24

Tabulka č. 2

Organizace vzdělávání oboru kosmetické služby

Organizace vzdělávání v oboru 69-41-L/01 se řídí zněním zákona č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. Podmínky vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků mimořádně nadaných jsou dále upraveny vyhláškou MŠMT č. 73/2005 Sb., o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných, ve znění pozdějších předpisů.

Odborné praktické vzdělávání je jednou z nedílných součástí profesní přípravy, jelikož zprostředkovává žákům potřebné praktické dovednosti, znalosti a nové zkušenosti pro profesionální rozvoj a budoucí uplatnění na trhu práce. Systém odborného praktického vzdělávání v oboru 69-41-L/01 je dán Rámcovým vzdělávacím programem (dále jen „RVP“) a Školním vzdělávacím programem (dále jen „ŠVP“). Rámcové vzdělávací programy stanoví zejména konkrétní cíle, formy, délku a povinný obsah vzdělávání, jeho organizační uspořádání, profesní profil, podmínky průběhu a ukončování vzdělávání a zásady pro tvorbu školních vzdělávacích programů, jakož i podmínky pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a nezbytné materiální, personální a organizační podmínky a podmínky bezpečnosti a ochrany zdraví. ŠVP je učební dokument, který si každá základní a střední škola v České republice vytváří sama tak, aby realizovala požadavky RVP pro daný obor vzdělávání. Díky ŠVP mohou učitelé profilovat svoji školu, a tím ji odlišit od jiných škol. Díky veřejně přístupnému dokumentu ŠVP si mohou žáci vybrat to školské zařízení, které nejlépe vyhovuje jejich požadavkům. Součástí ŠVP je i učební plán. Učební plán oboru kadeřnické služby na Střední škole – Centra odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská 1/179 viz příloha č. 1.

Délka a forma vzdělávání

„Tento obor vzdělání lze realizovat v těchto formách vzdělávání: 4 roky v denní formě vzdělávání, 1–2 roky v denní formě vzdělávání ve zkráceném studiu pro absolventy oborů vzdělání ukončených maturitní zkouškou, Večerní, dálkové nebo kombinované vzdělávání je nejvýše o 1 rok delší než vzdělávání v denní formě.“²⁰

Škola nabízí formu čtyřletého denního vzdělávání zakončeného maturitní zkouškou. Vzdělávání směřuje k tomu, aby si žáci osvojili odpovídající kompetence jak pro uplatnění v praxi, tak i k dalšímu celoživotnímu vzdělávání.

Dosažený stupeň vzdělání

„střední vzdělání s maturitní zkouškou“²¹

20 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR. *Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 69-41-L/01 Kosmetické služby*. Národní ústav odborného vzdělávání [online] 28. června 2007 [2020-4-4]. Dostupné na <http://zpd.nuov.cz/RVP/ML/RVP%206941L01%20Kosmeticke%20sluzby.pdf>

21 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR, ref. 20

Maturitní zkouška oboru kosmetické služby pro školní rok 2019/2020 vyhlášena ředitelem školy viz tabulka č. 3.

Maturitní zkouška společná část	Maturitní zkouška profilová část
dvě povinné zkoušky: český jazyk a literatura cizí jazyk nebo matematika	tři povinné zkoušky: kosmetika zdravověda odborný výcvik
max. 2 nepovinné zkoušky: cizí jazyk matematika	max. 2 nepovinné zkoušky: anglický jazyk informační a komunikační technologie

Tabulka č. 3

Profilová část maturitní zkoušky z odborného výcviku

Praktická maturitní zkouška je rozložena do tří dnů, žákyně vykonávají zkoušku ve skupinách podle předem stanoveného harmonogramu:

1. Slavnostní zahájení v 8.00 hod. Žákyně jsou seznámeny se všeobecnými pravidly a podmínkami praktické maturitní zkoušky.
2. Losování úkolů. Každý losovaný úkol se skládá vždy ze dvou témat. Kombinace úkolů je složena z těchto témat: manikúra, kosmetika, pedikúra a líčení.
3. Stanovený čas k vykonání jednoho tématu je 90 minut.

Pozn.: Každá žákyně si přivede v den své praktické maturitní zkoušky vlastní modelku /modelky/ pro výkon vylosovaných témat maturitní zkoušky. Viz příloha č. 2.

Podmínky pro přijetí ke vzdělávání

- „přijímání ke vzdělávání se řídí zákonem č. 561/2004 Sb. – § 59, 60, 83, 85 (2), dále § 63, 16, 20, 70,
- *splnění podmínek zdravotní způsobilosti uchazečů o vzdělávání v daném oboru vzdělání.* “²²

22 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR, ref. 20

Pro školní rok 2019/2020 byly stanoveny tyto podmínky pro přijetí ke studiu:

- odevzdání přihlášky do denní formy vzdělávání na střední školu
- zdravotní způsobilost potvrzená lékařem je povinnou součástí přihlášky
- splnění povinné školní docházky nebo úspěšné ukončení základního vzdělání
- vykonání jednotné přijímací zkoušky z předmětů český jazyk a literatura a matematika formou didaktického testu dle § 60 odst. 5 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, viz příloha č. 3

Způsob ukončení vzdělávání, potvrzení dosaženého vzdělání a kvalifikace

„Maturitní zkouška; dokladem o získání středního vzdělání s maturitní zkouškou je vysvědčení o maturitní zkoušce. Konání maturitní zkoušky se řídí školským zákonem a příslušným prováděcím právním předpisem.“²³

Ukončení vzdělávání maturitní zkouškou umožňuje absolventům ucházet se o studium na navazujících studijních vzdělávacích programech vyšších odborných škol a vysokých školách.

Uplatnění absolventa

„Absolvent se uplatní v povoláních kosmetička, pedikér a manikér při poskytování profesionální kosmetické péče ve středně velkých i malých provozovnách, studiích a salonech. Při poskytování kosmetických služeb bude kvalifikovaně volit vhodné technologické postupy a bude je důsledně dodržovat. Přípravky bude vybírat a aplikovat v souladu s odbornou diagnostikou ošetřovaných částí lidského těla a s přihlédnutím k individuálním požadavkům zákazníka. Bude poskytovat poradenské služby z hlediska ošetřování pleti obličeje, krku, dekoltu, poprsí i ostatních částí těla.“²⁴

5.3 Organizace odborného výcviku

Odborný výcvik je nedílnou součástí vzdělávání v oboru kosmetických služeb, je povinným předmětem. Je realizován na školních pracovištích (žakovských provozovnách) a ve spolupráci se sociálními partnery školy. Odborný výcvik je plánován a hodnocen na

23 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR, ref. 20

24 MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR, ref. 20

základě daných úkolů, kterými žáci prokazují dosažení výukových cílů. Důležitou osobou pro žáka je učitel odborného výcviku.

Cíl předmětu

Cílem odborného výcviku je výrazné působení na vytváření a formování klíčových a odborných kompetencí a zajištění odborné přípravy pro kvalifikovaný výkon povolání. Z hlediska klíčových dovedností předmět poskytuje a rozvíjí dovednosti komunikativní, personální, interpersonální, dovednosti řešit problémy a problémové situace, numerické aplikace.²⁵

Charakteristika učiva

Obsahová náplň odborného výcviku poskytuje žákům znalosti v péči o odborné kosmetické ošetření pleti, péči o ruce a nohy. Žák umí volit vhodné pracovní postupy, doporučovat takovou volbu úpravy, která odpovídá aktuálnímu stavu pleti a charakteru klienta. Odborný výcvik navazuje na teoretické vědomosti žáků získané ve škole, aplikuje je v praxi a dále rozvíjí. Obě tyto složky, odborný výcvik a učivo probírané ve škole, spolu souvisejí, vzájemně se doplňují, ale nenahrazují. Odborná práce při poskytování kosmetických služeb vyžaduje k dokonalému osvojení dovedností velmi intenzivní nácvik, aby nedošlo k poškození klienta. Proto je nutné, aby žáci přistupovali k obsluze klienta až po dokonalém a bezpečném zvládnutí všech přípravných a cvičných prací za stálého dozoru učitele odborného výcviku.²⁶

Časové rozvržení předmětu

Realizace odborného výcviku je zařazena od 1. do 4. ročníku v celkovém minimálním rozsahu 34 hodiny týdně za celé studium, viz tab. č. 4. Při rozvržení učiva do jednotlivých ročníků je brán ohled na rozvržení učiva předmětů kosmetika, zdravotní péče a materiály. Výuka je v současnosti realizována třemi učiteli odborného výcviku tak, aby počet žáků na jednoho učitele nepřesáhl stanovený počet daný nařízením vlády č. 211/2010 Sb. To je 15 žáků na jednoho učitele odborného výcviku v 1. ročníku a 10 žáků na jednoho učitele ve 2.–4. ročníku.

25 Střední škola – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská 1/179, ŠVP, 1.9.2014, 180 s.

26 Střední škola – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská 1/179, ŠVP, 1.9.2014, 180 s.

	počet týdenních vyučovacích hodin				
ročník	1	2	3	4	celkem
odborný výcvik	6	10,5	10,5	7	34

Tabulka č. 4

Hodnocení výsledků žáků

Hodnocení žáků probíhá podle hodnocení a klasifikace žáka ve školním řádu s ohledem na individuální potřeby žáků. Znamkování žáků doplňuje učitel vhodným slovním hodnocením.

Realizace odborného výcviku žáků

Vlastní realizace odborného výcviku oboru kosmetické služby je jednou z klíčových a nedílných součástí profesní přípravy na škole. Zprostředkovává jim potřebné praktické dovednosti, znalosti a nové zkušenosti. Jak už bylo uvedeno výše, na škole je realizována v 1., 2., 3. i 4. ročníku, navazuje na odborné předměty, kde získávají teoretické znalosti. Jeho cílem je zprostředkovat praktickou zkušenost a konfrontovat teoretické znalosti s praktickou realizací. Klíčovou roli zde hraje učitel odborného výcviku, který zajišťuje profesionalitu za současného dodržování pedagogických i didaktických zásad. Odborný výcvik je realizován na školních pracovištích (žákovských provoznách) a u sociálních partnerů školy (právnícké či fyzické osoby). Ideální by bylo vytvoření sítě stálých výcvikových pracovišť, která by dle svých možností poskytovala potřebnou oporu a vedení v průběhu odborného výcviku. Bohužel to není vzhledem k povaze sociálních partnerů zcela možné. Proto je část odborného výcviku (zejména v nižších ročnících) realizována na školních pracovištích pod vedením zkušeného učitele odborného výcviku. Tak je zajištěna kvalita vzdělávacího procesu.

Legislativa ovlivňující výkon odborné praxe

Odborná praxe žáků je ovlivňována zákony, nařízením a vyhláškami v platném znění:

- ústavní zákon č. 23/1991 Sb., o vyhlášení Listiny základních práv a svobod

- zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání
- zákon č. 40/1964 Sb., občanský zákoník
- zákon č. 101/2001 Sb., o ochraně osobních údajů
- zákon č. 262/2006 Sb., zákoník práce
- zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví
- nařízení vlády č. 211/2010 Sb. o soustavě oborů vzdělání v základním, středním a vyšším odborném vzdělávání
- vyhláška č. 13/2005 Sb., o středním vzdělávání a vzdělávání v konzervatoři
- vyhláška č. 64/2005 Sb. o evidenci úrazu dětí, žáků a studentů

Spolupráce subjektů v odborném praktickém vzdělávání

Pro realizaci odborného výcviku na smluvních pracovištích je potřeba součinnosti tří subjektů:

- školy (ředitel, učitel odborného výcviku, příslušná předmětová komise)
škola spolupracuje s organizacemi umožňující jí realizaci odborného výcviku a spolu s nimi se snaží rozvíjet kvalitu odborného praktického vzdělávání
- pracoviště odborného výcviku – sociální partner (instruktor, majitel)
poskytují žákům prostor a odborné vedení pro výkon odborného výcviku, naplňování cílů učení a poznávání provozu
- žáka
žák realizuje odborný výcvik podle předepsaného plánu a pravidel školy a provozu

Škola

Připravuje žáky pro kvalifikovaný výkon kosmetických služeb. Vytváří podmínky pro pravidelné a systematické propojování teoretické a praktické výuky. Spolupracuje se subjekty, které mají zájem se účastnit na odborném praktickém vzdělávání žáků školy. Zodpovídá za zajištění výuky odborného výcviku, zajišťuje smluvní dokumentaci mezi školou a provozovny poskytujícími prostor pro výkon odborného výcviku (sociálním

partnerem). Pověřuje instruktora v partnerské organizaci. (viz příloha č. 4). Organizuje a koordinuje průběh odborného výcviku a zajišťuje zpětnou vazbu o jeho průběhu a kvalitě. Pomáhá žákům při výběru vhodného pracoviště. Organizuje školení BOZP pro učitele i žáky.

Sociální partner

Sociální partner nabízí pak žákům účast na poskytování kosmetických služeb, umožňuje žákům vykonávat odbornou činnost samostatně či pod dohledem, zabezpečuje nezbytné materiální a technické podmínky a vyhotovuje potvrzení o absolvování odborného výcviku.

Žák

Žák při realizaci odborného výcviku reprezentuje školu, aktivně se podílí na výběru pracoviště, zodpovídá za naplňování učebních cílů, plnění zadaných úkolů, informuje vedoucí odborného výcviku o skutečnostech, které by mohly bránit v dokončení odborného výcviku. Je v součinnosti při přípravě a realizaci smluvní dokumentace. Dodržuje zásady BOZP, dodržuje pracovní postupy, je aktivní, projevuje zájem o práci a je si vědom své zodpovědnosti. Ve spolupráci se školou si volí místo odborného výcviku (v případě, že tak neučiní ve stanovené lhůtě, je mu místo výkonu odborného výcviku přiděleno). Má současně právo na bezpečné prostředí pro výkon odborného výcviku. Dále má právo na konzultace a podporu učitele odborného výcviku/instruktora/ při řešení obtíží, které vzniknou v souvislosti s konáním odborného výcviku, a na poskytnutí zpětné vazby k jeho realizaci.

Formy odborného výcviku:

Realizace odborného výcviku v oboru kosmetické služby je prováděna dvěma způsoby. První a více využívaná je forma výuky na školním pracovišti (žákovské provozovně) pod vedením učitele odborného výcviku, který je odborně a metodicky vede. Demonstruje nově osvojované činnosti a provádí praktické aktivity spolu se žáky.

Výhody:

- Tato forma je výhodná pro zajištění obsahu, rozsahu i kontinuity vzdělávacího procesu.

- Umožňuje odborný dohled nad vykonávanými činnostmi a dodržováním pracovně hygienických zásad.

Nevýhody:

- Horší prostupnost inovativních technologií a postupů.
- Ekonomicky náročná pravidelná modernizace vybavení žákovského pracoviště.
- Malá referenční skupina zákazníků.

Druhou formou je smluvní vztah mezi školou a sociálním partnerem – poskytovatelem daných služeb. Mezi aktéry je uzavřen smluvní vztah, ať už o dlouhodobé spolupráci nebo před jednotlivým výkonem každého odborného výcviku individuálně. Potvrzení o splnění odborného výcviku vydává určený pracovník/instruktor/ sociálního partnera a ten je zároveň odpovědný za kvalitu a vedení výuky odborného výcviku.

Výhody:

- Tento způsob praxe má větší přínos pro žáka při získávání nejnovějších postupů a poznatků aplikovaných v praxi.
- Žák si díky této formě může v průběhu studia zmapovat trh práce a případně navázat spolupráci pro budoucí pracovněprávní vztah.

Nevýhody:

- Horší zajištění osvojování všech probíraných praktických i teoretických dovedností.
- Horší dohled nad dodržováním předepsaných postupů.

5.4 Etapy odborného výcviku

Odborný výcvik můžeme rozdělit do tří etap:

1. Etapu přípravnou – sem řadíme vše, co musí být zajištěno před nástupem na odborný výcvik. A to jak po stránce administrativní, tak materiální.
2. Etapu realizace odborného výcviku – zde probíhá vlastní realizace za spolupráce všech zúčastněných subjektů. Hlavní náplní je dosažení cílů vzdělání při respektování individuálních možností žáka.

3. Etapu závěrečnou – ta slouží k uzavření, kontrole a hodnocení realizovaného výcviku. Opět po stránce administrativní, ale také po stránce vlastní reflexe naplňování cílů učení a případné plánování inovativních změn pro budoucí realizace odborného výcviku.

Přípravná etapa

V této etapě se uskutečňuje komunikace zapojených subjektů (škola, sociální partner, žák), probíhá příprava smluv, tvorba časového plánu, vytyčování cílů učení a technická příprava na výkon odborného výcviku.

Patří sem:

a) Uzavření smluvního vtahu

Škola po oboustranné dohodě uzavírá smlouvu se sociálním partnerem viz příloha č. 5 dle Doporučení k zabezpečení jednotného postupu při uzavírání smlouvy o obsahu, rozsahu a podmínkách konání praktického vyučování realizovaného na pracovištích fyzických či právnických osob, které mají oprávnění k činnosti související s daným oborem vzdělání vydaného 22. dubna 2016 Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy pod Č.j.: MSMT-43674/2015-1. Náležitosti smlouvy o obsahu, rozsahu a podmínkách praktického vyučování jsou obsaženy ve vyhlášce č. 13/2005 Sb.

b) Každý žák si musí zajistit Průkaz pracovníka v potravinářství (zdravotní průkaz)

podle § 19 odst. 2. a § 20 zákona 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů účinného od 1. 1. 2001,

Zdravotní průkaz (Průkaz pracovníka v potravinářství) a znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví jsou povinni mít fyzické osoby přicházející:

- při pracovních činnostech ve stravovacích službách, při výrobě potravin nebo při uvádění potravin do oběhu
- do přímého styku s potravinami, pokrmy, zařízením, náčiním nebo plochami, které jsou ve styku s potravinami nebo pokrmy
- při pracovních činnostech v úpravkách vod a při provozování vodovodů do přímého styku s vodou
- při pracovních činnostech v ostatních činnostech podle odstavce 1 do přímého styku

- s kosmetickými prostředky, jejich ingrediencemi nebo tělem spotřebitele

Zdravotní průkaz před zahájením činnosti vydává registrující poskytovatel zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství nebo v oboru praktický lékař pro děti a dorost nebo poskytovatel pracovně lékařských služeb.²⁷

c) Poučení žáka

žák je povinen:

- seznámit se s školním řádem
- pracovat řádně a svědomitě podle svých sil, znalostí a schopností, plnit pokyny učitele odborného výcviku /instruktora / kvalitně a hospodárně
- plně využívat a dodržovat pracovní dobu a v případě, že se žák nemůže dostavit na pracoviště odborného výcviku, je povinen se omluvit
- dodržovat předpisy vztahující se k výkonu práce
- v rámci pravidel jednání a chování klást důraz na kultivovanost projevu, chování a vystupování při jednání s klienty
- respektovat zákaz používání mobilního telefonu
- respektovat veškeré zásady bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (dále jen „BOZP“) a požární ochrany (dále jen „PO“)
- účastnit se pravidelných školení BOZP a PO
- oznámit případnou změnu zdravotního stavu, která by mohla být příčinou vzniku úrazu nebo poškození zdraví
- dbát o své zdraví a vlastní bezpečnost včetně používání předepsaných osobních ochranných prostředků, jakož i respektovat zásady bezpečného chování v objektech i prostorách, ve kterých probíhá odborný výcvik
- seznámit se s požárními řády, únikovými cestami a umístěním přenosných hasících přístrojů včetně jejich použití

27 ČESKO. Zákon č. 258 ze dne 14. července 2000, o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 74, s. 3622. Zákon pro lidi [online] 1. ledna 2018 [cit. 2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

- dodržovat zákazy vstupu, kouření, používání otevřeného plamene, výstražná upozornění apod.
- okamžitě hlásit učiteli odborného výcviku/instruktorovi/ všechny zjištěné nedostatky a závady, které by mohly být příčinou úrazu či poškození zdraví
- v případě úrazu postupovat předepsaným způsobem
- dodržovat zákaz požívání alkoholu a jiných návykových látek
- dodržovat hygienické předpisy
- nosit pracovní oděv (dlouhé bílé kalhoty, bílé tričko)
- nosit pracovní obuv (bílá zdravotní obuv)
- vlasy nosit upravené tak, aby nepadaly do obličeje (nesmí být upraveny do tzv. dredů)
- dodržovat decentní líčení
- nosit upravené krátké přírodní nehty
- dodržovat zákaz nošení piercingu a šperků na viditelných místech

d) Poučení o úrazu

Podle platného zákoníku práce (Zákon č. 262/2006 Sb.) je školním (pracovním) úrazem poškození zdraví, které se stalo při plnění školních /pracovních/ úkolů nebo v přímé souvislosti s ním. O tom, zda se jedná o školní /pracovní/ úraz má právo rozhodovat jen škola /zaměstnavatel/. Jako úraz je označena porucha zdraví vznikající krátkodobým náhlým násilným působením vlivů vnějšího prostředí nezávislých na vůli postiženého jedince. Úraz je pak evidován podle vyhlášky č. 64/2005 Sb. o evidenci úrazu dětí, žáků a studentů.

e) Odpovědnost za škodu

Podle § 391 odst. 1 zákona č. 262/2006 Sb., zákoníku práce v platném znění, je dána odpovědnost žáků za škodu právnické osobě vykonávající činnost dané školy nebo školského zařízení nebo právnické nebo fyzické osobě, na jejichž pracovištích se uskutečňuje praktické vyučování, kterou jí způsobili při teoretickém nebo praktickém vyučování anebo v přímé souvislosti s ním. A odpovědnost příslušné právnické osoby

vykonávající činnost školy, která odpovídá žákům středních škol za škodu, která jim vznikla porušením právních povinností nebo úrazem při teoretickém a praktickém vyučování ve škole nebo v přímé souvislosti s ním. Došlo-li ke škodě při praktickém vyučování u právnické nebo fyzické osoby nebo v přímé souvislosti s ním, odpovídá za škodu právnická nebo fyzická osoba, u níž se praktické vyučování uskutečňovalo.²⁸

V souvislosti s výše uvedeným uzavírá zřizovatel škol pojistnou smlouvu s danou pojišťovnou na obecné pojištění odpovědnosti za škody. Pojištění se sjednává pro případ škody způsobené nebo vzniklé jiné osobě na zdraví, životě nebo poškozením, zničením nebo pohřešování věci.

f) Plánování výuky odborného výcviku

Učitel odborného výcviku plánuje:

- realizaci daného počtu hodin (dle platného rozvrhu hodin), celkový počet hodin je dán učebním plánem
- výběr cílů učení a možnosti jejich plnění dle rozpisu učiva v ŠVP, viz příloha č. 6.
- harmonogram úkolů (průběžné odevzdávání zadaných úkolů doplňující odborný výcvik na místě např. seminární práce, ověřovací zkouška za dané pololetí apod.)
- seznámení žáků se způsobem hodnocení odborného výcviku
- založení deníku praxe a BOZP
- realizaci náhrad za případné absence

Etapa realizace odborného výcviku

a) Žák je instruktorem / učitelem odborného výcviku/

- informován o místě, které mu je určeno pro převlékání do pracovního oděvu
- představen pracovníkům na pracovišti a ti jsou seznámeni s úkony, které smí žák vykonávat
- seznámen se směrnicemi BOZP a PO

28 ČESKO. Zákon č. 262 ze dne 21. dubna 2006 zákoník práce. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2006, částka 262, s. 3146. Zákony pro lidi [online] 1. ledna 2020 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262>

- seznámen s fyzickým uspořádáním místa praxe
- pro klienty je identifikován jako žák příslušného ročníku
- průběžně zaškolován do pracovního procesu, k jednotlivým úkolům mu jsou podávány potřebné informace
- podporován i v sociální adaptaci tak, aby se cítil jako budoucí profesionál
- je mu poskytováno průběžné i závěrečné hodnocení jeho výkonu na odborném výcviku

b) Cíle učení na odborném výcviku

Vychází z ŠVP dle jednotlivých ročníků a měly by respektovat individuální potřeby a schopnosti žáka. Obecně lze říci, že by jednotlivé úkoly:

- měly být předem popsány (popřípadě předvedeny)
- měly být objasněny z hlediska cíle a účelu úkolu
- měla by mu být poskytnuta potřebná pomoc a podpora k zvládnutí a dokončení úkolu
- měly být reflektovány učitelem odborného výcviku /instruktorem/

Učitel odborného výcviku /instruktor/ při plánování a realizaci učení pro daného žáka může vycházet z následujících stylů:

- prožij – aktivní styl učení, kdy si chce žák vyzkoušet danou dovednost v praxi
- pozoruj – získávání informací reflexí
- pochop – teoretický styl, pochopení principu příčin a důsledků
- příklady – příklady dobré praxe²⁹

c) Role učitele odborného výcviku/instruktora

Učitel odborného výcviku /instruktor/:

- aktivně vede odborný výcvik v souladu s ŠVP studijního oboru

²⁹ KAZÍK, Petr. *Rukověť dobrého lektora, Praktické tipy a návody pro začínající i zkušené přednášející*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN978-80-247-2453-9

- předává vědomosti a dovednosti v souladu s nejnovějšími poznatky z oboru, v němž působí
- spolupracuje se školou na organizaci odborného výcviku (plánuje a hodnotí jeho průběh)
- přiděluje klienty do péče žáků v souladu s jejich teoretickými znalostmi a praktickými dovednostmi a bere také ohled na to, ve kterém ročníku studia se žák nachází
- demonstruje žákům nové nebo složitější dovednosti, které si mají osvojit, a dohlíží na jejich adekvátní provedení
- upozorňuje na chyby a doporučuje žákům možnosti zlepšení v praktických dovednostech
- pomáhá žákům rozvíjet a kultivovat komunikační dovednosti
- motivuje žáky k co nejlepšímu výkonu
- sleduje úpravu žáků, identifikaci jmenovkou s ročníkem studia i názvem oboru, docházku žáků a zaznamenává počet odpracovaných hodin
- zamezí konání odborného výcviku žákům nespĺňujícím vymezené požadavky (vliv alkoholu a omamných látek, zřetelná únava, zdravotní problém ovlivňující výkon odborného výcviku, absence předepsaného oděvu, obuvi apod.)
- umožňuje začlenění žáků mezi profesionály
- poskytuje žákům efektivní zpětnou vazbu

Závěrečná etapa

V této etapě:

- probíhají ověřovací zkoušky za dané pololetí v daném ročníku, tyto zkoušky mají za úkol prověřit teoretické i praktické zvládnutí obsahu předepsaného učiva. Vzor viz příloha č. 7.
- dochází k dokončování a kontrole zadaných úkolů (deník praxe, seminární práce...)

- probíhá závěrečné hodnocení průběhu odborného výcviku, které by mělo být nejen hodnotící, ale i motivující pro rozvoj nejlepších dovedností žáka a podporu při zvládnání obtížnějších oblastí. Současně dává prostor pro optimalizaci spolupráce se sociálními partnery

5.5 Závěr

Vyučovací předmět odborný výcvik je jednou z klíčových a nedílných součástí profesní přípravy žáků na škole. Zprostředkovává žákům potřebné praktické dovednosti, znalosti a nové zkušenosti. Pomáhá jim poznat, zmapovat a infiltrovat aktuální trh práce v oboru. Zpracováním případové studie jsem se snažila přinést čtenáři ucelené a přehledné informace o realizaci předmětu odborný výcvik v oboru kosmetické služby na Střední škole – Centrum odborné přípravy technickohospodářské Praha 9, Poděbradská 1/179.

6 PROFESIOGRAFICKÝ ROZBOR PEDAGOGICKÉHO PRACOVNÍKA

Součástí mé bakalářské práce je profesiografický rozbor učitele. Učitelství jako profesionální povolání, které klade na jednotlivce nároky v oblasti kvality výkonu i odborných aktivit, vychází z obecného profesního profilu učitele. Každá profese je do značné míry podmíněna společenskou poptávkou či její společenskou nezbytností. K vymezení jednotlivých profesí a jejich pracovních činností můžeme použít profesiogram. Ten nám může sloužit k mnoha účelům. Například k vymezení a klasifikaci profese dle daných kritérií, ujasnění si pracovních povinností a odpovědnosti pracovníků, stanovení požadavků na osobnostní výbavu, odborné znalosti, pojetí kvality výkonu dané profese apod. Záleží tedy na účelu, pro který je profesiogram tvořen. V mém případě jde o profesiogram učitele na střední škole.

6.1 Popis profese učitele

Při vytváření profesiogramu je potřeba nejdříve charakterizovat profesi učitele jako takovou. V učitelství je potřeba zohledňovat historické a kulturní změny, které mohou proměňovat stávající kritéria učitelské profese. V jednotlivých oblastech školství se budou lišit specifiky vědomostmi, dovednostmi a úrovní jejich využití. Také zde musí být zohledněny soukromé, společenské i politické zájmy.

Při samotném definování profese v obecné rovině můžeme vymežit „*učitelské povolání jako sociální pracovní roli spojenou s výkonem souboru činností, jejichž smyslem je působit na chování, přesvědčení a cítění žáků a předávat jim znalosti, dovednosti, a návyky vytvořené kulturou předchozích generací.*“³⁰

Dle zákona 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů je pedagogický pracovník (učitel je součástí této profesní skupiny) „...*ten, kdo koná přímou vyučovací, přímou výchovnou, přímou speciálněpedagogickou nebo přímou pedagogicko-psychologickou činnost přímým působením na vzdělávaného, kterým uskutečňuje výchovu a vzdělávání na základě zvláštního právního předpisu (dále jen "přímá pedagogická činnost")*; je zaměstnancem právnické osoby, která vykonává činnost

30 PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. Pedagogický slovník. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-252-1

školy, nebo zaměstnancem státu, nebo ředitelem školy, není-li k právnické osobě vykonávající činnost školy v pracovněprávním vztahu nebo není-li zaměstnancem státu. Pedagogickým pracovníkem je též zaměstnanec, který vykonává přímou pedagogickou činnost v zařízeních sociálních služeb.“³¹ Základní předpoklady pro výkon činnosti pedagogického pracovníka vymezuje tento zákon v § 3 následovně:

„a) je plně způsobilý k právním úkonům,

b) má odbornou kvalifikaci pro přímou pedagogickou činnost, kterou vykonává,

c) je bezúhonný,

d) je zdravotně způsobilý a

e) prokázal znalost českého jazyka, není-li dále stanoveno jinak.....“³²

Učitelská profese se dá podle Průchy také definovat z několika možných přístupů:

- z hlediska činností, které učitelé vykonávají (zde lze využít profesiogram)
- dle typologie učitelské profese (učitel primární školy, učitel střední odborné školy...)
- dle funkce (např. třídní učitel, výchovný poradce apod.)
- dle faktorů, které jsou dány politickým, ekonomickým a sociálním prostředím
- dle etapy profesní dráhy (začátečník, zkušený učitel...)³³

Pracovní podmínky

Pracovní podmínky jsou důležitou složkou výkonu učitelského povolání. Učitel pracuje jednak v podmínkách daného státu, kde tyto podmínky podléhají současné politice státu, zákonům, společenským, ekonomickým a kulturním trendům. Dále jsou pro učitele důležité podmínky na konkrétní škole, kde učitel pracuje. Management školy má určitou představu o koncepci školy, o personálním a materiálním vybavení školy, o způsobu spolupráce s rodiči, prezentaci školy na veřejnosti apod. Je důležité, aby se učitel s touto

31 ČESKO. Zákon č. 563 ze dne 24. září. 2004 o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů , In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 190, s. 10333. Zákony pro lidi [online] 1. ledna 2018 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

32 ČESKO. Zákon č. 563, ref.. 31

33 PRŮCHA, Jan. *Učitel: současné poznatky o profesi*. Praha: Portál, 2002. Pedagogická praxe. ISBN 80- 7178-621-7.

vizí, misí a strategií ztotožnil a jeho práce byla v souladu s nimi. V neposlední řadě jsou pracovní podmínky determinovány samotnou prací učitele s žáky. Jsou tedy ovlivňovány počtem žáků v jedné třídě, závisí také na části dne, týdne, školního roku apod.

Pracovní prostředí

Nejčastějším pracovním prostředím učitele je školní budova. Proto by prostory školy měly být vhodně upraveny dle účelu, ke kterému jsou využívány. Například s ohledem na množství světla, hluku, čerstvého vzduchu apod. Učitel také pracuje s různými didaktickými pomůckami jako jsou technické přístroje (počítač, interaktivní tabule, CD přehrávače), knihy, mapy, a jiné pomůcky s ohledem na vyučovaný předmět. Některé pomůcky pak vyžadují větší péči či pozornost při manipulaci s nimi (např. pomůcky v laboratořích). Prostředí není samozřejmě dáno jen technickým vybavením. Je dáno také sociálněpsychologickými aspekty vyplývajícími z kontaktu se žáky, rodiči, kolegy a dalšími lidmi se kterými přijde učitel v průběhu výkonu profese do styku. Interakce učitele s těmito lidmi pak může být formální či neformální, může být postavena na kooperaci, autoritě, kompetencích, sympatiích atd.

Profesní činnosti učitele

Učitelé k výkonu svého povolání potřebují nejen mnoho znalostí, ale i mnoho dovedností. Často je s tímto výkonem spojeno také určité množství situací, které vyžadují okamžitou adaptaci (improvizaci). Náplň práce učitele na střední škole můžeme rozdělit do dvou oblastí. Do oblasti přímé vyučovací nebo výchovné činnosti, která představuje skoro polovinu celkového pracovního času. Druhá oblast jsou pak činnosti, které s vyučovací nebo výchovnou činností souvisejí. Pracovní činnosti jsou také definovány legislativně vyhláškou č. 263/2007 Sb., kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí.

V pracovní době, která se skládá z přímé vyučovací činnosti nebo přímé výchovné činnosti a v práci související s touto činností, pak učitel vykonává dle výše jmenované vyhlášky například tyto činnosti:

- příprava na vyučovací nebo výchovnou činnost
- vedení pedagogické dokumentace

- oprava písemných prací
- dozor nad žáky ve škole a při akcích organizovaných školou
- spolupráce s ostatními pedagogickými pracovníky, s výchovným poradcem, se školním metodikem prevence
- spolupráce se zákonnými zástupci žáků
- nezbytná péče o zařízení sloužící potřebám vzdělávání
- výkon prací spojených s funkcí třídního učitele
- účast na poradách
- samostudium a účast na různých formách dalšího vzdělávání³⁴

Jednotlivé činnosti se navzájem prolínají, doplňují, navazují na sebe, ale mohou mezi nimi vznikat i rozpory. Pracovní čas u učitelů na středních školách činí 21 hodin týdně, je nižší než zákonem stanovená pracovní doba, protože se jedná pouze o hodiny z přímé vyučovací nebo výchovné činnosti. Předpokládá se, že zbytek pracovní doby učitelé vykonávají v dalších souvisejících činnostech. Mnohostrannost požadavků při výkonu povolání učitele přináší na učitele nároky nejen profesní ale i osobnostní. Osobní charakteristiky jsou v přímém vztahu profesní úspěšnosti a spokojenosti. Mezi žádané osobní charakteristiky patří ty, které pomáhají adaptovat se na senzorickou, mentální a emocionální zátěž této profese.

Předpoklady úspěchu v profesi učitele

Jak už jsem uvedla, profese učitele není jednoduchá, klade vysoké požadavky z hlediska:

- kvalifikace – předpokládá se výborná znalost oboru, který učitel vyučuje; v průběhu povinného celoživotního vzdělání by měl rozvíjet své nejen oborové znalosti a dovednosti, ale i znalosti a dovednosti didaktické a pedagogické

34 ČESKO. Vyhláška č. 263 ze dne 23. října. 2007 kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí., In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 86, s.3285. Zákony pro lidi [online] 12. ledna 2016 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2007-263>

- technických znalostí a dovedností – technické prostředky se liší svojí složitostí a nároky na obsluhu; od učitele se žádá, aby měl pro práci s technikou dostatečné znalosti pro její vhodné použití ve vyučování
- organizačních předpokladů – organizační schopnosti učitele jsou nezbytné pro volení vhodných postupů a strategií vyučování; aktivity, které při vyučování volí, na sebe musí hladce navazovat a tyto schopnosti jsou pak důležité i v plánování pracovních činností jako celku
- fyziologicko-anatomických předpokladů – pokud pomineme učitele tělesné výchovy, nejsou po fyzické stránce na učitele kladeny žádné konkrétní požadavky; profese učitele ale vyžaduje je dobré hlasové ústrojí, protože hlasivky jsou asi nejpodstatnějším tělesným prostředkem k vyučování
- sociálních předpokladů – vztahy jsou základem učitelské profese; učitel by měl umět zejména jednat se skupinou, vytvářet si respekt a autoritu, také by měl uznávat kulturu ve své zemi a hájit s tím související morální a etické vlastnosti
- psychologických předpokladů – sem řadíme vlastnosti, schopnosti, temperament a charakter, ty by měly vést k vyváženosti nálad, trpělivosti a pozitivnímu nastavení; žáci si cení zejména klidu, přátelskosti, spravedlnosti a smyslu pro humor³⁵

Zátěž učitele

Pracovní zátěž učitele je jak na úrovni psychické, tak fyzické. Vychází z rizikových faktorů jeho práce a jeho schopností je zvládat. Příčiny pracovní zátěže můžeme obecně rozdělit do dvou kategorií:

- obecné příčiny zátěže – sem patří příčiny fyzikální (hluk, míra osvětlení ...), chemické (nebezpečné výpary..), fyziologické (dlouhé stání, přetížení smyslů..), sociální (zejména nezdravé vztahy na pracovišti, pracovní nespokojenost..)
- konkrétní příčiny zátěže – sem můžeme zařadit například nedostatečné materiální vybavení, nevhodné prostory, nadměrná administrativa, nedostatky žáků (lenost,

35 PRŮCHA, Jan, ref. 33

kázeň, nedostatečná motivovanost), zatížení hlasového ústrojí, nízké společenské ohodnocení apod.

Vyrovňávání se ze zátěží

Fyzická i psychická pracovní zátěž se v učitelské profesi vyskytuje v různém poměru. Každý jedinec má vůči ní různou odolnost. Ta vychází jednak z vrozených dispozic a jednak z individuálních schopností se s touto zátěží vyrovnat. Mezi vhodné prostředky k vyrovnání se s pracovní zátěží řadíme zdravý životní styl, sport, zájmovou činnost, relaxaci, schopnost vyrovnaného režimu práce a odpočinku i možnost využití supervize, v nutných případech také vyhledání psychologické pomoci. Mezi nevhodné zatížení pak řadíme kouření, alkohol a farmakologické prostředky.

Pracovní spokojenost

Pracovní spokojenost definuje Štikar jako: „*Pocity úspěšnosti, uspokojení, radosti a optimistický náhled na život (ale také potřeby těchto stavů) vyjadřují míru naplňování našich cílů, potřeb a očekávání....*“³⁶

Úroveň pracovní spokojenosti předurčuje obecnou kvalitu života a významně ovlivňuje fyzické i duševní zdraví člověka. Pracovní spokojenost se často projevuje jako:

- emocionální odpověď na pracovní situaci
- reakce na splněné nebo nesplněné očekávání ve vztahu k práci
- jev vyjadřující některé vzájemně spjaté postoje³⁷

Pracovní spokojenost je tedy zřejmým předpokladem pro kvalitní a profesionální výkon nejen učitelského povolání. A koresponduje i se schopnostmi jedince se vyrovnávat se zátěží.

6.2 Profesiograf činností učitele

Cílem tvorby tohoto profesiografu bylo vytvořit analýzu jednotlivých pracovních činností vybraného učitele střední školy v průběhu jednoho měsíce. Pro vytvoření profesiografu jsem si záměrně vybrala svou kolegyni, se kterou jsem několik let učila.

36 ŠTIKAR, Jiří. *Psychologie ve světě práce*. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0448-5.

37 ŠTIKAR, Jiří, ref. 36

Její temperamentní povaha, otevřenost a snaha vzbudit v žácích maximální zájem o předmět byl naprosto strhující. Eva se pro mě stala velkou inspirací.

Charakteristika osobnosti učitele

Pro krátké představení učitele jsem si vybrala formu strukturovaného rozhovoru. Jedná se o moji bývalou kolegyni, absolventku VŠ s akademickým titulem Mgr., se specializací na biologii, geologii a environmentalistiku, tělesnou výchovu a sport se zaměřením na vzdělání. V současnosti na škole vyučuje tělesnou výchovu, biologii a ekologii, doplňkově zdravotní výchovu.

1. Jak dlouho se pohybuješ v učitelské profesi?

Začala jsem učit ještě dříve, než jsem dokončila magisterské studium, tj. asi ve 23 letech, to je k dnešku asi 7 let.

2. Proč sis vybrala studium na pedagogické fakultě?

Po studiu na gymnáziu jsem ještě neměla konkrétní představu, co chci v životě dělat. Jelikož jsem hrála závodně volejbal, chtěla jsem zůstat u sportu. A na pedagogické fakultě otevírali obor biologie a tělesná výchova. Zkusila přijímačky a vzali mě.

3. Přála sis učit už jako malé dítě, nebo jsi k této profesi dospěla později?

Dospěla jsem k této profesi až na vysoké škole.

4. Vybrala jsem si tě, protože se mi moc líbí tvůj styl učení a práce s dětmi. Kdo tě inspiroval nebo ovlivnil?

Mě asi nikdo neinspiroval. Připravuji si hodiny tak, aby byly kreativní a děti bavily. Myslím si, že frontální výukou děti tolik nezaujmu.

5. Víš, že jsi hodně kreativní, kde bereš nápady do výuky?

Nápady беру buď od kolegů, kamarádů učitelů, na internetu nebo ve vlastní hlavě. Vždy se s někým bavím nebo něco najdu na internetu a potom si vše upravím podle daného tématu.

6. Máš zkušenosti s alternativní pedagogikou?

Moc ne. Jednou jsem dostala nabídku učit do Montessori školy, ale byla jsem na náslechu a radši jsem zvolila klasickou školu.

7. Preferuješ spíše alternativní nebo klasický styl výuky?

Myslím si, že je dobré výuku prolínat oběma styly.

8. Učila jsi na prvním, druhém i třetím stupni. Kde jsi svou kreativitu nejlépe využila?

Asi na prvním stupni

9. Jak reagují děti na netradiční výuku?

Určitě je víc baví.

10. Je rozdíl v přístupu k netradiční hodině u dětí na základní škole a na střední škole?

Moc rozdílů nevidím. Na střední škole jsou sice děti starší, ale i ony se chtějí ve škole trochu bavit a ne jen něco memorovat. Ale samozřejmě záleží na tom, o jaký předmět se jedná.

11. Podporuje tebe a tvé kolegy vedení v dalším vzdělávání

Určitě ano.

12. Na tvé škole, kde momentálně učíš, ti škola školení proplácí a uvolňuje tě z vyučování?

Ano, jednotlivá školení nám sami nabízejí a i proplácejí.

13. Jaký máš vztah s žáky?

Vnímám naše vzájemné vtahy klidně.

Snažím se je brát takové, jací jsou, s respektem k jejich domácímu prostředí.

14. Preferuješ mladší nebo starší žáky?

Mám ráda všechny žáky. U mě záleží na daném předmětu. Přírodopis či biologii raději učím starší žáky a tělocvik zase ty mladší.

15. Je něco, co bys na sobě chtěla zlepšit?

Určitě je hodně věcí, na kterých bych chtěla pracovat. Třeba lepší vyjadřování či organizaci vyučovací hodiny.

16. Jsou věci, které tě ti v této profesi vadí?

Určitě jsou to finance. Zlepšení finančních podmínek ve školství by podle mého názoru, přilákalo více učitelů - mužů, které děti určitě potřebují. Také vnímám nadbytečnou administrativu a horší komunikaci s některými rodiči.

Vlastní hodnocení vyučujícího

Mé hodnocení vychází z náslekových hodin a společné kolegiální spolupráce. Měla jsem možnost být přítomna v několika náslekových hodinách a nahlédnout do příprav na hodinu, které má velice pečlivě rozpracované, a bylo vidět, že s přibývajícimi zkušenostmi je po čase upravuje. V hodinách působí sebevědomě. Vyjadřuje se kultivovaně a srozumitelně. Ve velkém množství využívá učební pomůcky ať už učebnice, nebo pomůcky vlastní výroby. Je otevřená nápadům, se kterými přijdou žáci, a nebojí se je vyzkoušet. V hodinách často používá pracovní listy k opakování a fixaci učiva. Velice se mi líbí rozvržení hodiny a schopnost zapojit celou třídu a udržet její pozornost po celou dobu výuky. Vztah se žáky má velice demokratický, přátelský, ale zároveň je vidět, že žáci mají respekt a uznávají ji jako autoritu. Žákům je vždy nápomocná a v problematických situacích postupuje rozvážně.

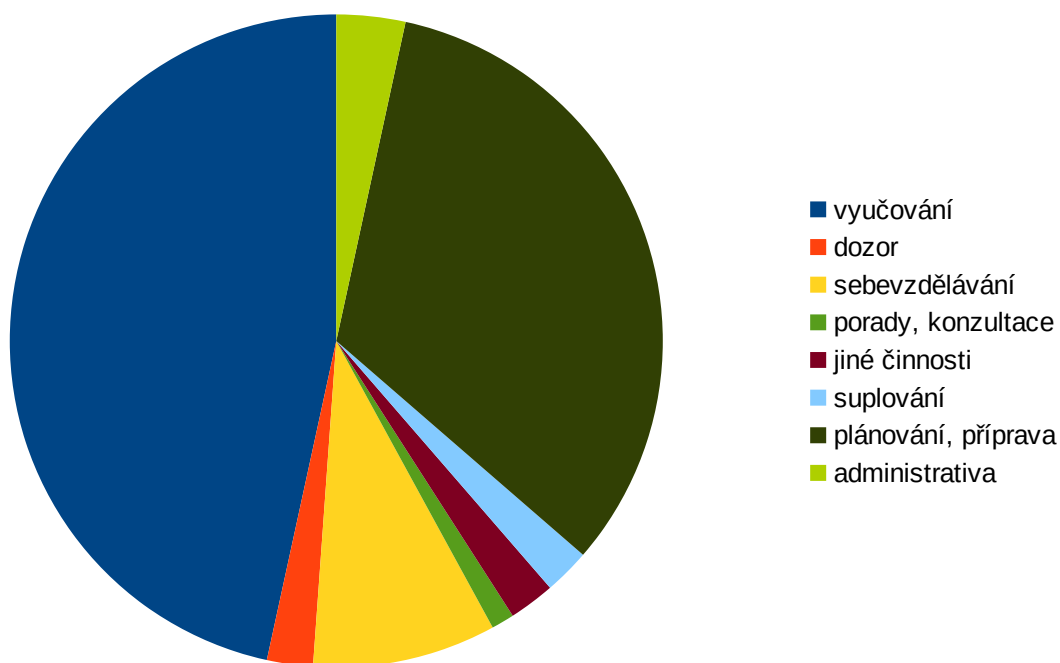
Pracovní činnosti učitele na střední škole

- vyučování
- plánování výuky, příprava na výuku, tvorba učebních materiálů, oprava žákovských prací
- školní administrativa
- sebevzdělávání
- dozor
- porady, schůze, konzultace, třídní schůzky

- suplování za jiného učitele
- jiné činnosti (péče o pomůcky, kabinet..)

Pro ukázkou jsem zpracovala rozložení jednotlivých pracovních činností v rámci jednoho měsíce, a to měsíce října 2019. V tomto měsíci bylo 22 pracovních dní tj. 176 pracovních hodin. Jeden státní svátek a ve dvou pracovních dnech byly dle organizace školního roku MŠMT podzimní prázdniny viz graf č. 1 a tabulka č. 5.

Graf č. 1 - rozložení pracovních činností učitele v měsíci říjnu 2019



pracovní činnosti	počet hodin	procentuální poměr
vyučování	82	47 %
dozor	4	2,3 %
sebevzdělávání	16	9 %
porady, konzultace	2	1,1 %
jiné činnosti	4	2,3 %
suplování	4	2,3 %
plánování, příprava	58	33 %
administrativa	6	3 %
celkem	176	100 %

Tabulka č. 5

Popis rozložení pracovních činností

Z výše uvedeného grafu vyplývá, že nejvíce času věnovala učitelka Eva vyučování (47 %), na druhém místě pak plánování výuky, přípravě na výuku, tvorbě učebních materiálů, opravě žákovských prací (33 %). Díky dvěma dnům samostudia uděleným ředitelem školy v období podzimních prázdnin je v tomto měsíci vyšší poměr sebevzdělávání – 9 %. V jiných měsících by dle vyjádření učitelky dosahovala tato hodnota maximálně 4,5 %. V ostatních parametrech poměry korelují s rozložením pracovních dnů (rozvrhu hodin) v jednotlivém měsíci. Do tohoto rozložení zasahují i státní svátky, prázdniny či jiné mimořádné události (volno ředitele školy, exkurze, školní výlety, apod.). Díky nepřítomnosti jednoho učitele na pracovišti z důvodu pracovní neschopnosti se zde také objevily 2,3 % pracovních činností v oblasti suplování. Tento čas v jiných měsících věnuje učitelka přípravě na výuku.

6.3 Závěr

Z profesiografického rozboru pedagogického pracovníka je patrné legislativní vymezení učitelského povolání. Dále jsou zde definovány kvalifikační požadavky, pracovní podmínky, pracovní prostředí a jednotlivé profesní činnosti v profesi učitele. Ty pak směřují k profesnímu vývoji učitele. Mohli bychom také říci k rozvoji profesní identity, která umožňuje učiteli přes závislost na sociálním, politickém, kulturním a obecně historickém vývoji společnosti stát se svébytným, individuálním a originálním profesionálem. Profesní identita je stále probíhající proces. V průběhu výkonu povolání učitele, ale působí na jednotlivce pracovní zátěž vyplývající jak z obecné pracovní zátěže, tak zátěže specifické pro profesi učitele. Míra této zátěže a schopnost jedince se s ní vypořádat, ať již danými osobnostními vlastnostmi nebo proaktivním chováním, určuje míru pracovní spokojenosti učitele, a tím i kvalitu jeho pracovního výkonu. Na závěr jsem zpracovala sondu do rozložení pracovních činností učitele v rámci jednoho měsíce na střeň škole. Z této sondy je patrná důležitost organizačních schopností učitele. Na jeho schopnosti plánovat jednotlivé pracovní činnosti, ať už v rámci celku nebo jednotlivých vyučovacích hodin, stojí kvalita výkonu jeho profese.

7 PÍSEMNÁ PŘÍPRAVA NA PŘÍMOU PEDAGOGICKOU ČINNOST

Jako přípravu na výukovou lekci jsem si zvolila předmět kosmetika v prvním ročníku oboru kosmetické služby. V tomto ročníku je dotace předmětu dle učebního plánu ŠVP v rozsahu 2 hodiny týdně z celkového počtu 8 hodin za dobu celého studia. V rozvrhu hodin je pak uspořádán jednou týdně jako dvouhodinová lekce. Tento teoretický předmět tvoří základní kámen oboru a patří spolu se zdravotědou a odborným výcvikem k povinným maturitním předmětům v profilové části maturitní zkoušky. Proto je třeba žáky připravovat systematicky v návaznosti na mezipředmětové vztahy. Vyučovací blok 2x 45 minut vyžaduje důkladné plánování a přípravu na výuku, protože je zde náročnější udržet u žáků pozornost a zájem o probíranou látku. Z těchto důvodů ráda do výuky zařazuji skupinovou práci, samostatnou práci i didaktickou hru. Zároveň průběžně střídám didaktické pomůcky (učebnice, výukový plakát, tabule, powerpointová prezentace). Tuto přípravu jsem využívala při své pedagogické praxi na SOU služeb v Praze 9.

předmět: kosmetika	škola: SOU služeb, Novovysočanská
třída: středoškolská mládež třída 1.D	počet žáků: 25
časová dotace: vyučovací blok 2x 45 minut	učitel: Petra Trojanová

Tematický celek: Anatomie kůže

Téma hodiny: Kůže, kosmetické vady a onemocnění kůže

Průřezová témata:

- informační a komunikační technologie
- člověk a životní prostředí
- občan v demokratické společnosti

Klíčové dovednosti žáka

Při výuce vedeme žáky k těmto klíčovým kompetencím:

- pozitivnímu vztahu k učení

- poslouchat mluvený projev s porozuměním
- k vhodnému formulování svých myšlenek a postojů, k diskuzi o dané problematice
- ke zpracování odborné problematiky do písemné podoby při dodržování odborné terminologie
- k uplatňování různé práce s textem, ke čtenářské gramotnosti
- k porozumění při zadání úkolu
- k práci v týmu při řešení problémů
- k volbě vhodných zdrojů při vyhledávání informací z oboru
- k uplatňování různých metod myšlení

Dílčí cíle

Žák bude na konci hodiny:

- ovládat základní terminologii anatomie kůže
- definovat stavbu kůže a podstatu přídatných kožních orgánů, jejich funkci a důležitost pro kožní povrch
- schopen popsat fyziologii kůže a její ochranné funkce
- rozeznávat základní kosmetické vady a onemocnění kůže s možnostmi jejich léčby

Organizační formy:

skupinová, ve třídě

Metody výuky:

- slovní metoda – přednáška, práce s textem, diskuze
- názorně demonstrační metoda – práce s obrazem (výukový plakát, powerpointová prezentace)
- didaktická hra

Didaktické prostředky a pomůcky

materiální: učebnice Kosmetika I., dataprojektor, výukový plakát

Mezipředmětové vztahy

- zdravotní věda
- odborný výcvik
- biologie a ekologie

Motivace

Krátká diskuze na téma, co o nás říká naše kůže.

Otázky do diskuze:

co vše vyčteme z kůže? (věk?, pohlaví?, rasu?, životní styl?, povolání? papilární linie, predispozice k onemocněním? módní trendy?..)

Průběh lekce

I. část (45 minut)

- úvodní administrativa/ pozdravení se žáky, zápis do třídní knihy (2 minuty)
- seznámení žáků s obsahem a cílem hodiny, motivace (5 minut)
- krátké opakování učiva z minulé lekce estetika a ideál krásy (jakou roli hraje kůže v ideálu krásy v jednotlivých obdobích?) (10 minut)
- anatomie kůže (stavba kůže, deriváty a žlázy) (15 minut)
- kůže – funkce (13 minut)

II. část (45 minut)

- měření fototypu a vyhodnocení, pracovní list pro zhodnocení vlastního fototypu (10 minut)
- pracovní list pro skupinovou práci, doplňovačka – kůže (10 minut)
- onemocnění kůže – základní charakteristika kosmetických vad a onemocnění, možnosti jejich léčby (12 minut)
- pracovní list (didaktická hra) – onemocnění kůže (10 minut)
- zhodnocení hodiny, motivace pro příští lekci (3 minuty)

Přílohy

- pracovní list kůže
- pracovní list fototyp
- pracovní list onemocnění kůže
- pracovní list didaktické hry

viz příloha č. 8

8 SEZNAM PROSTUDOVANÉ LITERATURY

HAWKINS, Peter a Robin SHOHET. *Supervize v pomáhajících profesích*. Vydání druhé. Přeložil Helena HARTLOVÁ. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0987-4.

HENNIG, Claudius a Gustav KELLER. *Antistresový program pro učitele: projevy, příčiny a způsoby překonání stresu z povolání*. Praha: Portál, 1996. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-093-6.

HONZÁK, Radkin. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. Praha: Vyšehrad, 2013. ISBN 978-80-7429-331-3.

KAZÍK, Petr. *Rukověť dobrého lektora, Praktické tipy a návody pro začínající i zkušené přednášející*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2453-9

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada, 1998. Psychologie pro každého. ISBN 80-7169-551-3.

PRŮCHA, Jan, ed. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-252-1.

RUSH, Myron D. *Syndrom vyhoření*. Praha: Návrat domů, 2003. Moudrost do kapsy. ISBN 80-7255-074-8.

ŠTIKAR, Jiří. *Psychologie ve světě práce*. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0448-5.

ŠVINGALOVÁ, Dana. *Stres a "vyhoření" u profesionálů pracujících s lidmi*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2006. ISBN 80-7372-105-8.

TONUCCI, Francesco. *Vyučovat nebo naučit?*. Přeložil Stanislav ŠTECH. Praha: Středisko vědeckých informací Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, 1991, 65 s. Informační bulletin. Supplementum. ISBN 80-238-4203-X.

VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Sestry v nouzi: syndrom vyhoření, mobbing, bossing*. Praha: Grada, 2011. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3174-2.

VETEŠKA, Jaroslav. *Kompetence ve vzdělávání dospělých: pedagogické, andragogické a sociální aspekty*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-86723-98-3.

VÍCHOVÁ, Veronika. *Autogenní trénink a autogenní terapie: relaxace, která pomáhá*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0999-7.

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČR. *Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 69-41-L/01 Kosmetické služby*. Národní ústav odborného vzdělávání [online] 28. června 2007 [2020-4-4]. Dostupné na: <http://zpd.nuov.cz/RVP/ML/RVP%206941L01%20Kosmeticke%20sluzby.pdf>

ČESKO. Zákon č. 262 ze dne 21. dubna 2006 zákoník práce. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2006, částka 262, s. 3146. Zákony pro lidi [online] 1. ledna 2020 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262>

ČESKO. Zákon č. 258 ze dne 14. července 2000, o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 74, s. 3622. Zákony pro lidi [online] 1. ledna 2018 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

ČESKO. Zákon č. 561 ze dne 24. září 2004 o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 190, s. 10262. Zákony pro lidi [online] 12. ledna 2016 [2020-4-4], Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-563>

ČESKO. Zákon č. 563 ze dne 24. září. 2004 o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů , In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 190, s. 10333. Zákony pro lidi [online] 1. ledna 2018 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-258>

ČESKO. Vyhláška č. 263 ze dne 23. října. 2007 kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí., In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2004, částka 86, s.3285. Zákony pro lidi [online] 12. ledna 2016 [2020-4-4] Dostupný také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2007-263>

9 ZÁVĚREČNÁ ÚVAHA O STUDIU

„V každém okamžiku se rozhoduješ, kým jsi a budeš. Tvůj život je vždycky výsledkem tvých myšlenek.“

[Neale Donald Walsch]

Studium na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze v bakalářském programu Specializace v pedagogice - Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku jsem brala jako osobní výzvu. Můj ne zcela dobrovolný odchod z pracovní pozice učitele na SOU, který byl způsoben zejména změnou legislativy, ve mne vyvolal řadu pochybností. Pochybností o svých schopnostech učit mladou generaci kosmetiček, předávat jim své vědomosti i zkušenosti. Přitom jsem propojovala své poznatky z oboru kosmetiky se získanými pedagogickými zkušenostmi dle svého nejlepšího svědomí a vědomí. Sebereflexi jsem stavěla na odezvách žáků a jejich studijních i profesních úspěších. Také kolegové učitelé mi byli zvláště zpočátku mé pedagogické praxe oporou a vzorem. Vážila jsem si jejich cenných rad a doporučení a nejednou jsem o ně sama žádala. A přesto jsem najednou byla nežádoucí a nekompetentní pro profesi učitele. V první chvíli jsem chtěla na učitelství zanevřít. Pak jsem, ale zjistila, že učitelem (tak jako i jinou profesí) se člověk nejen stává, ale určitou měrou i rodí. A i přes ztrátu pedagogické praxe jsem se rozhodla nevzdat to a přihlásila jsem se ke studiu. Svou odvalu a náročnost tohoto závazku jsem si uvědomila až v průběhu studia. S velkou pokorou jsem přistupovala ke každému předmětu. A za odměnu mi každý z nich postupně rozšiřoval můj všeobecný i odborný rozhled. Získané cenné vědomosti z celé širší pedagogické profese mi pomohly k analýze a pochopení pojmů, termínů a složitých vazeb některých vědních oborů. Zejména pak pedagogiky, didaktiky a psychologie.

Závěr studia mne postavil před mnoho úkolů. Jedním z nich bylo i zpracování závěrečné práce. Vybrala jsem si alternativní bakalářskou práci "Portfolio profesního rozvoje". Tento typ práce mě vyhovoval svou jasnou strukturou, kde každá jednotlivá kapitola má svůj konkrétně stanovený cíl, a tím je pro mne uchopitelnější. Její netradiční forma mne oslovila i svou možností určitě sebereflexe mých vědomostí a pracovních zkušeností, kterou jsem bezesporu potřebovala ke znovunabytí zdravého učitelského sebevědomí. Při jejím zpracování jsem využívala své zkušenosti z praxe, oporou a cenným zdrojem informací mi ale byla i publikace "Portfolio profesního rozvoje jako alternativní

bakalářská práce v profesních oborech", autorů PhDr. Michala Zvírotského, Ph.D., PaedDr. Zdeňky Hankové, PhDr. Jany Kropáčové, Ph.D. a Mgr. Magdaleny Richterové. Tímto bych jim chtěla vyjádřit svůj dík. Při zpracovávání jednotlivých kapitol jsem si ověřila posun svých teoretických i odborných kompetencí získaných v průběhu studia a nepřeborné možnosti jejich dalšího rozvoje. Dalo by se říci, že studiem jsem si vlastně "otevřela dveře do svátečního pokoje celoživotního vzdělávání." Uvědomila jsem si, že jsem učitelkou profesí nejen nepověsila na pomyslný hřebík, ale že získané vzdělání a odbornost budu používat ať už jako učitelka na střední škole nebo jako lektorka odborných seminářů.

Závěrem této práce bych chtěla poděkovat všem, kteří mne na cestě studia podporovali, dodávali mi odvalu, kterou jsem upřímně řečeno někdy ztrácela. Ať už díky pochybnostem, které mne provázely po ztrátě pedagogické praxe, tak i v těžkých chvílích, kdy jsem musela jako každý student skloubit všechny povinnosti studijní, pracovní i osobní. Chtěla bych také říci, že si vážím svého studia na tak prestižní škole, jakou bezpochyby Univerzita Karlova je, a jsem hrdá, že o ní mohu mluvit jako o Alma mater.

10 SEZNAM PŘÍLOH

1. Učební plán
2. Profilová část maturitní zkoušky
3. Podmínky pro přijetí ke studiu
4. Pověření instruktora
5. Vzor smlouvy
6. ŠVP – odborný výcvik
7. Ověřovací zkoušky
8. Přílohy k přímé pedagogické činnosti