

TRANZITNÍ PLÁNY PRO DĚTI SE SVP

METODICKÁ PŘÍRUČKA TRANZITNÍHO PROGRAMU



TRANZITNÍ PLÁNY PRO DĚTI SE SVP

METODICKÁ PŘÍRUČKA TRANZITNÍHO PROGRAMU

Tento materiál vznikl jako výstup projektu Šance pro děti se SVP II
Registrační číslo: CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783,
Příjemce: SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc – Hejčín
Publikace neprošla jazykovou korekturou.



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



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Od září 2020 do konce roku 2022 probíhal na SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc projekt „Šance pro děti se SVP II“ realizovaný díky finanční pomoci ze strukturálních fondů EU a rozpočtu ČR. Tento projekt byl zaměřen na žáky praktické školy jednoleté, praktické školy dvouleté a na obor Stravovací a ubytovací služby. Hlavním smyslem projektu bylo vytvoření podmínek pro kvalitnější podporu žáků v přechodu ze školy do reálného pracovního prostředí formou tvorby individuálních tranzitních plánů. V průběhu projektu došlo k tvorbě sad pracovních listů jako součásti tranzitního programu školy. Touto formou se naše škola může lépe zaměřit na zvyšování kvality práce především formováním nadstandardních vědomostí a dovedností žáků příslušných oborů nad rámec stávajících ŠVP.

Pedagogičtí pracovníci školy se v během projektu účastnili tematických workshopů, na které navazovala tvorba pracovních listů pro žáky. Ty byly následně v rámci individuálních a skupinových schůzek zaměřených na tvorbu tranzitních plánů s žáky pilotovány. Na základě procesu ověřování vhodnosti obsahu byly pracovní listy upraveny do podoby, která je prezentována v této souborné publikaci.

Do tranzitních plánů bylo zapojeno 20 žáků školy a řada pedagogů, kteří si tak zvýšili kompetence pro následující realizaci tranzitních programů napomáhajících žákům v přechodu na samostatný způsob života. Ti budou lépe připraveni pro soběstačnost v běžných denních činnostech, v bydlení, v trávení volného času, v posilování mezilidských vztahů, v hledání pracovního uplatnění atp.

Celý koncept „Tranzitního programu“ stojí na šesti oblastech:

1. Uvedení a uplatnění absolventů na trhu práce
2. Volnočasové aktivity a výchova ve volném čase
3. Sebeobsluha, hospodaření v domácnosti a zabezpečení jejího chodu
4. Rodina, partnerské soužití, péče o dítě, sexualita
5. Osobnostní rozvoj, mezilidská komunikace a socializace
6. Sociální zabezpečení, sociální služby a finanční gramotnost

Tato publikace by měla sloužit především jako ucelená pomůcka pro pedagogické pracovníky vytvářející se svými žáky individuální tranzitní plány. V první části je ke každé z šesti částí teoretický vstup do dané problematiky a přehled doporučené studijní literatury. Druhou část pak tvoří dvě sady pracovních listů, které se od sebe liší především mírou náročnosti pro jejich splnění, a to s ohledem na rozdíly v mentálním postižení žáků jednotlivých oborů.

Rád bych na tomto místě poděkoval všem, kdo se podíleli na úspěšné realizaci projektu. Už z této publikace samotné je patrné, že došlo k vytvoření velmi rozsáhlého díla. Jsem přesvědčen o tom, že tranzitní program školy zvýší kvalitu vzdělávání žáků naší školy a pro vyučující budou zpracované materiály významnou pomůckou, kterou v minulosti výrazně postrádali.

PaedDr. Mgr. Dan Blaha
Ředitel školy

Téma č. 1:

UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE – ZAMĚSTNÁVÁNÍ OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

1. VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ

MENTÁLNÍ RETARDACE

Pojem mentální retardace vychází z latinských slov „mens“ (mysl, duše) a „retardatio“ (opozdit, zpomalit), dá se tedy doslovně přeložit jako „opoždění mysli“. Nepostihuje ale pouze psychické, tedy mentální schopnosti, ale celou lidskou osobnost ve všech složkách. Týká se tedy nejenom rozumových schopností, ale i emocí, komunikačních schopností, úrovně sociálních vztahů, možností společenského a pracovního uplatnění.

Mentální retardací rozumí Slowík (2010, s. 46) vývojové a trvalé, „vrozené mentální postižení, způsobené poškozením mozku před narozením či během porodu, eventuálně do konce druhého roku po narození“. Mentální postižení je trvalý stav porušení poznávací činnosti a snížení rozumových schopností. Může být způsobeno řadou příčin a rovněž jeho projevy jsou velmi individuální. Podle Švarcové (2010) se mentální retardace projevuje především zpomalenou chápavostí, sníženou schopností komparace a vyvozování logických vztahů, sníženou mechanickou a především logickou pamětí, tékavou pozorností, nedostatečnou slovní zásobou a neobratností ve vyjadřování, impulsivností, citovou vzrušivostí, nedostatečnou osobní identifikací, zvýšenou potřebou uspokojení a bezpečí, poruchami v interpersonálních vztazích a v komunikaci, sníženou přizpůsobivostí k sociálním požadavkům a mnohými dalšími rysy. Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10) rozlišuje mentální retardaci na lehkou, středně těžkou, těžkou, hlubokou a jinou.

Bartoňová (2007) uvádí jako hlavní znaky mentální retardace nízkou úroveň rozumových schopností, omezenou schopnost učení, ztíženou adaptaci na běžné životní podmínky. Také uvádí, že postižení je stav trvalý. Lze dosáhnout pouze mírného zlepšení, záleží na závažnosti a příčině postižení, ale i na vlivu prostředí (výchovné a terapeutické vlivy). Valenta (2014) definuje mentální retardaci jako vývojovou duševní poruchu, kde je snížená inteligence, snížené kognitivní, řečové, pohybové a speciální schopnosti. Slowík (2007) říká, že mentální postižení můžeme dělit dle různých hledisek a to biologických, psychologických, sociálních, pedagogických a právních.

Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10, mezinárodní zkratka ICD-10) a Diagnostický a statistický manuál duševních nemocí (DSM-V), kdy DSM-V jako jedno z hlavních kritérií retardace uvádí snížený IQ, a to pod hranici 70. Retardace se může vyskytovat i s jinými somatickými či duševními poruchami.

Pro účely našeho projektu si vymezíme lehkou a středně těžkou mentální retardaci:

A) LEHKÁ MENTÁLNÍ RETARDACE

- F70: IQ: 69–50
- Mentální věk: 9–12 let

Při lehké mentální retardaci lidé většinou dokážou užívat řeč účelně, a i když si řeč osvojují opožděně, dokážou udržet konverzaci. Většina také nepotřebuje výpomoc v každodenní péči jako je hygiena, jídlo atp. Problémy se objevují ve škole, kdy mívají specifické problémy se čtením a psaním, důležitá je kompenzace nedostatků. Na pracovním trhu se uplatňují spíše díky praktickým schopnostem než teoretickým. Pokud je člověk zároveň sociálně a emočně nezralý, projeví se to tím, že se hůře přizpůsobuje kulturním tradicím, normám a není schopen se začlenit do normálního života, kde se očekává manželství a výchova dětí (Pipeková, 2004). Nedo-káže sám vyřešit problémy nezávislého života, jako je například udržet si trvalé zaměstnání, či jiné finanční

zabezpečení. K lehké mentální retardaci se mohou objevit i jiné chorobné stavy například autismus, epilepsie a další (Švarcová, 2006).

B) STŘEDNĚ TĚŽKÁ MENTÁLNÍ RETARDACE

- F71 IQ: 49–35
- Mentální věk: 6–9 let

V této kategorii je opožděn jak vývoj řeči, tak i rozvoj chápání a schopnosti jsou omezené i v konečné fázi vývoje. I když si někteří mohou osvojit základy čtení, psaní a počítání, pokroky ve škole jsou značně omezené a je potřeba kvalifikované pedagogické vedení. Je omezená soběstačnost. Mezi středně těžkou a těžkou mentální retardací je výrazný rozdíl v řeči (Lechta, 2002).

Na trhu práce se mohou uplatnit v oblasti jednoduché manuální práce, ale je třeba odborný dohled. Samostatný život je spíše výjimkou. Účastní se jednoduchých sociálních aktivit, dokážou navázat kontakt s druhými. Zatímco jedna skupina lidí se středně těžkou mentální retardací dosahuje vyšší úrovně v senzorio-motorických dovednostech, druhá skupina je schopna sociální interakce a komunikace. Liší se také v úrovni rozvoje řeči. Většina se může pohybovat bez cizí pomoci, ale mohou se objevit i přidružená tělesná postižení. Přidružená také často bývá epilepsie nebo dětský autismus. Mohou se objevit i psychiatrická onemocnění, ale diagnóza je velmi obtížná (Švarcová, 2006).

C) TĚŽKÁ MENTÁLNÍ RETARDACE

- F72 IQ: 34–20
- Mentální věk: 3–6 let

Tato kategorie je velmi podobná předchozí středně těžké mentální retardaci, v oblastech klinických a přidružených stavů. V mnohem větším měřítku se tu ale objevuje úroveň schopností. Většina lidí má značný stupeň poruchy motoriky a jiných přidružených vad. Velmi častý je vadný vývoj ústředního nervového systému. Ke zlepšení jejich rozvoje motoriky, rozumových schopností, jejich samostatnosti, je nutná výchovná a vzdělávací péče a také péče kvalifikovaná rehabilitační, nutné je, aby se s péčí začalo včas (Švarcová, 2006).

2. PROFESNÍ PŘÍPRAVA MLÁDEŽE S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Následující text se zaměřuje na středoškolské vzdělávání, které se dělí na odborné učiliště, praktickou školu jednoletou a praktickou školu dvouletou.

A) ODBORNÉ UČILIŠTĚ

Na odborných učilištích se studuje dva nebo tři roky. Studium se ukončuje na dvouletém oboru závěrečnou zkouškou, kde žáci obdrží vysvědčení a na tříletém oboru závěrečnou zkouškou za kterou studenti obdrží výuční list. Základní úlohou je studentům osvojit praktické dovednosti, které jim pomohou dosáhnout profesního uplatnění v budoucnu. Je velký výběr oborů, které si studenti mohou vybrat, ale musí se zohlednit možnosti jedince, rozmyslet si, v jakém oboru by jedinec mohl vynikat (Bartoňová et al., 2007).

Například obory kategorie H (střední odborné vzdělání s výučním listem) jsou tradiční učební obory na tři roky studia, po získání výučního listu lze pokračovat nástavbovým studiem. Do této kategorie patří prodavač. Obory kategorie E (nižší střední odborné vzdělávání) je tříleté nebo dvouleté, obory mají nižší nároky ve studiu. Do této kategorie patří potravinářské práce.

B) PRAKTICKÁ ŠKOLA JEDNOLETÁ

Délka studia je jeden rok denního studia. Mohou ji absolvovat žáci s těžkým zdravotním postižením nebo s těžkým stupněm mentálního postižení, žáci s více vadami, autismem, nebo žáci, kteří ukončili vzdělání na základní škole speciální, praktické. Jde hlavně o prohloubení vědomostí získaných již v povinné školní do-

cházce, osvojit si manuální dovednosti potřebné pro nalezení uplatnění na pracovním trhu. Rozvíjí se také komunikační schopnosti, zdravý životní styl, samostatnost žáka.

C) PRAKTICKÁ ŠKOLA DVOULETÁ

Praktická škola dvouletá umožňuje klientům získat středoškolské vzdělání. Je určena žákům se speciálními vzdělávacími potřebami, protože mají sníženou úroveň rozumových schopností. Mohou ji ale navštěvovat i žáci s více vadami, pokud předtím ukončili povinnou školní docházku v základní škole speciální nebo praktické. Je to dvouleté denní studium. Jediní si zde osvojují manuální dovednosti a znalosti potřebné k nalezení uplatnění na pracovním trhu.

3. ZAMĚŠTNÁVÁNÍ A VÝZNAM PRÁCE PRO ČLOVĚKA S POSTIŽENÍM

Práce pro osoby s postižením neznamená pouze přirozenou potřebu, ale pomáhá jim budovat samostatnost, nezávislost, ale také jim zvyšuje sebevědomí.

Pracovní začlenění má podporu i v legislativě. V Listině základních lidských práv a svobod je zmíněno, že každá osoba má právo na volbu svého povolání a osoby se zdravotním postižením mají právo na zvláštní pracovní podmínky či na zvýšenou ochranu zdraví při práci (Michalík, 2011).

ZÁKON O ZAMĚŠTNANOSTI

Zaměstnávání osob s postižením je rozpracované v zákoně č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti v § 67:

- (1) *Fyzickým osobám se zdravotním postižením (dále jen „osoby se zdravotním postižením“) se poskytuje zvýšená ochrana na trhu práce.*
- (2) *Osobami se zdravotním postižením jsou fyzické osoby, které jsou orgánem sociálního zabezpečení uznány a) invalidními ve třetím stupni (dále jen „osoba s těžším zdravotním postižením“), b) invalidními v prvním nebo druhém stupni, nebo c) zdravotně znevýhodněnými (dále jen „osoba zdravotně znevýhodněná“).*
- (3) *Osobou zdravotně znevýhodněnou je fyzická osoba, která má zachovány schopnosti vykonávat soustavné zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost, ale její schopnosti být nebo zůstat pracovně začleněna, vykonávat dosavadní povolání nebo využít dosavadní kvalifikaci nebo kvalifikaci získat jsou podstatně omezeny z důvodu jejího dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu; osobou zdravotně znevýhodněnou však nemůže být osoba, která je osobou se zdravotním postižením podle odstavce 2 písm. a) nebo b).*
- (4) *Za dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav se pro účely tohoto zákona považuje zdravotní stav, který podle poznatků lékařské vědy má trvat déle než jeden rok a podstatně omezuje tělesné, smyslové nebo duševní schopnosti, a tím i schopnost pracovního uplatnění.*

4. PODPOROVANÉ ZAMĚŠTNÁVÁNÍ

Slowík (2016) uvádí, že se jedná o komplex služeb, které jsou omezeny časově obvykle na dobu tří let. Důležité je, aby práce vyhovovala zájmům a dovednostem klienta. Podporuje se jeho samostatnost, posilují se pracovní návyky, zájem a profesní rozvoj. Zaměstnání se hledá na otevřeném trhu práce. Má stejné, nebo velmi podobné pracovní podmínky, jako všichni ostatní. Musí jít o práci, kde z toho má užitek i zaměstnavatel. Klient se zúčastňuje všech akcí pro zaměstnance. Poskytovaná podpora je individuální. Zaměřuje se na konkrétní potřeby klienta. Postupem času se čím dál více snižuje. Pomoc je poskytována jak v práci, aby si klient osvoжил potřebné pracovní schopnosti, tak i mimo práci, například v docházení na úřad práce, právní konzultace aj. Ze začátku je důležité hlídat i to, aby klient včas odjel na pracovní místo. Usiluje se o to, aby podpora byla co nejméně nápadná pro ostatní zaměstnance. Je důležité dobře připravit pracovní místo a co nejlépe ho přizpůsobit dané-

mu klientovi. Služba je časově omezená, bývá to obvykle do 24 měsíců, pouze v krajních případech se služba může prodloužit. Hlavním cílem podporovaného zaměstnávání je osobě, která má problém si zaměstnání najít a později udržet, najít práci na otevřeném pracovním trhu (Rytmus o.s. ve spolupráci s Českou unií pro podporované zaměstnávání, 2006).

5. TRANZITNÍ PROGRAM

„Tranzitní program je systém přípravy a podpory mladých lidí se zdravotním postižením v jejich přechodu ze školy do dalšího života, v oblastech dalšího studia, zaměstnání, aktivit pro volný čas, soběstačnosti v běžných denních činnostech, bydlení, mezilidských vztahů a osobního rozvoje.“ (Stupková, 2014, s. 6)

Valentová (2014) uvádí, že cílem je usnadnit studentům přechod ze školy do dospělého života prostřednictvím:

- prevence vyloučení a podpory při začlenění,
- podpory studenta při vytvoření vlastní představy o budoucnosti a při její realizaci,
- využití přirozené podpory blízkých a dalších zúčastněných,
- využití dostupných služeb podporující samostatný život,
- rozvoje pracovních a sociálních dovedností,
- možnosti vyzkoušet si pracovat (realizace praxe na otevřeném trhu práce) a naučit se, co znamená zodpovědnost ve vztahu k práci,
- získávání zkušeností v dalších oblastech důležitých pro samostatný život (bydlení, volný čas, vztahy),
- podpory studenta v prosazování svých zájmů a práv,
- rozvoje sebedůvěry a pozitivního sebepojetí.

Cílovou skupinou tranzitního programu jsou žáci speciálních škol a studenti středních odborných učilišť, odborných učilišť, praktických škol. Konkrétně se jedná o osoby, u kterých se očekává, že budou potřebovat podporu při získávání a udržení pracovního místa. Program je určen pro osoby, které během následujících dvou let dokončí školní docházku. V České republice je tranzitní program k dispozici osobám s mentálním a kombinovaným postižením.

Tranzitní program má své výhody. Výhodou je, že ho lze považovat za prevenci nezaměstnanosti osob se zdravotním postižením. Student si v rámci programu může vyzkoušet praxe na různých pracovištích, díky čemuž by se měla lépe vybírat budoucí pracovní pozice. Výhodou také je, že se s ním zaměstnavatel dobře seznámí a vidí jeho práci. Rodiče často nevěří, že jejich děti práci zvládnou, praxe může ukázat, že se mýlí. Pokud po ukončení praxe klient práci nedostane, je možnost využít podporované zaměstnání, které většinou navazuje právě na tranzitní program. Hlavním cílem tranzitního programu je získání zaměstnání na volném trhu práce. Umožňuje klientům si ověřit své znalosti, získat nové zkušenosti s prací, pomáhá vytvořit představu o tom, kde by klient chtěl pracovat. V České republice se tranzitní program řadí pod sociální rehabilitaci, která je vymezená v § 70 zákona č.108/2006 Sb.

6. PRACOVNÍ REHABILITACE

Osoby se zdravotním postižením mají právo na *pracovní rehabilitaci*. Pracovní rehabilitaci zabezpečuje úřad práce místně příslušný podle bydliště osoby se zdravotním postižením ve spolupráci s pracovními rehabilitačními středisky nebo může na základě písemné dohody pověřit zabezpečením pracovní rehabilitace jinou právnickou nebo fyzickou osobu. Pracovní rehabilitace je souvislá činnost zaměřená na získání a udržení vhodného zaměstnání osoby se zdravotním postižením, kterou na základě její žádosti zabezpečují úřady práce a hradí náklady s ní spojené. Žádost osoby se zdravotním postižením obsahuje její identifikační údaje. Součástí žádosti je doklad osvědčující, že je osobou se zdravotním postižením.

Pracovní rehabilitace zahrnuje zejména poradenskou činnost zaměřenou na volbu povolání, volbu zaměstnání nebo jiné výdělečné činnosti, teoretickou a praktickou přípravu pro zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost. Zprostředkování, udržení a změnu zaměstnání, změnu povolání a vytvoření vhodných podmínek pro výkon zaměstnání nebo jiné výdělečné činnosti. Úřad práce v součinnosti s osobou se zdravotním postižením sestaví individuální plán pracovní rehabilitace s ohledem na její zdravotní způsobilost, kvalifikaci, schopnost vykonávat soustavné zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost a s ohledem na situaci na trhu práce.

Na pracovní rehabilitaci mohou být na základě doporučení ošetřujícího lékaře vydaného jménem zdravotnického zařízení, zařazeny fyzické osoby, které jsou uznány za dočasně neschopné práce. Zařazení této fyzické osoby na pracovní rehabilitaci nesmí být v rozporu s její zdravotní způsobilostí. Úřad práce je povinen zařazení písemně oznámit příslušné okresní správě sociálního zabezpečení s uvedením data zahájení, místa výkonu, denního rozsahu a celkové délky trvání pracovní rehabilitace a do 5 kalendářních dnů písemně oznámit její ukončení.

Teoretická a praktická příprava pro zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost osob se zdravotním postižením zahrnuje přípravu na budoucí povolání podle zvláštních právních předpisů, přípravu k práci, specializované rekvalifikační kurzy. Příprava k práci je cílená činnost směřující k zapracování osoby se zdravotním postižením na vhodné pracovní místo a k získání znalostí, dovedností a návyků nutných pro výkon zvoleného zaměstnání nebo jiné výdělečné činnosti. Tato příprava trvá nejdéle 24 měsíců. Příprava k práci osoby se zdravotním postižením se provádí na pracovištích jejího zaměstnavatele individuálně přizpůsobených zdravotnímu stavu této osoby. Příprava může být také prováděna s podporou asistenta, dále pak v chráněných pracovních dílnách a na chráněných pracovních místech právnické nebo fyzické osoby, ve vzdělávacích zařízeních státu, územních samosprávných celků, církví a náboženských společností, občanských sdružení a dalších právnických a fyzických osob. O přípravě k práci uzavírá úřad práce s osobou se zdravotním postižením písemnou dohodu. Ta obsahuje identifikační údaje účastníků dohody, obsah přípravy k práci, dobu a místo konání přípravy k práci, dále pak způsob jejího zabezpečení a způsob ověření získaných znalostí a dovedností, ujednání o vypovězení dohody. Dokladem o absolvování přípravy k práci je osvědčení vydané právnickou nebo fyzickou osobou, u níž byla příprava k práci prováděna. Osobě se zdravotním postižením, která nepobírá dávky nemocenského pojištění, starobní důchod, mzdu nebo úhradu mzdy, náleží po dobu přípravy k práci na základě rozhodnutí úřadu práce podpora při rekvalifikaci. Podpora je také vyplacena, pokud není osoba se zdravotním postižením v evidenci uchazečů o zaměstnání. Provedení pracovní rehabilitace stanoví vyhláška č. 518/2004 Sb., kterou se provádí zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti.

7. CHRÁNĚNÉ PRACOVNÍ MÍSTO

Chráněné pracovní místo je pracovní místo vytvořené zaměstnavatelem pro osobu se zdravotním postižením na základě písemné dohody s úřadem práce. Chráněné pracovní místo musí být provozováno po dobu nejméně 2 let ode dne sjednaného v dohodě.

Na vytvoření chráněného pracovního místa poskytuje úřad práce zaměstnavateli příspěvek. Příspěvek na vytvoření chráněného pracovního místa pro osobu se zdravotním postižením může činit maximálně osminásobek a pro osobu s těžším zdravotním postižením maximálně dvanáctinásobek průměrné mzdy v národním hospodářství za první až třetí čtvrtletí předchozího kalendářního roku. Žádost o příspěvek na vytvoření chráněného pracovního místa obsahuje identifikační údaje zaměstnavatele, místo a předmět podnikání.

K žádosti o příspěvek je nutné přiložit charakteristiku chráněných pracovních míst a jejich počet, potvrzení o stavu závazků ve věcech pojistného na sociální pojištění a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti, pojistného na veřejné zdravotní pojištění a doklad o zřízení účtu u peněžního ústavu.

Úřad práce může uzavřít dohodu o poskytnutí příspěvku na vytvoření chráněného pracovního místa i s osobou se zdravotním postižením, která se rozhodne vykonávat samostatně výdělečnou činnost. Vrácení příspěvku nelze požadovat, pokud tato osoba přestane vykonávat samostatně výdělečnou činnost ze zdravotních

důvodů nebo v případě jejího úmrtí. Úřad práce může na základě písemné dohody se zaměstnavatelem nebo s osobou se zdravotním postižením, která se rozhodne vykonávat samostatně výdělečnou činnost, poskytnout i příspěvek na částečnou úhradu provozních nákladů na chráněné pracovní místo obsazené osobou se zdravotním postižením.

8. AGENTURY PODPOROVANÉHO ZAMĚŠTNÁVÁNÍ

V rámci agentury podporovaného zaměstnávání pracují s uchazeči o zaměstnání se zdravotním postižením i s potenciálními zaměstnavateli pracovní *konzultanti a pracovní asistenti*.

Úkolem *pracovního konzultanta* je mimo jiné zodpovídat za kvalitní a efektivní poskytování služeb, vyhodnocovat vhodnost služeb pro dosažení cílů konkrétních zájemců o služby, poskytovat pracovní konzultace a asistenci uživatelům služeb, vyjednávat a spolupracovat s rodinami uživatelů a s odborníky jiných služeb, vyhledávat a vytvářet vhodné pracovní uplatnění pro uživatele a jednat se zaměstnavateli, vytvářet strategii práce s uživateli a vytvářet ve spolupráci s uživateli individuální plány.

Pracovní asistent pak poskytuje podporu uživateli služeb na pracovišti při nábízení dovedností, při učení se pracovními postupům a v komunikaci s kolegy. K jeho úkolům patří především poskytování pracovní asistence a podpora uživatelů v osvojování pracovních, sociálních a jiných dovedností.

9. MOTIVACE A OCHOTA ZAMĚŠTNÁVATELŮ K ZAMĚŠTNÁVÁNÍ LIDÍ S POSTIŽENÍM

Zaměstnavatelé mohou být k zaměstnávání lidí se zdravotním postižením motivováni různě. Do určité míry se na jejich motivaci podílí stát prostřednictvím různých pobídek, daňových úlev a příspěvků.

ZÁKONNÁ POVINNOST

Zaměstnavatelé, kteří zaměstnávají více než 25 zaměstnanců, mají podle zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti povinnost zaměstnávat osoby se zdravotním postižením alespoň do výše 4 % celkového počtu zaměstnanců (na každých 25 zaměstnanců tedy musí zaměstnat jednoho zaměstnance se zdravotním postižením). Pokud zaměstnavatel tuto svou povinnost nesplní, může za každého „povinného“ pracovníka se zdravotním postižením, kterého nezaměstnává, buď odebrat výrobky nebo služby od zaměstnavatelů zaměstnávajících více než 50 % osob se zdravotním postižením nebo odvádět do státního rozpočtu dvou a půl násobek průměrné měsíční mzdy. Zákonnou povinnost může zaměstnavatel splnit i kombinací těchto možností.

Zaměstnavatele mohou motivovat k zaměstnávání lidí se zdravotním postižením také slevy na daních, na které mají nárok podle zákona č. 586/1992 Sb. o daních z příjmu.

ROLE ÚŘADŮ PRÁCE A NEZISKOVÝCH ORGANIZACÍ

Významnou roli mohou hrát v motivaci zaměstnavatelů k zaměstnávání lidí se zdravotním postižením také agentury pro podporované zaměstnávání a četné neziskové organizace. V neposlední řadě mohou na motivaci zaměstnavatelů k zaměstnávání uchazečů se zdravotním postižením přispívat také úřady práce.

Úřady dle zákona o zaměstnanosti ukládají zaměstnavatelům povinnost obsazovat volná pracovní místa vymezená pro občany se zdravotním postižením pouze těmito občany a poskytují zaměstnavatelům zaměstnávajícím více než 50 % zaměstnanců se zdravotním postižením příspěvek. Umožňují informační a další služby o volbě povolání. Zabezpečují přípravu pro pracovní uplatnění a po jejím absolvování vhodné pracovní uplatnění občanům se zdravotním postižením. Vyžadují od zaměstnavatelů seznamy pracovních míst vhodných pro tyto občany, zabezpečují pracovní rehabilitaci, zřizují a spravují výcviková střediska

pro občany se zdravotním postižením, vedou evidenci uchazečů o zaměstnání se zdravotním postižením (Pipeková, 2006).

Zaměstnavatelé jsou oprávněni požadovat od úřadu práce informace a poradenství v otázkách spojených se zaměstnáváním osob se zdravotním postižením, součinnost při vyhrazování pracovních míst zvláště vhodných pro osoby se zdravotním postižením, spolupráci při vytváření vhodných pracovních míst pro osoby se zdravotním postižením, při řešení individuálního přizpůsobování pracovních míst a pracovních podmínek pro osoby se zdravotním postižením.

Zaměstnavatelé (právnícké i fyzické osoby) mohou žádat od místně příslušného úřadu práce dotaci na zřízení společensky účelného (prospěšného) pracovního místa pro osobu s postižením. Tato dotace zahrnuje především úpravu (např. bezbariérovou) pracoviště a speciální vybavení pro handicapovaného pracovníka. Dále pak má nárok na příspěvek týkající se mzdy pracovníka se zdravotním postižením (tento typ podpory obvykle trvá jeden rok, potom je mzda hrazena běžným způsobem z rozpočtu zaměstnavatele). Zaměstnavatelé jsou daňově zvýhodněni tím, že mají snížené, respektive krácené odvody z mezd pracovníků s postižením (jejich mzdy jsou totiž do určité výše výdělku nezdaněny) (Novosad, 2006).

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) BARTOŇOVÁ, M., a kol. 2007. *Psychopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. 2. vyd. Brno: Paido, 154 s. ISBN 978-80-7315-161-4.
- 2) LECHTA, V., 2002. *Symptomatické poruchy řeči u dětí*. 3. vyd. Praha: Portál. 190 s. ISBN 80-7178-572-5.
- 3) MICHALÍK, J. 2011. *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál, 512 s. ISBN 978-80-7367-859-3.
- 4) NOVOSAD, L. 2006. *Základy speciálního poradenství: struktura a formy poradenské pomoci lidem se zdravotním nebo sociálním znevýhodněním*. Praha: Portál, ISBN 80-7367-174-3
- 5) PIPEKOVÁ, J. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 2. rozšířené a přepracované vydání. Brno: Paido, 2006. ISBN 80-7315-120-0.
- 6) PIPEKOVÁ, J., 2004. *Pedagogika osob s mentálním postižením-psychopedie*. Brno: Paido. 466 s. ISBN 80-7315-071-917.
- 7) PIPEKOVÁ, J., 2010. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. vyd. Brno: Paido. 401 s. ISBN 978-80-7315-198-0.
- 8) SLOWÍK, J. 2007. *Speciální pedagogika*. Praha: Grada Publishing, a.s., ISBN 978-80-247-1733-3.
- 9) STUPKOVÁ, V., NOVÁKOVÁ, H., KÖLBLOVÁ, 2014 K., 2004. *Tranzitní program – ze školy do práce*. Praha: Jedličkův ústav a školy. 18 s. ISBN 80-247-0704-7.
- 10) ŠVARCOVÁ, I. 2006. *Mentální retardace: vzdělání, výchova, sociální péče*. Praha: Portál, ISBN 80-7367-060-7.
- 11) SLOWÍK, J. 2010. *Komunikace s lidmi s postižením*. Praha: Portál.
- 12) ŠVARCOVÁ, I. 2006. *Mentální retardace: vzdělání, výchova, sociální péče*. Praha: Portál, ISBN 80-7367-060-7.
- 13) ŠVARCOVÁ, Iva. 2010. *Mentální retardace: Vzdělávání, výchova, sociální péče*. Praha: Portál.
- 14) VALENTA, M., a kol. 2014. *Přehled speciální pedagogiky: rámcové kompendium oboru*. Vyd. 1. Praha: Portál, 269 s. ISBN 978-80-262-0602-632.
- 15) VALENTOVÁ, J. et al., 2014, *Tranzitní program*. Praha: Carter/reproplus, s.r.o. 53 s. ISBN 978-80-906052-0-6.
- 16) *Podporované zaměstnávání* [online], Česká unie pro podporované zaměstnávání [cit. 2020-10-10]. Dostupné na WWW: <http://www.unie-pz.cz/index.php/pz>
- 17) *Pracovní rehabilitace stanoví vyhláška č. 518/2004 Sb. dle Zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti* [online], Havit, s.r.o. 1998-2009 [cit. 2020-10-10]. Dostupné na WWW: <http://business.center.cz/business/pravo/zakony/zamestnanost/cast3.aspx>
- 18) Rytmus o.s.: *Legislativa* [online]. 2009 [cit. 2020-10-10]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.rytmus.org/rytmus/index.php?p=legislativa&site=default>>.

- 19) Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, [online]. [cit. 2020-10-10]. In: Sbírka zákon české republiky, částka 143, s. 8292, 8299, ISSN 1211-1244 Dostupné z: <http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/start.aspx>.
- 20) *Chráněné pracovní místo dle Zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti* [online], [cit. 2020-10-10]. Dostupné na WWW: <http://business.center.cz/business/pravo/zakony/zamestnanost/cast3.aspx>
- 21) Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů [online] ÚZIS [cit. 2020-10-12] Dostupné z: <http://www.uzis.cz/katalog/klasifikace/mkn-mezinarodni-statisticka-klasifikace-nemoci-pridruzenych-zdravotnich-problemu>

Téma č. 2:

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY A VÝCHOVA VE VOLNÉM ČASE

1. VOLNÝ ČAS

Do dnešního dne nebyla uspokojivě podána definice tohoto pojmu. S jistotou však můžeme říct, se jedná o fenomén, zasahující do mnoha vědeckých disciplín. Problematikou volného času se zabývá pedagogika, sociologie, psychologie, hygiena, ale také např. ekonomika. Ve volném čase najdeme prostor, v němž můžeme svobodně uspokojovat své potřeby a zájmy. Volný čas vnímáme jako určité období dne, kdy máme volnost ve výběru činností, kdy nemusíme dělat jakékoliv povinné aktivity a pokud máme nějaké přání či touhy, tak je v tomto čase můžeme realizovat. Volný čas je velmi důležitý pro každého jedince, obzvláště v období dospívání, kdy se zvyšují zájmy a záliby. Ve volném čase se utváří identita a dospívající má tu možnost se věnovat tomu, o co se zajímá, co jej baví, nebo naplňuje. Tento čas můžeme využít k odpočinku, zábavě nebo vlastnímu rozvoji. Volný čas má pro člověka pozitivní hodnotu jen tehdy, má-li vyhovující náplň (Kundera, 2016).

1.1 VYMEZENÍ

„Volný čas (angl. *leisuretime*, franc. *le loisir*) je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život.“ (Hofbauer, 2004, s. 13). Průcha (2009, s. 341) uvádí, že se jedná o „čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného pracovního dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku)“. Sak, Saková (2004, s. 59) tvrdí, že „volný čas je podle sociologických kritérií považován za čas, v němž jedinec svobodně na základě svých zájmů, nálad a pocitů volí svou činnost. Jedná se o tu část mimopracovního, mimoškolního času, která zůstane po zabezpečení individuálních a rodinných, existenčních a biologických potřeb“.

1.2 VOLNÝ ČAS V ŽIVOTĚ DOSPÍVAJÍCÍCH

Volný čas úzce souvisí s osobností dítěte, mladistvého, dospělého. Aktuálně je tento proces trávení volného času ovlivňován různými aspekty. Mezi jednotlivými složkami se vytváří aktivní vazby, a ty se podílí na přípravě volného času dnešních dětí. Stěžejním nástrojem přispívajícím ke kvalitě tráveného času slouží pedagogika volného času, která dokáže tuto problematiku pojmut v širokém měřítku (Kundera, 2016).

Nejdůležitější vliv má rodina. Podpora a motivace od rodičů je hnacím motorem. Stejně tak jako může působit pozitivně, může být i negativním činitelem v případě nezájmu rodičů, podceňování ze strany školy, nedostatečnou nabídkou v okolí, v němž jedinec vyrůstá – nedostatek zařízení poskytující zájmové aktivity. Posledním prvkem je nezájem a motivace samotných dospívajících (Hofbauer, 2000). Obdobný výčet aspektů vymezuje i Šerák (2009), jež klade důraz na osobnost dítěte, které si aktivity volí, dále rodinu a prostředí okolo daného dítěte, a nakonec školní a mimoškolní prostředí, které se podílí na výchově. Jednotlivé aktivity se vždy navzájem prolínají, nejde o izolované složky, působící samostatně.

Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) uvádí, že volný čas dětí a mládeže se liší od volného času dospělých. Poukazují právě na individualitu a osobitost. Vymezují body, které jsou dle nich stěžejní: a) rozsah, b) obsah, c) míra samostatnosti a závislosti, d) nezbytnost pedagogického ovlivňování. Autoři tak poukazují na skutečnost, že výběr volnočasových aktivit je přímo úměrný věku a individuálním preferencím. Aktivity dětí jsou mnohem

pestřejší a různorodé. Děti mohou trávit volný čas i jako součást školních aktivit, na prostranstvích kolem školy, v jejich areálech, či lesích apod. (Kundera, 2016).

Nejdůležitější vliv má rodina. Podpora a motivace od rodičů je hnacím motorem. Stejně tak jako může působit pozitivně, může být i negativním činitelem v případě nezájmu rodičů, podceňování ze strany školy, nedostatečnou nabídkou v okolí, v němž jedinec vyrůstá – nedostatek zařízení poskytující zájmové aktivity. Posledním prvkem je nezájem a motivace samotných dospívajících (Hofbauer, 2000). Obdobný výčet aspektů vymezuje i Šerák (2009), jež klade důraz na osobnost dítěte, které si aktivity volí, dále rodinu a prostředí okolo daného dítěte, a nakonec školní a mimoškolní prostředí, které se podílí na výchově. Jednotlivé aktivity se vždy navzájem prolínají, nejde o izolované složky, působící samostatně.

Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) uvádí, že volný čas dětí a mládeže se liší od volného času dospělých. Poukazují právě na individualitu a osobitost. Vymezují body, které jsou dle nich stěžejní: a) rozsah, b) obsah, c) míra samostatnosti a závislosti, d) nezbytnost pedagogického ovlivňování. Autoři tak poukazují na skutečnost, že výběr volnočasových aktivit je přímo úměrný věku a individuálním preferencím. Aktivity dětí jsou mnohem pestřejší a různorodé. Děti mohou trávit volný čas i jako součást školních aktivit, na prostranstvích kolem školy, v jejich areálech, či lesích apod. (Kundera, 2016).

1.3 VÝCHOVA VE VOLNÉM ČASE

Výchovou ve volném čase rozumíme záměrné, cílevědomé, dlouhodobé působení na jedince ve volném čase v pozitivním smyslu (Pávková, 2008). Jedná se o neformální výchovu, tedy o cílenou a strukturovanou činnost probíhající mimo školní vyučování nebo odborné vzdělávací zařízení (Hofbauer, 2004). Pedagogické ovlivňování výchovy ve volném čase dětí a dospívajících má za cíl naučit je vhodně využívat volný čas, vést je k hospodaření s volným časem, vytvářet hodnotné a celoživotní zájmy, rozvíjet jejich schopnosti a pozitivní vlastnosti, vnímat a naplňovat své potřeby, umět odpočívat a bavit se. Jednoduše pomáhá člověku zorientovat se ve volnočasových aktivitách a pomůže mu najít tu, která ho naplní. Platí při ní vždy princip dobrovolnosti. Probíhá mimo vyučování a bezprostřední vliv rodiny, je institucionálně zajištěná a uskutečňuje se převážně ve volném čase (Solovská, 2020).

Pedagog/vedoucí/lektor má za úkol vytvořit bezpečné, podnětné a tvořivé prostředí a reagovat na individuální potřeby zúčastněných. Základním prostředkem je vztah, ať už mezi dítětem/vychovávaným a pedagogem/vedoucím/lektorem nebo vztah mezi účastníky vzájemně. Jedině vztah umožní předávání hodnot a zkušeností (Solovská, 2020).

1.4 VYMEZENÍ VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT

Aktivity se liší dle věku, v němž se děti nachází, proto je důležité si vymezit jednotlivé členění. Hofbauer (2000) aktivity dělí na dvě dimenze: a) časovou – zde jedinec těží z minulých skutečností, které může v danou chvíli využít, a budou mít dopad na jeho budoucnost; b) sociálně prostorovou – důraz je kladen na zájmové skupiny. Nelze preferovat pouze jednu úroveň, je nutno je propojovat.

Dle Bocana a kol. (2011) se aktivity dělí na organizované a neorganizované. Do organizovaných, jak již z názvu vyplývá, patří aktivity realizované v rámci různých institucí, kroužků či oddílů – technických, přírodovědných, uměleckých, vzdělávacích apod.

Jedná se o instituce následujícího charakteru: občanská sdružení dětí a mládeže; občanská sdružení a další nevládní organizace pracující s dětmi a mládeží; tělovýchovné spolky; školní družiny; školní kluby; střediska pro volný čas (Domy dětí a mládeže); komerční organizace (sportovní, kulturní organizace aj.) „Všechny uvedené subjekty doplňují působení rodiny, školy a dalších subjektů. V této oblasti je třeba větší angažovanosti veřejné správy v problematice volného času dětí a mládeže a dále pak koncepční provázanost vlivu státu, regionů, měst a obcí na volný čas dětí a mládeže.“ (MŠMT, 2002. s. 11). Aktivity jsou zde zaměřeny na konkrétní oblast, v níž se dítě realizuje. Děje se tak pod vedením zkušeného pracovníka, ať už pedagoga volného času, vedoucího, instruktora, či dobrovolníka.

Neorganizované aktivity jsou takové činnosti, jež neřídí žádná instituce. Dítě si tak na základě vlastní volby provádí danou aktivitu. Ty se budou lišit od aktivit vykonávaných v týdnu a o víkendy, stejně tak v množství

času, které je jim věnováno. O víkendovém čase je možno zapojení do daných aktivit celou rodinu – např. výlety do přírody, na hrady apod., v týdnu jsou to aktivit mnohem jednoduššího rázu – sledování televize, hry na PC, poslech hudby apod. (Kundera, 2016).

POZITIVA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT

Každá volnočasová aktivita je svým způsobem přínosná a působí preventivním způsobem. Ovšem ne každá nabídka zájmového kroužku či dané aktivity se setká s úspěchem a nemusí mít ani pozitivní dopad na prevenci či tlumení rizikového chování. Kvalitní realizace zájmů a potřeb dítěte prostřednictvím aktivit ve volném čase patří do oblasti sociálního učení. Pro děti není volba na dané aktivitě, resp. jejím výběru jen otázkou jednorázové volby. Uspokojivé začlenění se do volnočasových aktivit je poměrně složitý proces, obsahující několikery faktory motivační, informační, sociální, ekonomické atd. (MŠMT, 2002). Současný vývoj volnočasových aktivit dětí a mládeže je co do nabídky široký, ovšem co do návštěvnosti mnohem více omezený. U dětí převažuje pasivita, konzum a nenáročnost aktivit. Snižuje se frekvence aktivit. U mladistvých zase naopak roste frekvence trávení volného času skrze návštěvy kaváren, kin, koncertů apod. Závažným a alarmujícím prvkem se jeví podíl volného času, který mládež věnuje vzdělávání. Tomu je věnováno minimálního prostoru, což může mít celospolečenský a ekonomický dopad, neboť moderní civilizační procesy charakterizují provázanost ekonomiky, vzdělanosti, vědy a kultury (MŠMT, 2002).

Z pohledu dětí jim přináší volný čas trávený v organizacích či institucích pro volný čas přátele a kamarády – navazování a budování sociálních sítí, udržování pevných přátelských vazeb; zábavná činnost – mohou dělat aktivity, k nimž mají blízko, baví je a naplňují (MŠMT, 2002). Negativní vzory chování může do jisté míry kompenzovat právě mimoškolské zařízení, jiná formální skupina (např. zájmová). Správným formováním a dopomocí dítěti kvalitně trávit volný čas a eliminovat nudu, můžeme účinně a preventivně působit na vznik rizikového chování jako např. alkoholismus, toxikomanií, agresivitu aj. Problematika rizikového chování je rozsáhlá a provázaná, tudíž navzájem ovlivňovaná. Prevence vyžaduje komplexní, ucelený přístup vyžadující vytrvalost, důslednost a pružnost. Část těchto požadavků je podpořena různými legislativními opatřeními, ovšem primární působení se odvíjí od lidí, tedy odborníků, kteří s těmito dětmi a mládeží přímo pedagogicky pracují a působí na ně (Kundera, 2016).

2. SOCIALIZACE MLÁDEŽE

Každý člověk se stává součástí společnosti již při narození, rodí se do kulturního prostředí. „*Je to celý systém specifických životních podmínek, který vyžaduje specifické způsoby adaptace a který vytváří specifický druh determinace psychiky*“. (Nakonečný, 1993, s. 19). Hovoříme-li o věkové skupině mládež, musíme se zmínit také o procesu socializace a taktéž o rizicích v procesu socializace mládeže.

2.1 VYMEZENÍ

Socializací rozumíme zespolečenštění, tedy proces, v němž si člověk osvojuje určitý systém poznatků, norem a hodnot, jež mu umožňují začlenit se do určité společnosti a účastnit se jejího života. Je to proces seznamování se člověka s konkrétním prostředím, způsoby chování, ale i citění. Socializace se projevuje i na korekci pravidel života, na změnách životního stylu, přispívá schopnosti zvládat a také řešit problémové situace (Koubek, 2020). Jak uvádí Vážanský a Smékal (1995), s osobním růstem je spojená typická snaha jedince dosahovat nejlepších výkonů. Vychází vždy z osobní zkušenosti, přičemž každý člověk je originální. Klíčový význam pro formování osobnosti jedince má stupeň socializace čili vztahy k ostatním lidem. Činitele procesu socializace tvoří jednak jednotlivci, také skupiny a organizace, které ovlivňují chování daného jedince a utváří smysl pro to, co ve svém životě považuje za bytostně vlastní.

2.2 RODINA

Primárním činitelem socializace je rodina. Prostředí rodiny člověk zná od raného dětství a od té doby má trvalý a významný vliv na vývoj, formování osobnosti a na sebepojetí jedince. Primární funkce rodiny spočívá v tom, že ovlivňuje již od narození vývoj jedince, vytváří citové vazby, jež mají dlouhodobý vliv a působí trvale na duševní život dítěte (Koubek, 2020). Do života si odnáší základní modely chování a pojetí citů. V rodině jedinec získává základní stupnici hodnot, na základě které se připravuje na společenský život. V době dospívání je rodina důležitým sociálním zázemím, avšak projevuje se již snaha o odpoutávání a osamostatňování. Rodič je partnerem, taktéž rodičovská autorita prochází proměnou v kvalitativní rovině.

2.3 REFERENČNÍ SKUPINA

Dalším významným činitelem v procesu socializace je referenční skupina. Jedná se „o skupinu či sociální vrstvu, užívanou jedinci jako průvodce vývojem vlastních hodnot, postojů, chování a sebeobrazu“ (Jedlička et.al., 2004, s. 37). Důležitost vrstevnické skupiny vzrůstá právě v období adolescence, kdy více než kdy jindy u mladých lidí pozorujeme potřebu někam patřit, podílet se na něčem, něco s druhými sdílet. Na skutečnosti, zda je respektován a akceptován určitou specifickou skupinou, závisí způsob, jak adolescent hodnotí sám sebe.

2.4 MÉDIA

Výzkumy volného času mládeže zdůrazňují skutečnost, že sledováním televize mládež tráví stále více času. „Čas, který věnují sledování televize, je v průměru delší než všechny jiné mimoškolní činnosti“ (Matoušek; Krotková, 2003, s. 100). Tady ovšem vyvstává další problém, a tím jsou účinky televizních programů. Násilí se objevuje již v programech pro malé děti, v kreslených příbězích a filmech, ale také ve zprávách ze světa. Je možné nalézt závěry výzkumů, že televizní násilí se prosazuje v postupně narůstající agresivitě. Mnohé děti a mladí lidé z tíživých životních situací unikají právě před obrazovku. Lze hovořit o hodnocení televize či počítačů jako o mocném socializačním činiteli. Samozřejmě i tady se setkáváme s odpůrci a jejich zavrhováním na jedné straně, a na druhé straně s kladnými postoji a přívrženci – např. televizní program či počítač slouží jako didaktická pomůcka při vyučování, příp. domácím samostudiu (Jedlička et.al, 2004). Rizikově může působit i nadužívání sociálních sítí či hraní počítačových her.

3. RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ

Rizikové chování dětí a mládeže lze charakterizovat jako odchylku v oblasti socializace, kdy jedinec není schopen respektovat normy chování na úrovni odpovídající jeho věku, event. na úrovni svých rozumových schopností (Krahulcová, 2017).

3.1 VYMEZENÍ RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

Pohledů na termín rizikové chování je mnoho napříč různými obory. Nejednotnost v terminologii je dle Sobotkové (2014) způsobena různými teoretickými východisky či důrazem buď na zdravotní, normativní či sociální kontext. „Rizikové chování je do určité míry považováno za normativní součást vývoje“ (Sobotková, 2014, s. 39). Jak dále Sobotková (2014) uvádí, „až 50 % dospívajících se během adolescence zapojí alespoň do jednoho typu rizikového chování, jež má určité typické projevy, a po dosažení dospělosti většinou samo odezní“ (Sobotková, 2014, s. 39). Rizikové chování je tedy komplexní pojem, kterým se zabývají nejen společenskovední, ale také medicínské, či kriminologické obory. V našem případě pod tímto pojmem chápeme takové chování, „které přímo nebo nepřímo ústí v psychosociální nebo zdravotní poškození jedince, jiných osob, majetku nebo prostředí“ (Macek in Sobotková, 2014, s. 40). Dispozice k poruchovému chování je multifaktoriální. Projev se zde jak biologické předpoklady, tak vliv mnoha sociálních faktorů, tj. nežádoucích zkušeností. Jde o interakci

rizikových vlivů. Rizikové faktory představují prvky zvyšující pravděpodobnost vzniku výskytu rizikového chování u jedince. Působí ve třech modalitách:

- 1) Jedinec se nachází v bezprostředním kontaktu s projevy rizikového chování.
- 2) Mladistvý se dostává do společnosti, díky které se snadno dostane k různým zdrojům (doma jsou volně dostupné cigarety či alkohol, vrstevnická skupina pravidelně po škole nebo místo školy kouří za školou)
- 3) Nízké sebevědomí či pocit méněcennosti představuje další pravděpodobnou náchylnost k rizikovému chování (Miovský, 2010).

Následující text představuje vybrané fenomény rizikového chování:

3.2 ZÁŠKOLÁCTVÍ

Tuto formu rizikového chování lze charakterizovat jako úmyslné zanedbávání školní docházky a vyhýbání se školním povinnostem. Současně zahrnuje neomluvenou nepřítomnost žáka při vyučování. Tímto úmyslným jednáním dochází k porušování nejen školního řádu, ale také školského zákona, který povinnou docházku vymezuje. Nezřídká je spojeno s dalšími typy rizikového chování, které mají nepříznivý vliv na osobnostní vývoj jedince (Miovský, 2015). Záškoláctví lze definovat jako „*komplex obranného jednání, jehož důvodem je únik od nepříjemných situací.*“ (Vágnerová, 2008, s. 794).

3.3 ŠIKANA

Problematika agrese u dětí a mladistvých je v současné době čím dál více diskutovanějším a závažnějším tématem. Ondrejko (2000, s. 69) doslova vyznačuje agresi jako „útočné chování, které obvykle nastupuje jako reakce na skutečné nebo jen zdánlivé ohrožení vlastní (především) moci, nejčastěji jako projev hněvu“. Miovský (2015) do této skupiny projevů rizikového chování zařazuje například fyzické napadení druhé osoby s následkem ublížení na zdraví, agresivní chování namířené vůči vlastní osobě (sebepoškozování) či proti věcem (vandalismus) V tomto případě spadá tedy šikana pouze pod jednu z forem agresivního chování. Vágnerová definuje šikanu jako „*násilně ponižující chování jednotlivce nebo skupiny vůči slabšímu jedinci, který nemůže ze situace uniknout a není schopen se účinně bránit*“ (Vágnerová, 2008, s. 798).

3.4 KYBERŠIKANA

Podle Smitha (In Šmahaj, 2014) je pojem kyberšikana a jeho vnímání v různých zemích naprosto odlišné. Existuje mnoho definic, které bychom mohli použít. Jednou z nich je například definice Hinduja a Patchina, (In Sotkowski, Kopecký, Krejčí, 2013), kteří mají kyberšikanu za záměrnou, opakovanou a zraňující činnost využívající počítač, mobilní telefon a jiné elektronické přístroje. Podobný názor mají také Dehue, Bolman, Vollik a Pouwelse (tamtéž), kteří říkají, že kyberšikana je trýznění, ponižování, ztrapňování nebo jiné útoky mezi mladistvými za pomoci internetu, interaktivních a digitálních technologií nebo mobilních aplikací. Abychom mohli mluvit o kyberšikaně, musíme si představit základní prvky, kterými se projevuje. Nejzásadnějším prvkem a to, čím se kyberšikana liší od tradiční šikany je ten, že se děje prostřednictvím elektronických médií, zatímco u šikany tradiční se jedná o fyzické napadání oběti. Druhým specifickým znakem, který se už neliší od tradiční šikany je opakovanost. Ta se může projevit různými způsoby, například opakovaným přidáváním komentáře k fotce oběti, opakované přehrávání videa nebo přeposílání, pro oběť nepříjemného obsahu. Dalším znakem je mocenská nerovnováha mezi obětí a agresorem. Ta je v případě kyberšikany mnohem specifičtější než v tradiční šikaně. A to z toho důvodu, že v klasické šikaně je nerovnováha většinou vyjádřena fyzickou převahou agresora, kdežto u kyberšikany se setkáváme s tím, že agresorovi nelze nijak zamezit, aby měl neustálý přístup k oběti. Příčinou je dostupnost online prostředí kdykoliv a kdekoliv. Mladí lidé dnes používají mobilní telefony a internet skoro neustále. Pokud se oběť bude chtít vyhnout těmto útokům, nemá moc možností, protože i když se například odhlásí ze stránky, profilu, agresor si většinou najde oběť jiným způsobem. V dnešní době má napadaný možnost tzv. nahlášení profilu agresora, což sice vede k zablokování tohoto účtu, bohužel ale nezabrání, aby si nezaložil účet nový. Posledním důležitým znakem je úmyslné ubližující jednání ze strany agresora, které oběť vnímá jako nepříjemné (Černá, 2013).

3.5 ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ

V období dospívání nebývá nejčastějším důvodem zneužívání návykových látek kvůli samotné látce, ale co daná substance představuje. Může to být určité postavení ve společnosti, pocit důležitosti, dospělosti apod. V dalším stádiu už je užívání spojeno se samotnou látkou a mnohdy se dostane do stádia závislosti. Světová zdravotnická organizace roku 1964 formulovala pojem závislost jako „stav, při kterém absence látky nebo jiného podnětu vyvolává v organismu fyzické nebo duševní obtíže. Vzniká po opakovaném nebo chronickém užívání látky, ale i při určité činnosti, která přináší nadměrné uspokojení“. Závislost je tedy stav, při kterém jedinec prožívá silnou touhu, chtíč (craving) užít látku, látky, či provozovat činnost, přestože ví o rizicích s tím spojených. Užívání látky či provozování činnosti zastiňuje jiné činnosti, kterým se jedinec dříve rád věnoval, poškozují vztahy, zdraví, finanční situaci jedince atd. Závislosti můžeme dělit na látkové (závislosti na legálních i nelegálních návykových látkách) a nelátkové (např. gambling, netolismus) (Krahulcová, 2017).

3.6 PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

Prevence rizikového chování se vymezuje jako různé druhy vzdělávacích, edukačních, zdravotních, sociálních nebo jiných zásahů zaměřených na předcházení a rozšiřování rizikového chování, na eliminování rizik, snížení intenzity již vzniklých rizik a na řešení dopadů rizikového chování. Výchozími disciplínami prevence rizikového chování z důvodu její mezioborové povahy jsou pedagogika, psychologie a sociologie (Miovský, 2010). Prevence se obecně dělí na primární, sekundární a terciární. Primární prevence představuje soubor faktorů působících na jedince v oblasti edukace, vzdělávání nebo volnočasových aktivit. K výčtu faktorů působících na jedince, kteří zatím nebyli ovlivněni rizikovými projevy, patří rodina, škola a sociální prostředí, přičemž rodina zastává v primární prevenci nejsilnější pozici (Bělík, Hoferková, 2018). Primární prevence má programově podporovat zrání jedince, aby co nejbezpečněji prošel cestou hledání vlastní identity. Má rozvíjet jednotlivé předpoklady bio-psycho-sociálně-spirituální celistvosti člověka, působit na celou společnost různorodě, se zaměřením na různé cílové skupiny (Kalina, 2008). Zahrnuje výchovné, vzdělávací, volno-časové, osvětové a poradenské aktivity orientované na nejširší veřejnost, zejména na děti a mládež. Zaměřuje se na zdravý životní styl, postoje, zájmy, hodnoty, chování jedince a kvalitu mezilidských vztahů. Subjekty působící primárně v těchto aktivitách jsou hlavně rodiče a škola. Důležitá je dále nabídka aktivit určených pro volný čas, např. zájmové kroužky. Rovněž existují organizace zabývající se speciálně primární prevencí formou přednášek, besed a prožitkovou pedagogikou (Krahulcová, 2017).

ZÁSADY PREVENCE U DĚTÍ A MLÁDEŽE

- Využití „KAB“ modelu – orientace nikoliv pouze na úroveň informací, ale především na kvalitu postojů a změnu chování. např. posílení schopnosti mladých lidí čelit tlaku k užívání návykových látek zvýšeným sebevědomím, nácvikem asertivity a schopností odmítat, zkvalitněním sociální komunikace a schopnosti obstát v kolektivu a řešit problémy sociálně přiměřeným způsobem.
- Jasný a strukturovaný program (předem daná metodika, požadavky na vzdělání a kompetence lektorů, časové ohraničení, vymezená témata a pravidla, shrnující závěr).
- Důraz na kontext programu (respektování specifik dané lokality, spolupráce s rodiči, spolupráce institucí zapojených do programu prevence).
- Denormalizace – primární prevence má přispívat k vytvoření takového sociálního klimatu, které není příznivé k šíření rizikového chování, „rizikové chování zde není normální“.
- Podpora protektivních faktorů ve společnosti, vytváření podpůrného a pečujícího prostředí (Solovská, 2020).

SEKUNDÁRNÍ PREVENCE

Cílem sekundární prevence je předcházení dalšího již vzniklého rizikového chování. Na základě diagnostiky by se měla nalézt adekvátní nápravná opatření. Touto prevencí se zabývají zejména výchovné instituce, rodiče, sociální, zdravotnické, psychologické služby a také pedagogicko-psychologické poradny (Krahulcová, 2014).

TERCIÁRNÍ PREVENCE

Terciární prevence si klade za cíl resocializovat kriminálně narušené osoby pomocí sociálního a rodinného poradenství, tzn., že se jedná o prevenci zaměřenou na jedince, u nichž se již projevilo společensky nepřijatelné chování a jednání a je třeba zmírnit jeho následky. Jedná se o druh prevence, který má za úkol předcházet recidivě, předcházet vážnému či trvalému zdravotnímu či sociálnímu poškození z užívání drog (Krahulcová, 2017).

4. INSTITUCIONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ VOLNÉHO ČASU DĚTÍ

ŠKOLY

se na ovlivňování volného času podílí svými mimo vyučovacími aktivitami, programy mimo vyučování například na školách v přírodě, výlety, akademiemi, apod. **Školní družina** je určena žákům prvního stupně základní školy v době mimo vyučování a v době školních prázdnin. Má funkci výchovnou, vzdělávací a rekreační a do jisté míry plní i funkci sociální. Její činnost pobíhá zejména v době po skončení vyučování, do konce pracovní doby rodičů, ale také před vyučováním (tzv. ranní družina). Je určena pro mladší věkové kategorie. **Školní kluby** jsou na rozdíl od školní družiny určeny žákům druhého stupně základní školy a žákům víceletých gymnázií (nejvýše však do věku odpovídajícímu ukončení povinné školní docházky). Svoji činností odpovídají zhruba obsahu práce školní družiny, avšak jsou organizačně přizpůsobeny kategorii starších žáků. Jejich činnost je zaměřena zejména na zájmové aktivity provozované ve volném čase.

STŘEDISKA VOLNÉHO ČASU

jsou určena dětem, žákům, studentům, pedagogickým pracovníkům, popřípadě i dalším osobám. Zpravidla vykonává svoji činnost po celý školní rok, a to i ve dnech, kdy neprobíhá školní vyučování. Účastníkům zájmového vzdělávání mohou poskytovat metodickou, odbornou, popřípadě materiální pomoc. Pokud středisko nabízí celé spektrum volnočasových aktivit, nazývá se dům dětí a mládeže. Dům dětí a mládeže (DDM) je středisko volného času, které se řídí vyhláškou č. 74/2005 Sb. o zájmovém vzdělávání a zákonem č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). Výchovně vzdělávací činnost v zájmovém vzdělávání uskutečňuje pravidelnou nebo příležitostnou zájmovou, výchovnou, rekreační nebo vzdělávací činností včetně možnosti přípravy na vyučování, táborovou činností a jí obdobnou činností, osvětovou činností, vytvářením podmínek pro rozvoj nadání dětí, žáků a studentů, nabídkou spontánních činností a vzdělávacími programy navazujícími na rámcové vzdělávací programy škol. Zřizovatelem domů dětí a mládeže může být obec, školský úřad, církev, soukromý nebo jiný subjekt.

ZÁJMOVÁ ČINNOST – SPOLKY A KLUBY

se chápe jako cílevědomá aktivita zaměřená na rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Zájmy často souvisejí s celkovým zaměřením jedince na činnosti a věci, které ho upoutávají. V jednotlivých činnostech (kroužcích) dochází k uspokojování již existujících potřeb jedince. Nejde jen o uspokojování toho, co mě baví, ale jde o soustavnou práci (činnost), kde mladý člověk rozvíjí a prohlubuje své nadání a své dary, které mu byly dány, nebo díky určitým činnostem, které v sobě může ještě objevit. Jde tedy o emociemi doprovázené úsilí, vytrvalost a důslednost k dalšímu pozitivnímu rozvoji. Zájem o určitou aktivitu vychází z touhy po příjemné činnosti, ale také z potřeby naučit se zvládat situace.

Zájmové činnosti působí jako formy aktivního odpočinku, jelikož jsou vždy realizací osobní záliby dítěte. Na rozdíl od školního vyučování mají zájmové činnosti tyto specifika (podle J. Pávkové):

- dobrovolnost a samostatné rozhodování
- program závislý spíše na úrovni zájmu
- větší prostor pro individuální přístup
- relativní časová neohraňčenost
- možnost realizace v motivačním prostředí

Rozvoj a prohlubování zájmů přispívají také ke zvyšování odborných dovedností a vědomostí.

Existuje několik forem zájmového vzdělávání:

- pravidelné a příležitostné,
- v zařízení či mimo zařízení,
- individuální (např. práce s talentovanými jedinci)
- skupinové
- organizované
- spontánní.

SPOLEČENSKOVĚDNÍ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

zahrnují činnosti, které vedou jak k poznání aktuálního společenského dění, tak i některých historických souvislostí. Pěstují vztah k vlasti, k mateřskému jazyku, k demokratickým a humanistickým tradicím našeho národa. Základními oblastmi společenskovešdního zaměření jsou výchova k vlastenectví, k partnerství či rodičovství, společenská výchova, sběratelství nebo také např. jazykověda.

ZÁJMOVÉ ČINNOSTI PRACOVNĚ-TECHNICKÉ

napomáhají k systematickému zdokonalování manuálních dovedností, obohacují vědomosti o technické poznatky i umožňují aplikaci těchto poznatků v praxi. Prostřednictvím mnohostranné činnosti se prohlubuje zájem žáků o tvořivou práci, o přiměřenou účast na řešení současných problémů vědy a techniky. Pracovní-technické zájmové činnosti by měly podporovat přirozenou touhu dětí po aktivním uplatnění v oblasti techniky, rozvíjet jejich technické myšlení a představitost. Zájmovou aktivitu dětí významně ovlivnil rozvoj nových, společensky důležitých oborů (kybernetiky, elektrotechniky, elektroniky, výpočetní techniky apod.). Pracovní-technické zájmové činnosti tak přispívají k profesní orientaci žáků a seznamování s nejnovějšími odbornými poznatky. Přípravují je na úkoly, které je v dospělosti čekají.

PŘÍRODOVĚDNÉ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

vedou k prohlubování vědomostí o přírodě, pěstují vztah k její ochraně. Spontánního zájmu dětí o živou i neživou přírodu a citového vztahu ke všemu živému lze využít k formování pocitu morální odpovědnosti za ochranu přírody a k vytváření správných postojů k životním hodnotám. Nejčastější činností je pozorování přírody na vycházkách. S přibývajícím věkem stoupá zájem o specializované činnosti (rybářství, včelařství, pěstitelství apod.).

ESTETICKO-VÝCHOVNÉ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

(výtvarné, hudební, literárně-dramatické) utvářejí a formují estetické vztahy dětí k přírodě, společnosti a jejím materiálním a kulturním hodnotám. Činnosti jsou zaměřeny na rozvíjení výtvarného, hudebního, literárního, dramatického a hudebně-pohybového projevu, na kulturu chování a výchovu vkusu, rozvoj tvořivosti. Pro esteticko-výchovnou zájmovou činnost jsou významné všechny aktivity, ve kterých se uplatňuje estetický vztah ke skutečnosti – kulturní akce, různé typy exkurzí, přehlídky činností apod. Zvláště významné jsou vlastní tvořivé aktivity. Tyto činnosti přinášejí nové a emocionálně cenné zážitky a stávají se i silným motivačním prvkem.

ZÁJMOVÉ ČINNOSTI TĚLOVÝCHOVNÉHO, SPORTOVNÍHO A TURISTICKÉHO ZAMĚŘENÍ

přispívají k fyzické zdatnosti a psychické odolnosti. Pravidelné provádění některé z těchto činností pomáhá řešit problém klesající tělesné zdatnosti dětí. Přiměřená pohybová aktivita je podmínkou zdravého vývoje. Oblast tělovýchovy je pro děti přitažlivá a ze zdravotního hlediska potřebná. Pro všeobecný rozvoj pohybových schopností je nutná všestrannost. Význam je přikládán také činnostem, které možno realizovat v přírodě. Těmto požadavkům nejlépe vyhovuje turistika, která mimo jiné poskytuje také mnoho možností k plnění specifických úkolů všech výchovných složek. Některé činnosti se mohou úspěšně a efektivně vykonávat pouze ve spolupráci se zájmovými a sportovními organizacemi, občanskými sdruženími apod.

Statistické údaje jsou dostupné z:

<https://www.czso.cz/documents/10180/122363208/2300422007.pdf/0d669a4f-f682-4063-903e-585765c4b7a2?version=1.3>

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY V DATECH

Českého statistického úřadu Olomouckého kraje naleznete zde:

<https://www.czso.cz/documents/10180/91606741/33022819k07.pdf/9776251b-41fd-4860-95b8-72fe6050cd17?version=1.5>

5. SOUČASNÉ TRENDY V OBLASTI VÝCHOVY VE VOLNÉM ČASE

ANIMACE

Pávková (2008) uvádí: „*Pedagogický slovník definuje animaci jako výchovnou metodu založenu na nedirektivních a akčních metodách povzbuzování mladých lidí k hledání vlastní cesty životem a schopnosti realizovat svou svobodu a autonomii, přičemž se jim zároveň předkládá velké množství přiměřených, zajímavě strukturovaných pozitivních možností seberealizace (sport a akce s intenzivním rekreačním režimem, kultura zejména aktivně provozovaná, společensky prospěšná činnost aj.)* (Pávková, 2008, s. 77)

Stručně se dá říci, že hlavním smyslem animace je nabídnout mladým lidem zajímavé, konstruktivní činnosti, díky nimž pro ně ztratí přitažlivost různé formy protispolečenského jednání. Při těchto činnostech je kladen velký důraz na otevřenost výchovné situace, dobrovolnost, možnost volby, iniciativu vychovávaných a na vytváření rezistence vůči negativním sociálním vlivům.

VÝCHOVA ZÁŽITKEM

Výchova zážitkem, prožitkem též také nazývána výchovou dobrodružstvím, výchovou v přírodě, expedici apod. Všechny tyto výchovy mají společný základ v intenzivních prožitcích a zkušenostech získávaných aktivní účastí v programu zahrnujícím obvykle fyzicky náročné činnosti spojené s určitou mírou (kontrolovaného) rizika ve vnějším, přírodním i městském prostředí. Patří sem například výpravy do obtížně přístupného terénu, vodácké akce, trénink přežívání v přírodě apod. Jejich hlavním cílem je rozvoj sebepojetí, sociálních vztahů a vztahů k životnímu prostředí. Patří k nim řízená reflexe, která může vést k změně chování a jednání a k pozitivnímu rozvoji osobnosti.

TERÉNNÍ PRÁCE – STREETWORK

Tato forma práce s mládeží už podstatně přesahuje do sociální pedagogiky, případně do sociální práce.

„*Pedagogický pracovník, označovaný jako sociální asistent, terénní pracovník nebo streetworker, vyhledává mladé lidi v prostředích, která jsou pro ně přirozená, navazuje s nimi kontakt, snaží se jim nabízet pozitivní možnosti využití volného času (organizuje různé místní akce s důrazem na hry, zážitek, sebevyjádření; zaměřuje klienty na instituce strukturovanějším programem, zve je na víkendové a prázdninové „expedice“), pomáhá jim při prosazování jejich zájmů a potřeb, radí jim v krizových situacích a kontaktuje je s odbornou pomocí (poradny, léčebny, krizová centra apod.)*. (Pávková, 2008, s. 79–80)

NESTÁTNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE

Představují důležitý prvek ve vytváření vhodné nabídky aktivního využívání volného času dětí a mládeže. Jejich činnost významně doplňuje a obohacuje výchovně-vzdělávací činnost škol, školských zařízení a rodin. Jsou to organizace dětí a mládeže a občanská sdružení věnující se dětem a mládeži. Některé organizace působí na území celé republiky, jako například Skaut, Pionýr, Duha, Sokol, další tělovýchovné organizace a zájmová sdružení mají pouze místní charakter (hasiči, rybáři apod.). (Hájek, 2008)

6. MOŽNOSTI VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT PRO DĚTI V OLOMOUCI

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE

<https://www.ddmolomouc.cz/krouzky>

SOKOL OLOMOUC

Úkolem Sokola je tělesná, branná a mravní výchova v českém vlasteneckém duchu. Doprovází ji činnost kulturní, společenská a vzdělávací.

NZDM KLUB ZÓNA

Poskytujeme místo pro setkávání dětí, mládeže a rodičů s dětmi. Zaměřujeme se na děti, mládež, rodiny a lidi v nouzi. Nabízí sociální služby a odborné poradenství v nízkoprahovém zařízení.

www.zonaklub.cz

SK SAM – SPORTOVNÍ AKTIVITY MLÁDEŽE OLOMOUC

Zajištění sportovních aktivit pro děti a mládež se zaměřením na házenou. 605 765 096

RC PROVÁZEK

Nabízí vzdělávání pro rodiče – kurzy, besedy, semináře, workshopy, dále volnočasové aktivity pro rodiče i děti (cvičení, výtvarný kroužek ...).

OBČANSKÉ SDRUŽENÍ Hnutí GO!

Podporuje rozvoj moderních metod výchovy a vzdělávání, organizujeme kurzy GO. Zaměřujeme se na sebe-poznání, rozvoj komunikace, týmové spolupráce a tvořivosti.

JUNÁK – ČESKÝ SKAUT, OLOMOUCKÝ KRAJ

Provozuje mezinárodní výchovné hnutí pro mládež a děti od 6 let. Organizujeme schůzky, výpravy, akce a tábory. Nabízí slaňování skal a sjíždění na raftech.

www.skaut.cz

PORADNA PRO OBČANSTVÍ/OBČANSKÁ A LIDSKÁ PRÁVA, Z. S.

Poskytování právního poradenství v oblasti lidských a občanských práv v České republice. Řešíme pracovní-právní vztahy a zaměstnanost, dluhy, bydlení, diskriminaci, sociální dávky.

www.poradna-prava.cz

NADAČNÍ FOND POMOZME DĚTEM ŽÍT LÉPE

Nadační fond je určen na podporu tělesně nebo duševně strádajících dětí, podporu rodin s tělesně nebo duševně strádajícími dětmi, podporu zdravotnických a rehabilitačních zařízení určených k léčbě.

www.pomozmedetem.cz

SPOLU OLOMOUC, Z.Ú.

Nestátní nezisková organizace, která od roku 1995 podporuje lidi se zdravotním, primárně mentálním, postižením při seberealizaci v běžném prostředí města Olomouce a okolí.

www.spoluolomouc.cz

YMCA OLOMOUC

Organizování společenských aktivit pro děti a mládež a humanitárních akcí na pomoc potřebným lidem doma i v zahraničí. Usilují o harmonický rozvoj člověka a jsou otevřeni všem lidem.

www.olomouc.ymca.cz

LÍPA OLOMOUC

Sbor pořádá bohoslužby a náboženská setkání. Aktivity směřujeme zejména k dětem, mládeži a rodinám.
www.baptisteolomouc.cz

JEDEN ZA DRUHÝM, O.S.

Provozuje občanské sdružení, které organizuje dětské zájmové kroužky, jakými jsou výtvarný kroužek a fotokroužek. Vyhledávají a organizují další podobné akce.
www.jedenzadruhym.cz

HNUTÍ ŽEBŘÍK

Zabývá se aplikací zážitkové pedagogiky. Působí na fyzický, psychický a sociální rozvoj dětí a mládeže.
www.hnuti-zebrik.cz

CENTRUM APLIKOVANÝCH POHYBOVÝCH AKTIVIT

Centrum aplikovaných pohybových aktivit působí při fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Hlavním posláním Centra APA je vytváření podmínek pro rozvoj nabídky volnočasových a sportovních aktivit pro osoby se zdravotním postižením a podpora škol při realizaci školní tělesné výchovy.

CHARITA OLOMOUC – KLUB KHAMORO

Nabízí výchovné, vzdělávací a volnočasové aktivity. Pomáhají klientům se zvládnutím jejich aktuálních problémů (problémy s kamarády, rodiči, problémy ve škole), provází je jejich dospíváním.

KYKLOP O.P.S.

Hudební aktivity jsou provozovány nejen s lidmi s handicapem, umožňují seberealizaci a osobám s talentem i příležitost profesionálního cíle v této oblasti. Pobytové aktivity jsou přístupné podstatně širšímu okruhu zájemců. Primárním cílem těchto pobytů je, kromě integrace, také omezení dětské kriminality a patologických jevů v dětské společnosti s důrazem na specifika, která vyplývají ze zrakového postižení. Vzdělávací aktivity – zejména pro děti, mládež i dospělé se zrakovým postižením, rodiče či učitele dětí se zrakovým postižením, ale i pro jiné zájemce pořádáme školení, kurzy a vzdělávací aktivity, např. obsluha kompenzačních pomůcek, práce se specializovaným softwarem, výuka braillova notopisu a jiné.

OBLASTNÍ UNIE NESLYŠÍCÍCH OLOMOUC Z.S.

specifické služby pro osoby se sluchovým postižením – všechny věkové skupiny – tzn. pre- i postlingválně nedoslýchaví, ohluchlí, prelingválně neslyšící. Jedná se o individuální služby, terénní i ambulantní, vzdělávací činnost, skupinově poskytované služby, iniciace a posuzování legislativních aktů týkajících se osob se sluchovým postižením.

SJEDNOCENÁ ORGANIZACE NEVIDOMÝCH A SLABOZRÁKÝCH ČR – OBLASTNÍ ODBOČKA OLOMOUC Z.S.

Cílem organizace je vytvářet pro zrakově postižené občany prostor pro činnost zájmových skupin a klubů, pro kulturní, sportovní a jiné aktivní využívání volného času. Tyto aktivity směřují k integraci zrakově postižených osob do společnosti a přispívají k větší nezávislosti zrakově postižených osob na pomoci druhých.

SPOLEČNOST PRO PODPORU LIDÍ S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM V ČR O. S., OKRESNÍ ORGANIZACE SPMP ČR OLOMOUC

Poradenství určené pro osoby s mentálním a kombinovaným postižením, jejich rodinné příslušníky, přátele a další zájemce z celé ČR a je poskytováno bezplatně. Další poskytované služby SPMP Olomouc: Služby sociální rehabilitace: rehabilitační a rekondiční pobyty, klubová setkání a další aktivity zaměřené na setkávání a integraci osob s mentálním postižením do společnosti.

SPOLU OLOMOUC, Z.Ú. – OSOBNÍ ASISTENCE

služba je primárně zaměřena na podporu dětí a dospělých s mentálním postižením v olomouckém regionu. Osobní asistence nabízí individuální podporu osobního asistenta a je poskytována v přirozeném prostředí a v čase dle volby uživatele, dle konkrétních potřeb a dohody tak, aby uživatel mohl žít běžným životem podle svých představ a v podmínkách obvyklých pro jeho vrstevníky.

SVIŠTI V POHYBU, Z.S.

Přípravka je přizpůsobená dětem jakéhokoliv pohybového talentu. Základy gymnastiky a atletiky, míčové hry a jiné netradiční sporty, lezení, úpolové sporty, pádové techniky. To vše je vždy přizpůsobeno věku a motorickému rozvoji dítěte.

ART RUBIKON Z.S.

sdužuje členy – děti a dospělé – se zájmem o umění, řemeslné a technologické obory, pořádá neformální edukační programy pro různé cílové skupiny.

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) ČERNÁ, A. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4577-0.
- 2) BĚLÍK, V., HOFERKOVÁ, S. *Prevence rizikového chování žáků z pohledu pedagogů*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2018. ISBN 978-80-7435-726-8.
- 3) BOCAN, M., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A. *Hodnotové orientace dětí ve věku 6–15 let. Národní registr výzkumů o dětech a mládeži* [online]. 2011, s. 173 [cit. 2020-12-01]. Dostupné z: <http://www.vyzkum-mladez.cz/cs/registr/vyzkumy/236-hodnotove-orientacedeti-ve-vek>.
- 4) HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. 240 s. ISBN 978-80-7367-473-1.
- 5) HOFBAEUR, B. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. 1.vyd. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, 2000. ISBN 978-80-7394-240-3.
- 6) HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- 7) JEDLIČKA, R. a kol. *Děti a mládež v obtížných životních situacích: nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. Praha: Themis, 2004. ISBN 80-7312-038-0.
- 8) KALINA, K. et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 392 s. ISBN 978-80-247-1411-0.
- 9) KOUBEK, L. *Příběhy vychovatelů ve volném čase zaměřených na práci s rizikovými a sociálně znevýhodněnými dětmi*. Masarykova Univerzita v Brně: 2020, úspěšně obhájená diplomová práce
- 10) KRAHULCOVÁ, K. & kol. *Využití dramaterapie na detoxikačním oddělení*. Olomouc: VUP, 2017. ISBN 978-80-2445-275-3
- 11) KUNDERA, J. *Zájem dětí v zařízení pro výkon institucionální výchovy*. Univerzita Palackého v Olomouci: 2016. úspěšně obhájená diplomová práce
- 12) MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A. *Mládež a delikvence*. Praha: Portál, 2003. 344 s. ISBN 80-7178771-X.
- 13) MIOVSKÝ, M. *Prevence rizikového chování ve školství*. Havlíčkův Brod: Tiskárny Havlíčkův Brod, 2015, ISBN 978-80-7422-392-1.
- 14) MIOVSKÝ, M. *Základní pojetí a cíle programů primární prevence rizikového chování*. In: MIOVSKÝ, M. (eds.). *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN, 2010, s. 23–28. ISBN 978-80-87258-47-7.
- 15) MKN-10. *Duševní poruchy a poruchy chování*. 3. vyd. Praha: Psychiatrické centrum Praha, 2006. 251 s. ISBN 80-85124-11-5.
- 16) MŠMT. *Volný čas a prevence u dětí a mládež* [online]. Praha: ČIHÁK TISK, 2002, 48 s. [cit. 2020-11-29]. Dostupné z: <http://docplayer.cz/400498-Volny-cas-a-prevence-u-deti-a-mladeze.html>.
- 17) NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: 1993. ISBN 80-85603-34-9.
- 18) ONDREJKOVIČ, P. & kol. *Sociální patologie*. Bratislava: Veda, 2000, ISBN 978-80-224-1074-8

- 19) PÁVKOVÁ, J., et al. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimo vyučování a zařízení volného času*. 4. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978- 80-7367-423-6.
- 20) PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. (nové, rozš. a aktualiz. vyd.) Praha: Portál, 2009. s. 400. ISBN 978-80-262-0403-9.
- 21) SAK, Petr, SAKOVÁ, Karolína. *Mládež na křižovatce. Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis, 2004. 240 s. ISBN 80-86320-33-2.
- 22) SOBOTKOVÁ, V. & kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada, 2014, ISBN 978-80-247-4042-3
- 23) SOLOVSKÁ, V. *Volnočasové aktivity a výchova ve volném čase*. Olomouc: workshop II projekt Šance pro děti, 2020.
- 24) SZOTKOWSKI, René, KOPECKÝ, Kamil, KREJČÍ, Veronika. *Nebezpečí internetové komunikace IV*. Olomouc: Pedagogický fakulta, UPOL, 2013. ISBN 978-80-244-3911-2.
- 25) ŠERÁK, M. *Zájemové vzdělávání dospělých*. 1.vyd. Praha: Portál, 2009, s. 37. ISBN 978-80-7367-551-6.
- 26) ŠMAHAJ, J. *Kyberšikana jako společenský problém*. Olomouc: VUP, 2014. ISBN 978-80-2444-227-3
- 27) VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978- 80-7367-414-4.
- 28) VÁŽANSKÝ, M., SMÉKAL, V. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. 176 s. ISBN 80-901737-9-9.

Téma č. 3:

SEBEOBSLUHA, HOSPODAŘENÍ V DOMÁCNOSTI A ZABEZPEČENÍ JEJÍHO CHODU

Začleňování osob se speciálními vzdělávacími potřebami (se SVP) do běžného života – do škol, na trh práce je v současné době jedním z důležitých úkolů celospolečenského života. Způsob pomoci těmto lidem je zcela individuální a musí zohledňovat potřeby každého konkrétního člověka. „Za osoby se speciálními vzdělávacími potřebami jsou považovány osoby se zdravotním postižením, se zdravotním znevýhodněním a se sociálním znevýhodněním.“ (zákon č. 561/2004, Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů). (Kolektiv autorů Speciální základní škola Skuteč: Příručka o práci asistenta pedagoga). Sebeobsluhou rozumíme činnosti, které jsou zaměřeny na péči o sebe sama. Míra zvládnutí této dílčí dovednosti závisí na schopnosti osvojit si jednotlivé prvky a prakticky je využít v každodenním životě (Čadilová, V., Žampachová, Z. 2011).

V opatření se jedná o cílený individuální nácvik sebeobsluhy žáka, a to buď na základní úrovni (osobní hygiena – umývání, používání toalety; oblékání, obouvání, stravování, stolování, orientace v prostředí školy, příprava pomůcek na vyučovací hodinu), nebo na vyšší úrovni (nákup, manipulace s penězi, použití dopravy, telefonování, domácí práce, sociálně praktické činnosti obecně). Jde o intervenci, jejímž cílem je dosažení maximální možné míry samostatnosti žáka v sebeobsluze. Důležité je, aby se žák naučil danou činnost vykonávat samostatně a ve vhodných situacích.

Na základě provedené pedagogické diagnostiky stanoví pedagog úroveň sebeobslužných dovedností žáka a navrhne cíl, kterého chce dosáhnout. Nácvik dovednosti probíhá v průběhu celého dne, po celé vyučování v každodenních reálných situacích, event. při individuálním nácviku. V rámci tréninku získaných dovedností a vedení k samostatnosti by měla být do nácviku zapojena i rodina žáka.

Doporučuje se postupovat od jednoduchého ke složitějšímu, aby žák byl schopen vždy dosáhnout úspěchu. Pracujeme formou hry (metodou napodobování, v MŠ využíváme např. panenku při krmení, oblékání). Každou činnost můžeme usnadnit tak, že ji rozdělíme na dílčí kroky a nacvičujeme krok po kroku. Spojováním a opakováním celého sledu činnosti se podaří, aby žák zvládl aktivitu zcela samostatně. Pomáháme slovním komentářem, popisujeme všechno, co právě děláme, rozvíjíme tak porozumění řeči. Můžeme využít i tzv. procesuální schémata (rozkreslení činností do kroků). (Autor: Mgr. Martina Habrová)

Dostupné z: <http://katalogpo.upol.cz/socialni-znevychodneni/intervence/4-3-6-nacvik-sebeobsluznych-dovednosti/>

1. ZÁKLADNÍ HYGIENICKÉ NÁVYKY

Hraní, učení a objevování jsou u dětí na prvním místě, takže jim občas musíme připomínat, aby dbaly také na osobní hygienu. Je to nezbytné pro jejich sebevědomí, zdraví i vztahy, ale to neznamená, že se ze správné hygieny musí nutně stát jen další povinnost – pro vás ani pro ně. Díky těmto zásadám osobní hygieny se děti naučí vše o osobní hygieně a zároveň se posunou na své cestě k nezávislosti.

PROČ JE OSOBNÍ HYGIENA DŮLEŽITÁ?

Než zavedete jakákoliv pravidla osobní hygieny, děti musí znát odpověď na tuto otázku: „Proč je osobní hygiena důležitá?“ Nejlépe to děti pochopí z pozorování vašich osobních hygienických návyků. Sedněte si se svým dítětem a vysvětlete mu důvody, proč je správná hygiena klíčová. Měli byste zmínit tyto body:

- Správnou hygienou zabráníte šíření bakterií a virů, které mohou způsobit onemocnění.
- Budete se cítit zdravěji a celkově lépe.
- Dítěti se díky osobní hygieně zlepší vztahy s ostatními dětmi a lidmi.

Doporučení: Vytvořte denní seznam úkolů pro osobní hygienu, pomůžete tak dětem s vytvořením hygienických návyků. Můžete jim navrhnout, aby seznam ozdobily pomocí pastelek a barevných fixů a nalepily si jej na stěnu ve svém pokoji. Pak už je jen otázkou času, kdy budou děti schopné zvládnout všechny položky na tomto seznamu zásad osobní hygieny samy. Co by na tomto seznamu nemělo chybět?

1. ZUBNÍ OSOBNÍ HYGIENA: ČISTĚTE SI ZUBY DVAKRÁT DENNĚ

Děti si lépe vytvoří dlouhodobé hygienické návyky, když budou mít čištění zubů spojené s něčím veselým a pozitivním. Tak z toho hned od začátku udělejte zábavu! Povzbudte dítě k tomu, aby při čištění předních zubů pištělo jako myška, u čištění stoliček zas může řvát jako lev. Případně můžete dětem zpívat nebo předčítat básničky, aby se na ty dvě minuty zabavily. Vysvětlete dětem, jak je čištění zubů prospěšné pro jejich zdraví a proč je důležité mít zdravé zuby, zejména když přijde na všechny jejich oblíbené sladkosti a křupavé dobroty. Doporučení: jak správně postupovat při čištění zubů naleznete na web stránkách <https://stopkazum.cz/>

2. SPRÁVNÁ HYGIENA PRO DĚTI: MYTÍ RUKOU

Mytí rukou se může dětem zdát jako nepříjemná povinnost, dokud nepochopí skutečný význam zásad osobní hygieny. Pro začátek jim vysvětlete, že bakterie jsou maličké potvůrky, které ovšem navzdory malým rozměrům mohou způsobit nepříjemné choroby. Ještě lépe pochopí, co jsou bakterie zač, když s nimi vyzkoušíte tuto hru se třpytkami. Pokryjte dětem ruce třpytkami a vysvětlete jim, že bakterie jsou vlastně takové neviditelné třpytečky a přesně tak se i přenášejí na všechno, čeho se dotknete. Dejte dětem za úkol, aby se pokusily všechny třpytky smýt a u toho jim vysvětlete, jak je důležité zabránit šíření „neviditelných třpytek“, zejména před jídlem a po použití toalety.

3. TIPY NA OSOBNÍ HYGIENU PRO DĚTI: POUŽÍVEJTE KAPESNÍKY

Děti, které se zásady správné hygieny teprve učí, si ze začátku nevyhnutelně budou chtít nos i ruce otírat o všechno možné, co jim zrovna přijde pod ruku, a zpravidla to odnesou hlavně rukávy. Pomozte jim naučit se správným návykům osobní hygieny pro děti tím, že budou mít vždy po ruce **krabičku nebo balíček měkkých kapesníků**. Vysvětlete jim, že jsou šetrnější k jejich pokožce a zabraňují šíření bakterií k jejich kamarádům a příbuzným.

4. ČISTÉ SPODNÍ PRÁDLO KAŽDÝ DEN

Vy samozřejmě chápete, proč je důležité si každý den obléci čisté spodní prádlo, a vnímáte to jako samozřejmost, ale děti se to nejdříve musí naučit. Pomozte jim rozpoznat a pochopit rozdíl mezi příjemnou vůní a nepříjemným zápachem třeba tím, že jim ukážete, jak báječně voní čerstvě vyprané prádlo. Vysvětlete jim, že budou vonět přesně takhle, když si každý den budou měnit spodní prádlo.

Dbejte na to, aby se děti ve věci osobní hygieny postupně osamostatnily. Začněte třeba tím, že je necháte vybírat si spodní prádlo, a povzbudte je k tomu, aby každý den daly použité prádlo do koše. V neposlední řadě vám mohou pomoci s praním a následně s tříděním a skládáním vypraného oblečení – není to přece práce jen pro maminku a tatínka!

5. PRAVIDELNÁ SPRCHA NEBO KOUPEL

Pomozte dětem pochopit, že koupání a sprchování není jen další povinnost a zásada osobní hygieny, ale může to být také zábava a odpočinek. Můžete je trochu rozmazlit tím, že do koupele přidáte pěnu, nebo proměnit sprchování v zábavu s jejich oblíbenými hračkami, aby se na mytí vždy těšily.

6. PRAVIDELNÉ STRÍHÁNÍ NEHTŮ

Malé děti si často strkají prsty do pusy a vzhledem k tomu, že za delšími nehty se usazují bakterie, je dobré jim je pravidelně zastříhovat. Pokud je dítěti stríhání nehtů protivné, zkuste mu ho nějak zpříjemnit. Můžete mu

pustit hudbu, zpívat písně nebo mu stříhat nehty při koupání ve vaně a u toho mu vysvětlit, že s krátkými nehty se budou cítit lépe a pohodlněji.

VÍTE, JAK SI SPRÁVNĚ UMÝT RUCES?

Většina lidí si myslí, že k dobrému umytí rukou postačí trocha vody a mýdla. Jenže opak je pravdou. Abychom z dlaní dostali co nejvíce bakterií, měli bychom si je mýt alespoň 30 vteřin a kromě známého tření dlaň o dlaň pokračovat už méně známým čištěním hřbetů rukou s roztaženými prsty, mezi něž jsou klouzavými pohyby vkládány namydlené prsty druhé ruky.

Následovat by pak měla i očista oblasti nehtů pomocí pokrčených do sebe zaklesnutých prstů naproti sobě a kroužení palce zavřeného ve dlani. Očista dlaní se pak provádí prsty druhé ruky sevřenými téměř do špetky krouživými pohyby a dozadu a dopředu. Následně se ruce opláchnou vodou a utrou se ručníkem na jedno použití.

ANÁLNÍ HYGIENA: KTERÝM SMĚREM SE UTÍRAT?

Říká se sice, že pravidla jsou od toho, aby se porušovala, ale u utírání to rozhodně neplatí – jediná správná možnost je zepředu dozadu. Jinak může dojít k šíření bakterií a následně k zdravotním problémům – zejména u dívek je zvýšené riziko infekce močových cest. Jak zajistit, aby si to děti zapamatovaly? Dejte jim příklad: oblečení se nenosí naruby, utírat by se tedy také neměly obráceně. Velmi podstatnou součástí správného utírání zadku je najít papír, který vám bude vyhovovat. Je dobré zvolit takový toaletní papír, který je pevný a zároveň jemný, takže ho na utření nespoteřebujete moc.

Dostupné z: <https://www.zewa.net/cz/spravna-hygiena/>

2. BYDLENÍ – MOŽNOSTI ZAJIŠTĚNÍ

Většina lidí v České republice je toho názoru, že vlastnické bydlení je ideální způsob, jak bydlet, protože poskytuje jistotu a stabilitu, je finančně výhodné a dá se využít třeba jako zajištění na stáří. Problém nastává, když se bydlení stává spíše investicí než domovem. Začít řešit bydlení i jinými způsoby než koupí „vlastního“ nebo soukromým pronájmem a požadovat, aby bydlení začalo být řešeno celospolečensky. Můžeme chtít více obecních bytů, zakládat nová bytová družstva, která budou sdílet náklady na výstavbu bydlení, nebo vytvářet kolektivy, které budou bydlet společně. Bydlení se stalo až příliš věcí soukromou, kterou si má každý zařídít, jak nejlépe umí. Ve chvíli, kdy na kvalitní bydlení nedosahují lidé ani s průměrnými příjmy, by bydlení mělo být věcí veřejnou.

Dostupné z: https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/publikace/samec_ed._-_jak_zajistit_dostupne_bydleni.pdf

Dostupné možnosti zajištění bydlení:

- Nájemní bydlení v obecním bytě (pozor na dlouhé čekací doby)
- Soukromé nájemní bydlení (nejisté s ohledem na rozhodování majitele)
- Družstevním nebo kolektivním bydlení (poměrně stabilní)
- Osobní vlastnictví bytu (jisté a stabilní)

Koupit si byt jen malý byt nebo postavit či zrekonstruovat rodinný domek pouze s využitím vlastních úspor zvládne asi jen málokdo. Role hypotečního financování při pořizování vlastního bydlení je prakticky nezapomenutelná. Umožňuje totiž rozložit jednorázovou investici do dlouhého období tak, aby byla zvládnutelná i pro lidi s průměrnými příjmy, kteří nedisponují velkým majetkem. (Bukač, Petr. 22. 1. 2008. Mesec.cz – Drahou hypotéku lze splatit úvěrem ze stavebního spoření). Aktuálně trh s hypotékami přesahuje roční výdaje státního rozpočtu ČR – domácnosti dluží bankám v úhrnu více, než kolik činí roční státní výdaje. Co do objemu se sice nemůžeme rovnat některým státům západní Evropy (jako například Dánsko nebo Nizozemí).

3. ZABEZPEČENÍ CHODU DOMÁCNOSTI

NÁKUPNÍ SEZNAM

Nespoléhejte na to, že přijdete do supermarketu a okamžitě se vám vybaví, co vám doma chybí a potřebujete koupit. Naopak. V obchodech bývá hodně zboží, a to odvádí naši pozornost od toho, co je nutné pořídit. Proto je dobré si doma napsat nákupní seznam. Má to dvě hlavní výhody: na nic důležitého nezapomenete a pokud skutečně půjdete přesně podle seznamu, nevyhodíte peníze za zbytečnosti a ušetříte.

JAK TEDY SESTAVIT IDEÁLNÍ NÁKUPNÍ SEZNAM?

1. Někteří lidé ho sestavují tak, že si přesně na jednotlivé dny rozepíší, co v kterých dnech budou vařit k obědu a večeři. Recepty buď znají nebo si je najdou na internetu, případně v kuchařce nebo kdekoli jinde. Pak si podle těchto receptů do nákupního seznamu vypíší, co jim doma chybí. Když mají tuto základní kostru hotovou, doplní ji o další položky. Většinou jde o suroviny, ze kterých si pak udělají snídaně, svačiny, studené večeře. Plus samozřejmě ovoce, zelenina a nápoje. Pokud čekáte návštěvu a chcete uvařit nebo upéct něco mimořádného, poznamenejte si ingredience na seznam zvlášť, aby se vám to nepletlo s běžným nákupem.
2. Další postup je podobný, ale nevychází se z receptů, nýbrž z toho, co je doma. Příklad: rozhodnete se, že uděláte kuřecí vývar a guláš s knedlíkem (plus další jídla, ale ty nebudeme uvádět). Postup znáte, víte přesně, co potřebujete, takže se podíváte do lednice a do spíže, abyste zjistili, co vám chybí. Tyto suroviny dáte na seznam. Opět doplníte o to, co budete potřebovat k přípravě snídaní, přesnídávek nebo během týdne k zakousnutí. A nezapomenete připsat ovoce a zeleninu.
3. Třetí přístup vychází z toho, že jdete od základních surovin k těm, které se obměňují. Takže v první řadě zkontrolujete, jestli máte doma brambory, cibuli, rajčata (plus další zeleninu a ovoce), mléko, máslo, sýry, tvaroh (tedy další mléčné výrobky), vejce, sůl, cukr, mouku (ingredience potřebné k pečení), šunku, kuřecí maso, vepřové maso (tj. masné výrobky) atd. Když si vytvoříte takovéto skupinky potravin, které mají něco společného, většinou při sestavení receptu na nic nezapomenete. Tímhle způsobem tedy dorovnáte to, co vám doma chybí, a pak už přidáte jen to, co budete aktuálně potřebovat v horizontu dalších několika dní na vaření a přímou spotřebu.

Dostupné z: <https://www.jaktak.cz/jak-sestavit-nakupni-seznam.html>

ÚKLID DOMÁCNOSTI

Utřít prach, vytrít, vyžehlit, umýt varnou desku, vyprat záclony, přeleštit okna, zbavit se molů ve skříni, umýt nádobí, vyčistit vanu, vyklepat koberce... Postarat se o domácnost není jednoduché. Pravidelný úklid domácnosti je naprostá nutnost, pokud si ovšem nelibujete ve všudypřítomném nepořádku. Uklízet se prostě musí, ať se nám to líbí nebo ne. Kromě běžného úklidu, je čas od času nutné provést i generální úklid domácnosti, kdy to vezmeme doslova od podlahy a vycídíme celý byt. Pro mnohé z nás je úklid naprostá otrava a nutné zlo. Existuje ale způsob, jak uklízet efektivně a neztrácet tak drahocenný čas.

GENERÁLNÍ ÚKLID DOMÁCNOSTI SNADNO A RYCHLE

Zásada číslo jedna zní: Pokud chcete uklízet rychle, musíte uklízet **systematicky**. Uklízení je pro mnohé z nás hotový očištec. Proto se vám určitě vyplatí úklid dobře naplánovat. Ještě než se vrhnete na samotný úklid, musíte se vybavit čistícími prostředky a **náčiním**.

CO BUDETE K ÚKLIDU POTŘEBOVAT

Vhodné čistící prostředky vám výrazně usnadní vaši práci. Nemusíte si jich pořizovat moc. Stačí jich jen několik a vaše domácnost bude krásně čistá. Ve vaší výbavě by určitě neměly chybět tyto prostředky:

- Univerzální čistící přípravek
- Přípravek na čištění trouby a grilu
- Desinfekční přípravek na WC a koupelny
- Přípravek na mytí oken, zrcadel a skel

Kromě čisticích přípravků nezapomeňte také na **úklidové pomůcky** – gumové rukavice, **hadříky a utěrky z mikrovlákna**. Rukavice ochrání pokožku rukou před poškozením a vysušením a bez čisté utěrky a hadříku se neobejde žádný úklid.

DOPORUČENÝ POSTUP

1. Začněte od nejzapadlejšího koutu bytu. Jinými slovy začněte s úklidem nejzazší místnosti. Nekompromisně odstraňte zbytečné lapače prachu, kterým bude určitě lépe v krabici.
2. Lapače jsou pryč, tak začněte se samotným úklidem. Vždy uklízejte seshora dolů. Od lustru směrem k podlaze.
3. Pokud máte tu možnost, vynesete koberečky a jiné menší kusy nábytku ven. Menší nábytek a různé bytové doplňky budou hodně zaprášené. Pokud je budete oprašovat na čerstvém vzduchu, nebudete vdechovat tolik prachu. V případě, že tuto možnost nemáte, vybavte se na generální úklid rouškou.
4. Při úklidu nezapomeňte na pokojové květiny. Odneste je do vany nebo sprchového koutu a osprchujte je. Nechte je v koupelně oschnout.
5. Sundejte záclony a dejte je prát. Pak se vrhněte na mytí oken. Než okna umyjete, vyperou se vám záclony. Ty můžete ještě vlhké pověsit zpátky. Ušetříte čas a vyprané záclony krásně provoní byt.
6. Takto postupujte celým bytem. Kuchyň, koupelnu a záchod si nechejte až na konec. V průběhu úklidu můžete do kuchyně ukládat přebytečné věci, pro které zrovna nemáte místo. Roztřídíte je, až uklidíte.
7. Jako poslední vysajete a umyjete podlahy.
8. Pokud chcete uklízet opravdu důkladně, nezapomeňte na skříně. Utřete v nich prach a roztřídíte veškeré oblečení. Co nenosíte, bez milosti vyhoďte.

DEZINFEKČNÍ PROSTŘEDKY

V současné době je na trhu k dostání velké množství dezinfekčních prostředků, se kterými můžete rychle a spolehlivě provést dezinfekci své domácnosti. Dezinfekční prostředky vás oproti běžným úklidovým prostředkům zbaví nebezpečných virů, bakterií i plísní a vy se tak budete moci pochlubit nejen dokonale čistou a uklizenou, ale především **zdravou a bezpečnou domácností**.

Dostupné z: <https://www.alza.cz/maxi/jarni-uklid-domacnosti-snadno-a-rychle>

4. PÉČE O PRÁDLO – PRANÍ A ŽEHLENÍ

VÝBĚR PRACÍHO PROSTŘEDKU A JEHO DÁVKOVÁNÍ

U pracích prostředků můžeme vybírat mezi klasickým pracím práškem, pracím gelem nebo pracími kapslemi. Jaký je mezi nimi rozdíl?

Prací prášek je klasický prací prostředek. Je velmi účinný v odstraňování skvrn. Prací prášek také obsahuje bělicí složky, díky nimž je ideální na praní bílého prádla. Nicméně bělicí složky v prášku způsobují vymývání barev u barevného oblečení. Při nižších teplotách má prací prášek horší rozpustnost.

Prací gel představuje alternativu ke klasickému pracímu prášku. Díky své tekuté konzistenci je snadno rozpustný ve vodě i při nízkých teplotách. Od pracího prášku se liší i složením. Na místo bělicích složek obsahuje pouze rozjasňovače. Je tedy šetrnější k barvám na oblečení, ovšem není tak účinný v odstraňování zaschlých skvrn.

Prací kapsle jsou v podstatě dávkovaný prací gel. Díky tomu je dávkování pracího prostředku snazší. Navíc je obsah v kapslích oproti pracímu gelu koncentrovanější, tedy k vyprání je potřeba méně pracího prostředku. Prací kapsle jsou díky svému složení šetrnější k barevnému oblečení oproti klasickému prášku na praní. Nicméně při praní na nižší teplotu se může obal kapslí hůře rozpouštět.

Prací prostředky je ovšem nutné vybírat nejen s ohledem na jejich složení, ale také s ohledem na jejich určení. Různé druhy prádla vyžadují různé prací prostředky. Univerzální prací prostředky v sobě často obsahují zesvětlovače, které jsou vhodné na bílé prádlo, ovšem u barevného a tmavého prádla dochází k rychlejšímu blednutí barev. Proto je vhodné používat prací prostředky zvláště na bílé, na barevné a tmavé prádlo. Kromě toho můžete využít i další prostředky určené na praní vlněného oblečení či jemného prádla.

PATERO SPRÁVNÉHO PRANÍ PRÁDLA V AUTOMATICKÉ PRAČCE:

- Pro různé druhy prádla použijte různé prací prostředky.
- Dodržujte dávkování udávané na obalu pracího prostředku.
- Prádlo v pračce rovnoměrně rozprostřete.
- Buben pračky nepřepĺňujte – mezi bubnem a prádlem by měla být mezera na šíři dlaně.
- Zvolte správný prací program podle informací na cedulce oblečení

JAKÝ PROGRAM ZVOLIT?

S volbou správného pracího programu i možností následného sušení prádla vám pomohou symboly na cedulkách oblečení. S jejich pomocí zjistíte nejen materiál oblečení, ale také doporučenou teplotu praní a míru odstředování. Pokud se rozhodnete po praní vložit prádlo do sušičky, buďte také obezřetní a vždy sledujete označení sušičky na prádle. Pro lepší orientaci v jednotlivých symbolech využijte obrázku níže.



Prádlo označené tímto symbol nelze prát v pračce. Důvodem může být citlivost prádla na čištění vodou či přílišná velikost oblečení pro praní v pračce.



Takto označené prádlo lze prát pouze v ruce při maximální teplotě 40 °C. Prádlo namočte do vody s rozpuštěným pracím prostředkem a nechte odmočit. Oblečení se symbolem ručního praní nedrhněte, nenatahujte ani neždímejte.



Symbol vaničky je symbolem pro praní prádla v pračce. Číslo ve vaničce označuje maximální teplotu praní. Podtržení pak označuje jemné praní. Při volbě pracího programu je nutné nastavit mírné máchání a odstředování. Čím více podtržitek symbol má, tím jemnější praní je potřeba zvolit.



U oblečení označeném symbolem trojúhelníku lze používat bělidla. Šrafovaný trojúhelník povoluje při bělení použít oxygenová bělidla. Přeskrtnutý symbol pak zakazuje používání jakýchkoli chemických bělidel.



Tento symbol je důležitý především pro profesionální čistírny. Písmena v kolečku poskytují čistírnám informaci o tom, jaké čisticí prostředky lze použít.

PRANÍ PODLE DRUHU OBLEČENÍ

U většiny prádla si vystačíte s pracím prostředkem na bílé či barevné prádlo a s teplotou 30 °C. Ovšem některým druhům oblečení je dobré věnovat větší pozornost.

VLNA A JEMNÉ PRÁDLO

Pro tyto materiály je klasický prací prostředek příliš zásaditý, a tak může dojít k poškození vláken. Proto je vhodné při praní těchto materiálů používat přímo pro ně určené prací prostředky, které mají upravené složení. Tyto materiály perte při nízkých teplotách. Doporučuje používat i aviváž pro ještě jemnější efekt.

FUNKČNÍ A SPORTOVNÍ OBLEČENÍ

U praní sportovního či funkčního oblečení pečlivě dodržujte pokyny výrobce. Vyvarujte se používání běžných pracích prášků a aviváže. Na sportovní oblečení používejte pouze přípravky určené přímo pro ně. Jen tak budete mít jistotu, že si funkční oblečení uchová své vlastnosti. Při praní zvolte jemný program.

Dostupné z: <https://www.alza.cz/jak-spravne-vyprat-pradlo-art17033.htm>

ŽEHLENÍ

Pokud chcete mít prádlo perfektně vyžehlené, mít jistotu, že žádný materiál nespálíte a neřešit nastavení teploty na různé druhy látek, spolehněte se na vertikální žehlení.

JAKÉ VÝHODY NABÍZÍ VERTIKÁLNÍ ŽEHLENÍ?

Vertikální žehlení efektivně osvěží prádlo a odstraní nepěkné záhyby. Ušetří nejen čas, ale také spoustu práce. Se žehličkou je možné pracovat jak vertikálně, tak horizontálně.

- Vyžehlíte s ní pověšené záclony, závěsy nebo oblečení na ramínku.
- Můžete si nastavit jednotnou optimální teplotu pro všechny druhy látek.
- Žehličky obsahují kvalitní odvápňovací systém pro dlouhodobý výkon páry.
- Trvalý výstup páry umožňuje rychlejší a snadnější žehlení.

JAKÉ VÝHODY NABÍZÍ HORIZONTÁLNÍ ŽEHLENÍ?

Horizontální žehlení s využitím tzv. napařovače umožňuje pohyb vertikální a horizontální, čili systém „žehlení“ v páře umožňují kartáčování při žehlení, vyhlazení a odstranění žmolků, apod. – díky keramické dotykové ploše odolné proti poškrábání s vynikajícím skluzem.

ŽEHLICÍ PRKNO

Žehlicí prkno je základem pro rychlé a pohodlné žehlení. Při výběru zohledněte nejen správnou výšku a šířku, ale také způsob rozložení a další vychytávky, které vám usnadní život. Na co se zaměřit při výběru žehlicího prkna. Žehlicí prkna umožňují rozložení a následné nastavení výšky hned třemi způsoby:

1. **Ruční rozkládání pomocí drážek** funguje na základě jejich zaklapnutí v různých výškových polohách. Jde o jednoduchý a rychlý způsob polohování.
2. **Automatické rozkládání s aretační páčkou** rychle a plynule nastaví prkno na žehlení do libovolné výšky.
3. **Automatické rozkládání s omezeným počtem** poloh nastaví žehlicí prkno do různých pevně stanovených poloh. Stačí pouze přidržet aretační páčku a zvolit požadovanou výšku.

Dostupné z: <https://www.alza.cz/maxi/zehlici-prkna/18856148.htm# cud=1>

5. ZÁKLADNÍ STRAVOVACÍ NÁVYKY

Nejsilnější zbraní v boji proti nemocem je naše strava. Je to jak v předcházení nemocem, tak i jako součást léčby. Každá potravina obsahuje množství složek, z nichž každá nějakým způsobem zasahuje do našeho metabolismu, do procesů, které zajišťují život a jeho kvalitu. Záleží pouze na nás, co si vybereme a co našemu tělu dodáme. Kvalitní výživa zajistí správný růst a vývoj dětí. Ale nejenom jejich fyzický vývoj. Výživa zasahuje rovněž do vývoje duševního. Může se podílet na spokojenosti a rozvoji dítěte. V řadě případů je základ budoucího zdraví položen právě v dětství. Je důležitá i v dalším životě dospělého člověka. A pokračováním do zdravého stáří.

Kvalitu pohybové soustavy, stav kloubů, svalstva a kostí, stejně jako schopnosti myšlení, může výživa významně ovlivnit. Strava je především zdroj energie. Energii potřebujeme na úhradu základních životních funkcí, jako je dýchání, srdeční činnost a zažívání. Pohyb, svalová činnost, mozková činnost a další se uhradí teprve z toho, co zbude.

Hlavní důvod, proč tedy jíme je to, že potřebujeme získat energii na to, abychom dýchali, aby naše srdce mohlo pracovat, a aby tyto činnosti mohly probíhat nepřetržitě.

Hodnota stravy je především energetická a proto se také vyjadřuje u jednotlivých potravin v energetických jednotkách, tedy kaloriích nebo joulech. Potrava má ale i další kvality. Měla by být zdrojem všech látek, které člověk potřebuje ke svému růstu, rozvoji a činnosti. To znamená, že má být v souladu s potřebami jedince. Je samozřejmé, že potřeba kojence je jiná než potřeba jeho matky. Proto nelze dát žádný jednoduchý návod, co je pro koho vhodné, neboť potřeba jednotlivce se mění podle věku, fyzické aktivity, teploty vzduchu, zdravotního stavu a řady dalších podmínek.

Stravování je odlišné nejen od toho, co se v dané oblasti pěstuje, ale také jaké je tam klima. Teplé oblasti dávají přednost jídlům s pestrou nabídkou zeleniny a ovoce a pije se zde převážně víno. V chladnějších severských oblastech je podáváno více tučných pokrmů a pije se spíše pivo nebo destiláty. V oblastech jako je naše, dochází ke střídání ročních období a tedy i ke střídání pokrmů. V létě převažují lehká jídla, zatímco v zimě holdujeme

tučným pokrmům. Není to tak úplně špatné. V zimě dochází k velkým energetickým ztrátám, takže ta trocha kalorií, snědených navíc, se rychle vydá. Jídelníček prodělává změny v průběhu roku nejen díky rozdílným teplotám. Významně se projevují různé svátky, zejména církevní.

V dnešní době už není tolik dodržován režim půstů a následných svátků, jako třeba jsou vánoce nebo velikonoce. Nicméně je nutno připustit, že období půstu zcela jistě nikomu neškodilo. Pro mnohé by tento režim byl určitým řešením i dnes. Omezení v jídle by s sebou zcela jistě přineslo při nejmenším pokles hladiny cholesterolu. Svátky byly spojeny s přípravou určitých druhů typických pokrmů. Jistě jsou chvályhodné snahy o obnovu tradic.

Stravovací zvyklosti prodělávají dvě roviny změn. Je to jednak změna individuální, spojená se změnami v rodině, a jednak změny sociální, které postihují celé skupiny. A mohou to být jak etnické skupiny, tak skupiny ekonomicky různě situované nebo odlišně názorově orientované.

ČESKÁ KUCHYNĚ

Česká kuchyně je velice bohatá a zdravá kuchyně se spoustou krajových specialit.

Snad jenom neumíme naše speciality prodávat stejně úspěšně jako jiné země a sypeme si popel, protože jíme vepřo – knedlo – zelo. To rozhodně není česká kuchyně, přestože nás to celosvětově proslavilo. Především je třeba rozlišit kuchyni venkovskou a kuchyni měšťanskou. Jídla české venkovské kuchyně se připravovala ze zdrojů, které si předkové dokázali vypěstovat sami. Převažovaly pokrmy z brambor, zelí a mléka. Důležitou surovinou byly řepa, mrkev, jablíčka, švestky, mák a houby. Brambory se staly běžnou součástí jídelníčku až v druhé polovině 18. století a pro většinu venkovanů byly jediným zdrojem obživy. Venkovský lid se stravoval skromně. Snídaly se většinou mléčné polévky, kyselo, podmáslí nebo bramboračka. K obědu byl chléb, bramborové placky, hrách, kroupy a zelí, někdy čočka. K večeři se dávaly husté polévky, brambory na různé způsoby a řepa. Ke všem pokrmům se jedl žitný chléb. Pilo se mléko, při práci na poli octová voda. Někdy se pilo pivo, a koncem 19. století stoupla obliba lihovin. V té době přichází káva z cikorky ale často i k večerím. Jedla se často s lámaným chlebem, zejména v chudších rodinách. Užívaly se houby a různé druhy koření, které se vypěstovaly na zahrádkách. Polévek byl docela výběr, od houbové přes kroupovou, kmínovou, hrachovou, ale také rybí a zelnou. Oblíbená byla houbová omáčka, s chlebem nebo s knedlíkem, jáhlová kaše s řepným sirupem, omáčka ze sušených švestek, povídkové buchty, hrách nebo buchty s mrkví. Mastilo se hlavně sádlem, máslo se spíše prodávalo. Vejce se užívala, ale rozhodně se s nimi šetřilo. Tam, kde byly podmínky, se jedly ryby. Ryb byl takový dostatek, že si čeládka na některých místech vymohla, aby nebyly ryby na jídelníčku denně, ale pouze dvakrát týdně.

Hlavní zásada byla šetrnost, a to i v bohatých statcích. Maso se podávalo nanejvýše jedenkrát týdně. A jednalo se o maso, které bylo na statcích k dispozici, většinou vepřové, někdy drůbeží. Na zimu se dělaly „zabíjačky“, sádlo se škvařilo, vyudil se špek a někdy i maso. V pozdějších dobách se začaly vyrábět i klobásy. V létě byla strava lehčí, aby se mohlo pracovat na polích. Na pole se většinou vozily polévky, chléb se sádlem a k pití voda s octem. Jedlo se ovoce podle sezóny. Pravidelnou denní stravou ve většině rodin byla bílá káva s lámaným chlebem. Bílá káva se vařila ze žita, někdy se užívala k vaření kávy cikorka. Jídla se připravovala jednoduchá, aby nezabrala mnoho času. O svátcích, o posvícení nebo jiných příležitostech se připravovala jídla vydatnější, dražší a také pracnější, jako třeba husa. Ale to bylo zcela výjimečně.

POSLEDNÍ LÉTA PŘINESLA DALŠÍ ZMĚNY

Začal velký zájem o to, jak se stravovat správně, tedy zdravě. Začaly se omezovat tuky, zlepšilo se složení používaných tuků, zvyšuje se podíl rostlinných tuků a zvyšuje se i podíl rostlinné stravy. Začalo se konzumovat bílé drůbeží maso, zvýšila se konzumace celozrnných výrobků, díky celoroční nabídce čerstvé zeleniny a ovoce stoupá i jejich spotřeba. Tyto kladné změny doprovázejí i změny nevhodné, neboť výrazně poklesla spotřeba mléka.

Dostupné z: <http://www.lifestyle-poradna.cz/o-zdravi/o-vyzive/vyziva-a-stravovaci-navyky>

JAK BY MĚL VYPADAT IDEÁLNÍ JÍDELNÍČEK?

Vyvážený jídelníček je klíčem nejen k vysněné postavě a pevnému zdraví, ale také ke šťastnému životu. Jenže, najít mezi množstvím nejnovějších stravovacích směrů, trendů i diet ten správný balanc, se může

zdat jako nadlidský úkol. Podívejme se, jak může takový ideální týdenní jídelníček vypadat, a z čeho se skládá.

Sestavení správného jídelníčku vypadá jako neskutečná věda, lidé si najímají výživové poradce, nechávají si šít jídelníčky na míru, a přitom je to celé jen o vyváženém poměru bílkovin, sacharidů a tuků v každém jídle. Jeden univerzální poměr pro všechny se nedá jednoznačně stanovit, protože každé tělo funguje jinak a vyžaduje jinou skladbu živin. Vždy ale uvítá raději přísun čerstvých a lokálních potravin nežli polotovarů a chemicky zpracovaných produktů.

DOKONALÝ POMĚR BÍLKOVIN, TUKŮ I SACHARIDŮ V KAŽDÉM CHODU

Někteří výživoví experti vnímají 60 % sacharidů, 25–30 % tuků a 15–25 % bílkovin jako ideální poměr živin ve všem, co sníte. Sami vyzkoušejte, zda vám tato skladba vyhovuje a prospívá, případně ji intuitivně přizpůsobte svým potřebám. Intuitivně proto, že je nesmírně důležité umět poslouchat své tělo a dávat mu ve správnou chvíli vždy to, co zrovna potřebuje.

PESTROST

Neméně důležitým předpokladem ideálního týdenního jídelníčku je pestrost. Co si pod tím představíte? Jde jednoduše o to, abyste sacharidy, tuky i bílkoviny získávali z široké a pestré škály potravin a nezaměřovali se jen na jeden zdroj, jak tomu bývá například u některých stravovacích směrů. Typicky třeba frutariáni konzumují pouze ovoce, ořechy a semena, na první pohled ideální zdroje tuků, sacharidů i bílkovin. Ovoce ale obsahuje také fruktózu, druh složitějšího cukru, který může být pro tělo v nadměrném množství dokonce toxický.

6. POZITIVNÍ MOTIVACE ŽÁKA A POSILOVÁNÍ SEBEOBSLUŽNOSTI

Ve školním prostředí sehrává motivace jednu z klíčových rolí a může podstatně zvyšovat efektivitu výchovně-vzdělávacího působení. Silně ovlivňuje školní úspěšnost žáků, jejich výkony, ale i rozvoj žákovské osobnosti. Motivace propůjčuje učebním činnostem žáka subjektivní smysl, čímž výrazně ovlivňuje míru úsilí, kterou žák při učení vynakládá. Motivace je jednou ze základních podmínek *efektivního učení*. Nedostatek motivace k učení bývá nejčastějším důvodem selhávání ve škole.

Odborná literatura dělí motivaci podle různých kritérií. Asi nejznámější je dělení na vnitřní motivaci (vychází z poznávacích potřeb žáka) a vnější motivaci (pochvala, dobrá známka, respekt a obdiv spolužáků, přijetí na školu apod.). V období školní docházky dochází u většiny jedinců k postupnému přerodu od vnější motivace k motivaci vnitřní, a vytváří se tak individuální motivační přesvědčení. U každého žáka může tento proces probíhat odlišným způsobem.

ČEMU POMÁHÁ

- Zvyšuje efektivitu vyučovacího procesu (zapamatování si většího objemu učiva).
- Rozvíjí potřeby a zájmy žáků.
- Posiluje vůli a autoregulační schopnosti žáků.

APLIKACE OPATŘENÍ A SPECIFIKACE PODMÍNEK

Pro pedagoga je velmi důležité, aby věděl, s jakým stupněm motivačního přesvědčení vstupují žáci do procesu vzdělávání. Jaké jsou jejich názory, soudy a hodnoty vztahující se k oblastem učiva či přímo k jednotlivým předmětům. Jakmile si žák jednou utvoří pozitivní či negativní pojetí předmětu, je velmi obtížné ho změnit. Negativní motivační přesvědčení brzdí proces učení. Strach ze selhání vede žáka k pasivitě či ke snaze se obávané činnosti vyhnout. Žák tak dostatečně neprocvičuje požadované dovednosti a dostává se do „bludného kruhu“. Pozitivního motivačního přesvědčení je možné dosáhnout pomocí těchto opatření:

- Vytvořit pozitivní třídní klima, které podporuje spolupráci a kooperaci.
- Respektovat individualitu každého žáka (na každého platí něco jiného).
- Vytvářet pozitivní osobní příklad (dávat najevo zájem o vyučovaný předmět), sdílet radost z úspěchů svých žáků.
- Aktivizovat žáky při výuce pomocí aktivizačních učebních metod, prožitkové výuky, didaktických her.
- Pestře střídat výukové metody, pravidelně obměňovat edukační činnosti.
- Do výuky občas zařazovat překvapení a neobvyklé činnosti, zadávat problémové úlohy.
- Využívat tvořivost a sebevyjadřování žáků, aktivně se s nimi účastnit různých výstav, soutěží a projektů.
- Klást důraz na zajímavé a užitečné informace – žáci potřebují vnímat smysluplnost předkládaného učiva.
- Propojit výuku se životem – uvádět názorné příklady z praxe, instruktážní filmy, besedy s odborníky, exkurze.
- Zjistit a vhodně do výuky zapojit aktuální zájmy i budoucí profesní cíle žáků (individualizované úkoly, referáty na daná témata apod.).
- Zavádět nové učivo rozšířením již osvojených poznatků, učivo, na které navazujeme, dostatečně předem zopakovat.
- Strukturovat zadávané úkoly dle aktuálních možností žáka, v případě potřeby postupovat po malých krocích.
- K dalšímu učivu přistoupit až po dostatečném upevnění učiva stávajícího.
- Využívat při výuce stručné přehledy učiva – nejlépe takové, které si žák samostatně či s dopomocí vytvoří s ohledem na své individuální potřeby.
- Zadávané úkoly odstupňovat a poskytovat dle aktuální úrovně žákových schopností a dovedností.
- Umožnit žákům výběr z více úrovní obtížnosti té samé úlohy, nejisté žáky povzbuzovat k vyzkoušení vyšší obtížnosti „nanečisto“.
- Nešetřit verbálním oceněním každého zlepšení, v případě absence zlepšení lze pozitivně hodnotit i snahu, při ústním hodnocení výsledku činnosti by pozitivní hodnocení vždy mělo převažovat nad negativním.
- Vhodnou formou vnější odměny může být poskytnutí časově ohraničené oblíbené činnosti.
- V nezbytných případech je možné motivovat k požadovanému výkonu i poskytnutím drobné materiální odměny – pouze se souhlasem zákonných zástupců (bonbon, sušenka, tyčinka apod.).

NA CO KLÁST DŮRAZ

- U předškolních žáků a na začátku školní docházky upřednostňovat vhodnou vnější motivaci. Pomocí cílených opatření usnadnit žákům přechod k vnitřní motivaci.
- Umožněním výběru z více možností žáky vést k větší autonomii a odpovědnosti za proces učení.
- Znat a vhodně využívat motivační přesvědčení svých žáků.
- Vést žáky k poznání, že chybování neoddělitelně patří k procesu učení. Učit je pracovat s chybou. Neupřednostňovat klasifikaci před pěstováním schopnosti samostatně si vyhledat chybu a poučit se z ní.

RIZIKA

- Zvolená motivace nekoresponduje s cílem vyučovací hodiny.
- Žáci jsou „přemotivovaní“ – příliš mnoho vnější motivace může škodit, stejně jako žádná motivace.
- Přetěžování či naopak protežování žáků s postižením.
- Nízká úroveň autoregulačních či volních vlastností žáků.

Dostupné z: <http://katalogpo.upol.cz/telesne-postizeni-a-zavazna-onemocneni/modifikace-vyucovacich-metod-a-forem/4-2-7-podpora-motivace-zaka-2/>

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) LEEBER, J. a kol. *Programy pro rozvoj myšlení dětí s odchylkami vývoj: podpora začleňování znevýhodněných dětí do běžného vzdělávání*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-103-4.
- 2) ČADILOVÁ, V.; ŽAMPACHOVÁ, Z. *Sebeobslužné a praktické dovednosti*. Praha: APLA Praha a střední Čechy, o. s., 2010.
- 3) ČADOVÁ E. a kol., *Metodika práce asistenta pedagoga při aplikaci podpůrných opatření u žáků s tělesným postižením nebo závažným onemocněním*, 2015, Univerzita Palackého v Olomouci, ISBN 978-80-244-4454-3
- 4) VRBOVÁ R. a kol. *Metodika práce asistenta pedagoga při aplikaci podpůrných opatření u žáků s narušenou komunikační schopností*, Univerzita Palackého v Olomouci, 2015 ISBN 978-80-244-4475-8 (tištěná verze)
- 5) PETTY, G. *Moderní vyučování*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-427-4.
- 6) PAVELKOVÁ, I. *Motivace žáků k učení*. Praha: Univerzita Karlova, 2002. ISBN 80-7290-092-7.
- 7) ČADOVÁ, E. a kol. *Metodika práce se žákem s tělesným postižením a zdravotním znevýhodněním*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012. ISBN 978-80-244-3308-0.
- 8) ČADOVÁ, E. a kol. *Metodika práce asistenta pedagoga se žákem s tělesným postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2012. ISBN 978-80-244-3378-3.

Téma č. 4:

RODINA, PARTNERSKÉ SOUŽITÍ, PÉČE O DÍTĚ A SEXUALITA

Člověk je sexuální bytostí bez ohledu na přítomnost mentálního, psychického, fyzického nebo smyslového postižení. Projevy sexuality jsou kontinuální, přirozenou a důležitou součástí lidského života. Porozumět sexualitě osob s mentálním postižením znamená nehledat rozdílnosti či zvláštnosti, ale naopak objevovat a respektovat souvislosti lidského bytí.

Po dlouhá léta byla problematika partnerství a sexuality u lidí s mentálním postižením tabuizována. Jakékoliv projevy sexuality byly potlačovány, sexuální výchova byla považována za nežádoucí, lidé s mentálním postižením často žili v ústavech sociální péče, muži a ženy odděleně apod. Ačkoliv se v průběhu času mnohé změnilo, může být ještě i dnes člověk

s mentálním postižením obklopen množstvím předsudků a bariér.

Sexualitu osob s mentálním postižením je nutné společnosti více přibližovat, aby došlo k eliminaci předsudků a mýtů. Klíčové je poskytnout návod pečujícím osobám, jak sexualitu této cílové skupiny podpořit. Každý z nás je jedinečný a všichni máme svá práva, kterých aktivně využíváme. Neupírejme práva osobám s mentálním postižením, není-li to skutečně nutné. Naučme se osoby s mentálním postižením respektovat a podporovat je komplexně, nikoliv pouze v některých oblastech.

1. SEXUALITA A JEJÍ VÝVOJ

Sexualita je téma, které je na odborné rovině rozebíráno po staletí. Proměnlivost přístupu odborníků k sexualitě se vyvíjela s ohledem na pokrokovost společnosti. V historickém kontextu byla sexualita striktně spojována s těhotenstvím a následným rodičovstvím a projevy za jakýmkoliv jiným účelem byly hodnoceny za nežádoucí (Venglářová, Eisner, 2013). Do 19. století byly sexuální projevy trestány a označovány za patologické. Významnou osobností vnímanou v souvislosti se sexualitou byl Sigmund Freud, který se snažil představit sexualitu a její projevy v kontextu normality. Za historického průkopníka v této oblasti je považován Alfred C. Kinsley, který realizoval první výzkumy lidské sexuality (Jůn in Thorová, Jůn, 2012). Tabuizovanost i přes snahu o otevření tohoto tématu odborníky přetrvávala a ve své podstatě přetrvává až do dnešní doby. Je potřebné zmínit, že v dnešní době jsou projevy sexuality normalizovány a s ohledem na velice rozsáhlé možnosti antikoncepce není sexuální chování spojováno pouze s plánováním rodiny (Mandzáková, 2013). Postupně se dostáváme k tomu, že společnost začíná uznávat sexualitu za jednu z elementárních a přirozených potřeb každé bytosti, která začíná již v prenatálním období a končí smrtí (Freya, 2019).

1.1 VYMEZENÍ KONCEPTU SEXUALITY

Laická populace si často pod řešeným pojmem představí sexuální orientaci, sexuální identitu a nejčastěji samotný pohlavní styk. Úkolem specialistů v této problematice je přiblížit lidem skutečný smysl sexuality v celém jejím rozsahu, neboť bez pochopení prostého významu slova není možné dojít k důkladnému pochopení vlastní sexuality (Freya, 2019). Pro sjednocení zkoumaného termínu vychází velká část odborníků z definice Světové zdravotnické organizace, která sexualitu označuje za „souhrn tělesných, citových, rozumových i společenských stránek člověka jakožto sexuální bytosti, který obohacuje osobnost, zlepšuje její vztahy k lidem a rozvíjí schopnost lásky“ (WHO in Venglářová, Eisner, 2013, s. 18). Tuto definici blíže specifikuje Thorová (in

Thorová, Jůn, 2012, s. 7): „Sexualita by neměla být redukována na pouhé genitální a orgasmické aktivity (sex). Do sexuality patří i radost z erotického fyzického a duševního kontaktu, hravost, důvěrnost, intimita a vlivy prostředí, které sexualitu ovlivňují.“

2. LIDSKÉ VZTAHY U OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Chování osob s mentálním postižením je přímo ovlivnitelné nápodobou různých subjektů – rodičů a dalších rodinných příslušníků, vrstevníků nebo například také osobností veřejně známých z médií (Štěřbová, 2009). Často právě tyto lidské zdroje disponují zaujatostí v tom smyslu, že osoby s postižením jsou asexuální nebo hypersexuální, nepotřebují zažívat události běžného života (obřady) a nenavazují významné citové vazby, s čímž je spojena nepotřebnost sexuální osvěty (Kozáková, 2013; Thorová in Thorová, Jůn, 2012).

2.1 VZTAH SPOLEČNOSTI K SEXUALITĚ OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Laická populace si často neuvědomuje, že touhy po sexuálním vyjádření osob s mentálním postižením jsou srovnatelné s intaktní populací (Vanier, 2009). Vztahy i sexuální chování osob s postižením jsou často blokovány rodinou, absencí soukromí, strachem, nepochopením, zkušenostmi, náboženstvím, financemi a dalšími jevy (MPSV: Sexuální asistence [metodický den], 2018). Aby mohlo dojít k normalizaci potřeb jedinců s postižením v oblasti sexuality, je nutné chápat jejich specifika (Rozinajová, 2020).

Navazování partnerských vztahů u dospívajících je zcela běžnou a přirozenou záležitostí, což u osob s mentálním postižením má za důsledek nepřímý nátlak. S ohledem na to, že osoby s mentálním postižením touží po vztazích stejně jako intaktní populace, je potřeba zdůraznit, že absence partnerského vztahu může vyvolat strach ze stigmatizace ze strany intaktních osob (Howlin, 2009). „Možnost navázat intimní vztah (v širším smyslu tohoto pojmu), dlouhodobě jej udržet a rozvíjet jej u jedinců s mentálním postižením je samozřejmě relativně omezená, nikoliv ovšem nereálná“ (Slowík in Orfeus, 2009, s. 107). Úspěšné navázání vztahu s partnerem je ovlivněno několika faktory. Osoba s mentálním postižením se za celý svůj život nemusí setkat s možností navázat partnerský vztah, komunikace může být omezena až do míry neschopnosti dorozumět se, vzhledem k možnému uvědomování si vlastního postižení klesá důvěra v sebe samého a v některých případech může být významně zasažena i sociální rovina (Kozáková, 2013).

V chápání vztahové roviny u osob s mentálním postižením hraje roli jeho stupeň. Osoby s lehkým mentálním postižením znají podstatu vztahu a vstupují do manželství, kdežto jedinci v pásmu středně těžkého mentálního postižení jsou více závislí na informacích předávaných okolím. Význam vztahu, manželství či rodičovství je pro ně po důkladné osvětě pochopitelný. (Rozinajová, 2020). Úplným protipólem jsou osoby s těžkým a hlubokým mentálním postižením, u kterých i přes kvalitní sexuální osvětu může docházet k nahrazování partnerství silnou citovou vazbou k pečující osobě. Tento vztah je převážně oboustranný, v některých případech pečující osoba přichází každodenně do styku s genitáliemi jedince, což má za přímý důsledek odmítání možnosti partnerství pro osobu s mentálním postižením ze strany pečující osoby (Kozáková, 2013). U osob s mentálním postižením může docházet k nepochopení monogamie, což se v reálném životě může projevit například tak, že jedna žena staví dva muže do vztahové opozice (Vanier, 2009). Ve vztahové rovině se můžeme setkat také s osobami s mentálním postižením, které vyjadřují silnou citovou náklonnost stejnému pohlaví. V těchto případech se může jednat o homosexuálně, bisexuálně či pseudohomosexuálně orientované jedince.

2.2 MANŽELSTVÍ OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Vstup do manželství není u osob s mentálním postižením nemožný. I partneři s tímto postižením k sobě mohou chovat tak intenzivní city, že pociťují touhu vstoupit do manželského svazku (Vanier, 2009). Občanský zákoník, § 57, odstavec 1, však možnost uzavření manželství osobami s mentálním postižením upravil a nyní záleží na rozsahu omezení svéprávnosti, zda bude manželství povoleno (Česká republika, zákon č. 89/2012 Sb., 2012). Při řešení otázky manželství páru s harmonickým vztahem, jenž nebyl zbaven způsobilosti k právním

úkonům, může nastat také problém spočívající v tom, že nebude podpořen pečujícími osobami z toho důvodu, že manželství zpravidla předchází či spíše v minulých dobách předcházelo narození dítěte (Mandzáková, 2013; Vanier, 2009). V případech, kdy je omezena svéprávnost či pečující osoba nepodporuje vstup do manželství jedince, je uplatňována možnost nikdy nekončícího zasnoubení (Kozáková, 2013).

2.3 POHLAVNÍ STYK U OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Kozáková (in Valenta a kol., 2018) upozorňuje na společenský mýtus, že je potřeba sexuální touhy osob s mentálním postižením odvracet za pomoci náročného fyzického zaměstnávání. „Lidé s lehkým postižením mohou vést v dospělosti v podstatě normální sexuální život“ (Drábek, 2013, s. 71). Touha po pohlavním styku je přímo ovlivněna stupněm mentálního postižení. Dle Prevendárové (2000) jedinci s těžším stupněm postižení neinklinují k možnosti vyhledat a prožít sex. Důležité je celkové pojetí vztahu: „Jestliže se vztah mezi mužem a ženou s postižením zdá omezený pouze na sex bez skutečného přátelství nebo pokud takový vztah nepodporuje jejich skutečný růst, ale naopak je vede k novým formám nesvobody nebo zranění, pak musíme mít odvahu pomoci jim poznat, že jsou na cestě k sebezničení a že by s tím měli přestat“ (Vanier, 2009, s. 37). Problematika specifík osob s mentálním postižením v oblasti pohlavního styku přímo souvisí s kvalitní sexuální osvětou. Pokud se zaměříme na nevhodné příklady, můžeme se na jednu stranu setkat s projevy touhy po sexuálním styku doprovázené nezákonnou sexuální aktivitou. Ze strany druhé můžeme být důvěrníky osobě, která neví, co je sex a nezná svá práva (Freya, 2019).

2.4 RODIČOVSTVÍ OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Sporným tématem je u osob s mentálním postižením samotné rodičovství, kdy nemusí vždy jít o narození dítěte se stejným postižením nebo postižením vůbec. To, zda se jedinec dokáže postarat po všech stránkách o svého potomka, je velice individuální a u naší cílové skupiny převládá spíše předpoklad nedostačujících kompetencí pro výchovu dítěte. Potomci osob s mentálním postižením většinou končí v péči intaktní osoby (Thorová in Thorová, Jůn, 2012). Potíže nastávají také v pochopení otázky právního zakotvení rodičovství. Princip výběru a užívání antikoncepce u osob s mentálním postižením je čistě na dobrovolné bázi a žádná osoba nesmí být nucena k užívání konkrétní ochrany (Uzel in Orfeus, 2004). Samotný předpis antikoncepce osobě s mentálním postižením je ovšem v kompetenci lékaře (Mandzáková, 2013). Srozumitelné vysvětlení účelu a působení antikoncepce je u osob s mentálním postižením nutné (Uzel in Orfeus, 2004). Rodiny osob s mentálním postižením často považují za nejvhodnější antikoncepci úplnou sexuální abstinenci, což by v souvislosti s odmítnutím tohoto způsobu jedincem mohlo vést k zásahu do jeho práv (Uzel in Orfeus, 2004). Nejúčinnější antikoncepcí je chirurgická sterilizace, kterou mohou podstoupit muži i ženy (Mandzáková, 2013). „Tak závažný zásah do práv člověka, kterým sterilizace bezesporu je, by se neměl nikdy opírat pouze o rozhodnutí opatrovníka, ale měl by je řešit soud“ (Thorová in Thorová, Jůn, 2012, s. 43). S ohledem na individuální plánování může být osobě s mentálním postižením doporučeno používání prezervativu neboli kondomu. V tomto případě je nutná korektní instruktáž (Uzel in Orfeus, 2004). Zaměříme-li se na užívání hormonální antikoncepce ve formě tablet, musíme brát v potaz riziko otěhotnění spojené s obtížemi spojenými s pravidelným užíváním ze strany žen s mentálním postižením. Co se týče užívání hormonální antikoncepce ženami s lehkým mentálním postižením, naklonění jim jsou psychologové, kteří jsou přesvědčeni o tom, že kontrola plodnosti je pro ně tak důležitou úlohou, že si pravidelné užívání tabletek ohlídnou a zvýší se tím jejich pocit zodpovědnosti. Za nejvhodnější formu antikoncepce je považována hormonální antikoncepce s dlouhodobým působením, jako jsou vakcíny, podkožní tyčinky či náplasti (Uzel in Ofreus, 2004).

2.5 MASTURBACE U OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Sebeuspokojování je v rodinách intaktních i v rodinách osob s postižením tabuizovaným tématem. Zákonní zástupci a další pečující osoby mají obavy z otevírání tématu masturbace (Štěrbová in Štěrbová, Rašková, 2014). Jako častá příčina se jeví fakt, že i intaktní rodiny považují zmínky o masturbaci v útlém věku jako návod a s pokročilejším věkem dochází k předpokladu, že jedinec je již v oblasti masturbace edukován

(Freya, 2019). U osob s mentálním postižením je uzavřenost tohoto tématu nebezpečnější s ohledem na riziko jejího nežádoucího chování, například ve formě masturbace na veřejném prostranství či špatné techniky masturbace, která vede k nevědomému sebepoškozování (Emerson, 2008). U osob s mentálním postižením se masturbace v období puberty může stát pravidelně se opakující činností jako určitá forma odpočinku, což má přímou souvislost s možným prvním projevem epilepsie, která je u této cílové skupiny častá (Štěrbová in Štěrbová, Rašková, 2014). Podle Vaniera (2009) může naplňování sexuality ve formě masturbace způsobovat odloučení od okolní společnosti, a to zejména z důvodu, že autoerotika stupňuje míru pocitu samoty, jenž vede zpět k potřebě sebeuspokojování. Toto tvrzení podporuje také Štěrbová (2007), která v některých případech považuje četnost masturbace u osob s mentálním postižením za přílišnou. Do názorové opozice se staví Drábek (2013), který představuje masturbaci jako terapii. „Při autoerotice se uvolňuje sexuální napětí. Tím se odstraňují psychické bloky a jedinec s postižením se může osobnostně rozvíjet zejména díky větší vstřícnosti ke všem podnětům“ (Drábek, 2013, s. 24).

3. PODPORA SEXUALITY U OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Minoritní skupina osob s mentálním postižením má stejné právo na prožívání vlastní sexuality jako jakákoliv jiná skupina lidí. Aby jí byly informace o sexualitě srozumitelně interpretovány, je důležitá dostupnost tak zvaného **sexuálního důvěrníka**.

3.1 SEXUÁLNÍ DŮVĚRNÍK

Může jím být jakákoliv osoba, která přibližuje poznatky z oblasti sexuality další osobě (Kozáková in Valenta a kol., 2018). Nejde ovšem o pouhé sdělování informací, ale také o přístup pracovníka k sexualitě a schopnost být oporou při získávání nezávislosti na druhých lidech v oblasti sexuality (Rašková, 2008). Člověk v roli sexuálního důvěrníka by měl splňovat několik zásad:

- znalost vlastních hranic, uvědomování si vlastní sexuality, sebevědomí;
- orientace v zákonech, vyhláškách a dalších normách týkajících se sexuality osob s postižením;
- respektování sexuální orientace;
- budování důvěry, zachování mlčenlivosti;
- dlouhodobá spolupráce;
- empatie;
- orientace v oblasti sexuality;
- pomoc v případě jistého ohrožení jedince;
- antidiskriminace s ohledem na pohlaví, rasu, náboženství, druh postižení a další oblasti;
- přijímání osobní svobody všech jedinců;
- dodržování etického kodexu Společnosti sociálních pracovníků České republiky

(Drábek, 2013; Freya, 2019; Vanier, 2008).

Sexualita dětí a dospívajících s mentálním postižením je často pro pečující osoby velice kontroverzní tematikou. I v dnešní době se můžeme setkat s případy, kdy rodina začíná sexualitu dospívajícího řešit až ve chvíli, kdy se u něj vyskytne sexuální chování sahající až za hranice zákonné normy (Štěrbová, 2013). Je potřeba zmínit, že pro rodinné příslušníky může být a často také bývá otevírání tohoto tématu velice složitou situací. Tento fakt je spojen s tím, že pečující osoby mají velké množství obav, co se týče intenzity, způsobu a důsledků sexuálního chování jedinců s mentálním postižením (Štěrbová, 2007). Na přenos informací těmto osobám má vliv také předávání informací v mládí pečujících osob. V případě, že pečující osoba nebyla v dospívání edukována v oblasti sexuality, často neinklinuje k záměru edukovat někoho dalšího. Osoby s mentálním postižením tak často získávají informace od vrstevníků, kteří mohou nevhodně na tato témata žertovat (Mandzáková, 2013).

„Jestliže tolik lidí s mentálním postižením má emocionální a sexuální obtíže, je to často proto, že se necítí dobře ve svých domovech nebo ve svých institucích a velkých ústavech“ (Vanier, 2009, s. 89). V dnešní době postupně dochází k pozitivnímu vývoji přístupů k sexualitě osob s mentálním postižením ze strany zařízení sociálních služeb, čemuž velice napomohla jejich transformace (Drábek, 2013). Řešení otázek sexuality uživatelů spadá do kompetencí pracovníků pomáhajících profesí. „Situaci pracovníka v pomáhajících profesích může ovlivňovat a také komplikovat jeho eticky specifický postoj k dané problematice“ (Harvanová in Štěrbová, Rašková, 2016, s. 52). Každý pracovník musí pociťovat bezpečí, pokud se setkává se sexuálním chováním klientů. K tomu je nutná podpora od vedení zařízení a eventualita supervize, jež může v této oblasti napomoci (Štěrbová, 2009).

3.2 SEXUÁLNÍ ASISTENCE

Sexuální asistence je poměrně mladou službou, jejíž podstatou je pomoc v oblasti sexuality osobám s mentálním, tělesným, smyslovým i jiným postižením a lidem seniorského věku ve formě aktivní či pasivní (Šídová, 2018). Sexuální asistence se v našem státě terminologicky i významově liší od intimní asistence či sexuálního důvěrnictví (Kozáková in Valenta a kol., 2018). Mezinárodně jsou za sexuální důvěrníky, dotykové pracovníky či sexuální doprovod považováni právě sexuální asistenti. V České republice je za sexuálního důvěrníka označována jakákoliv osoba, která cíleně působí jako edukátor či poradce v oblasti sexuality pro osoby s postižením (Šídová, 2018). Zatímco intimní asistent či sexuální důvěrník nemůže vykonávat formy fyzického kontaktu, sexuální asistent mimo poskytování bezkontaktních služeb může nabízet aktivity směřující k pohlavnímu styku, nácvik masturbace či samotný pohlavní styk. I přestože služba sexuální asistence je obecně vnímána jako pozitivní a přínosná, názory na ni stále nejsou jednotné.

V České republice je pro získání certifikátu sexuálního asistenta nutné absolvovat akreditovaný kurz, který organizuje zapsaný spolek Freya za úplaty 12 900 Kč. Kurz se skládá ze 110 hodin, z nichž 20 hodin představuje domácí práce. Program je zaměřen na vymezení sexuální asistence a souvisejících pojmů, na její podstatu a dosavadní fungování v České republice, stanovení vlastních hranic, etiku povolání, právní zabezpečení a předsudky, způsoby komunikace, využívání pomůcek a specifika v sexualitě různých cílových skupin sexuální asistence, jako jsou osoby s mentálním a fyzickým postižením, osoby s poruchou autistického spektra a senioři. Kurz je doplněn o stáže v různých zařízeních sociálních služeb. Podmínkou pro předání certifikátu je stvrzení závazku dodržování etických zásad podpisem (Freya, 2019). Do kurzu sexuální asistence není přijímán každý člověk, který o jeho absolvování má zájem. Uchazeč musí projít výběrovým řízením ve formě rozhovorů, tím je vyloučeno riziko vykonávání této profese pro své vlastní potěšení, prozkoumány jsou předpoklady pro práci sexuálního asistenta a dosavadní zkušenosti (Freya, 2019). Asistenti jsou v České republice vázáni etickým kodexem pro práci sexuálního asistenta, který je tvořen seznamem doporučení pro výkon tohoto povolání. Mimo teoretické vymezení služby jsou zde charakterizovány zásady, jejichž dodržování napomáhá ke spokojenosti všech zainteresovaných. Sexuální asistence je zde definována jako služba založená na dobrovolnosti všech zúčastněných, včetně třetí strany, kterou mohou tvořit pečující osoby, jež se mohou zúčastnit úvodní schůzky. Povinností sexuálních asistentů je využívání supervize a účast na dalším vzdělávání, je-li to vhodné (Freya, 2019). V České republice bylo prozatím do konce roku 2019 proškoleny celkem **15 sexuálních asistentek a 2 sexuální asistenti**. Podle webových stránek organizace je nyní pouze 9 z nich aktivních. Ze 7 asistentek uvádí pouze jedna ve svém medailonku, že poskytuje i pohlavní styk. Žádný z proškolených mužů pohlavní styk zatím neposkytuje (Freya, 2019).

ZÁVĚREM

Oblast sexuality osob s mentálním postižením je nutné přibližovat nejen samotné cílové skupině, ale také pečujícím osobám, jako jsou pracovníci pomáhajících profesí či rodinní příslušníci. Vytváření nových pomůcek týkajících se sexuality je smysluplné a žádoucí, je ale nutné brát zřetel na to, aby informace, které obsahují, nebyly nevhodně redukovány. Pokud budeme dospívajícím a dospělým osobám s mentálním postižením přisuzovat vlastnosti dětí a tomu přizpůsobovat naše chování, není možné, aby byly tyto osoby globálně považovány za zcela zodpovědné za projevy své vlastní sexuality. Sexualitu osob s mentálním postižením je nutné společnosti více

přibližovat, aby došlo k eliminaci předsudků a mýtů. Klíčové je poskytnout návod pečujícím osobám, jak sexualitu této cílové skupiny podpořit. Každý z nás je jedinečný a všichni máme svá práva, kterých aktivně využíváme. Neupírejme práva osobám s mentálním postižením, není-li to skutečně nutné. Naučme se osoby s mentálním postižením respektovat a podporovat je komplexně, nikoliv pouze v některých oblastech (Rozinajová, 2020).

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) DRÁBEK, Tomáš, 2013. *Partnerský a sexuální život osob se zdravotním postižením: publikace pro odborné sociální poradenství*. Praha: Svaz tělesně postižených v České republice, 98 s. ISBN 978-80-260-5282-1
- 2) EMERSON, Eric, 2008. *Problémové chování u lidí s mentální retardací a autismem*. Praha: Portál, 168 s. ISBN 978-80-7367-390-1.
- 3) HOWLIN, Patricia, 2009. *Autismus u dospívajících a dospělých: cesta k soběstačnosti*. 2. vydání. Praha: Portál, 296 s. ISBN 978-80-7367-499-1.
- 4) KOZÁKOVÁ, Zdeňka, 2013. *Sexualita osob se zdravotním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 121 s. ISBN 978-80-244-3680-7.
- 5) MANDZÁKOVÁ, Stanislava, 2013. *Sexuální a partnerský život osob s mentálním postižením*. Praha: Portál, 184 s. ISBN 978-80-262-0502-9. 12.
- 6) ORFEUS, 2004. *Sexualita mentálně postižených: sborník materiálů z celostátní konference I*. Praha: Orfeus, 80 s. ISBN 80-903519-0-5.
- 7) ORFEUS, 2009. *Sexualita mentálně postižených: sborník materiálů z celostátní konference II*. Praha: Orfeus, 142 s. ISBN 978-80-903519-7-4.
- 8) PREVENDÁROVÁ, Jitka, 2000. *Sexuální výchova dětí na osobitných školách*. Speciální pedagogika. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 10(4), 228–232. ISSN 1211-2720.
- 9) RAŠKOVÁ, Miluše, 2008. *Přípravenost učitele k sexuální výchově v kontextu pedagogické teorie a praxe v české primární škole*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 190 s. ISBN 978-80-244-2077-6.
- 10) ROZINAJOVÁ, Eva, 2020. *Sexualita a sexuální asistence u osob s mentálním postižením*. Úspěšně obhájená diplomová práce. Masarykova Univerzita v Brně. vedoucí práce: doc. PhDr. Jarmila Pipeková, Ph.D.
- 11) ŠÍDOVÁ, Lucie, 2018. *Sexuální asistence, služba, která vrací lidem chuť do života: 4. díl*. Sociální služby: odborný časopis. Tábor: APSS ČR, 20(6-7), 40–42. ISSN 1803-7348.
- 12) ŠTĚRBOVÁ, Dana, 2007. *Sexualita osob s mentálním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 101 s. ISBN 978-80-244-1689-2. 24.
- 13) ŠTĚRBOVÁ, Dana, 2009. *Sexuální výchova a osvěta u osob s mentálním postižením*. Praha: Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, 85 s. ISBN 978-80-7415-005-0. 95 25.
- 14) ŠTĚRBOVÁ, Dana, 2013. *Rodiny s postiženými dětmi: „Tak trochu jiné“ rodiny*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 279 s. ISBN 978-80-244-3459-9. 26.
- 15) ŠTĚRBOVÁ, Dana, Miluše RAŠKOVÁ a kol., 2014. *Specifika komunikace ve vztahu k sexualitě I: pomáhající profese ve vztahu k sexualitě, včetně osob s mentálním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 158 s. ISBN 978-80-244-4132-0. 27.
- 16) ŠTĚRBOVÁ, Dana a Miluše RAŠKOVÁ a kol., 2016. *Specifika komunikace ve vztahu k sexualitě I: Pomáhající profese ve vztahu k sexualitě, včetně osob s mentálním postižením*. 2. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 160 s. ISBN 978-80-244-5025-4.
- 17) THOROVÁ, Kateřina a Hynek JŮN, 2012. *Vztahy, intimita a sexualita lidí s mentálním handicapem nebo autismem*. Praha: Asociace pomáhající lidem s autismem, 116 s. ISBN 978-80-87690-08-6. 29.
- 18) VALENTA, Milan a kol., 2018. *Mentální postižení*. 2., přepracované a aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing, 392 s. ISBN 978-80-271-0378-2. 30.
- 19) VANIER, Jean, 2009. *Jako muže a ženu je stvořil*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 207s. ISBN 978-80-7195-225-1.
- 20) VENGLÁŘOVÁ, Martina a Petr EISNER, 2013. *Sexualita osob s postižením a znevýhodněním*. Praha: Portál, 207 s. ISBN 978-80-262-0373-5.

Téma č. 5:

OSOBNOSTNÍ ROZVOJ, MEZILIDSKÁ KOMUNIKACE A SOCIALIZACE

Následující text je zaměřen na tři velké oblasti. Prvním tématem je postoj k osobám s mentálním postižením ve společnosti a socializace, kde jsou uvedeny stupně socializace, podmínky i rozdíl ve vnímání integrace a inkluze. Nedílnou součástí textu je i vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením, včetně legislativního ukotvení. Druhou oblastí je téma komunikace, jejího vymezení, druhů a specifík komunikace u osob s mentálním postižením. Poslední oddíl je věnovaný osobnostnímu rozvoji. Zde je vymezena charakteristika adolescence pohledem vývojové psychologie i s ohledem na přítomné mentální postižení.

1. POSTOJE SPOLEČNOSTI K OSOBÁM S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Lidská společnost ve svém historickém vývoji postupně mění svoje postoje ke skupině osob s mentálním postižením od počáteční segregace, represe a nezájmu, přes charitativní pomoc až k současným humanitním trendům spočívajícím v „toleranci k odlišnosti“, které směřují k integračním a inkluzivním společenským procesům. (Slowík, 2007) Česká republika se v uplynulých 30 letech zařadila mezi státy, které si uvědomují a přijímají zvýšenou odpovědnost za odstraňování existujících bariér bránících osobám se zdravotním postižením v účasti na plnohodnotném životě a integraci do společnosti. Po listopadové revoluci vznikají v naší společnosti nové organizace a spolky hájící zájmy a práva osob se zdravotním postižením a poskytující dosud chybějící služby. Postupně se uplatňují nové metody v sociální práci, novelizují se právní předpisy v oblasti sociálního zabezpečení, dopravy a školství. Častější prezentace tématu zdravotního postižení v médiích přispívá k odstraňování předsudků a pozitivním změnám ve vztahu veřejnosti k této skupině. (NPRP pro OZP, 2021, [online])

1.1 PŘÍSTUPY

V současné době vstupují do naší společnosti **inkluzivní přístupy**, ty můžeme charakterizovat jako přirozené začleňování osob s handicapem do běžné společnosti. Pokud je to možné, nejsou už ve výchově, vzdělávání a v pracovním začleňování používány žádné speciální a nestandardní prostředky, ale právě naopak, uplatňují se běžné postupy. Samozřejmě vždy záleží na konkrétní situaci a konkrétní osobě. (Slowík, 2007)

Majoritní společnost má od lidí se zdravotním postižením nižší očekávání. Často bývají podceňováni a snadno vzbuzují extrémní postoje – stávají se objektem posměchu, nebo naopak bývají přespříliš ochraňováni.

Zdravotní postižení může být hodnoceno i jako stigma a stigmatizace postižení mění do určité míry i identitu jedince. Stigmatizace s sebou zároveň přináší i sociální handicap. Snižuje sociální status postiženého a ztěžuje navázání kontaktu se zdravými vrstevníky, protože očekávání společnosti bývá většinou nepříznivé, právě kvůli stigmatizaci. Ve vztahu ke zdravým lidem se stává postižení zatěžujícím faktorem. Člověk s handicapem bývá hůře akceptován, nebo je naopak přijímán příliš pozitivně, ale zároveň jako odlišná bytost. (Vágnerová, Hadj-Mousová, Štech, 1999)

V současné společnosti zaznamenáváme postupné zlepšování vztahů mezi osobami s postižením a intaktní společností. Důsledkem je zlepšující se postavení moderní společnosti a vědomí odpovědnosti za osoby s po-

stižením. Také přístup k informacím, internet a televizní reklamní kampaně mění pohled společnosti na osoby s postižením. (Renotírová, Ludíková, 2004)

Pojem **integrace** znamená začleňování či spojování určitých částí v jeden celek, tedy soužití menšinové (minoritní) skupiny s většinovou (majoritní) skupinou v rámci jedné společnosti. Integrace tvoří nejvyšší stupeň socializace jedince, je to schopnost zapojit se do společnosti, akceptovat její normy a pravidla, vytvářet si k ní pozitivní vztahy a postoje. Integrace probíhá ve všech oblastech lidského života jako je školská integrace, pracovní integrace, komunitní integrace. (Novosád, 2014)

Jedinci s mentálním postižením nejsou schopni bez pomoci dosahovat tak vysoké míry socializace, je proto potřeba vytvářet pro jejich integraci vhodné podmínky. Na sociální integraci se tedy podílí nejenom samotný jedinec a jeho individuální zvláštnosti, ale také objektivní aspekty dané stavem společnosti.

MEZI OBJEKTIVNÍ PODMÍNKY ŘADÍME:

- vztah státu k postiženým lidem,
- společenské vědomí, postoje k postiženým jedincům a stigmatizaci,
- životní prostor a v něm technické, dopravní, komunikační a architektonické bariéry,
- úroveň výchovy, vzdělání a profesní přípravy,
- vhodné pracovní podmínky, tedy využití jejich schopností a nadání.

SUBJEKTIVNÍ ASPEKTY TVOŘÍ:

- zdravotní stav a omezení z něho vyplývající (mobilita, komunikace, vnímání, emoce),
- osobnostní rysy jedince dané vrozenými dispozicemi a výchovným působením,
- charakterové vlastnosti umožňující zvládnout nepříznivou životní situaci,
- vnější vlivy rodiny a osobního zázemí.

Je možné konstatovat, že socializace jedinců se zdravotním postižením není u všech stejná právě díky těmto objektivním a subjektivním podmínkám. (Podešva, 2007)

Dnes je již jasné, že žádný koadaptační proces nemůže být konečnou fází integrace, protože vývoj společnosti směřuje k **inkluzi**. „Inkluze je nikdy nekončící proces, ve kterém se lidé s mentálním postižením mohou v plné míře zúčastňovat všech aktivit společnosti stejně jako lidé bez postižení. Inkluzivní postoj spočívá v přesvědčení, že všichni lidé jsou si rovni v důstojnosti a právech. V inkluzivním přístupu jsou tedy osoby s postižením zapojovány do všech běžných činností jako lidé bez postižení. To umožňuje majoritní společnosti přijmout základní myšlenku inkluze, že být odlišný je normální.“ (Slowík, 2007)

1.2 SOCIALIZACE

Úspěch jedince ve společnosti je podmíněn získáním vlastností a dovedností, které preferuje. Jedná se o proces přeměny nikoli pouze o proces přizpůsobení se. Socializace je diskutovaným tématem především sociální psychologie.

Dle Jandourka (2007, s. 220) je socializace „proces, kterým se jedinec začleňuje do sociální skupiny, přičemž si osvojuje normy ve skupině panující, její hodnoty, učí se sociálním rolím spojeným s určitými pozicemi a dalším dovednostem a schopnostem...“ Jako socializaci lze označit i každé začleňování do nové skupiny, takže socializace trvá vlastně celý život.“ Jedinci v každé společnosti vykonávají určité sociální role, které jsou dané pohlavím, věkem, profesí apod. (Výrost, Slaměnik, 2008) V mnoha odborných publikacích je uvedeno, že cílem speciální pedagogiky je dosažení co nejvyšší míry socializace.

1.2.1 ČLENĚNÍ SOCIALIZACE

Socializaci obvykle specifikujeme podle dvou členění – Sováka a Ludíkové. Tato dvě členění uvádíme z toho důvodu, že Sovák se jako první pokusil formulovat stupně socializace. Jeho členění je dnes jen historickým podkladem, avšak důležitým mezníkem.

Sovák tedy (in Ludíková, Růžičková, 2006) rozděluje socializaci do čtyř stupňů:

- a) **Integrace** – jedinec se zcela začleňuje do společnosti, nepotřebuje k tomu pomoc či úpravu prostředí
- b) **Adaptace** – jen za určitých podmínek (např. úprava pracovního prostředí) je možné, aby se jedinec přizpůsobil společnosti
- c) **Utilita** – v případě, že je na jedince dohlíženo a jeho práce je kontrolována, můžeme předpokládat uplatnění ve společnosti (= sociální upotřebitelnost jedince)
- d) **Inferiorita** – neboli segregace, závažné postižení jedince zapříčiňuje nesamostatnost a závislost na pomoci druhých. Zmíněné stupně socializace považujeme však pouze za rámcové, protože v praxi nemusejí dva stejně postižení jedinci dosáhnout stejného stupně socializace. (Novosad, 1997)

Ludíková (in Ludíková, Růžičková, 2006) vymezuje 4 etapy socializace, které jsou pro speciální pedagogy přínosnější než předchozí členění.

- a) **Elementární socializace** – vztahuje se na dítě do jednoho roku. Z počátku etapy je dítě pasivní k interakci, ale v další polovině etapy se na ní začíná aktivně podílet. Dochází ke zdánlivé apatii – matka očekává odlišné reakce.
- b) **Rodinná socializace** – dochází k osvojení si rolí a pozic v rámci rodiny. Týká se dítěte do tří let. Pokud dojde k rozšíření sociálních vztahů na širší rodinu, může dojít k problematickému pochopení některých rolí. Rodina představuje pro dítě první sociální jednotku, do které vstupuje, získává v ní první návyky a také normy svého chování.
- c) **Veřejná socializace** – probíhá do čtyř let věku dítěte. Dochází k rozšíření sociálních kontaktů, zejména v předškolním zařízení, učí se přijímat autoritu jiných dospělých než rodičů. U dětí s postižením může docházet k menší sociální zkušenosti, obtížnějšímu porozumění sociálním situacím apod.
- d) **Sociální soužití** – Do této etapy se dítě dostává po nástupu do školy. Dochází zde k uvědomování si své odlišnosti, vyrovnání se s ní, prohlubování autoregulace chování.

Prof. Sovák vymezuje své členění v závislosti na možnosti dosažení míry začlenění, kdežto prof. Ludíková rozdělila své členění v závislosti na tom, jak děti se zrakovým postižením a děti intaktní vytvářejí mezi sebou sociální vztahy. (Ludíková, Růžičková, 2006)

1.3 VZDĚLÁVÁNÍ ŽÁKŮ S LEHKÝM MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami mají legislativně zakotveno právo na vzdělávání v běžných školách a poskytnutí potřebných podpurných opatření (vyhláška 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, dostupné

z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3>[online]) která odpovídají jejich vzdělávacím potřebám. Obecně mají žáci s lehkým mentálním postižením tyto možnosti vzdělávání:

1. **ve školách hlavního vzdělávacího proudu** (platný školský zákon a navazující vyhlášky upřednostňují tento způsob);
2. **ve speciálních školách, ve třídách, odděleních nebo studijních skupinách pro děti s lehkým a středním mentálním postižením.** Zařadit do takové třídy, studijní skupiny, oddělení nebo školy lze pouze dítě, shledá-li školské poradenské zařízení, že vzhledem k povaze speciálních vzdělávacích potřeb žáka a výsledkům dosavadního poskytování podpurných opatření toto nepostačovalo k naplnění jeho vzdělávacích potřeb a uplatnění práva na vzdělání (§ 16 odst. školského zákona);
3. **jiným způsobem** (individuální vzdělávání, bez pravidelné účasti ve vyučování). (Zákon č. 561/2004 Sb.) Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů, dostupné z <http://www.msmt.cz/dokumenty-3> [online]).

Volbu způsobu vzdělávání dítěte s mentálním postižením, ovlivňuje řada faktorů, jako jsou typ a hloubka postižení; volba rodičů; názor dítěte; odborné doporučení speciálně pedagogického centra. Každé dítě je nutno posuzovat individuálně a nelze za měřítko brát pouze výši intelektu. Důležitá je adaptabilita dítěte, jeho chování v kolektivu atd. V některých případech je speciální škola řešením vhodnějším.

Speciální školy disponují personálem s odpovídajícím vzděláním, mají nízký počet žáků ve třídách, upravené prostředí, jsou zde používány speciální pomůcky, metody a formy práce adekvátní potřebám žáka s postiže-

ním. Výhodou vzdělávání v běžných školách je především to, že se nacházejí v místě bydliště dítěte a děti jsou konfrontovány s normálním životem, mají vzory ve zdravých spolužácích, ale také se učí v jejich kolektivu obstat, což zvyšuje jejich psychickou odolnost a připravuje je na život v dospělosti. Současná legislativa (zákon č. 561/2004 Sb. Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů, vyhláška 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků; dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3> [online]) upřednostňuje inkluzivní vzdělávání u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.

Nesmí být ale opomíjeno, že: „*Inkluzi nelze udělat změnou zákona, příkazem z ministerstva, ani rozhodnutím ředitele školy, že všichni žáci budou od nynějška chodit do spádové školy a to bez ohledu na míru jejich postižení*“ (Zilcher, Svoboda, 2019, s. 30)

Legislativní úpravy z roku 2015 a 2016 zajistily příliv peněz do běžných základních škol na vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. „*Problém však nastává v tom, že zvýšení finanční podpory, zjednodušení přijímání žáků s postižením do běžných škol, ani znesnadnění vylučování žáků s postižením do specializovaného segmentu vzdělávání nevytváří proinkluzivní tendence, tedy to není inkluze*“ (Zilcher, Svoboda, 2019, s. 32) Skutečná inkluze neznamena pouze přítomnost žáka se speciálními vzdělávacími potřebami a příslušnou finanční podporou v běžné třídě a jeho individuální inkluzi, ale vytvoření takového školního prostředí, které umožňuje společné vzdělávání všech žáků, intaktních i se speciálními vzdělávacími potřebami. Tomu musí odpovídat využívané didaktické metody, školní kultura a školní politika respektující lidskou rovnost. K tomu všemu může dopomoci školské poradenské zařízení svým doporučením. Přes tyto skutečnosti je nutno zdůraznit, že někteří zákonní zástupci žáků s lehkým mentálním postižením upřednostňují jejich vzdělávání ve speciálních školách, kde se jejich dětem dostává intenzivní speciálně pedagogické podpory.

2. KOMUNIKACE

Komunikace (z lat. *comunicatio* = spojování, sdělování) je v obecném smyslu konkrétní jazykové jednání, sdělování a sdílení informací, umění přijímat signály a současně signály zpětně vysílat. Komunikace je jednou z nejdůležitějších potřeb člověka a prostředkem k získávání poznatků a informací z okolí.

Význam komunikace vyplývá ze základní charakteristiky člověka jako tvora společenského a jeho základní potřeby žít ve společnosti ostatních lidí. Aby mohlo lidské společenství fungovat, musí mezi sebou jeho členové vzájemně komunikovat. Čím kvalitnější je vzájemná komunikace, tím lépe funguje celé lidské společenství. (Vybíral, 2003) Komunikaci je třeba vnímat jako širokou škálu různých kontaktů mezi lidmi, vyplývající ze společenské povahy člověka, kde některé projevy jsou ryze lidské a některé se vyskytují i u dalších živočišných druhů tvořících společenská uskupení. Slovo komunikace má svůj původ v latině. Latinsky *communicare* znamená sdílet, radit se, slovním základem je slovo *communis* (společný), které poukazuje na skutečnost, že kdykoli s někým komunikujeme, pak se zároveň i setkáváme, prožíváme vzájemná sdělení a mezi komunikujícími vznikají vztahové vazby. (Slowík, 2010)

Sociální neboli mezilidskou komunikací je možno definovat jako proces předávání informací, který umožňuje sociální jednání. Rozhodující je spojení člověka s vnějším světem, dorozumění a vzájemné sdělování. Pomocí komunikace člověk sděluje konkrétní informace, emoce, vzájemné vztahy, i vztah člověka k sobě samému, vypovídá o naší inteligenci. (Bednaříková, 2006)

2.1 CÍL A FUNKCE KOMUNIKACE

Komunikace má vztahový a obsahový rozměr, vždy ovlivňuje ty osoby, které se jí účastní. Za digitální označujeme komunikaci založenou na rozumu a logice, v analogové komunikaci převládá obrazná a intuitivní složka. Základním cílem každé komunikace je vzájemné dorozumění mezi lidmi, sdělení informace, myšlenky, pocitu nebo názoru. Komunikovat spolu může několik lidí současně nebo dva jedinci takzvaně tváří v tvář. Jeden člověk sdělení vysílá a druhý ho přijímá. Vzájemné dorozumívání probíhá za pomoci smyslů. Nejčastěji je to sluch a zrak, ale člověk získává potřebné informace také za pomoci čichu, chuti či hmatu. (Plaňava, 2005)

Vzájemné porozumění je možné jen tehdy, používají-li její účastníci stejné komunikační signály. Jelikož se v praxi nestává, že by dva lidé používali naprosto stejnou sadu signálů, je potřeba se komunikaci přizpůsobit jeden druhému. Komunikace je souborem verbálních, paraverbálních a neverbálních signálů, které se navzájem doplňují. Zároveň je možné označit komunikaci za nepřetržitý proces, složený z příčin a důsledků vedoucích k dosažení vytýčeného cíle. Komunikace má svůj cíl, k jejímu uskutečnění máme vždy nějakou motivaci. Mezi hlavní cíle komunikace můžeme zařadit: potřebu učit se, získávat znalosti, potřebu vytvářet vztahy, potřebu pomáhat druhým, potřebu ovlivňovat chování druhých. (DeVito, 2008)

Podle Bednaříkové (2006) plní mezilidská komunikace funkci informační, instrukční, přesvědčovací, vztahovou, zábavnou a exhibiční.

2.2 FORMY SOCIÁLNÍ KOMUNIKACE

Komunikace může být přímá, probíhající tváří v tvář nebo nepřímá, kdy jsou účastníci odděleni časem (písemné sdělení), nebo prostorem (při telefonování, mailování); jednostranná – monolog, kdy nedochází ke střídání rolí řečníka a posluchače nebo dvoustranná – dialog, kdy se role přirozeně střídají a každá akce, vyvolá reakci; se zpětnou vazbou nebo bez zpětné vazby. Rozdíl spočívá v tom, má-li řečník možnost vnímat reakce posluchače, jako odezvu na vyslovené nebo nikoli. Podle počtu komunikujících rozdělujeme komunikaci na intrapersonální, interpersonální a masovou. Základními formami komunikace je verbální, neverbální a paralingvistická. (Bednaříková, 2006)

2.2.1 VERBÁLNÍ KOMUNIKACE

Verbální komunikace znamená vyjadřování se prostřednictvím slov. Verbální komunikace je charakteristickým znakem člověka a je přirozeně doprovázena řečí těla. Slovo je základním prvkem jazyka, jedná se o společenský konstrukt, kterým označujeme konkrétní věc, ale teprve zařazením slova do věty, pochopíme jeho význam. (Linhartová, 2007) Řeč je nejuniverzálnějším prostředkem komunikace. Ve slovní komunikaci rozlišujeme komunikátora, tj. vysílače sdělení a recipienta, tj. příjemce sdělení. Verbální komunikace má ústní i písennou formu. Ústní forma verbální komunikace může mít podobu mluvení a naslouchání, zatímco písennou formu tvoří psaní a čtení. (Bednaříková, 2006)

2.2.2 NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE

Neverbální (mimoslovní) komunikace je také často označována jako „řeč těla“. Prozrazuje více skutečných pocitů než verbální projev, protože je řízena neuvědomovanou částí lidské psychiky. Mimoslovní komunikace se na celkové komunikaci podílí až 93 %, je úzce spjata s kulturním prostředím člověka, takže v různých kulturách má stejný projev rozdílný význam. Řeč těla vysílá zřetelnou zprávu druhým, i když se člověk vůbec verbálně neprojevuje. Jestliže vzniká rozpor mezi tím, co člověk říká a jaké signály vysílá jeho tělo, ostatní se řídí řečí těla, která má větší vypovídací hodnotu. Řeč těla odhaluje naši osobnost a temperament, kulturní i rodinné tradice, role, které plníme ve společnosti, a nemálo vypovídá také o našem zdravotním stavu. Vždy je však třeba usuzovat z většího počtu neverbálních signálů a nedělat ukvapené závěry z nahodilého projevu. (Černý, 2012)

2.2.3 PARALINGVISTICKÉ PROJEVY

Paraverbální oblast komunikace doprovází komunikaci verbální – řecké para znamená „u, při, vedle“. Souvisí s naším ústním slovním projevem, v písenném projevu se nenachází. Zabývá se formou, kterou je sdělení řečeno. Paralingvistické aspekty řeči poukazují na psychologický stav toho, kdo právě hovoří. Znamenají sdělování informací pomocí výšky, síly a zabarvení hlasu, zvoleného tónu řeči, rychlosti a plynulosti hlasového projevu, použité intonace a melodie řeči. Důležité je také frázování a správná výslovnost. Nesou zpravidla emoční náboj, který je od racionální roviny sdělení neoddelitelný a může někdy zcela změnit smysl slovního sdělení. (Bednaříková, 2006)

U osob s postižením je proces komunikace narušen či úplně znemožněn. Lidé s mentálním postižením mají vždy změněnou schopnost komunikace, míra je dána individualitou každého jedince a rozsahem jeho postižení. Významnou roli můžeme přisoudit také emoční inteligenci, vyjadřované pomocí emočního kvocientu, ta úzce souvisí s komunikačními, vztahovými a sociálními dovednostmi. Zatímco inteligence bývá vrozená, emoční inteligenci je možné v průběhu života zvyšovat. (Slowík, 2010)

2.3 CHARAKTERISTIKA ŘEČI JEDINCŮ S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

- Jedinci s lehkým mentálním postižením – u těchto jedinců dochází ke zpoždění ve vývoji řeči a nejvíce je postižen pojmotvorný proces, časté jsou agramatismy (neschopnost gramaticky správně spojovat slova a věty).
- Jedinci se středně těžkým mentálním postižením – řeč těchto jedinců se vyznačuje omezeným vývojem řeči, echoláliemi (opakování slov pronesených druhou osobou), objevuje se převaha jednoduchých vět.
- Jedinci s těžkou a hlubokou mentální retardací se obvykle vůbec nenaučí mluvit, jejich řečové projevy zůstávají na pudové úrovni.

V těžších případech vydávají jen neartikulované zvuky, neprojevují se u nich ani přiměřená mimika, neverbální komunikace. (Valenta, 2011)

2.4 ZÁSADY PRO KONTAKT S JEDINCEM S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

V komunikaci s jedinci s mentálním postižením je třeba dodržovat určitá pravidla komunikace:

- udržování zrakového kontaktu – signalizuje ochotu komunikovat (i ochotu přijímat);
- volení jednoduché řeči, krátkých slov a vět;
- vhodné jsou jasně vyjádřené myšlenky, nepoužívání cizích a hovorových slov;
- mluvit pomalu, tak, aby tempo nezahlučovalo;
- dejte jedinci s mentálním postižením dostatek času na odpověď – nebojte se ticha;
- důležitá je role neverbální komunikace – vhodné je doplňovat komunikaci mimikou, gestikulací;
- je žádoucí vyhýbat se abstraktním pojmům a poskytnout jedinci konkrétní příklady;
- ověřit si porozumění sdělovaných informací;
- mluvit jen o jedné hlavní myšlence – k dalšímu sdělení přejít až po ověření porozumění;
- chovat se k jedinci s mentálním postižením adekvátně jeho věku (lidé s mentálním postižením nejsou děti, a jako s dětmi s nimi nemusíme ani jednat);
- ověřování si porozumění otázkami v průběhu rozhovoru. (Vágnerová, 2008)

3. PUBERTA A ADOLESCENCE

Následující text vymezuje pubescenci a adolescenci neboli dospívání pohledem vývojové psychologie.

3.1 VÝVOJOVÁ ETAPA PUBESCENCE

Začátek puberty se liší dle pohlaví. Dívky začínají pubertu přibližně ve 12,5. roku a chlapci o půl roku později, tedy ve 13. roku. (Šimíčková Čížková, 2003) Jedná se dle Vágnerové (2012) o období od počátku druhého stupně ZŠ až po ukončení povinné školní docházky.

Jak uvádí Šimíčková Čížková (2003) je období puberty charakteristické zpomalováním fyzického růstu (zpomalení růstu končetin, svalstvo nabývá na objemu, růst vnitřních orgánů), srovnáváním rozdílů mezi psychickým a somatickým vývojem a pohlavním dozráváním, kdy se dítě stává biologicky zralým dospělým, který je schopen sexuální reprodukce. Somatický vývoj se projevuje zlepšováním koordinace pohybů, ustálením fyzické výkonnosti, u chlapců mutací hlasu a tvar těla má podobu dospělého jedince.

Pubescent se v tomto období snaží srovnávat svůj vzhled s ideálem, což platí zejména u dívek. Obvykle jedinci věnují zvýšenou péči svému oděvu, účesu a celkovému vzhledu. (Čáp, 2001)

Jak popisuje Šimíčková Čížková (2003), v průběhu pubescence dochází k rozvoji logické paměti (lépe si pamatují obsah s logickými souvislostmi, paměť je založena na výběrovosti a souvisí se zájmy). Fantazie i denní snění přetrvává. U fantazie se projevuje větší nápaditostí a originalitou a u denního snění je častými představami neuskutečněný sexuální obsah. Úroveň myšlení se zdokonaluje a také ovlivňuje snahu po sebezdokonalování. Zlepšuje se schopnost abstrakce a deduktivní i hypotetické uvažování jsou na úrovni dospělých. Dochází k hledání smyslu života, zkoumání důležitosti, stálosti a hloubky životních hodnot.

Šimíčková Čížková (2003) i Čáp (2001) se pro toto období shodují v názoru, že citová labilita slábne a objevuje se spíše pozitivní ladění. U jedinců s výkyvem nálad může převažovat negativita a agresivní chování, což bývá výsledek dosavadních zkušeností z nukleární rodiny, kde převládá autoritářské chování, neakceptace názorů, časté trestání a nezáměr ze strany rodičů. Rozvolňuje se emoční závislost na rodičích a snaha navázat citový vztah s někým jiným, dochází ke sblížování mezi chlapci a děvčaty (pevnější přátelské vztahy, první lásky). Rozvíjí se morální i estetické city a jedinec přímá mravní hodnoty společnosti i rodiny. Pubescent může být jednak velmi kritický k vlastní osobě a oslabuje se jeho sebejistota, protože pochybuje o vlastní kvalitě, je více sebekritický a tím může dojít k pocitu osamělosti a posléze i k izolaci, na druhou stranu může dojít k projevu vlastní jedinečnosti, což může vést k sebeobdivování až narcismu.

Sociální vývoj ovlivňuje snaha o nezávislost. Pubescent požaduje rozhodovat se samostatně a uplatnit svůj názor při rozhovoru s autoritami, přičemž může dojít i ke konfliktu. Potřeba nezávislosti se projevuje v chování pubescenta (v oblékání, chování a napodobování dospělých – kouření, pití alkoholu a přehnané používání vulgarismů). Ve skupině vrstevníků převládá snaha o uniformitu, jedinec přebírá skupinové vzory i hodnoty a dostává se mu podpory jeho vlastních názorů. Skupinový vliv má význam pro tvorbu vlastní osobnosti, sebevědomí a sebepojetí. (Šimíčková Čížková, 2003)

3.2 VÝVOJOVÁ ETAPA DOSPÍVÁNÍ

Adolescence je poslední částí procesu dospívání. Je to období, které je vymezeno věkem mezi patnáctým a dvacátým rokem života. Tato vývojová fáze zaznamenává výrazné emoční zklidnění a zakotvení tělesných změn, ke kterým došlo v předchozím bouřlivém období. Oproti pubescenci se toto období vyznačuje soustavným rozvojem osobnosti a vývojem v sociální oblasti. (Vašutová, 2003)

Na poli tělesného vývoje dosahuje jedinec plné reprodukční schopnosti spojené s počátkem sexuálního života. Kromě toho můžeme také hovořit o finálním zrání mozku. Biologické rozlišnosti mezi oběma pohlavími, které byly v minulosti markantní, nyní odchází do pozadí a jedinci se začínají více zabývat rozdíly sociálními. Obecně však toto období můžeme chápat jako fázi vyzrávání než jako fázi změn, jak tomu bylo v přechodných etapách. (Novotná, Hříchová, Miňhová, 2004)

Kromě tělesné stránky je důležité zmínit i oblast vnímání a myšlení, ve které dochází k poklesu schopnosti živých představ, ale naopak zdokonalení logických operací. Výrazným znakem je otevřenost myšlení v důsledku nedostatečného množství zkušeností. Tato nezkušenost je také předpokladem pro zbrklou a neopatrnost, od kterých adolescenty neochrání ani rady dospělých, protože je odmítají přijímat. (Skorunková, 2011) Přetrvává kritický realismus, který se projevuje přezkoumáváním získaných poznatků, ale již na vyšší úrovni. Mizí naivní romantismus, je větší příklon k realitě. Adolescent je ještě typický svým radikalismem a nekompromisností. Řešení situací mu bývá hned jasné, svůj názor vehementně prosazuje, zvláště ve střetu s dospělými. Nepředvídá zcela důsledky svého chování. Adolescent má schopnost oddělit pravdu od nepravdy, porovnat vlastní předpoklad se skutečností. Tím roste kapacita jeho schopností zabývat se sám sebou a světem okolo sebe. Svě myšlení obrací do vlastního nitra, stává se introspektivním, analytickým a sebekritickým.

Adolescent zjišťuje vztahy a souvislosti mezi nimi, poznává nové obory a je schopen získat z nich širokou pojmovou znalost. V průběhu tohoto období také plně pochopí časové dimenze. Dospívající se pozvolna propracovávají ke světovému názoru, utřídí si hodnotový systém, zvnitřňují převzaté morální kodexy. Názorová proměnlivost tohoto období je pro vývoj výhodná, neboť adolescent je schopný měnit své názory pod vlivem argumentů. Je však citlivý k autoritativnímu vnucování názorů. Adolescent má potřebu vytvářet si vlastní názor, ke kterému došel sám vlastní zkušeností. Touží po individuální svobodě a osobním vyjádření. (Vágnerová, 2008)

V oblasti sociálního vývoje můžeme hovořit nejprve o ukončení povinné školní docházky, po níž následuje buď začátek profesní kariéry, nebo nástup na střední školu a poté na další studia. S obojím se pojí změny sociálních skupin a schopnost začlenit se do společnosti.

Součástí vývojové etapy adolescence je i dovršení plnoletosti zahrnující stoprocentní odpovědnost za vlastní činy a právní odpovědnost. Problémem je ale to, že mnoho jedinců je stále finančně závislých na rodičích, kteří často vlastního potomka omezují, a tím brání v jeho rozvoji při zaujetí své občanské role. Právě díky tomu může i v tomto období docházet k různým formám vzpoury proti starší vládnoucí generaci. (Kohoutek, 2003) Další podstatnou oblastí je emoční a osobnostní vývoj, který se v této etapě blíží ke svému vrcholu. Výrazně roste inteligence, stabilizují se emoce a jedinec nabývá jistoty s vlastní sexuální identitou, to je ale někdy nutno podpořit odbornou pomocí. Emoční závislost se s odloučením od rodičů postupně přelévá na nejbližší vrstevníky. (Šimíčková–Čížková, 2013)

S rodiči se vztah také mění, oproti pubescentnímu emočně zabarvenému postoji se situace uklidňuje a dochází k opětovnému sblížení. Rodiče začínají uznávat změny u svého potomka a akceptují jeho autonomii a respektují jeho potřeby. Adolescent si naopak uvědomuje všechny povinnosti spojené s rolí rodiče a začíná je oceňovat. Na druhou stranu je vztah s rodiči i nadále provázen potížemi jako například mezigenerační spory ohledně stylu oblékání a hudby, nároky na soukromí nebo zapojením se potomka do sexuálního života. Jeden z nejvýraznějších konfliktů se týká ekonomických nároků na rodiče v důsledku soupeření s vrstevníky, který může při neuspokojení potřeb přerůst až ke kriminalizaci jedince. (Vašutová, 2003)

3.3 PUBERTA A DOSPÍVÁNÍ OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

V období pubescence a dospívání se jedinci s mentálním postižením neodpoutají od rodiny, jak tomu bývá u intaktních osob. Je pravidlem, že čím těžší stupeň postižení, tím silnější je pouto k rodině. Fyzická zralost je v nesouladu s mentální úrovní a sociální nezralostí. Jedinec není schopen zvládnout nové sociální role s ohledem na snížení intelektových možností a vztahy s vrstevníky jsou opožděné a zcela nediferencované. Sekundární vzdělávání je ovlivněno stupněm postižení a je velmi důležitá podpora odborníků nejen pro osoby s postižením, ale také pro jejich rodiče. Je důležité, aby se v průběhu sekundárního vzdělávání naučili takové znalosti a dovednosti, které jim pomohou lépe zvládnout sociální situace v následujícím životě, a to především v pracovní sféře a sociálním zapojení do intaktní společnosti. (Pipeková, J., 2006)

Osoby s lehkou mentální retardací jsou schopny absolvovat odborné učiliště za určitých podmínek a zařadit se na trh práce, založit rodinu a vychovávat potomka. U osob s těžším stupněm mentální retardace je situace složitější. Při volbě pracovního uplatnění je potřeba hledat podporované zaměstnávání s asistenční pomocí nebo chráněné dílny. Uspokojování potřeb osob s těžším stupněm mentální retardace zůstává v tomto období závislé na jejich bezprostředním okolí. Zvýšené nároky na zvládnání sociálních situací mohou vést ke zhoršení adaptačních schopností jedince a vyvolat poruchy chování. (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007)

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) BARTOŇOVÁ, M., BAZALOVÁ, B. PIPEKOVÁ, J. (2007). *Psychopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. 2. vyd. Brno: Paido, 150 s. ISBN 9788073151614.
- 2) ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. 1. vydání, Praha: Portál, 2001, 656 s., ISBN 80-7178-463-X.
- 3) ČERNÝ V. (2007). *Řeč těla*. Brno: Computer Press.
- 4) DEVITO J. (2008). *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada.
- 5) BEDNAŘÍKOVÁ I. (2006). *Sociální komunikace*. Olomouc: UP Pedagogická fakulta.
- 6) KOHOUTEK, R. (2003). *Vývojová psychologie: učební texty* (2.vyd). Brno: Institut mezioborových studií Brno.
- 7) LINHARTOVÁ V. (2007). *Praktická komunikace v medicíně*. Praha: Grada.
- 8) LUDÍKOVÁ, L., RŮŽIČKOVÁ, V. (2006). *Tyflopedie pro výchovné pracovníky*. Olomouc: Univerzita Palackého, Texty k distančnímu vzdělávání v rámci kombinovaného studia. ISBN 80-244-1189-X.

- 9) NÁRODNÍ PLÁN PODPORY ROVNÝCH PŘÍLEŽITOSTÍ pro osoby s mentálním postižením. (2021). Dostupné 28.3.2021 z <http://www.vlada.cz/>.
- 10) NOVOTNÁ, L., HRÍCHOVÁ, M., MIŇHOVÁ, J. (2004). *Vývojová psychologie*. 3. vyd. V Plzni: Západočeská univerzita.
- 11) NOVOSÁD L. (2014). *K průsečíkům a souvislostem speciálně pedagogické podpory a sociální práce (Inkluzivní vzdělávání ve vybraných interdisciplinárních souvislostech)*. Ostrava: PFOU v Ostravě.
- 12) RENOTIÉROVÁ, M., LUDÍKOVÁ, L. (2004). *Speciální pedagogika*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého v Olomouci. 313 s. ISBN 80-244-0873-2
- 13) SKORUNKOVÁ, R. (2011). *Úvod do vývojové psychologie*. vyd. 4. Hradec Králové: Gaudeamus.
- 14) SLOWÍK J. (2007). *Speciální pedagogika*. Praha: Grada.
- 15) SLOWÍK J. (2010). *Komunikace s lidmi s postižením*. Praha: Portál.
- 16) ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. (2013). *Vývojová psychologie: studijní opora*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě.
- 17) ŠVARCOVÁ, I. (2006). *Mentální retardace*. 1. vyd. Praha: Portál, ISBN 80-7367-060.
- 18) PLÁŇAVA I. (2005). *Průvodce mezilidskou komunikací*. Praha: Grada.
- 19) PODEŠVA L. (2007). *Manuál zaměřený na integraci osob se zdravotním postižením do společnosti*. Olomouc: UP v Olomouc.
- 20) VÁGNEROVÁ, M. (2008). *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 4., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, ISBN 978-80-7367-414-4. 7.
- 21) VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. 2. vydání, Praha: Karolinum, 2012, 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.
- 22) VÁGNEROVÁ, M., HADJ-MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. (1999). *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 231 s. ISBN 80-7184-929-4.
- 23) VALENTA, M. (2011). *Pacienti s mentálním postižením a s demencí*. In *Efektivní komunikace s pacienty, příbuznými a blízkými osobami*. 1. vyd. Olomouc: VCIZP, 28 s. ISBN 978-80903658-3-4.
- 24) VAŠUTOVÁ, M. (2003). *Vývojová psychologie: pro učitele odborných předmětů*. Ostrava: Ostravská univerzita.
- 25) VYBÍRAL Z. (2005). *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portál
- 26) VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (2008). *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, Psyché. ISBN 978-80-247-1428-8.
- 27) Vyhláška 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3>.
- 28) ZILCHER, L., SVOBODA, Z. (2019). *Inkluzivní vzdělávání: efektivní vzdělávání všech žáků*. Praha: Grada, ISBN 978-80-271-0789-6.
- 29) Zákon č. 561/2004 Sb.) Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů, dostupné z <http://www.msmt.cz/dokumenty-3>.

Téma č. 6:

SOCIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ, SOCIÁLNÍ SLUŽBY A FINANČNÍ GRAMOTNOST

6A – SOCIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ, SOCIÁLNÍ SLUŽBY

V České republice je sociální zabezpečení realizováno ve třech formách:

- Sociální dávky jsou financovány prostřednictvím systému sociálního a nemocenského pojištění nebo ze státního rozpočtu prostřednictvím dávek státní sociální podpory a sociální pomoci.
- Sociální služby, které svým klientům poskytují služby ambulantně nebo v jejich přirozeném prostředí.
- Sociální azyly jsou typem rezidenčních sociálních služeb, které jsou poskytovány lidem, kteří se o sebe nemohou z ekonomických, sociálních nebo zdravotních důvodů postarat.

Státní sociální podpora je v rámci práva sociálního zabezpečení státem organizovaná solidarita mezi občany sloužící k překonání nepříznivých důsledků sociální události. Je tvořena systémem státních dávek učených především rodinám s nezaopatřenými dětmi. Všechny dávky státní sociální podpory mají obligatorní charakter, hlavním kritériem pro přiznání některých z nich je příjmová situace rodiny. Systém státní sociální podpory byl v Česku zaveden zákonem č. 117/1995 Sb. a zohledňuje tři základní přístupy:

- životní úroveň má vycházet především z pracovních příjmů,
- dávky nejsou náhradou příjmů, ale k vlastní práci nedemotivující pomocí řešení sociální situace,
- musí zachovávat hledisko hospodárnosti, účelnosti a ve stanovených případech i adresnosti.

NA KOHO SE OBRÁTIT VE VĚCI DŮCHODOVÉHO A NEMOCENSKÉHO POJIŠTĚNÍ?

Česká správa sociálního zabezpečení – místně příslušná okresní pobočka. Více zde: <https://www.cssz.cz/web/cz/kontakty>

KTERÉ ŽIVOTNÍ SITUACE ZDE VYŘEŠÍTE?

Důchody, nemoc, mateřství, placení pojistného, práce a pobyt v zahraničí, odškodnění.

Kromě důchodového a nemocenského pojištění vykonává ČSSZ také působnost v oblasti lékařské posudkové služby. Plní rovněž úkoly vyplývající z mezistátních úmluv o sociálním zabezpečení a podle koordinačních nařízení Evropské unie je styčným místem vůči zahraničním institucím pro peněžité dávky v nemoci a mateřství, důchody a peněžité dávky v případě pracovních úrazů a nemocí z povolání. Strukturu ČSSZ tvoří ústředí ČSSZ, (regionální) pracoviště ČSSZ, okresní správy sociálního zabezpečení, Pražská správa sociálního zabezpečení a její územní pracoviště a Městská správa sociálního zabezpečení Brno.

Příjmy sociálního zabezpečení čili sociálního pojištění státního sociálního systému se skládají ze 3 druhů odvodů:

- pojistné na důchodové zabezpečení (28 % hrubé mzdy),
- pojistné na nemocenské pojištění (2,3 % HM),
- příspěvek na státní politiku zaměstnanosti (1,2 % HM).

Poplatníci pojistného se dělí do čtyř skupin:

- zaměstnavatel,
- zaměstnanec,

- OSVČ,
- tzv. dobrovolní účastníci důchodového pojištění (speciální případy osob, které podaly přihlášku k účasti na pojištění, např. pracující/studující v cizině)

Pojem státní sociální podpory označuje dávky poskytované osobám (rodinným příslušníkům) ve společensky uznaných sociálních situacích, kdy stát skrze jejich vyplácení z části přebírá spoluzodpovědnost za vzniklou sociální situaci. Jedná se o tyto dávky:

- **Přídavek na dítě**
Přídavek na dítě je základní dlouhodobou dávkou poskytovanou rodinám s dětmi, která jim pomáhá krýt náklady, spojené s výchovou a výživou nezaopatřených dětí. Při poskytování dávky je testován příjem rodiny v předchozím čtvrtletí. Za příjem se považuje i rodičovský příspěvek.
- **Příspěvek na bydlení**
Příspěvek na bydlení přispívá na krytí nákladů na bydlení rodinám či jednotlivcům s nízkými příjmy. Poskytování příspěvku podléhá testování příjmů rodiny za kalendářní čtvrtletí. Za příjem se považují i přídavek na dítě a rodičovský příspěvek.
- **Rodičovský příspěvek**
Na rodičovský příspěvek má rodič nárok, jestliže po celý kalendářní měsíc osobně celodenně a řádně pečuje o nejmladší dítě v rodině. Při poskytování této dávky není testován příjem rodiny ani výdělečná činnost pečujícího rodiče.
- **Porodné**
Porodné je dávka, kterou se jednorázově přispívá na náklady související s narozením prvního dítěte. Při poskytnutí dávky je testován příjem rodiny v předchozím kalendářním čtvrtletí. Za příjem není považován přídavek na dítě.
- **Pohřebné**
Touto dávkou se přispívá na náklady spojené s vypravením pohřbu. Příjem rodiny se netestuje.
- **Životní a existenční minimum**
Životní minimum je minimální společensky uznaná hranice peněžních příjmů k zajištění výživy a ostatních základních osobních potřeb. Ve státní sociální podpoře se životní minimum využívá při zjišťování nároku na některé dávky a při výpočtu výše některých dávek. Životní minimum upravuje zákon č. 110/2006 Sb., o životním a existenčním minimu.

NA KOHO SE OBRÁTIT VE VĚCI POSKYTNUTÍ SOC. DÁVKY?

Žádosti o poskytování dávek státní sociální podpory vyřizují krajské pobočky Úřadu práce ČR podle místa trvalého pobytu osoby, která má na dávku nárok, tj. oprávněné osoby. Více naleznete zde:

<https://www.uradprace.cz/web/cz/kontakty-na-pracoviste-a-pobocky/region/olomoucky-kraj>

KTERÉ ŽIVOTNÍ SITUACE ZDE VYŘEŠÍTE?

Přídavek na dítě, příspěvek na bydlení, rodičovský příspěvek, porodné, pohřebné, životní a existenční minimum.

Žádosti o dávky se podávají na tiskopisech předepsaných MPSV. Formuláře žádostí naleznete na <https://www.mpsv.cz/formulare>.

Nedílnou součástí agendy práce pracovníků Úřadů práce je také:

- Poskytování finančních příspěvků v rámci podpory zaměstnanosti
- Poskytování finančních příspěvků na regionální mobilitu
- Vzdělávání zaměstnanců – requalifikace, pracovní rehabilitace, poradenství a příprava k práci
- Zaměstnávání osob se zdravotním postižením
- Evidence agentur práce, informace k povolení ke zprostředkování zaměstnání
- Podpora zaměstnanosti cizinců

Sociální péče je v rámci práva sociálního zabezpečení nástroj sociální ochrany vytvořený státem pro případ sociální události spočívající v nedostatku příjmu způsobeném nepříznivou sociální situací jako důsledku neschopnosti zabezpečit své potřeby a potřeby osob závislých vlastním přičiněním, zejména vlastní výdělečnou

činností. Pojem péče je v české právní úpravě tradiční, z obsahového hlediska však spíše odpovídá pojmu sociální pomoci. Sociální pomoc je chápána jako poslední síť sociální ochrany – „záchranná sociální síť“.

Cíle sociálních služeb:

- Snížení sociálních a zdravotních rizik uživatelů sociální služby.
- Rozvíjení schopností uživatelů sociální služby.
- Zlepšení nebo alespoň zachování soběstačnosti uživatelů sociální služby.

Základní druhy sociálních služeb:

- sociální poradenství
- služby sociální péče
- služby sociální prevence

Formy poskytování sociálních služeb:

- Terénní: Sociální služba je uživateli poskytována v jeho přirozeném prostředí (bytě), na ulici apod. (pečovatelská služba, streetworking).
- Ambulantní: Uživatel dochází do zařízení poskytujícího sociální služby (nizkoprahové centrum pro děti a mládež, poradna).
- Pobytová: Uživatel v zařízení poskytujícím sociální služby bydlí (domov pro seniory, domov pro osoby se zdravotním postižením).

Sociální služby v Olomouckém kraji – Elektronický katalog poskytovatelů sociálních služeb v Olomouckém kraji a registr poskytovatelů.

Jednotlivé poskytovatele sociálních služeb lze vyhledávat v celostátním Registru poskytovatelů sociálních služeb na adrese: <https://www.mpsv.cz/web/cz/registr-poskytovatelu-sluzeb>

Poskytovatele sociálních služeb v Olomouckém kraji je možné vyhledat i v Katalogu poskytovatelů sociálních služeb Olomouckého kraje. Elektronický katalog sociálních a vybraných zdravotních služeb poskytovaných v Olomouckém kraji je určen široké veřejnosti, zejména potencionálním uživatelům sociálních služeb, rodinným příslušníkům, osobám blízkým, ale také může být přínosem pro odborné pracovníky na obcích, kraji či pro poskytovatele sociálních služeb. Především odborní pracovníci mohou katalog využít jako nástroj pro poskytnutí kvalitního základního sociálního poradenství potencionálním uživatelům služeb. **Elektronický katalog je dostupný zde:** <https://kissos-ok-katalog.olkraj.cz/>

Informace o sociálních službách poskytovaných v Olomouckém kraji lze získat také na **Odboru sociálních věcí Krajského úřadu Olomouckého kraje**, v 8. patře budovy Regionálního centra Olomouc, Jeremenkova 40b, Olomouc (<https://www.olkraj.cz/telefonni-seznam.html>), a dále na **sociálních odborech jednotlivých pověřených obecních úřadů a obecních úřadů obcí s rozšířenou působností**, kde sociální pracovníci poskytují základní sociální poradenství a pomáhají řešit nepříznivou sociální situaci osob (kontakty na jednotlivé obecní úřady najdete na adrese <https://www.olkraj.cz/socialni-prace-cl-1288.html> v části „**Sociální záležitosti**“ a „**Sociální práce**“).

ZÁVĚREM

Systém sociálního zabezpečení v ČR tvoří nemocenské, důchodové a zdravotní pojištění, státní politika nezaměstnanosti a systém dávek sociální podpory. Vyjma zdravotního pojištění, které je financováno zdravotními pojišťovnami, jsou složky sociálního zabezpečení financovány ze státního rozpočtu.

Sociální služby jsou služby, které pomáhají lidem v tíživých životních situacích, ať už se jedná o situace spojené např. s bytovou nouzí, s péčí o méně soběstačné členy rodiny či s nárůstem dluhů anebo o domácí násilí, pomoc lidem se závislostí, dětem a mladým lidem s jejich problémy doma, ve škole či při hledání práce a v mnoha dalších. Příčiny tíživých životních situací mohou být různé, proto také existují různé druhy sociálních služeb.

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) Josef Petrášek: *Sociální politika*. Vyd. 2., dopl. a rozš., Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, 140 s. : 1 mapa , ISBN: 978-80-7452-033-4 (brož.)
- 2) Sociální zabezpečení (ÚZ – úplné znění zákonů) č. 1308, autor neuveden, Sagit, 2019– brož., 272 str. EAN: 9788074883415, ISBN: 978-80-7488-341-5
- 3) Pavel Čámský; Jan Sembdner; Dagmar Krutilová: *Sociální služby v ČR v teorii a praxi*, Praha: Portál, 2011, 263 s. , ISBN: 978-80-262-0027-7 (brož.)
- 4) JUDr. Naděžda Břeská, Mgr. Tomáš Urban, Mgr. Lucie Vránová: *Dávky pomoci v hmotné nouzi*, Anag, spol. s r. o., podle stavu k 7. 5. 2019, 240 stran, ISBN: 978-80-7554-213-7
- 5) Soňa Chloupková: *Jednání se zájemcem o službu sociální péče od A do Z*, Vyd. 1., Praha – Grada, 2013, 119 s. : il., formuláře , ISBN: 978-80-247-4678-4 (brož.)

6B – FINANČNÍ GRAMOTNOST

Finanční gramotnost je soubor znalostí a dovedností, které člověku umožňují porozumět financím a správně s nimi zacházet v různých životních situacích. Tento soubor ovšem není pevně definován a konkrétní definice finanční gramotnosti se ve světě různí. V 21. století je takřka každé rozhodnutí ovlivněno nebo spojeno s jeho finanční situací a financemi. Pokud se člověk má dobře orientovat v tomto světě, musí obsáhnout široký záběr znalostí a dovedností přímo i nepřímo navázaných na finance. Informace, které jsou pro rozhodování o financích podstatné, se přitom velice rychle mění. Díky prudkému rozvoji informačních technologií, které umožňují nové typy finančních procesů a transakcí, se děti pohybují v jiném světě finančních operací, než se v jejich věku pohybovali rodiče.

Základní finanční gramotnost by měla být posilována zejména ve čtyřech situačních oblastech. To znamená, že by si všichni měli být vědomi typických rizikových i běžných situací, při kterých se rozhoduje o zadlužení, spoření nebo investicích.

- Vzdělávání a práce – posouzení nákladů na vzdělávání, pracovní právo, apod.
- Domácnost a rodina – přehled o platbách spojených s bydlením, evidence plateb, plánování nákupů.
- Individuální potřeby – náklady na zábavu a volný čas, nákup elektroniky (mobilů, tabletů), smlouvy s telefonním operátorem, apod.
- Společenská odpovědnost – schopnost zasadit své jednání do širšího kontextu společenské odpovědnosti, ekologie, globálních procesů, atd.

1. HOSPODAŘENÍ DOMÁCNOSTI

1.1 OSOBNÍ ROZPOČET

Každý z nás má nějaké příjmy a výdaje. O osobním rozpočtu stále platí, že:

příjmy mohou být větší než výdaje – vzniká přebytek osobního rozpočtu,

příjmy mohou být menší než výdaje – vzniká schodek – deficit osobního rozpočtu.

1.2 VZÁCNOST A OBĚTOVANÁ PŘÍLEŽITOST

Příjmy osobního rozpočtu jsou omezené. Proto si nikdo z nás nemůže pořídit vše, co by si přál. To, za č peníze vydáváme, závisí na našich potřebách. Budeme li uvažovat o tom, za č peníze vydávat, měli bychom tedy nejprve o potřebách něco vědět. Potřeby jsou velmi rozmanité, neboť: každý člověk může mít jiné potřeby, potřeby člověka se vyvíjejí a rostou. Je tomu tak proto, že potřeby jsou ovlivňovány:

člověkem samým – potřeby se liší zejména podle věku, fyzického a psychického založení, okolím, společností – vyspělostí ekonomiky, techniky atd.

1.3 OBĚTOVANÁ PŘÍLEŽITOST

Protože není dostatek výrobků a služeb pro všechny (existuje určitá vzácnost) a navíc má každý omezené zdroje k jejich pořízení, musí vybírat mezi těmi výrobky a službami, které si musí pořídit, a mezi těmi, jejichž pořízení může odložit. Takový výběr provádíme často.

Příklad:

Dovolená nebo nové kolo

Dovolená nebo oprava střechy na domě

Jakmile ale jednou učiníme rozhodnutí a vybereme si jednu možnost, ztratíme příležitost vybrat si možnost jinou. Tuto „skutečnost“ nazýváme náklady obětované příležitosti. Nákladem obětované příležitosti nějaké věci je to, čeho se musíme vzdát, abychom jinou věc mohli získat.

1.4 DOMÁCÍ VÝDAJE

Při provozu domácnosti vznikají výdaje. Jsou to prostředky vynakládané na uspokojování potřeb členů domácnosti: výdaje na stravování, bydlení, otop a osvětlení, oblečení a obutí, zábavu, vzdělávání, cestování, sport.

Výdaje mohou být pevné – opakují se a je obtížné je snížit. Jako typický příklad můžeme uvést nájemné, zahrneme sem i splátky půjček, hypotéky, leasingu. Jiné jsou kontrolovatelné co do výše. Můžeme si je snadněji či méně snadno odepřít nebo je alespoň bezprostředně omezit. Mezi ty, jejichž výši můžeme částečně ovlivnit, zahrneme náklady na jídlo, telefon, oblečení, údržbu a opravy, benzín. Mezi ty, které si můžeme případně odepřít, můžeme zahrnout náklady na zábavu, cestování... Lze sem zařadit i spoření. Jednorázové výdaje se vynakládají za delší dobu a jde většinou o větší částky (například koupě domácích spotřebičů, auta, dovolená). U nich rovněž můžeme ovlivnit jejich výši.

1.5 DOMÁCÍ PŘÍJMY

Pravidelné příjmy – mezi nejdůležitější patří odměny za práci, kterou členové domácnosti vykonávají pro podniky a jiné organizace, tedy příjmy ze zaměstnání. Někteří členové domácnosti nejsou zaměstnáni, ale podnikají (mají tedy příjmy z podnikání). Můžeme sem případně zařadit i příjmy za pronajatou nemovitost. Ti členové domácnosti, kteří nejsou zaměstnáni ani nepodnikají, mohou být příjemci různých sociálních dávek nebo příspěvků. Například rodiče mohou na své děti pobírat příspěvek na dítě, matky nebo otcové, kteří pečují o děti, pobírají rodičovský příspěvek, babička nebo dědeček pobírají důchod ze sociálního zabezpečení. Tyto příjmy jsou pravidelné a jejich výše je zpravidla známá, takže lze s nimi po určitou dobu v rozpočtu počítat. Další příjmy domácností jsou obvykle nepravidelné, jejich výše kolísá a ne vždy s nimi můžeme počítat. Zahrneme sem například odměny, úroky z vkladů, příjmy z cenných papírů. Poslední skupinu tvoří příjmy jednorázové (například z prodeje majetku).

HRUBÁ A ČISTÁ MZDA

Ať už jde o příjmy ze zaměstnání nebo z podnikání, musíme z nich odevzdávat státu daně a také hradit sociální a zdravotní pojištění. Rozeznáváme tedy hrubý příjem, tj. příjem před zdaněním a srážkami pojištění, a čistý příjem, tedy ten, který skutečně obdržíme.

Hrubá mzda je peněžní odměna za práci před zdaněním a jinými odpočty. Po zdanění a dalších úpravách je výsledkem výpočtů tzv. čistá mzda. Z pohledu zaměstnavatele znamená hrubá mzda, společně s příspěvkem na sociální a zdravotní pojištění, hlavní složku nákladů na práci jako výrobní faktor. Mzda nebo plat je odměna pracovníka za práci v tzv. závislé činnosti, tedy v zaměstnání. Je vyjádřena zpravidla v peněžní formě. Po oboustranném souhlasu zaměstnavatele i zaměstnance lze vyplácet i naturální mzdu, tedy odměnu ve formě zboží nebo služby. Mzda se obvykle vztahuje k určenému období: denní, týdenní nebo měsíční. Může být sjednána také úkolová mzda za splnění určitého úkolu, případně mzda kombinovaná.

Hrubá mzda je celkovým výdělkem fyzické osoby a tvoří základ pro výpočet čisté mzdy, která je vypočtena po odečtení poplatků státu a případně obdobných povinných srážek. Zejména se jedná o daň z příjmu, pojistné sociálního zabezpečení a zdravotního pojištění.

Z hrubé mzdy zaměstnance jsou odváděny tyto odvody:

1. záloha na daň
2. pojistné na sociální zabezpečení
3. pojistné na zdravotní zabezpečení

Záloha na daň představuje předběžnou platbu daně před provedením celkového zúčtování. Zálohu jsou povinni odvádět ti, kteří mají příjem ze zaměstnání a to bez ohledu na výši příjmu a podepsaném **prohlášení k dani**. Výjimkou je dohoda o provedení práce (DPP) do 10000 Kč měsíčně, kde pokud zaměstnanec nepodepíše prohlášení k dani, zaměstnavatel srazí daň ve výši 15 procent. Od roku 2014 však i takto sraženou daň může zaměstnanec získat zpět pomocí daňového přiznání za příslušný rok.

2. SESTAVENÍ DOMÁCÍHO ROZPOČTU

Příjmy a výdaje bychom měli porovnávat, abychom zjistili, zda máme přebytek prostředků, nebo zda se nám jich nedostává. Zároveň tak zjistíme, za co všechno peníze dostáváme a za co je utrácíme. A pozor – všechny příjmy zahrnujeme do domácího rozpočtu jako čisté příjmy. Je to logické, nebudeme přece do rozpočtu dávat to, co ve skutečnosti nedostáváme. A ještě jedna poznámka – jednorázové příjmy ani výdaje sem nezahrnujeme.

OSOBNÍ PŘÍJMY V KČ		OSOBNÍ VÝDAJE V KČ	
PRAVIDELNÉ		PEVNÉ	
čistá mzda p. Petráka	13 370	nájemné	8 000
podnikání p. Petráka	8 130	splátka půjčky	5 000
rodičovský příspěvek	7 600	penzijní připojištění	1 000
starobní důchod	8 400		
mezisoučet	37 500	mezisoučet	14 000
NEPRAVIDELNÉ		KONTROLOVATELNÉ	
úroky, dividendy	0	provoz domácnosti	2 000
		provoz auta	2 000
		jídlo	12 000
		oblečení	2 000
		zábava, tel. internet	2 000
mezisoučet	0	mezisoučet	20 000
CELKEM	37 500	CELKEM	34 000

Rozdíl příjmů a výdajů $37\,500 - 34\,000 = 3\,500$ Kč.

PŘEBYTKY A SCHODKY (DEFICITY) DOMÁCÍHO ROZPOČTU

Je zřejmé, že náš domácí rozpočet bude mít buď větší příjmy než výdaje, nebo opačně. Vznikne tak přebytek, nebo deficit domácího rozpočtu. Obdobně lze sestavit rozpočet jednotlivého člena domácnosti. Poznamenáme též, že rozpočet může být i vyrovnaný, kdy příjmy a výdaje budou ve stejné výši. Má-li domácí rozpočet přebytek, pak ho můžeme využít pro různé formy spoření (investování). Má-li domácí rozpočet schodek – deficit, musíme ho samozřejmě nějak krýt. Pokud k tomu nebude stačit rezerva, přicházejí do úvahy různé druhy půjček. Bude-li deficit opakovaný, pak buď musíme naše výdaje omezit, nebo hledat cesty ke zvýšení příjmů.

JEDNORÁZOVÉ VĚTŠÍ VÝDAJE DOMÁCÍHO ROZPOČTU

I když jednorázové výdaje nezahrneme do měsíčního rozpočtu, musíme s nimi samozřejmě počítat. Tyto výdaje můžeme plánovat, pokud o nich víme dopředu, např. výdaje na dovolenou, studium na soukromé škole, koupi auta, koupi vlastního bydlení, apod. V jiných případech takové výdaje vznikají neočekávaně – závažná porucha pračky či jiného domácího spotřebiče, havárie nepojištěného auta atd.

Jsou čtyři cesty, jak takové výdaje financovat:

- postupně na ně spořit;
- krýt je z rezerv (v případě, že výdaje vzniknou neočekávaně);
- krýt je půjčkou, splátkovým prodejem nebo finančním leasingem – je však třeba počítat s tím, že nám přinesou další výdaje na úroky. Samozřejmě nám vzniknou pevné výdaje na splácení takové půjčky, které mohou omezovat další výdaje;
- hledat způsob, jak zvýšit příjmy (třeba i jednorázově).

MAJETEK A ZÁVAZKY DOMÁCNOSTI

Posuzujeme-li hospodaření domácnosti, musíme zvážit **nejen, jaké jsou příjmy a výdaje**. Je užitečné si také porovnat, jaký je náš **majetek a naše závazky, tedy sestavit si rozvahu domácnosti/jednotlivce**. Jinými slovy zjistit, co domácnost/jednotlivec vlastní a z čeho tento majetek financuje, kryje. Sečteme náš majetek a závazky a porovnáním zjistíme, zda jsme celkově spíše zadluženi nebo zda bychom byli schopni splatit všechny své závazky.

Porovnání můžeme provést např. takto: **Osobní majetek x Osobní závazky**

Příklad:

OSOBNÍ MAJETEK V KČ

1. Běžný účet	25 000
2a. Podílové listy	20 000
2b. Penzijní připojištění	100 000
3. Tržní hodnota bytu	0
4. Osobní majetek (vybavení bytu, elektronika, auto)	500 000

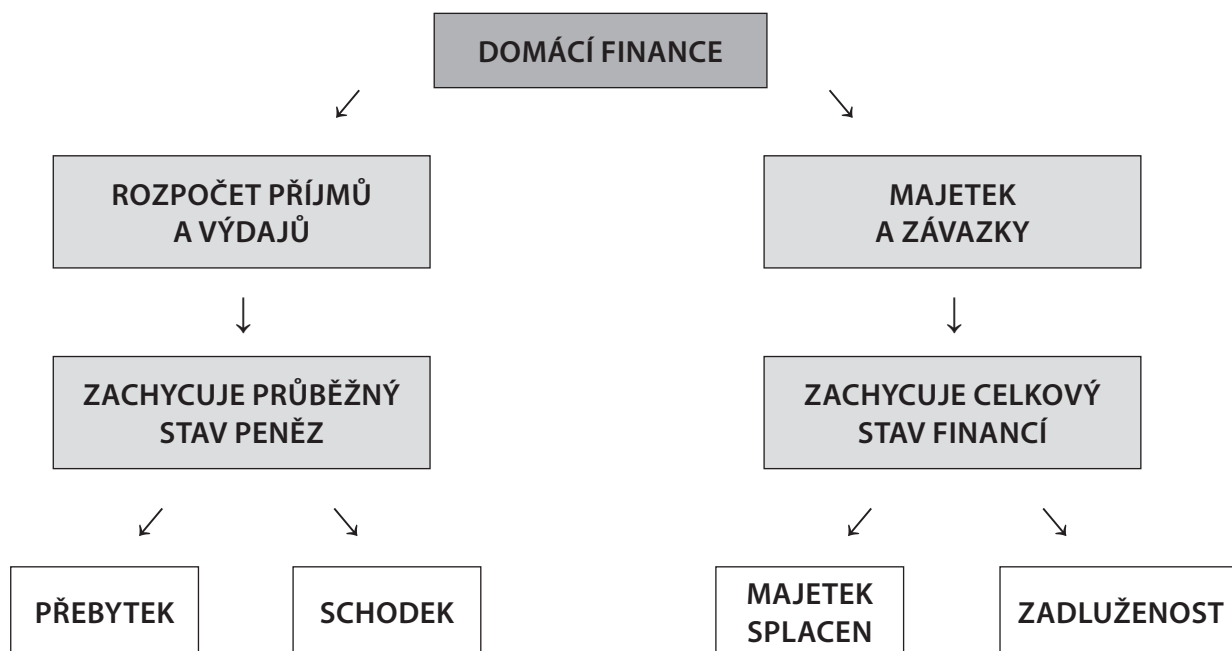
OSOBNÍ ZÁVAZKY V KČ

1a. Kreditní karta	10 000
1b. Osobní půjčky	150 000
2. Finanční leasing	0
3. Hypotéka	0

CELKEM **645 000**

CELKEM **160 000**

Rozdíl 485 000 Kč.



Domácí rozpočet by měl počítat s rezervou. Využijeme ji v případě nečekaných výdajů.

ŽIVOTNÍ ÚROVEŇ

Každý z nás má své potřeby, a také jsme uvedli, jak se jejich uspokojení odrazí i v osobních financích. Každý z nás čas od času také srovnává, jak jsou jeho potřeby uspokojovány – populárně řečeno „jak dobře se má“. Tuto míru uspokojování potřeb nazýváme životní úroveň. Životní úroveň zahrnuje nejen spotřební předměty, má celkem tři složky: kolik statků a služeb obyvatelstvo spotřebuje (či spíše nakupuje) a v jaké kvalitě, kolik statků a služeb je obyvatelstvu poskytováno státem a v jaké kvalitě, úroveň životních podmínek (životní prostředí, množství volného času...).

3. PENÍZE

Peníze jsou zvláštní prostředek směny, který je všeobecně přijímán při placení za zboží a služby nebo při úhradě např. dluhu.

V dnešní době mají peníze formu:

- mincí a bankovek
- depozit (vkladů na účtech v bankách)
- cenných papírů – šeků a směnek a dalších

Mince a bankovky běžně používáme při placení v obchodech, v podnicích služeb, na poště, ukládáme do banky nebo shromažďujeme doma. V dnešní době mají peníze formu:

hotovostní peníze – hotovostní placení

bezhotovostní peníze – depozita (účet v bance s využitím např. platební karty)

Platební karty – debetní x kreditní

do výše zůstatku x čerpání úvěru

PLACENÍ PLATEBNÍ KARTOU NA INTERNETU

Platby kartou přes internet jsou pro nás již běžnou činností. Nejčastěji tímto způsobem hradíme nákupy elektroniky, oblečení či kosmetiky nebo dokonce potravin. Vše probíhá jednoduše a rychle. Chránit byste měli zejména své platební údaje, prostřednictvím kterých se může někdo snadno dostat k vašim penězům. Šance zneužití vašich financí je sice nízká, ale zvyšuje se při nedodržování následujících bezpečnostních zásad.

Nejprve si připomeňme, jaké údaje jsou potřebné k platbě kartou na internetu:

- Číslo karty – nachází se na přední straně karty, jedná se o 16místné číslo
- Platnost karty – datum, do kdy karta platí
- CVV/CVC2 kód – Najdeme jej na zadní straně karty, jedná se o 3místné číslo vedle podpisového vzoru

Při platbě on-line si vždy zkontrolujte, jestli se jedná o bezpečné webové stránky. Poznáte to podle zeleného zámku, který naleznete v levém horním rohu prohlížeče. Technologie 3D Secure je jedním z nejvýznamnějších bezpečnostních prvků, který ověřuje držitele karty. Než je samotná platba odeslána, banka zašle klientovi autorizační SMS s číselným kódem. Ten jej vepíše do daného pole v internetové platbě a potvrdí ji. Bez zadání kódu platba neproběhne. Je e-shop důvěryhodný? E-shop, ve kterém se chystáte nakoupit, si důkladně prověřte. Zjistěte si o něm co nejvíce informací.

Na své kartě si nastavte nižší limity pro platby na internetu. Ideální částka se pohybuje do 5 000 Kč, při dražších internetových nákupech si lze limit jednorázově zvýšit. Nikomu neposílejte ani nesdělte číslo své platební karty. Nereagujte na emaily, které vypadají, že jsou poslané bankou a chtějí po vás ofotit vaši kartu. Banka nikdy z bezpečnostních důvodů nežádá celé číslo karty. Po zaplacení se odhlaste! V transakční historii můžete pravidelně kontrolovat, zda všechny platby došly v pořádku a nenastala nějaká chyba. Výjimečně se může stát, že částku uhradíte dvakrát za sebou, i to je možné řešit. Platby lze u obchodníka reklamovat – ten by měl situaci prověřit a pomoci vám ji vyřešit. Obrátit se můžete také na banku.

4. INSTITUCE PŮSOBÍCÍ NA FINANČNÍM TRHU

OBCHODNÍ BANKY

Obchodní banky, např. Komerční banka, ČSOB, GE Money Bank, UniCredit Bank, Raiffeisen Bank, podnikají na finančním trhu. Jejich klienty jsou jak občané, tak podniky, tak i organizace zřizované státem, krajem či obcí (krajské a obecní úřady, školy, nemocnice atd.). Banky můžeme označit jako univerzální správce peněz.

Jejich činnost můžeme rozdělit na:

- aktivní operace,
- pasivní operace,
- služby.

STAVEBNÍ SPOŘITELNY, PENZIJNÍ FONDY

Stavební spořitelna je specifický druh banky a předmětem její činnosti může být pouze stavební spoření. Stavební spoření umožňuje po určitou dobu spořit prostředky se státním příspěvkem (v současnosti minimální doba spoření činí 6 let). Po skončení spoření má účastník právo, aby mu stavební spořitelna poskytla úvěr na bydlení, stavební úpravy či jiné zákonem stanovené účely související s bydlením.

Penzijní fondy zabezpečují dobrovolné penzijní připojištění pro ty, kteří se nechtějí či nemohou spokojit s výší starobního či invalidního důchodu, jenž se vyplácí ze zákonného pojištění.

INVESTIČNÍ SPOLEČNOSTI (A JEJICH PODÍLOVÉ FONDY)

Jedná se ze zákona o akciové společnosti, které shromažďují prostředky drobných investorů. Tak je možné, aby se i běžný občan podílel na větších investicích a mohl z nich získat výnosy.

INSTITUCE SLOUŽÍCÍ K OBCHODOVÁNÍ S CENNÝMI PAPIŘY

S cennými papíry ve velkém se nejčastěji obchoduje na burze. Burza je místo, kde se shromažďují obchodníci, aby uzavírali obchody podle stanovených pravidel.

POJIŠŤOVNY

Pojišťovny umožňují ochranu před následky škod na zdraví nebo majetku.

LEASINGOVÉ SPOLEČNOSTI

Leasingové společnosti poskytují svým zákazníkům zvláštní finanční služby. Nakupují spotřební předměty, dopravní prostředky, výrobní zařízení a nemovitosti k tomu, aby je pronajímaly na dlouhou dobu svým zákazníkům (nájemcům).

SPLÁTKOVÉ SPOLEČNOSTI

Tyto společnosti se specializují na poskytování úvěrů především na spotřební zboží. Obvykle nám tento úvěr zprostředkuje obchodník na místě.

CENY PRODUKTŮ NA FINANČNÍM TRHU

PEVNÉ A POHYBLIVÉ ÚROKOVÉ SAZBY

Na celkovou výši úrokových sazeb má velký vliv inflace. Při růstu inflace banky zvyšují úrokové sazby úvěrů a zároveň i úrokové sazby vkladů, aby se hodnota úspor nesnižovala, a tak nedocházelo k jejich vybírání.

Banky tak používají úrokové míry:

pevné – sazba z vkladu (nebo úvěru) je stejná po celou dobu – např. 10 % ročně (zkratka p.a.);

pohyblivé – úrokové sazby platí po určitou dobu a banka si ponechává právo je v době trvání vkladu nebo poskytnutí úvěru změnit. Jestliže se změní situace (např. vzroste inflace, zesílí konkurence), banka sazby upraví.

Při porovnávání nabídek půjček ale nestačí srovnat jen úrokové sazby. Neméně důležité mohou být poplatky spojené s úvěrem. Proto zákon stanoví, že v nabídkách úvěrů musí být povinně uváděna RPSN. **RPSN (roční procentní sazba nákladů) udává procentní podíl z dlužné částky**, který musí spotřebitel zaplatit za období jednoho roku v souvislosti se splátkami, správou a dalšími výdaji spojenými s čerpáním úvěru. Je zásadně roční, tudíž nenastává omyl při porovnání úrokových sazeb za různou dobu. Zároveň zahrnuje všechny platby spojené s úvěrem, zejména: poplatky za uzavření smlouvy, za správu úvěru, za vedení úvěrového účtu, za převody peněz, případné pojištění schopnosti splácet, u leasingu odkupní cenu, popř. první navýšenou splátku.

Nyní se budeme věnovat třem oblastem:

- kam je možné peníze uložit, máme li je,
- kde je možné si peníze vypůjčit,
- jak se zajistit proti rizikům.

BANKOVNÍ VKLADY

Nejběžnějšími vklady jsou:

- **vklady na běžných účtech**, kde hlavním účelem nebývá ukládání peněz, ale platební styk.
- **úsporné vklady** – účelem těchto vkladů je především ukládat peníze (spořicí účet);
- **termínované vklady** – jedná se o typ bankovního účtu s pevnou sazbou úroku na určitou dobu (předem je určena výše vkladu, doba, po kterou musí být ponechán na účtu, a úroková sazba, kterou se vklad bude zhodnocovat).

Kam vložit peníze: Stavební spoření, penzijní připojištění, cenné papíry, akcie, podílové listy, dluhopisy.

Kde je možné si peníze půjčit: Banky, splátkové společnosti, finanční leasing (zpětný), nebankovní instituce.

CO JE NEBANKOVNÍ INSTITUCE?

Za nebankovní instituce označujeme poskytovatele úvěrových služeb rozdílných od bank a družstevních záložen.

CO JE NEBANKOVNÍ PŮJČKA?

Nebankovní půjčka je zápůjčka poskytovaná jiným subjektem než bankou. Typické pro tyto zápůjčky jsou benevolentnější podmínky pro jejich získání. Zřídka je potřeba doložit příjmy a čistý výpis z rejstříku dlužníků. Tato výhoda je však vyvážena poměrně vyššími úroky a vysokou roční procentní sazbou nákladů (RPSN). Jsou ale výjimky. Konkurence mezi poskytovateli došla tak daleko, že některé nebankovní společnosti konkurují bankovním a v některých případech jsou i výhodnější. Obecně platí – POZOR na ně! Na trhu nebankovních půjček jsou společnosti, kde v případě nesplacení úvěru dojde k naúčtování poplatků v takové výši, že mohou několikanásobně přesáhnout samotnou půjčku.

NEKALÉ PRAKTIKY NEBANKOVNÍCH INSTITUCÍ A DEFINICE NEKALÝCH OBCHODNÍCH PRAKTIK

Nekalé obchodní praktiky se banka či nebankovní instituce dopustí v případě, že klient souhlasí s produktem či službou, se kterou by za normálních okolností nesouhlasil. Názor klienta je danou bankou či jinou institucí výrazně ovlivněn. Klient přistoupí na podmínky, na které by za jiných okolností nepřistoupil. Obdobné praktiky jsou v rozporu se zákonem. V případě prokázání nekalých praktik je uzavřená smlouva neplatná. Banky se zpravidla žádných nekalých praktik na klientech nedopouštějí, a to především z důvodu možnosti ztracení důvěryhodnosti. Na druhou stranu některé bankovní nabídky úvěrových produktů se jeví velmi výhodně, ovšem skutečnost bývá jiná.

KDY SE JEDNÁ O NEKALÉ OBCHODNÍ PRAKTIKY

Nekalé praktiky definuje zákon o ochraně spotřebitele i Česká národní banka (ČNB). Ovšem není stanoveno, ve kterých konkrétních případech máte možnost podat stížnost. V níže uvedeném seznamu naleznete případy, kdy se klient stal obětí podvodu, resp. nekalých obchodních praktik (nejen) bankovních institucí:

- Obchodník lhal, že podepsal kodex chování a disponuje značkami důvěry.
- Líbivá reklama, která neuvádí, a to ani na odkazovaných materiálech, nutné bližší informace k nabízenému produktu či službě.
- Profesionální finanční prodejce vystupuje jako spotřebitel.
- Prodej produktu či služby pod časovým a jiným nátlakem.
- Agresivní podomní prodej (podomní prodej je v ČR na většině území zcela zakázán).
- Nevyžádaný a vytrvalý prodej.
- Nabádání nezletilých osob ke koupi určitého produktu či služby.
- Klamná výhra ceny, resp. lživé udání výhradních výhod klienta.
- Citový nátlak na klienta.
- Inzerování jednoho produktu, a to pouze za účelem prodání jiného produktu.
- Lživé pojmenování nabídek pod záštitou „pouze dnes“ atp.
- Klamavé reklamní jednání, např. tvrzení dané společnosti, že služby jsou speciální a výjimečné, přestože jsou např. stanoveny zákonem.
- Neurčitá a zkreslená sdělení.
- Reklamní sdělení, která využívají strach klientů, přičemž je uvádějí v omyl.
- Podání klamavých informací o tržních podmínkách.
- Klamavé reklamní sdělení o produktu zdarma (produkt zdarma získáte pouze při koupi produktu či jiné služby).
- Zavádějící objednávací formuláře.

Dalším finančním produktem na finančních trzích jsou různá pojištění.

Pro lepší orientaci si pojištění rozdělíme podle dvou hledisek: prvním hlediskem je rozdělení na **škodová a obnosová pojištění**, druhým hlediskem je, co pojišťujeme – **osoby nebo majetek**.

Škodová pojištění nahrazují určitou výši škody, která vznikla v důsledku pojistné události. Pojišťovna vyčíslí, kolik škoda činila, a proplatí nám tuto částku.

Obnosová pojištění jsou taková pojištění, kde vyplácená pojistná náhrada nezávisí na výši škody, která vznikla. Tuto škodu by v některých případech bylo obtížné, ba nemožné vyčíslit – například u životního pojištění. Proto výše pojistného plnění není dána velikostí této „škody“, ale výší pojistné částky, kterou si pojištěný s pojistníkem sjednal (zjednodušeně částka, na kterou si pojištěný cení svého zdraví).

NEJČASTĚJI VYUŽÍVANÉ DRUHY POJIŠTĚNÍ

ŽIVOTNÍ POJIŠTĚNÍ

- **Rizikové životní pojištění**, zaplacené pojistné slouží pouze na krytí pojistné ochrany
- **Investiční životní pojištění**, představuje kombinaci rizikového životního pojištění a spoření (investování).
- **Kapitálové životní pojištění** opět je kombinací pojištění a investování.
- **Úrazové pojištění, jako připojištění.**

POJIŠTĚNÍ MAJETKU – DOMÁCNOST, NEMOVITOST.

POJIŠTĚNÍ ODPOVĚDNOSTI ZA ŠKODU (Z NEDBALOSTI, NEOPATRNOTI, ZA SVÉ ZVÍŘE APOD.)

ZÁVĚREM

Vláda České republiky schválila 13. ledna 2020 Národní strategii finančního vzdělávání 2.0 (NSFV). Cílem nové strategie je vytvořit podmínky pro dlouhodobé zvyšování úrovně finanční gramotnosti obyvatel České republiky. Ministerstvo financí spustilo nový internetový portál o finančním vzdělávání „Proč se finančně vzdělávat?“. Pokračuje tak ve spolupráci s MŠMT a ostatními partnery v podpoře finančního vzdělávání a snaze o zvyšování finanční gramotnosti veřejnosti. Portál provozuje Ministerstvo financí na adrese www.psfv.cz. Odborná skupina pro podporu finanční gramotnosti při Národním ústavu pro vzdělávání připravila pro učitele **Katalog materiálů pro rozvoj finanční gramotnosti**. Po krátkém úvodu, ve kterém je vymezeno, proč katalog vznikl, pro koho je katalog určen a co je obsahem katalogu, následují **anotace vybraných materiálů a seznamy materiálů**, a to podle typu materiálu nebo podle autora. Materiály byly vybírány na základě následujících kritérií: vhodnost pro učitele základních a středních škol, soulad s kurikulární reformou a Standardy finanční gramotnosti, aktuálnost, kvalita, osobní dobrá zkušenost a v neposlední řadě také dostupnost. Proto je potřeba zdůraznit, že katalog nelze považovat za vyčerpávající souhrn veškerých informačních zdrojů k finanční gramotnosti. Věříme, že tento katalog bude pro učitele oporou a stane se průvodcem při přípravě na vyučování i v dalším vzdělávání pedagogů.

Katalog je k dispozici zde: [metodický portál rvp.cz](http://metodickyportal.rvp.cz)

DOPORUČENÁ LITERATURA A ZDROJE

- 1) DOBROVSKÁ, M., LANDOVÁ, H., TICHÁ, L.: *Informační gramotnost – teorie a praxe v ČR*. Praha, 2004.
- 2) DOLEŽALOVÁ, J. *Funkční gramotnost – proměny a faktory gramotnosti ve vztazích a souvislostech*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2005. ISBN 80-7041-115-5.
- 3) KOUCKÝ, J., KOVAŘOVIC, J., PALEČOVÁ, J., TOMÁŠEK, V.: *Učení pro život – Výsledky výzkumu OECD PISA 2003*. Praha: MŠMT, ÚIV a SVP ÚVRŠ PedF UK, 2004.
- 4) MATĚJŮ, P. *Funkční gramotnost dospělých*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 1998.
- 5) STRAKOVÁ, J. a kol.: *Vědomosti a dovednosti pro život*. Praha: ÚIV, 2002.
- 6) Jakeš, P. & kol. (2011). *Finanční gramotnost pro druhý stupeň základní školy*. Praha, Fortuna.
- 7) Kašová, J. & Istenčin, L. (2012). *Výchova k finanční gramotnosti: pro 2. stupeň ZŠ a odpovídající ročníky víceletých gymnázií*. Plzeň, Fraus.

- 8) P. Klínský a kol.: *Finanční gramotnost – obsah a příklady z praxe škol*. Praha: NÚOV, 2008.
- 9) Hesová, A. & Zelendová, E. (2011). *Finanční gramotnost ve výuce: metodická příručka*. [online]. Praha, NÚV, divize VÚP.
Dostupné z: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2011/11/Financni_gramotnost_ve_vyuce_definitivni.pdf
- 11) Klínský, P., Chromá, D., Tesařová, S., & Janák, M. (2008). *Finanční gramotnost – obsah a příklady z praxe škol*. Praha: Národní ústav odborného vzdělávání.
Dostupné z: http://www.nuov.cz/uploads/Financni_gramotnost_obsah_a_priklady_z_praxe_skol.pdf
- 12) MŠMT (2017). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*.
Dostupné z: http://www.nuv.cz/uploads/RVP_ZV_2017_verze_cerven.pdf
- 13) MF; MŠMT & MPO (2007). *Systém budování finanční gramotnosti v základních a středních školách*. Dostupné z: http://www.nuov.cz/uploads/SBFG_finalni_verze.pdf.
- 14) <https://www.ped.muni.cz/komensky/clanky/financni-gramotnost-ve-vyzkumu-a-v-ceskych-vzdelavacich-dokumentech>

PRAKTICKÁ ČÁST

ČÁST GORAZDOVO NÁMĚSTÍ:

78-62-C/02 PRAKTICKÁ ŠKOLA DVOULETÁ SE ZAMĚŘENÍM NA CUKRÁŘSKÉ PRÁCE

65-51-E/01 STRAVOVACÍ A UBYTOVACÍ SLUŽBY

TÉMA Č.1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č.1 CESTA NA ÚŘAD PRÁCE



Maruško, nevíš kde najdu
v Olomouci Úřad práce?



??????

Tak to ti asi neporadím, nevím.

Ale my to víme.... Úřad práce najdeme v Olomouci na ulici Vejdovského 4.



No jo, ale já nevím, jak se na
Vejdovského 4 dostanu od hlavního
vlakového nádraží, ty to víš?



Myslím, že asi vím....



Ale my to víme určitě... Od vlakového nádraží můžeme jít:

- a) pěšky po ulici Kosmonautů asi tak 10 minut
- b) tramvají č. 1, 5 a 7, pojedíš pouze 1 zastávku, v tramvaji uslyšíš název zastávky „Vejdovského“



- c) autobusem MHD (městská hromadná doprava) č. 12, 19, pojedíš pouze 1 zastávku, v autobuse uslyšíš název zastávky „Vejdovského“.





Pojedu zadarmo, nikdo to nepozná, že?



Néééééééééé, to se nesmí. Přejde revizor a zaplatíš pokutu 700.-Kč.

Musíš si koupit lístek.

My víme, že do tramvaje a autobusu je potřeba si koupit platnou jízdenku:

- a) v automatu na jízdenky na nástupišti tramvaje i autobusu
- b) přímo ve vozidle u řidiče, ale stojí hodně peněz, je lepší si ji koupit v automatu
- c) můžeš použít mobilní telefon, nahraješ si zdarma aplikaci „SMS jízdenka“, kterou najdeš na www.dpmo.cz a pomocí sms si zaplatíš jízdenku.



Chci být na Úřadu práce v 10.00 hodin, nevíš, kde najdu jízdní řády?



Asi na zastávce, ale nevím to přesně....

Přesné odjezdy tramvají a autobusů jsou vždy:

- a) na zastávkách viditelné na barevných displejích, které ukazují č. tramvaje nebo autobusu a čas odjezdu – je to velmi jednoduché, když víš, kam jedeš.
- b) můžeš použít opět mobilní telefon, nahraješ si zdarma aplikaci, která se jmenuje „Jízdní řády“, kterou najdeš na www.dpmo.cz
- c) nebo si můžeš zakoupit sešitek všech jízdních řádů MHD, v prodejnách Dopravního podniku města Olomouce, která je i na hlavním vlakovém nádraží v hale.

ÚKOLY, KTERÉ ZVLÁDNU SÁM/SAMA:

- | | | |
|---|-----|----|
| 1. Víím, kde najdu Úřad práce? | ANO | NE |
| 2. Na Úřad práce můžeme jet na kole | ANO | NE |
| a) tramvají | ANO | NE |
| b) autobusem | ANO | NE |
| c) pěšky | ANO | NE |
| 3. Musím si zakoupit do tramvaje platnou jízdenku | ANO | NE |
| 4. Víš, co znamená zkratka MHD..... | | |
| 5. Může ti při cestování MHD pomoci mobilní telefon | ANO | NE |

Jistě jsi zvládl/a odpovědět na všechny otázky správně.

Jestli se ti to nepovedlo, nevadí, můžeš se zeptat paní učitelky, která ti velmi ráda pomůže, ale také rodiče doma ti pomohou.

Jsi šikovný/šikovná 😊

TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 2 „ŽIVOTOPIS“

- Pokud se ucházíš o pracovní místo, budeš potřebovat ŽIVOTOPIS.
- A co všechno ŽIVOTOPIS obsahuje?

OBSAH ŽIVOTOPISU

1) OSOBNÍ ÚDAJE včetně FOTOGRAFIE:

Jméno a příjmení, datum a místo narození, adresa, telefon a e-mail, fotografie jako na průkazku

2) DOSAŽENÉ VZDĚLÁNÍ:

Název a adresa školy a doba školní docházky a tvůj obor


3) DOVEDNOSTI:

Např.: Cizí jazyky a další dovednosti a vlastnosti důležité pro budoucí práci (např. pečlivost, píle, vytrvalost atd.)

ÚKOLY pro tebe:

Úkol č. 1:

- Na další stránce najdeš FORMULÁŘ životopisu - „Europass“, zkus ho vyplnit ručně.
- Pokud potřebuješ, porad' se s paní učitelkou nebo doma.
- Některé kolonky mohou zůstat prázdné.

		foto
Europass - životopis		
Osobní údaje		
Příjmení, Jméno, titul		Rodné příjmení:
Adresa		
Telefon		
E-mail		
Státní příslušnost		ČR
Datum a místo narození		
Vzdělání		
Období		09/20.. – 06/20...
Název a typ organizace, která poskytla vzdělání		Střední škola, Základní škola a Mateřská škola prof. V. Vejvodského Olomouc - Hejčín SŠ Gorazdovo nám. 1, 779 00 Olomouc
Dosažená kvalifikace		
Hlavní předměty / profesní dovednosti		
Úroveň vzdělání v národní nebo mezinárodní klasifikaci		
Další vzdělávání, odborná příprava a školení		
Období		
Název a typ organizace, která poskytla vzdělání / Typ školení		
Pracovní zkušenosti		
Období		
Povolání nebo vykonávaná funkce		
Název/jméno a adresa zaměstnavatele a pracoviště		
Zahraniční pobyty		
Schopnosti, znalosti a dovednosti		
Mateřský jazyk		Čeština
Počítačové znalosti a dovednosti		
Osobní vlastnosti a kompetence		

Úkol č. 2:

Na e-mail dostaneš FORMULÁŘ životopisu EUROPASS, otevři si ho v počítači.

- 1) Zkus EUROPASS-ŽIVOTOPIS vyplnit v počítači.
- 2) Kolonky, které nepotřebuješ, vymazej. Paní učitelka ti pomůže.
- 3) Pak si nech ŽIVOTOPIS zkontrolovat a opravit (doma nebo ve škole).
- 4) Popros někoho, ať ti opravený ŽIVOTOPIS vytiskne.

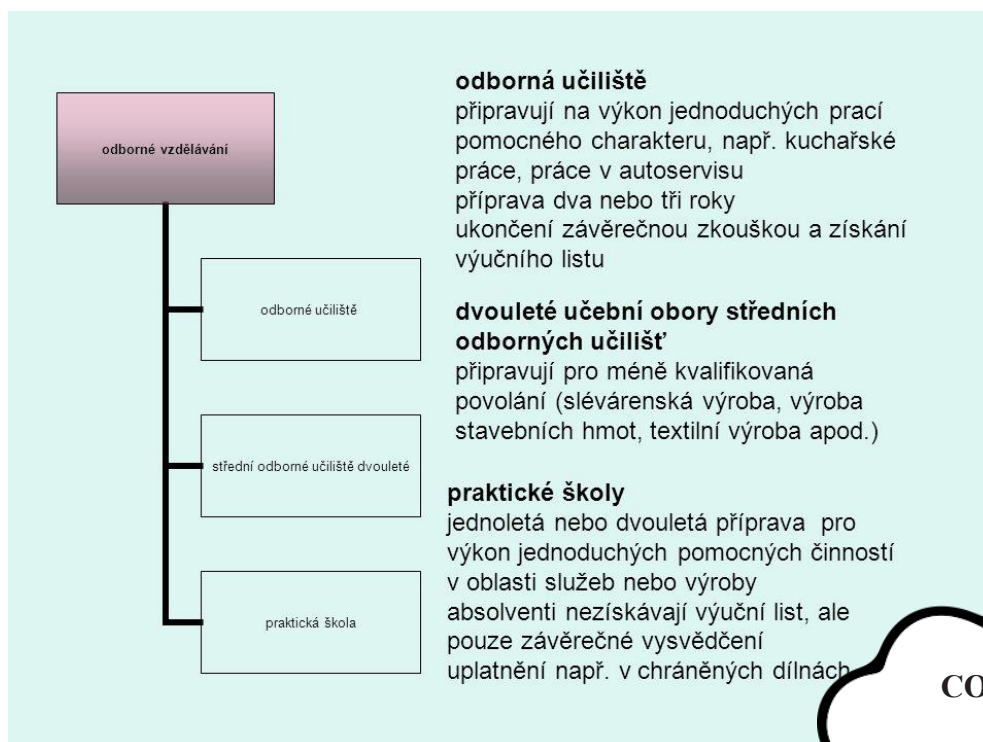
- 5) Připrav si vytištěný ŽIVOTOPIS k pracovnímu pohovoru.

OTÁZKY, KTERÉ ZVLÁDNU:

1. Půjdu na pracovní pohovor, co musím mít určitě s sebou?
Napiš sám:
2. Do životopisu se vkládá fotografie:
ANO NE
3. Do životopisu vložím fotografii např. z prázdnin:
ANO NE
4. Do životopisu vložím fotografii jako na průkazku:
ANO NE
5. Životopis vyplním v počítači a nechám si ho raději opravit a pak vytisknout:
ANO NE

JISTĚ JSI ZVLÁDL ODPOVĚDĚT VŠECHNY OTÁZKY SPRÁVNĚ, JESTLI SE TI TO ZATÍM NEPOVEDLO, MŮŽEŠ SE ZEPTAT VE ŠKOLE PANÍ UČITELKY NEBO DOMA RODIČŮ.

JSI ŠIKULKA 😊

TÉMA Č. 1 „UVEDEDNÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“**PRACOVNÍ LIST Č. 3****„UKONČIL JSEM STUDIUM, A CO DÁL...“**

CO TAKHLE
ZAČÍT
PRACOVAT?

**DŮLEŽITÉ INFORMACE**

1. Ukončil jsem studium výučním listem nebo vysvědčením o závěrečné zkoušce.
2. Chci pracovat = najdu si práci sám, nebo jdu na Úřad práce, kde mi pomohou hledat práci, budu mít pracovní smlouvu.
3. Chci pracovat = našel jsem si brigádu přes prázdniny. Pracuji brigádně, budu mít dohodu o provedení práce nebo dohodu o provedení činnosti. Po prázdninách musím jít na Úřad práce, nebo si najít práci = potřebuji pracovní smlouvu.
4. Nechci pracovat, chci mít po zkouškách letní prázdniny – můžu mít prázdniny, zdravotní pojištění za mě do konce srpna platí stát. Od září se musím hlásit na Úřadu práce, pomůže mi hledat práci.
5. Nechci pracovat, chci po prázdninách studovat = můžu mít prázdniny, zdravotní pojištění za mě do konce srpna platí stát, od září jsem opět studentem.

NEZAPOMEŇ !!

1. Pracovní smlouvu nebo dohodu si pořádně přečtu.
2. Poprosím rodiče, aby mi pomohli zkontrolovat, jestli je správně napsaná a vyplněná.
3. Pracovní smlouva – uzavírám já a zaměstnavatel, abych mohl pracovat na dobu, která je ve smlouvě uvedená.

Může být uzavřená na dobu určitou, (tu je možné **uzavřít** nejdéle **na tři roky**. Zaměstnavatel ji může **prodloužit** nanejvýše **dvakrát**) nebo na dobu neurčitou.

Pracovní smlouva musí obsahovat:

- druh práce, který bude zaměstnanec vykonávat
- místo či místa výkonu práce
- den nástupu do práce



PRACOVNÍ SMLOUVA	
Zaměstnavatel: se sídlem: IČ: zastoupen: zapsaný v Obchodním rejstříku vedeném soudem v	oddl., vložka č. (dále jako „zaměstnavatel“)
a.	
Zaměstnanec: naroden/a: bytem: (dále jako „zaměstnanec“)
uzavrají podle Zákona práce tuto pracovní smlouvu:	
I.	
1. Pracovní poměr vzniká dnem:	
2. Druh práce:	
3. Místo výkonu práce:	
4. Pracovní poměr se sjednává na: - dobu určitou do	
- dobu neurčitou	
5. Pracovní poměr se sjednává: - se zkušební dobou do	
- bez zkušební doby	
6. Týdenní pracovní doba hodin je rozvržena: - rovnoměrně	
- nerovnoměrně	
II.	
Účastníci této smlouvy shodně potvrzují, že zaměstnanec byl řádně seznámen s právy a povinnostmi, které pro něho vyplývají z této pracovní smlouvy, jímž a s pracovními podmínkami a předpisy o bezpečnosti při práci. Zaměstnanec prohlašuje, že byl řádně seznámen se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a protipožárními předpisy a nutností jejich bezpodmínečného dodržování.	
III.	
Zaměstnavatel se touto smlouvou zavazuje přidělovat zaměstnanci sjednaný druh práce a odměňovat jej za vykonanou práci mzdou. Zaměstnanec se zavazuje, že bude plnit všechny práce osobně, svědomitě a řádně, plnit zákonné a smluvní povinnosti zaměstnanců a bude plně respektovat pokyny vedení společnosti a vnitřní předpisy zaměstnavatele. Sjednaný obsah pracovní smlouvy lze změnit, dohodnou-li se zaměstnavatel se zaměstnancem na jeho změně. Změna musí být provedena písemně.	
IV.	
Výpovědní doby: - jsou stanoveny ustanoveními Zákona práce	
- jsou stanoveny vnitřním předpisem	

4. Dohoda o pracovní činnosti – také uzavírám písemně. Rozsah nesmí překročit polovinu týdenní pracovní doby.

Dohoda musí obsahovat:

- sjednaná práce
- rozsah pracovní doby a doba, na kterou je dohoda o pracovní činnosti uzavřena.
- Odvádí se daň, pojistné na sociální zabezpečení a zdravotní pojištění.

5. Dohoda o provedení práce – u dohody o provedení práce neexistuje zkušební lhůta.

Dohoda musí obsahovat:

- vymezení pracovního úkolu
- sjednaná odměna za jeho provedení,
- rozsah práce a pravidla i doba, v níž má být úkol proveden.
- V písemném vyhotovení musí být vyznačena i doba, na kterou se dohoda o provedení práce uzavírá.



DOHODA O PROVEDENÍ PRÁCE
uzavřená mezi

Pan / paní
 Rodné příjmení Místo narození
 Datum narození / / DC / / Číslo OP
 Adresa
 a
 zaměstnavatel / jeho zástupce

Vymezení pracovního úkolu

Pracovní úkol ze dne Předpokládaný rozsah hodin / dnů
 Ukončen bude dne Očekávaná doba dne
 Končí provede

Pracovní úkol bude vykonáván – zaměstnanec osobně
– za pomoci svého rodinných příslušníků

Při sjednání výše odměny je zaměstnavatel povinen dbát pravidel skutečnosti a občanského soužití.

Zaměstnanec obdržel odměnu Kč v termínu

Zaměstnavatel může odměnu po projednání se zaměstnancem přiměřeně snížit, neodpovídá-li provedení práce sjednaným podmínkám. Pracovní úkol musí být proveden ve sjednané době, jinak může zaměstnavatel od dohody odstoupit. Zaměstnanec může od dohody odstoupit, nastane-li pracovní úkol provést proto, že mu zaměstnavatel navedl sjednané pracovní podmínky; zaměstnavatel je povinen náhradit škodu, která mu vznikla. Na základě své dohody se zaměstnavatel zavazuje s právními předpisy vztahujícími se k vykonávané práci a s ostatními předpisy k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci. Zaměstnanec je povinen výkonem dohodnutou práci v souladu s podmínkami sjednanými jako dohoda a právními předpisy vztahujícími se na její výkon, zejména s předpisy bezpečnosti a ochrany zdraví při práci. O dalších povinnostech obou stran platí příslušná ustanovení Zákoníku práce v platném znění.

Další ujednání dohody (např. hmotná odpovědnost, náhrady atd.)

Podpis zaměstnance Datum
 Podpis zaměstnavatele

SEVT 20 127 2 2020

ÚKOLY, KTERÉ ZVÁDNU:

1. Končím studium ve škole, co udělám?.....
.....
2. Chci po ukončení studia prázdniny, musím se hned hlásit na úřad práce?
ANO NE
3. Budu podepisovat pracovní smlouvu, musím si ji přečíst?
ANO NE
4. Nemůžu najít práci, kdo mi pomůže?
Napiš sám.....
5. Ukončil jsem studium, můžu ještě studovat další učený obor?
ANO NE

JISTĚ JSI ZVLÁDL ODPOVĚDĚT VŠECHNY OTÁZKY SPRÁVNĚ, JESTLI SE TI TO NEPOVEDLO, MŮŽEŠ SE ZEPTAT VE ŠKOLE PANÍ UČITELKY NEBO DOMA RODIČŮ.

JSI ŠIKULKA 😊



TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“**PRACOVNÍ LIST Č. 4 „CHCI PRACOVAT“****1. Zjisti si informace o nové práci**

Co se v nové práci dělá?

- Cukrárna - peče dorty, zákusky, připravuje linecká těsta



- Restaurace, jídelna-vaří svačiny, obědy a večeře

**2. Kolik hodin budeš pracovat za den?**

- a) 4 hodiny
- b) 6 hodiny
- c) 8 hodin



3. Kde tvá nová práce je?

- Můžeš pracovat ve městě i na vesnici



4. Jak budeš cestovat do práce?

- Do města můžeš dojet autobusem nebo vlakem.
- Do práce v místě bydliště můžeš dojet autobusem, tramvají nebo pěšky.

a) Vlak



b) Autobus



c) Tramvaj



d) Chůze



5. Jaká bude tvá práce a co v ní budeš dělat?

A) Cukrářské pomocné práce (např. válení těsta, pečení a zdobení dortu, pečení zákusků, zdobení perníků)



B) Pomocné kuchařské práce (např. krájení knedlíků, masa a zeleniny, škrabání zeleniny, míchání a šlehání).





6. Budeš mít v práci zajištěné jídlo?

- a) Ano, jsou pravidelné přestávky na svačinu i oběd, na který budeš dostávat příspěvek (peníze) od zaměstnavatele.
- b) Ne, budeš si nosit své jídlo do práce.



7. Co si musíš do práce koupit?

- Je dobré mít vlastní sadu nožů, náhradní zástěru a obuv do kuchyně.



8. Zvládneš novou práci?

- Zaměstnavatel tě pošle na zdravotní prohlídku, aby zjistil, zda můžeš vzhledem ke svému zdravotnímu stavu danou práci vykonávat.



9. Budeš pracovat sám nebo s někým?

- Na začátku nebudeš pracovat sám (někdo na tebe dohlíží a pomáhá ti). Až se vše naučíš, tak už pracuješ sám.



„Právě ses dozvěděl/a důležité informace, které je potřeba zjistit ještě předtím, než půjdeš do práce“.

„Pokud ti něco nebude jasné, tak se zeptej paní učitelky nebo doma rodičů, jistě ti rádi poradí“.



Kontrolní otázky pro tebe

▪ **Zakroužkuj správnou odpověď**

1. Potřebuješ vědět, jak budeš cestovat do práce?

ANO

NE



2. Potřebuješ vědět jakou svačinu si vezmeš do práce první den?

ANO

NE



3. Potřebuješ vědět, kolik hodin budeš pracovat za jeden den?

ANO

NE



4. Potřebuješ vědět, zda novou práci zvládneš?

ANO

NE



5. Potřebuješ vědět, jaké bude počasí první den, kdy půjdeš do práce?

ANO

NE



*„A nyní už vše
víš a znáš, tak
hurá do práce“.*

TÉMA Č. 1 „UVEDEDNÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 5 PRACOVNÍ POHOVOR

Zaměstnavatel mě pozval na pracovní pohovor

Co musím udělat:

Před pohovorem:

- Připravím si a pak vezmu na pohovor výuční list nebo vysvědčení o závěrečné zkoušce a životopis. Pokud chci, vezmu také zdravotní lékařskou zprávu.
- Vyberu si vhodné oblečení a boty.
- Jdu brzy spát.
- Na pohovor přijdu včas, ne pozdě.
- Vypnu si mobil.
- Vyndám z pusy žvýkačku.
- Nekouřím.

Během pohovoru:

- Dodržuji zásady slušného chování = pozdrav, představení, správné podání ruky.
- Sedím vzpřímeně, nohy mám u sebe.
- Během rozhovoru se dívám přítomným do očí, usmívám se.
- Kontroluji svá gesta = nemávám rukama
 - = nehraji si s brýlemi
 - = nehraji si s knoflíky
 - = netočím prstenem
 - = nedotýkám se obličeje
 - = neškrábu se
 - = neupravuji si oblečení
- Odpovídám jasně, krátce, ale ne jedním slovem.
- Nepoužívám odpověď „ano, ne“.
- Pozorně poslouchám.
- Neskáči přítomným do řeči.
- Mluvím dostatečně hlasitě.

Na konci pohovoru:

- Zeptám se, kdy můžu čekat vyjádření, zda mě přijali nebo ne.
- Poděkuji za možnost zúčastnit se pohovoru.
- Rozloučím se.

OBLEČENÍ A OBUV

	<h2>Muži</h2> <p>ANO: Oblek</p> <p>NE: Džíny, triko, tenisky, kraťasy, outdoorové oblečení</p>
	<h2>Ženy</h2> <p>ANO: Kostým, sukně ke kolenům a top, šaty</p> <p>NE: Vyzývavé oblečení</p>

CO NIKDY NESMÍ MÍT:

Muži

- Nekvalitní oblek
- Malý nebo velký oblek
- Špinavý oblek
- Pomačkanou košili
- Neoholenou tvář
- Náušnice v uchu
- Špinavé boty
- Krátké ponožky

Ženy:

- Velké výstřihy
- Krátké sukně
- Pomačkané nebo ušmudlané oblečení
- Zářivé barvy oblečení a laku na nehty
- Výrazné líčení
- Velké šperky
- Holé nohy bez punčoch
- Neupravené vlasy
- Špinavé boty



OPAKOVÁNÍ:**JAK SE PŘIPRAVIT NA POHOVOR A JAK SE SPRÁVNĚ CHOVI U POHOVORU**

(Dejte do kroužku správnou odpověď)

1. Na pracovní pohovor si muž obleče džíny a tričko:

ANO NE

2. Žena si na pracovní pohovor obleče krátkou sukni:

ANO NE

3. Na pracovní pohovor můžu přijít později:

ANO NE

4. Nechám si zapnutý mobil:

ANO NE

5. Řeknu dobrý den a své jméno:

ANO NE

6. Budu se dívat do země:

ANO NE

7. Škrábu se, dotýkám se obličeje:

ANO NE

8. Při odchodu řeknu nashledanou:

ANO NE

TÉMA Č. 1 „UVEDEDNÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“**„PRVNÍ NÁVŠTĚVA ÚŘADU PRÁCE“**

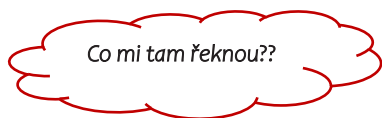
Úřad práce v Olomouci sídlí na adrese: ***Vejdovského 4***
779 00 Olomouc – Hodolany

Pracovní doba: ***pondělí, středa 8.00 – 12.00, 13.00 – 17.00 hod***
úterý, čtvrtek, pátek 8.00 – 11.00 hod



Budova Úřadu práce v Olomouci republiky

Logo Úřadu práce České

**Činnosti úřadu práce:**

- ✓ informace o volných pracovních místech v České republice
- ✓ mapování situace na trhu práce
- ✓ služby spojené se zprostředkováním zaměstnání
- ✓ podmínky zaměstnávání v zahraničí
- ✓ možnosti dalšího vzdělávání
- ✓ poradenské služby pro volbu povolání, rekvalifikace
- ✓ zprostředkování vhodného zaměstnání

Na úřad práce je nutné se dostavit osobně!!

Potřebné doklady:

- platný občanský průkaz nebo cestovní pas
- doklad o nejvyšším ukončeném vzdělání
- žádost o zprostředkování zaměstnání
(vyplní s uchazečem zaměstnanec úřadu při první návštěvě)



Úřad práce ti nabídne práci, která odpovídá tvé kvalifikaci a zdravotní způsobilosti a která je pro tebe dobře dopravně dosažitelná.

POZOR! V případě, že úřadem nabízenou práci odmítneš nebo z práce domluvené úřadem ve zkušební době odejdeš, úřad práce tě na 6 měsíců vyřadí z evidence!



OPAKOVÁNÍ NOVÝCH POJMŮ:

- Úřad práce
- sídlo Úřadu práce Olomouc
- doklady, které si musím na první schůzku přinést
- hlavní činnost úřadu práce

Na základě získaných informací vylušti křížovku a ještě jednou si zopakuj, co ses naučil. Pokud si nevíš rady, paní učitelka ti pomůže.

KŘÍŽOVKA

1																																						
2																																						
3																																						

4																																						
5																																						
6																																						
7																																						
8																																						

1. Ukončil/a jsem studium, zatím nechci pracovat, můžu ještě dál
2. Potřebuji v práci pomoc. Kdo mi pomůže?
3. Nastoupím do práce, uzavřu se zaměstnavatelem smlouvu nebo o provedení práce.
4. Když se ucházím o práci, musím mít sestavený a řádně sepsaný svůj
5. Chci pracovat, ale nemám práci. Kam půjdu?
6. Když se ucházím o zaměstnání, nesmím zapomenout si s sebou vzít lékařskou
7. Město, ve kterém studuji, se jmenuje.....
8. Chci pracovat, nastoupím tedy do

Tajenka: -----



Pokud významu tajenky nerozumíš, povídej si o tom s paní učitelkou. Příště už to určitě zvládneš sám/sama.

TÉMA Č. 1: UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE

PRACOVNÍ LIST Č. 7: Hledám si práci sám



Chci pracovat?

ANO!

Vím, jaké mám
možnosti přes Úřad
práce, ale **CHCI SI NAJÍT
PRÁCI SÁM!!**

Kde hledat? Jaké mám možnosti?

1. **Rodina, přátelé**, kterým věřím a známí, kterým důvěřuji



2. **Inzerce v nákupních střediscích, na plakátovacích plochách nebo v organizacích** (nástěnky na úřadech, u vstupu do restaurací, obchodů apod.)



3. Inzerce v novinách nabízená práce - volná místa



**Hledáme číšníky, servírky, kuchaře
a výpomoc v kuchyni s rozvozem jídla**

Stále rozšiřujeme náš pracovní tým.

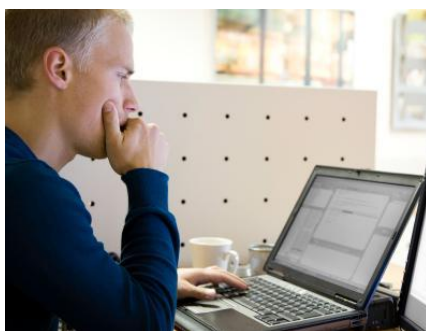
<p>Požadavky na číšníka /servírku:</p> <ul style="list-style-type: none"> • příjemné vystupování • chuť učit se nové věci • není podmínkou vyznění v oboru • znalost cizího jazyka výhodou 	<p>Požadavky na kuchaře:</p> <ul style="list-style-type: none"> • vyznění v oboru nebo 3 roky praxe • samostatnost • schopnost týmové práce • chuť stále se rozvíjet 	<p>Požadavky na výpomoc v kuchyni a rozvoz jídla:</p> <ul style="list-style-type: none"> • řidičský průkaz skupiny B • samostatnost • schopnost týmové práce • chuť stále se rozvíjet
---	---	--

Nabízíme:

- práci ve společnosti se silným základem a filozofií rodinné firmy
- nadstandardní ohodnocení dle pracovního výkonu
- příplatky na obědění, slevy na konzumaci v síti našich restaurací
- pravidelné školení, možnost kariéerního růstu, a mnoho dalšího

V případě zájmu nás kontaktujte na emailu: marek@pizzeria-marco.cz nebo na tel: 602 894 617

4. Inzerce v novinách – moje nabídka práce



5. Internet – stránky konkrétních zaměstnavatelů (firma nebo organizace si hledá nové zaměstnance sama)

Nebo

Internet – pracovní portály zprostředkovatelen práce (jobs.cz, prace.cz, volnamista.cz, monster.cz, sprace.cz,...)

JAKÝ JE ROZDÍL MEZI PERSONÁLNÍ A PRACOVNÍ AGENTUROU?

6. Personální agentury – zprostředkovávají práci, ale nezaměstnávají!

Příklady Personálních agentur v Olomouci:

[Advantage Consulting, s.r.o.](#)

Olomouc, BEA centrum, tř. Kosmonautů 1288/1

Jsme ryze českou personální agenturou, která buduje svoji značku na dlouhodobých vztazích. Již 15 let pomáháme uchazečům o zaměstnání s jejich uplatněním na trhu práce. Naše webové stránky www.acjobs...

[Trenkwalder, a.s.](#)

Olomouc, Blažejské náměstí 9

Už tři dekády jsme důvěryhodným partnerem na současném trhu práce. Naší výhodou je soubor zkušeností a poznatků, nabytých přirozeným růstem z rakouské rodinné společnosti, až po evropský koncern. Díky...

[ManpowerGroup s.r.o.](#)

Olomouc, Horní náměstí 7

Personální společnost Manpower je světovým lídrem v oboru. Poskytuje a trvale optimalizuje celou řadu služeb, které pomáhají podnikatelům na celém světě obstát na stále se měnícím trhu práce. Sleduje ...

[AGENTURA PLUS s.r.o.](#)

Olomouc, Kateřinská 107/5

Společnost AGENTURA PLUS s.r.o. je na trhu již od roku 1999. Zajišťujeme komplexní služby v oblasti personalistiky. Zejména outsourcing - dodavatelská služba, personnel leasing - personální leasing, t...

[Comfort Job Agency s.r.o.](#)

Olomouc, Olomouc, Dolní Náměstí 172/16

Comfort Job Agency s.r.o. působící pod obchodním názvem KOMFORT AGENTURA PRÁCE je česká personální agentura, působící stabilně na tuzemském trhu práce, vlastní licenci udělenou MPSV. Pomohli jsme s...

[NEWMAN Personnel Agency, s.r.o.](#)

Olomouc, 1. máje

Dodáváme Operátory výroby, Inspektory kvality, Skladníky, Montážníky a další pracovníky pro průmyslové podniky v rámci celé České republiky a Slovenska. NABÍZÍME PŘEDEVŠÍM PRACOVNÍKY Z ČR, SR a HU. Za...

7. **Pracovní agentury** – samy zaměstnávají žadatele o práci, své zaměstnance pak nabízejí („dodávají“) konkrétním firmám

Důležité upozornění!!!!

Pokud hledáte práci na internetu, **dávejte si pozor na podvodné stránky**, které lákají lidi na to, jak jim najdou vhodné místo. Nejprve se ale musíte zaregistrovat a zaplatit vstupní poplatek. **Pamatujte si, že seriózní portály tyto služby nabízejí zdarma!**

Pozor si také dávejte na různé nabídky, kde není přesně napsáno, o jakou práci se jedná, ale je zde udávána velmi vysoká výplata.

!!Většina těchto nabídek může být podvod!!

Dalším úskalím jsou

Nelegální práce

...znáte možná pod pojmy práce na černo, práce na zkoušku...

Dobrá rada....**NEBRAT!!!**

- nemáte zdravotní pojištění
- nepočítají se vám roky do důchodu
- zaměstnavatel vám nemusí zaplatit...

Pokuta : až 100.000 Kč
zaměstnavatel až 10 mil. Kč



PRAKTICKÁ ČÁST

ČÁST SVATOPLUKOVA:

**78-62-C/02 PRAKTICKÁ ŠKOLA DVOULETÁ „ŠKOLA PRO ŽIVOT 2“
(SE ZAMĚŘENÍM NA ÚKLIDOVÉ PRÁCE)**

**78-62-C/01 PRAKTICKÁ ŠKOLA JEDNOLETÁ „ŠKOLA PRO ŽIVOT 1“
(SE ZAMĚŘENÍM NA ÚKLIDOVÉ PRÁCE)**



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 1: CESTA NA ÚŘAD PRÁCE

Hlavním úkolem úřadu práce je najít pro klienta vhodné zaměstnání. Měli bychom mít ale na paměti, že nemůžeme nechat všechnu práci pouze na něm, důležitá je i naše vlastní aktivita při hledání vhodného zaměstnání.

Jak úřad práce vypadá?

Úřad práce je reálné místo – budova, kde sídlí jeho zaměstnanci – úředníci. Pojdme si společně ukázat, jak vypadá úřad práce v Olomouci, abychom ho poznali.





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

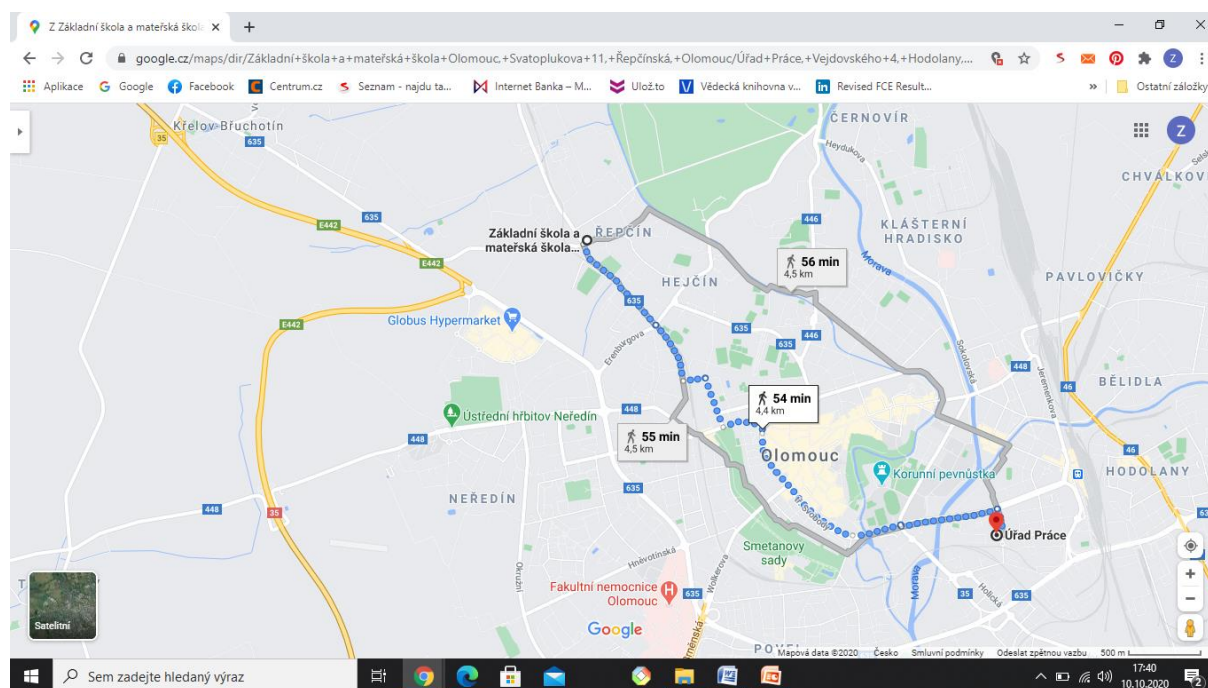


Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejvodského, Olomouc - Hejčín

Jak se na úřad práce dostanu?

Úřad práce se v Olomouci nachází v blízkosti Hlavního nádraží a nákupního střediska Kaufland. V blízkosti úřadu práce je tramvajová i autobusová zastávka s názvem „Vejvodského“.

MAPA



Adresa: Vejvodského 988/4, Hodolany 779 00 Olomouc 9

Telefon: +420 950 141 111

Call centrum: +420 800 77 99 00

Elektronická adresa podatelny: podatelna.ol@uradprace.cz



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

V rámci výuky absolvujeme cestu na úřad práce – mapování trasy.

Procházka s žáky na úřad práce – pěšky, případně s využitím hromadné dopravy (ze školy/z místa bydliště žáka). Variantou může být absolvování virtuální procházky na úřad práce a společné hledání vhodných dopravních spojů.

Kdy můžu na úřad práce zajít?

Každý úřad práce má stanoveny úřední hodiny, kdy se může klient na úřad dostavit. Úřad práce v Olomouci má aktuálně na svých stránkách v době coronavirové pandemie uvedeny tyto úřední hodiny:

Úřední hodiny: *pondělí, středa* 8.00 – 12.00, 13.00 – 17.00 hod
 úterý, čtvrtek, pátek 8.00 – 11.00 hod

Vím, kde najdu Úřad práce a jak se tam dostanu?





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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 2: ŽIVOTOPIS

1. Vybarvi ty bubliny, ve kterých je uvedeno jméno a příjmení



2. Na řádek níže napiš své jméno a příjmení

3. Která z uvedených adres je úplná, a tedy správná?

- a) Pobřežní 12, Ostrava
- b) Pod Lipami 21, 280 02 Kolín
- c) Olomouc
- d) Dvořákova 11

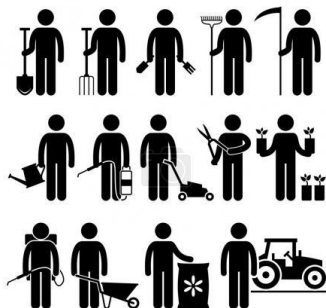


EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

4. Spoj čarou volnočasovou aktivitu (činností) s jejím názvem



fotografování

zahradničení

sport

tanec

zpěv

pečení/vaření

5. Podtrhni barevně svoje oblíbené činnosti, případně dopiš vlastní

čtení

pečení

poslech hudby

sport

práce se dřevem

zpěv

rybaření

fotografování

tanec

malování

zahradničení

hraní he



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejvodského, Olomouc - Hejčín

6. Níže uvádíme příklad životopisu, najdeš, co je v něm špatně, případně co bys doplnil/a?

ŽIVOTOPIS

Osobní údaje

Jméno a příjmení	Petra
Datum narození	8. 3.
Stav	svobodná
Kontaktní adresa	Družební 675/20, 779 00, Olomouc
Telefonní kontakt	788 004 112
Email	veverkaciperka@seznam.cz

Dosažené vzdělání

2006 – 2018	SŠ Vejvodského Olomouc - Hejčín
--------------------	---------------------------------

Pracovní zkušenosti

2019- 2020	uklízečka
-------------------	-----------

Další schopnosti a zájmy

	hra na kytaru, tanec
--	----------------------



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 3 UKONČIL JSEM STUDIUM A CO DÁL?

Každá lidská práce je důležitá. Všichni za svou práci dostanou peníze a za ně si koupí potraviny a mnoho jiných věcí, které potřebují k životu. Každá práce může být zajímavá a užitečná. Nejdůležitější je, aby si člověk vybral práci, ke které má předpoklady.

Eliščina maminka je lékařka. Léčí nemocné lidi. Eliška by chtěla pracovat v nemocnici.

Davidův tatínek je zedník. Staví krásné domy. David ho rád pozoruje při práci.

Jaké zaměstnání mají tvoji rodiče?

Jaká znáš povolání?

Spoj čarou co k sobě patří.



PEKAŘ

léčí nemocné lidi

LÉKAŘ

učí žáky

KUCHAŘ

řídí autobus

ZEDNÍK

vaří jídlo

ŘIDIČ

opravuje elektrospotřebiče

ZAHRADNÍK

píše knížky

ÚŘEDNÍK

staví domy

SPISOVATEL

pracuje v kanceláři

ELEKTRIKÁŘ

peče housky



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

Jaká práce tě nejvíc baví?

Čím bys chtěl být?

Spoj čarou správné slovo s obrázkem.



.....

.....



.....

.....

ZEDNÍK
ŘIDIČ

PRODAVAČ
KUCHAŘ



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

Když ukončím studium výučním listem nebo vysvědčením o závěrečné zkoušce, mám tyto možnosti:

- Chci pracovat – najdu si práci sám, nebo jdu na Úřad práce, kde mi pomohou hledat práci, budu mít pracovní smlouvu.
- Chci pracovat – našel jsem si brigádu přes prázdniny. Pracuji brigádně, budu mít dohodu o provedení práce nebo dohodu o pracovní činnosti. Po prázdninách musím jít na Úřad práce nebo si najít práci – potřebuji pracovní smlouvu.
- Nechci pracovat, chci mít po zkouškách letní prázdniny – můžu mít prázdniny, zdravotní pojištění za mě do konce srpna platí stát. Od září se musím hlásit na Úřadu práce, pomůže mi hledat práci.
- Nechci pracovat, chci po prázdninách studovat – můžu mít prázdniny, zdravotní pojištění za mě do konce srpna platí stát, od září jsem opět studentem.

Pokud se rozhodnu pracovat, musím řádně vyplnit pracovní smlouvu nebo dohodu o pracovní činnosti.

Pracovní smlouvu nebo dohodu si pořádně přečtu.

Poprosím rodiče nebo zodpovědnou osobu, aby mi pomohli zkontrolovat správnost údajů.

PRACOVNÍ SMLOUVA

Zaměstnavatel: _____
se sídlem: _____
IČ: _____
zapsaný: _____
zapsaný v Obchodním rejstříku vedeném _____ soudem v _____
odště vložka č. _____
lístek jako „zaměstnavatel“)

a.
Zaměstnanec: _____
narozena: _____
bytem: _____
lístek jako „zaměstnanec“)

ustanovení podle Zákoníku práce jako
pracovní smlouva:

I.

1. Pracovní poměr vzniká dnem: _____
2. Druh práce: _____
3. Místo výkonu práce: _____
4. Pracovní poměr se sjednává na: _____
- dobu určitou
- dobu neurčitou
5. Pracovní poměr se sjednává: _____
- na dobu určitou
- bez šestiměsíční doby
6. Týdenní pracovní doba _____ hodin je rozdělena: _____
- rovnoměrně
- nerovnoměrně

II.

Účastníci této smlouvy shodně potvrzují, že zaměstnanec byl řádně seznámen s právy a povinnostmi, které pro něho vyplývají z této pracovní smlouvy, jakož i z pracovních podmínek a předpisů o bezpečnosti při práci.
Zaměstnanec prohlašuje, že byl řádně seznámen se závazkem bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a protiprávními předpisy a nariadení jeho bezpečnostního dohledání.

III.

Zaměstnavatel se touto smlouvou zavazuje přilícenost zaměstnání splňující druh práce a odměňovat jí za výkonovou práci mzdu.
Zaměstnanec se zavazuje, že bude plně vědomý práce osobně, zodpovědně a řádně, plně zákonné a smlouvy podmínkami zaměstnání a bude plně respektovat pokyny vedení společnosti a vlastní předpisy zaměstnavatele.
Společný oběh pracovní smlouvy lze změnit, dohodnout se zaměstnavatel se zaměstnancem na jeho změnu. Změna musí být provedena písemně.

IV.

Výpovědní doba: _____
- jsou stanoveny ustanoveními Zákoníku práce
- jsou stanoveny veškerými předpisy

DOHODA O PROVEDENÍ PRÁCE
uzavřená mezi

Pan / paní _____
Rodič příjmení _____ Místo narození _____
Datum narození _____ IČ _____ Číslo OP _____
Adresa _____
a
_____ (zaměstnavatel / jeho zástupce)

Ymenezce pracovního doba _____
Pracovní list začne dne _____ Přidopovzdání včas _____ Nemci od _____
Ukončen bude dne _____ Očakávan bude dne _____
Konkrétní provede _____
Pracovní list bude vykonávaný: - zaměstnavatelem osobně _____
- za pomoci všech rodinných příslušek _____

Pro sjednání této dohody je zaměstnanec povinen být právně způsobilý a občanského soužití.

Zaměstnavatel může odměnu za práci zaměstnancem vyřizovat přímo, nebo prostřednictvím provedení práce sponkáním podmínek. Pracovní list může být sjednán dnem, jinak může zaměstnavatel od dohody odstoupit.
Zaměstnanec může mít od dohody odstupující funkci pracovní list provede, že musí zaměstnavatel nevykonat sponkání pracovní podmínky, zaměstnavatel je povinen nahradit škodu, která tím vznikne.
Ne získá-li tato doba - nebo je zaměstnavatel zaměstnancem a právní předpisy vztahující se k výkonové práci a k zastávaní - zaměstnanec neprovede a ochrany zdraví při práci. Zaměstnanec může je podmínka výkonu dohodovanou práci v součase v době - nebo je zaměstnavatel - zaměstnanec a právní předpisy vztahující se k její výkonu, zejména s předpisy bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.
O dalších povinnostech - nebo smluvních stran přes příslušná ustanovení Zákoníku práce a právním znení.
Zapověď na si zaměstnavatelské vyžaduje _____ pracovní den po skončení pracovního poměru, nepozději do dvou měsíců od skončení pracovního poměru.
Další újednání dohody mají: rovnaká odpovědnost, náklady atd.): _____

Podpis zaměstnavatele _____ Datum _____
Podpis zaměstnanec _____

Přejeme ti mnoho úspěchů při hledání zaměstnání.



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

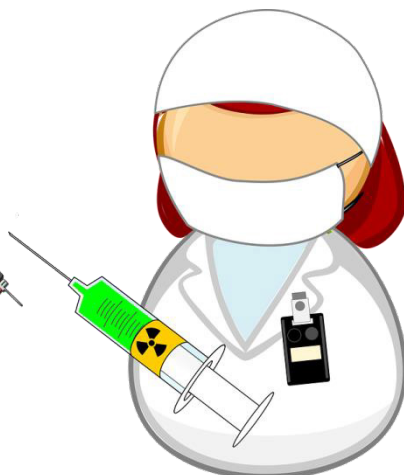
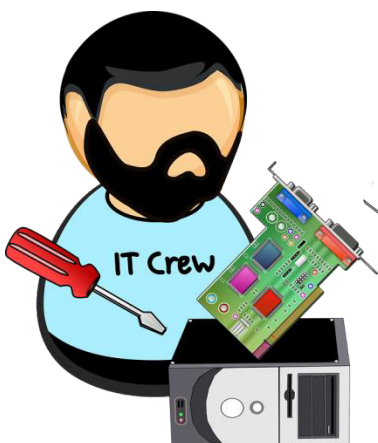
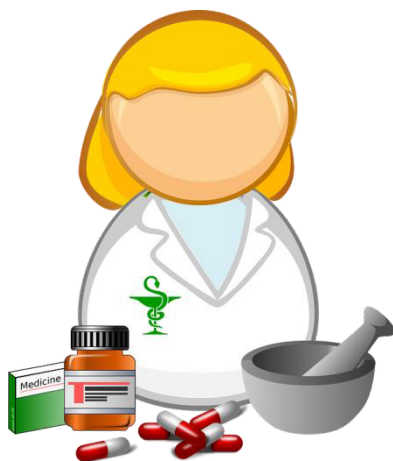
TÉMA Č. 1: UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE

PRACOVNÍ LIST Č. 4 - CHCI PRACOVAT

LIDSKÁ PRÁCE

- Kde pracuje tvůj otec?
- Kde pracuje tvá matka?
- Kde chceš pracovat ty?

PRÁCE DOSPĚLÝCH





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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

DOPLŇ VĚTY

Pekař peče _____ a _____

Kuchař vaří _____

Pokojská stele _____

Uklízečka zametá _____

POSTELE HOUSKY CHLEBA SCHODY JÍDLO

KAŽDÝ Z VÁS NĚCO DOVEDE

1. Natálie skládá nádobí do myčky.
2. Adriana vysává koberce.
3. Kristýna utírá prach na nábytku
4. David myje okna.
5. Jana žehlí prádlo.

-
- Vyjmenuj pomůcky, které ti usnadní mytí podlahy:

- Na úklid sociálního zařízení (koupelny, wc, sprchy) potřebujeme tyto prostředky:



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

- Čím vyčistíme zrcadlo, okna?





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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

DOPLŇ VĚTY

Prádlo pereme v _____

Okna myjeme _____

Keramické obklady čistíme _____

Vysáváním odstraníme prach na _____

Základní mycí prostředek je _____

(PRAČKA, STĚRKA, HADR, KOBREK, VODA)

ZVLÁDL JSI SPRÁVNĚ ODPOVĚDĚT?

- Zvládl jsi správně odpovědět? Můžeš se rozhodnout, kde budeš pracovat!

Chci pracovat:

1. Na úřadě – čeká tě úklid kanceláří, mytí podlahy, vysávání kobereců....
2. V nemocnici – budeš pečovat o prádlo, prát, žehlit, vynášet odpadky.....
3. V restauraci – musíš zvládnout pomocné práce v kuchyni, strouhání, míchání...
4. Plavecký stadion – zvláštní pozornost musíš věnovat hygieně, mýt podlahy, sprchy...

Vybral sis? Zakroužkuj, kde by tě bavilo pracovat nejvíce.



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

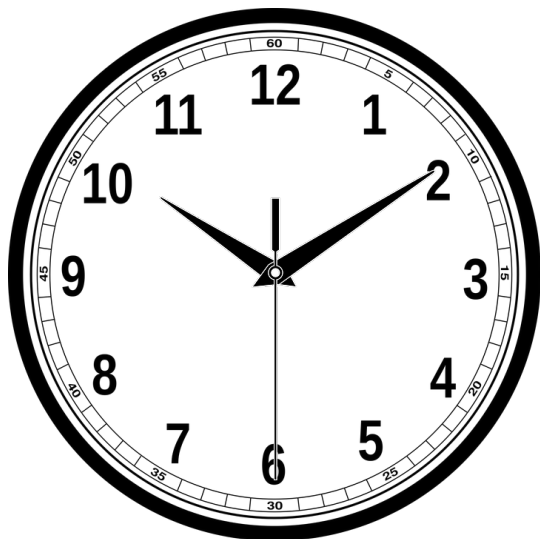


Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

PAMATUJ !



- Do práce musíš přijít včas.
- Dodržuj osobní hygienu.
- V práci používej pracovní oděv a ochranné pracovní pomůcky





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



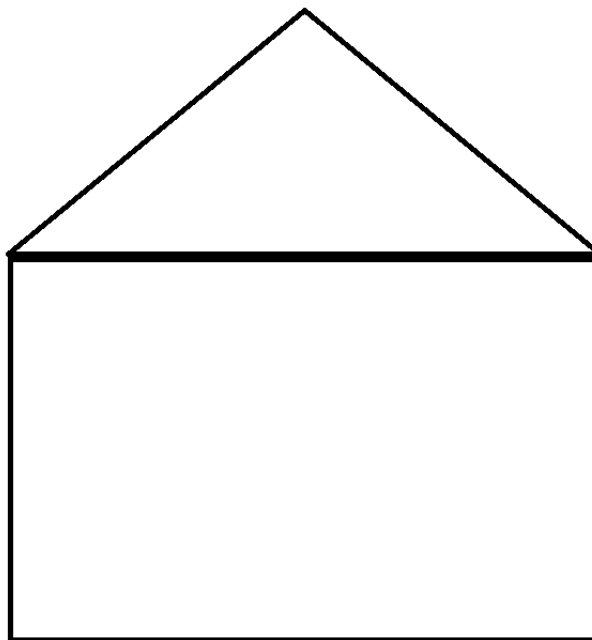
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

TÉMA Č. 1 UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 5: PRACOVNÍ POHOVOR

1. Přiřaď do domečku, co si musíte vzít na pracovní pohovor



životopis

žvýkačku

výuční list, vysvědčení o závěrečné

zkoušce

vhodné oblečení a obuv

kšiltovku

lékařskou zprávu

kartu ZTP



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

2. Rozhodni, co je správně, na pracovním pohovoru:

	ANO	NE
Vyplazuju jazyk.		
Udržuji oční kontakt.		
Mám čisté oblečení		
Jím nebo žvýkám.		
Usmívám se.		
Sleduji telefon, píšu zprávy.		
Skáču osobě, se kterou mluvím, do řeči.		
Jsem sebevědomý/á, ale ne namyšlený/á.		
Nadávám na předchozí zaměstnání.		
Jako úplně první se zeptám na výši případného platu.		

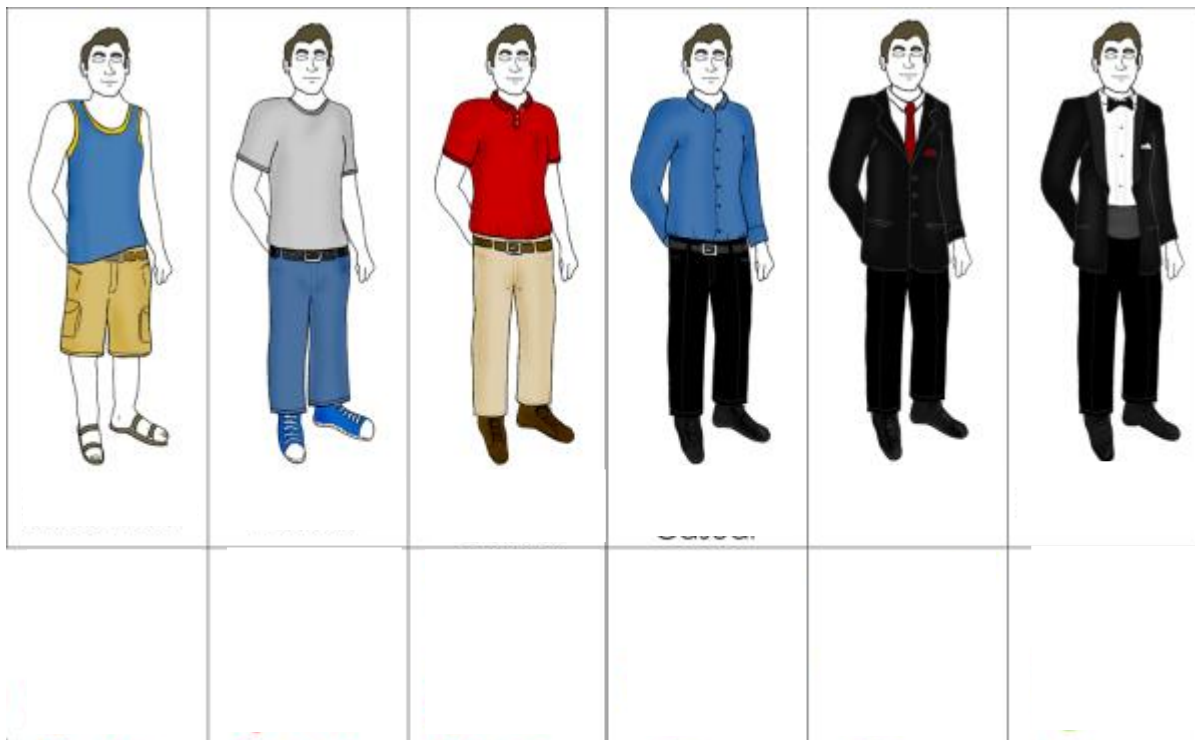


EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

3. Které oblečení si vezmu na pohovor – obrázky se špatným oblečením škrtni, u správných udělej háček



4. Zahrajme si scénku: vyzkoušejte si, jak by mohl probíhat pracovní pohovor



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejvodského, Olomouc - Hejčín

TÉMA Č. 1 „UVEDENÍ A UPLATNENÍ ABSOLVENSTU NA TRHU PRÁCE“

PRACOVNÍ LIST Č. 6: PRVNÍ NÁVŠTĚVA ÚŘADU PRÁCE

Za kým mám jít, kdo mi pomůže?

Pokud hledám zaměstnání a navštívím úřad práce, je ze všeho nejdříve nutné se zapsat do evidence úřadu práce v místě trvalého bydliště. Na úřadě práce se eviduje (uvádí do záznamu):

1. Absolvent školy - v září po ukončení vzdělávání.
2. Fyzická osoba v případě ukončení pracovního poměru – doporučeno do 3 pracovních dnů od ukončení pracovního poměru.



S úřadem práce je možné komunikovat telefonicky, elektronicky nebo osobně.

Co bych měl mít s sebou při osobním podání žádosti:

- 1. o zařazení do evidence zájemců o zaměstnání**
 - občanský průkaz

Do evidence zájemců o zaměstnání je možné se zapsat rovněž vyplněním formuláře přístupného online na stránce:

<https://www.mpsv.cz/fas/formservice/filler.open?DocID=1466459358>

- 2. o zprostředkování zaměstnání:**
 - občanský průkaz
 - doklad o ukončení zaměstnání (zápočtový list), o ukončení samostatné výdělečné činnosti nebo o ukončení soustavné přípravy na budoucí povolání (např. výuční list nebo vysvědčení o závěrečné zkoušce, maturitní vysvědčení, diplom),
 - potvrzení o výši průměrného měsíčního čistého výdělku, u osoby samostatně výdělečně činné potvrzení o vyměřovacím základu,
 - doklad o zdravotním omezení (lékařský posudek),



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

- pokud vykonáváte pracovní činnost, která nebrání zařazení a vedení v evidenci uchazečů o zaměstnání, tzv. nekolidující zaměstnání (výkon činnosti na základě pracovního nebo služebního poměru, pokud měsíční výdělek nepřesáhne polovinu minimální mzdy nebo výkon činnosti na základě dohody o pracovní činnosti, pokud měsíční odměna nebo odměna připadající na 1 měsíc za období, za které přísluší, nepřesáhne polovinu minimální mzdy), je povinností Úřadu práce ČR ohlásit a doložit výkon této činnosti a výši odměny.

Aktivita do hodiny:

- Vyplníme s žáky online formuláře. Formuláře promítáme žákům pomocí dataprojektoru (případně na interaktivní tabuli). Formuláře vyplňuje pedagog tak, aby žáci viděli, co je nutné zapsat do jednotlivých kolonek (formulář pedagog neodešle).
- Případně je možné vytisknout prázdné formuláře, které dáme žákům k dispozici. Následně vyplňujeme formuláře online (opět promítáme např. pomocí dataprojektoru) a žáci zároveň vyplňují své formuláře, které obdrželi.

Opět je k dispozici online formulář:

Simulovaný hovor do Call centra:

- a. Poskytnutí poradenství o zprostředkování zaměstnání.
- b. Poskytnutí informace o volných pracovních místech.



Aktivita je zaměřená na rozvíjení schopnosti žáků smysluplně formulovat svoje požadavky a účinně komunikovat s pracovníkem Call centra za účelem získání požadovaných informací. Simulace rozhovoru může rovněž pomoci zmenšit stres žáků, plynoucí z absolvování telefonického hovoru.



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín



ZAM
UCHAZEČ - EVIDENCE

Záznam o dni podání žádosti:

OSÚ
S 15

Žádost o zprostředkování zaměstnání

§ 26 odst. 1 zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o zaměstnanosti“)

A. Žadatel:

Příjmení:	Jméno ¹⁾ :	Rodné číslo v ČR ²⁾ :
Rodné příjmení ³⁾ :	Titul před:	za:
Státní občanství:		
Místo narození ⁴⁾ :		
Trvalý pobyt ⁵⁾ :	Obec:	Část obce:
	Ulice:	Č. p. ⁶⁾ : Č. orient.: PSČ:
Adresa místa obvyklého pobytu v ČR ⁷⁾ :	Obec:	Část obce:
	Ulice:	Č. p. ⁶⁾ : Č. orient.: PSČ:
Adresa pro doručování v ČR ⁸⁾ :	Obec:	Část obce:
	Ulice:	Č. p. ⁶⁾ : Č. orient.: PSČ:
Telefon:	E-mail:	

B. Naposledy jsem byl(a) veden(a) v evidenci uchazečů o zaměstnání:



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín



ZAM
ZÁJEMCE

Záznam o dni podání žádosti:

OSÚ
S 15

Žádost o zařazení do evidence zájemců o zaměstnání

§ 22 zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o zaměstnanosti“)

A. Žadatel:

Příjmení:	Jméno:	Rodné číslo v ČR ¹⁾ :
Rodné příjmení:	Titul před:	za:
Státní občanství:		
Místo narození ²⁾ :		
Bydliště ³⁾ :	Obec:	Část obce:
	Ulice:	Č. p.: Č. orient.: PSČ:
Adresa pro doručování v ČR ⁴⁾ :	Obec:	Část obce:
	Ulice:	Č. p.: Č. orient.: PSČ:
Telefon:	E-mail:	

B. Zdravotní omezení související se zprostředkováním zaměstnání:

Zaškrtněte jednu z uvedených možností. Pokud zvolíte druhou možnost, upřesněte ji v dalších volbách.

- nemám zdravotní omezení
- mám zdravotní omezení – jsem:
- invalidní ve třetím stupni (§ 39 odst. 2 písm. c) zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů⁵⁾
 - invalidní ve třetím stupni a schopen(a) výdělečné činnosti za zcela mimořádných podmínek (§ 39 odst. 4 písm. f) zákona o důchodovém pojištění⁵⁾
 - invalidní ve druhém stupni (§ 39 odst. 2 písm. b) zákona o důchodovém pojištění⁶⁾
 - invalidní v prvním stupni (§ 39 odst. 2 písm. a) zákona o důchodovém pojištění⁶⁾
 - zdravotně znevýhodněnou osobou⁷⁾
 - osobou, které byla odejmuta invalidita v posledních 12 měsících
- mám jiná zdravotní omezení⁸⁾

Zde uveďte konkrétní zdravotní omezení (např. nemohu pracovat ve výškách apod.):



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín



TÉMA Č. 1: UVEDENÍ A UPLATNĚNÍ ABSOLVENTŮ NA TRHU PRÁCE PRACOVNÍ

LIST Č. 7: HLEDÁM SI PRÁCI SÁM

Pokud chceš pracovat, je třeba si práci najít. Jestli ses rozhodl hledat si práci sám, tady jsou možnosti:

1. **Rodina, přátelé, známí, učitelé, vychovatelé**
Lidé, které znáš, ti mohou dobře poradit i pomoci s hledáním práce. Zeptej se jich, zda o nějaké práci neví.
2. **Inzerce v nákupních střediscích, na plakátovacích plochách nebo v organizacích**
(nástěnky na úřadech, u vstupu do restaurací, obchodů apod.)
3. **Inzerce v novinách, časopisech-** pokud kupuješ ty nebo tví rodiče noviny, je možné hledat práci i tady, v nabídce práce
4. **Internet**
Na internetu je možné najít velké množství nabídek práce. Požádej někoho blízkého o pomoc s hledáním.
5. **Pracovní agentury**
Samy zaměstnávají žadatele o práci, své zaměstnance pak mohou směřovat do jiných firem
6. **Personální agentury**

V Olomouci máš tyto možnosti:

- **Advantage Consulting, s.r.o. Olomouc, BEA centrum, tř. Kosmonautů 1288**
 - **Trenkwalder, a.s. Olomouc, Blažejské náměstí 9**
 - **ManpowerGroup s.r.o. Olomouc, Horní náměstí 7 Personální společnost**
 - **AGENTURA PLUS s.r.o Olomouc, Kateřinská 107/5**
 - **Comfort Job Agency s.r.o. Olomouc, Olomouc, Dolní Náměstí 172/16**
 - **Comfort Job Agency s.r.o. působící pod obchodním názvem KOMFORT**
- AGENTURA**
- **NEWMAN Personnel Agency, s.r.o. Olomouc, 1. máje**



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

Důležité upozornění:

Pokud hledáte práci na internetu, dávejte si pozor na podvodné stránky, které lákají lidi na to, jak jim najdou vhodné místo. Nejprve se ale musíte zaregistrovat a zaplatit vstupní poplatek. Pamatujte si, že seriózní portály tyto služby nabízejí zdarma!

Pozor si také dávejte na různé nabídky, kde není přesně napsáno, o jakou práci se jedná, ale je zde udávána velmi vysoká výplata.

Většina těchto nabídek může být podvod!! Dalším úskalím jsou různé formy nelegální práce ...znáte možná pod pojmy práce na černo, práce na zkoušku

- nemáte zdravotní pojištění
- nepočítají se vám roky do důchodu
- zaměstnavatel vám nemusí zaplatit... Pokuta pro vás: až 100.000 Kč pro zaměstnavatele až 10 mil. Kč

Otázky pro tebe:

Proč je dobré mít práci?

Jaká práce by tě bavila?



Pamatuješ si, kde bys mohl práci hledat?



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



Projekt: Šance pro děti se SVP II, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/19_077/0016783
SŠ, ZŠ a MŠ prof. V. Vejdovského, Olomouc - Hejčín

Tady namaluj, jaké povolání by tě bavilo a zajímalo: