

# PRŮVODCE PŘI VOLBĚ POVOLÁNÍ

PRACOVNÍ LISTY pro 8. a 9. třídy základních škol



Jméno a příjmení:

Třída:

Držíš v ruce pomocníka při výběru svého budoucího povolání. Objev a ujasni si, kdo jsi, co nabízíš a kam směřuješ. Zjisti, jak vypadá trh práce ve tvém okolí a informuj se o možnostech studia.

Průvodce je tvořen 3 bloky, které ti pomohou správnými otázkami a sdělenými informacemi při rozhodování.

# KDO JSEM?



Máš v hlavě tolik otázek, že nevíš čím začít? Nejdříve je důležité poznat sám sebe. Přemýšlej nad tím, kdo jsi - co tě baví, jaké máš koníčky, v čem se ti daří. Neboj se přemýšlet i nad tím, co ti nejde a co tě nebaví, to je při rozhodování stejně tak důležité.

## Co mě baví, co umím, co mi jde, moje silné stránky:

Zamysli se nad tím, co vnímáš jako svoje silné stránky, co ti jde, co tě baví a jaký máš talent: (kreslení, matematika, pečování o zvířata, chemické pokusy, sport, komunikovat s cizími lidmi, organizovat a plánovat, rychle se rozhodovat, baví tě počítače, jdou ti cizí jazyky aj.). Vše co tě napadne, vypiš do rámečku:

## Je něco, co mi ztěžuje rozhodování?

(mé slabší stránky, zdravotní omezení, obavy), vypiš níže:

(Mohu to změnit? Např. studím se komunikovat v cizím jazyce, proto se přihlásím do kroužku cizího jazyka, bavím se s kamarády v cizím jazyce, dívám se na filmy a seriály v cizím jazyce, na dovolené se snažím komunikovat aj.)

## Sebetestování online:

<https://www.emiero.cz/>  
<https://www.infoabsolvent.cz/Profitest>  
<https://dotaznik.zlkraj.cz/>  
<https://www.zkouskaosobnosti.cz>  
<https://www.testosobnosti.zarohem.cz>  
<https://www.mujzivotposkole.cz/>  
<https://www.testmojeplus.cz>  
<https://www.job-hub.cz/>  
<https://www.salmondo.cz/>  
<https://www.comdi.cz/>  
<https://www.regio-advisor.cz/>

## Moje zkušenosti, projekty, úspěchy:

(např. účast v soutěžích a na olympiádách, pochvaly ve škole, sportovní výsledky, překonání nějakého strachu aj.), vypiš níže:

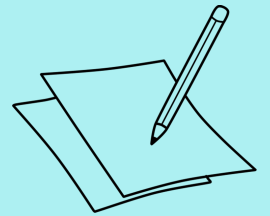
↪ Zkus se podívat na internet a vyplnit si nějaký sebehodnotící test. Odkazy na online testy najdeš v rámečku vlevo.

# KDO JSEM?

A jak se říká, do třetice všeho dobrého: zeptej se na názor i ostatních ve tvém okolí. Někdy se vidíme jinak, než nás vidí ostatní. Ke zkreslování může docházet v naší mysli vědomě i nevědomě. Pokud se vnímáš moc kriticky, neboj, většina z nás to má stejně.

## Jak mě vidí ostatní:

Zeptej se svých spolužáků, rodičů, sourozenců, učitelů, jak tě vidí. Co vnímají jako tvé silné a slabší stránky, jaké v tobě vidí talenty, a co si o tobě upřímně myslí. Praktický list jim můžeš půjčit, aby do něj sami napsali svůj názor nebo si pečlivě zaznamenej, co o tobě říkají:



## POROVNÁNÍ - Tento rámeček jsi ty a tvoje sebepoznání:

Tvým úkolem je se nyní zamyslet a vypsát si všechno, co se opakovalo, co napadlo tebe i ostatní, co jsi doposud např. nevnímal/a, ale cítíš, že takový/á opravdu jsi ...



Zkus si vyplnit krátký test na další straně a zjisti, který okruh povolání by tě mohl bavit. Test je zpracován dle teorie profesního vývoje od doktora Hollanda. Vygoogli si o této teorii více. Nezapomeň však, že testy jsou pouze doplňující pomůcka při rozhodování, nejsou to věštící koule. 😊

# TEST - JAKÉ POVOLÁNÍ SE K TOBĚ HODÍ?

Test zpracovaly poradkyně IPS na Kontaktním pracovišti ÚP ČR Vsetín, zdroj: Mozek. 10 otázek k určení toho, jaké povolání se k tobě hodí.: Test osobnosti. In: YOUTUBE [online]. 29. 4. 2017, 5:46 min [cit. 2018-01-17]. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=-ugf\\_dWlU8](https://www.youtube.com/watch?v=-ugf_dWlU8)

## 1) Jak by ses popsals?

- a) kreativní, nezávislý, vášnivý
- b) společenský, přátelský, ochotný
- c) pracovitý, vytrvalý, oddaný
- d) cílevědomý, chytrý, sebevědomý

## 2) Co by tě z níže uvedeného bavilo nejvíce?

- a) pomáhat jiným lidem nebo zvířatům
- b) pracovat rukama
- c) něco vymýšlet nebo vytvářet
- d) hrát si s čísly, práce na počítači

## 3) Když dostaneš nějaký úkol, co uděláš?

- a) vyřeším ho jedním způsobem
- b) nechám ostatní, ať ho vyřeší
- c) vyřeším ho různými způsoby
- d) vyřeším ho a pomůžu s jeho řešením i ostatním

## 4) Co by sis vybral

- a) pracovat s mnoha lidmi
- b) být svým vlastním šéfem
- c) pracovat pro někoho
- d) být šéfem ostatních

## 5) Jak nejčastěji trávíš svůj volný čas?

- a) na netu/ hraju hry/ programuji
- b) čtu si/ píši/ kreslím/ fotím/ zpívám
- c) jsem s přáteli// s rodinou/ se zvířaty
- d) sportuji/ uklízím/vařím/ pracuji na zahradě

## 6) Jaký je tvůj oblíbený předmět ve škole?

- a) žádný nemám, nesnáším školu!
- b) biologie /chemie / rodinná výchova
- c) český jazyk / výtvarka / hudebka
- d) matematika / informatika

## 7) Kde bys nejradši pracoval?

- a) v kanceláři nebo prostě uvnitř v budově
- b) doma – práce z domu
- c) to je jedno, hlavně, když budu pracovat s lidmi
- d) nezáleží mi na tom – uvnitř i venku

## 8) Nejlépe se ti pracuje (nebo by se ti pracovalo)

- a) samotnému
- b) s mnoha lidmi
- c) s pár lidmi
- d) jak kdy- občas samotnému, občas s lidmi

## 9) Kolik bys chtěl vydělávat?

- a) To je jedno. Hlavně, když tím přispěji společnosti
- b) Hodně peněz
- c) Bude mi stačit tak akorát
- d) To je jedno. Hlavně, když mě to bude bavit

## 10) Máš rád manuální práce?

- a) ano, mám
- b) jak které – je rozdíl mezi vyšíváním a stavěním domu
- c) ne, raději pracuji hlavou
- d) je mi to jedno – hlavně je, když ta práce přinese užitek

1 A 3 6 A 1

B 2 B 2

C 1 C 3

D 4 D 4

2 A 2 7 A 4

B 1 B 3

C 3 C 2

D 4 D 1

3 A 4 8 A 3

B 1 B 2

C 3 C 4

D 2 D 1

4 A 2 9 A 2

B 3 B 4

C 1 C 1

D 4 D 3

5 A 4 10 A 1

B 3 B 3

C 2 C 4

D 1 D 2

Sečti si body tvých odpovědí dle tabulky vlevo a poznáš, které povolání je pro tebe vhodné:

### 10-16 bodů Manuální

Nejlépe se pro tebe hodí práce, ve které použiješ své ruce, např.: číšník, opravář, elektrikář, zámečnický, zedník, prodavač, automechanik, dělník

### 17-24 bodů Pomoc

Hodí se pro tebe práce, ve které budeš ve styku s lidmi či zvířaty (ideálně, když jim budeš nějakým způsobem pomáhat), např.: veterinář, učitel, zdravotní sestra, doktor, policista, hasič, zubař

### 25-32 bodů Kreativní

Hodí se pro tebe práce, ve které budeš moci něco vymýšlet nebo vytvářet, např.: novinář, zpěvák, malíř, fotograf, architekt, spisovatel, herec

### 33-40 bodů Kancelář

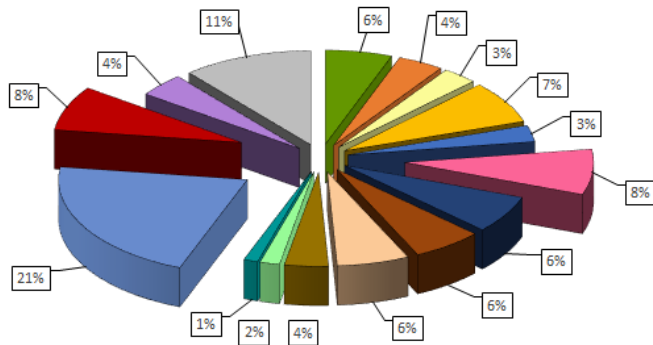
Hodí se pro tebe práce zejména s papíry a počítačem, např.: účetní, bankéř, programátor, manažer, administrativní pracovník, finanční poradce

**Jaké další povolání tě napadají dle tvého výsledku testu? Vypiš si:**

# TRH PRÁCE

Trh práce je nabídka zaměstnanců a poptávka zaměstnavatelů. Podívejme se tedy společně, jak vypadá současný trh práce v Olomouckém kraji podle statistik Úřadu práce České republiky (ÚP ČR):

STRUKTURA ODVĚTVÍ V OLOMOUCKÉM KRAJI  
dle počtu zaměstnavatelů, statistika ÚP ČR - říjen 2023



- ZEMĚDĚLSTVÍ, LESNICTVÍ A RYBÁŘSTVÍ
- CHEMICKÝ PRŮMYSL
- ELEKTROTECHNICKÝ PRŮMYSL
- OSTATNÍ PRŮMYSL
- OBCHOD
- GASTRONOMIE A UBYTOVÁNÍ
- VZDĚLÁVÁNÍ
- VEŘEJNÁ SPRÁVA
- POTRAVINÁŘSKÝ PRŮMYSL
- HUTNICKÝ A KOVOZPRACUJÍCÍ PRŮMYSL
- STROJÍRENSKÝ PRŮMYSL
- STAVEBNICTVÍ
- DOPRAVA A SKLADOVÁNÍ
- IT
- ZDRAVOTNICTVÍ A SOCIÁLNÍ PÉČE
- OSTATNÍ ODVĚTVÍ

Podívej se na graf vlevo a uvidíš, jaká všechna odvětví máme zastoupena v našem kraji.

Všimni si, že nejvíce je u nás zastoupeno vzdělávání, strojírenský průmysl a zdravotnictví.

Víš, jakého máme v Olomouci největšího zaměstnavatele v odvětví vzdělávání?

Výsledek: Univerzita Palackého v Olomouci

## Jaká povolání znáš z odvětví STROJÍRENSTVÍ?

Například: technolog, projektant, konstruktér, revizní technik, svářeč, mechanik stroju, nástrojář, obráběč kovů.




Nejpoptávanější povolání dle statistik ÚP ČR: lékařský personál, technické profese, odborníci v oblasti IT, řemeslníci, pracovníci ve službách, pracovníci v gastronomii, řidiči a skladníci, pracovníci v oblasti obchodu a školství a další.

## Víš co znamená průmysl 4.0 ?

Zjisti co tento termín znamená a napiš si hlavní body zde. Co se stane s trhem práce?

Například: chytré továrny, zaniklá a nová povolání

Že technické povolání je jen pro kluky? Je to lež jako věž. Pokud jsi holka a baví tě technika, podívej se na tyto weby:



<https://rcmt.cvut.cz/course/odstranovani-predsudku-vuci-strojirenskym-oborum-pri-karierovem-rozhodovani-u-divek-zen/>

<https://www.technickyvzato.cz/>

# TRH PRÁCE



<https://burzapav.cz/>

Při výběru budoucího povolání ti pomohou i veletrhy, které se každoročně pořádají v Olomouckém kraji:



<https://scholaservis.cz>



Burza práce a vzdělání  
Scholaris



Podívej se na webové stránky Burzy práce a vzdělání v Olomouckém kraji. Najdeš tam informace o nejvýznamnějších zaměstnavatelích a o středních odborných školách z Olomouckého kraje. Níže si vypiš, jaké zaměstnavatele a volné pracovní pozice jsi našel/našla a které tě zaujaly. Výčet zaměstnavatelů a škol není na webu kompletní, klidně využij i jiné webové zdroje a vypiš si to důležité.

Zaměstnavatel, volná pracovní pozice, proč mě to zaujalo:

Zaměstnavatel, volná pracovní pozice, proč mě to zaujalo:

Zaměstnavatel, volná pracovní pozice, proč mě to zaujalo:

Zaměstnavatel, volná pracovní pozice, proč mě to zaujalo:

## INFORMACE O POVOLÁNÍCH:

<https://nsp.cz/> - národní soustava povolání

<https://www.platy.cz/> - informace ohledně platů a mezd

<https://www.remeslojecoool.cz/> - videoukázky řemesel

<https://infoabsolvent.cz/> - vyhledávání škol a oborů, videoukázky, uplatnění absolventů, test



## STATISTIKY - ABSOLVENTI NA TRHU PRÁCE:

<https://www.mpsv.cz/web/cz/absolventi-skol-a-mladistvi>

Podívej se na výše zmíněné webové stránky.

Nejvíce se zaměř na první odkaz, a to na Národní soustavu povolání. V katalogu povolání si vyber konkrétní povolání, která tě oslovila, budeš s nimi na další straně pracovat.

# TRH PRÁCE

Níže si vypiš všechna povolání, která tě zaujala. U každého z nich si vypiš následující údaje:

- **Název povolání:**

- **Požadované vzdělání:** jaký obor je třeba vystudovat? výuční list/maturita/vyšší či vysoká škola?
- **Pracovní činnosti:** co v práci budeš celý den dělat? počítat, učit, měřit, skládat, léčit, šít, vařit aj.
- **Pracovní prostředky:** co ti při práci pomůže? nářadí, vařečka, jehla a nit, počítač, traktor aj.
- **Objekt, předmět práce:** s kým nebo s čím budeš pracovat? lidi/věci? žáci, velké stroje aj.
- **Pracoviště:** budeš pracovat uvnitř/venku? v teple/chladu? v čistotě/nečistotě? v ruchu/tichu?
- **Další** (např. pracovní kolektiv, směnnost, rizika, mzda/plat, cestování, kariéra...)

Název povolání:

- Požadované vzdělání:
- Pracovní činnosti:
- Pracovní prostředky:
- Objekt, předmět práce:
- Pracoviště:
- Další:

Název povolání:

- Požadované vzdělání:
- Pracovní činnosti:
- Pracovní prostředky:
- Objekt, předmět práce:
- Pracoviště:
- Další:

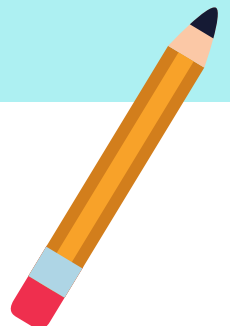
Název povolání:

- Požadované vzdělání:
- Pracovní činnosti:
- Pracovní prostředky:
- Objekt, předmět práce:
- Pracoviště:
- Další:

Název povolání:

- Požadované vzdělání:
- Pracovní činnosti:
- Pracovní prostředky:
- Objekt, předmět práce:
- Pracoviště:
- Další:

A protože už víš, jaký/á jsi a jaké povolání by tě mohlo zajímat, je na čase se podívat na možnosti studia a výběr té pravé školy pro tebe.



# JAKOU ŠKOLU VYBRAT?



Podle čeho se rozhoduješ při výběru školy?

- jaké máš šance na přijetí do školy (počty přihlášených/přijatých uchazečů)
- jestli se konají nebo nekonají přijímací zkoušky na vybranou školu
- jestli škola obsahuje hodně teoretického studia nebo se chodí často na praxi
- jestli získáš stipendium (od Olomouckého kraje, od školy či spolupracujícího zaměstnavatele)
- zdravotní stav, nutnost dojíždění, soukromá x státní škola, školné aj.

## DATABÁZE ZÁKLADNÍCH, STŘEDNÍCH, VYŠŠÍCH, VYSOKÝCH A JAZYKOVÝCH ŠKOL

<https://www.atlasskolstvi.cz/>

<https://www.seznamskol.cz/>

## INFORMACE O PŘIJÍMACÍM ŘÍZENÍ, STIPENDIÍCH, UZNÁVÁNÍ VZDĚLÁNÍ

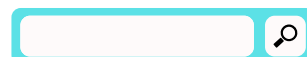
<https://www.olkraj.cz/> - adresáře škol, přijímací řízení, stipendijní programy aj.

<https://www.msmt.cz/> - legislativa, aktuality ohledně školství v ČR, statistiky

<https://cermat.cz/> - jednotné přijímací zkoušky na SŠ, testy z předchozích let

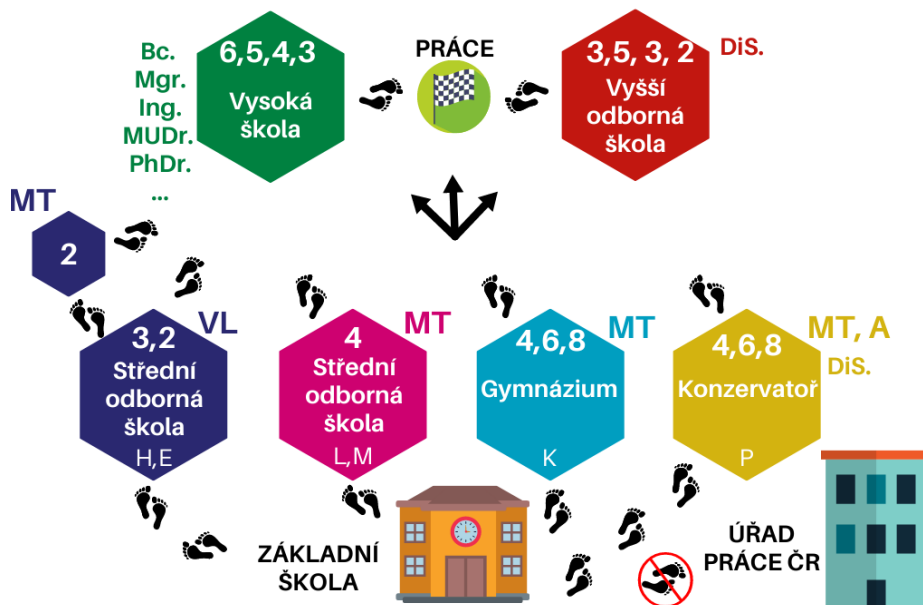
<https://scio.cz/> - příprava na přijímací zkoušky

<https://www.zkousky-nanecisto.cz/> - příprava na přijímací zkoušky



Podívej se na schéma níže a zapřemýšlej, kterou cestou se vydáš.

## Najdi si svou cestu k vysněnému cíli!



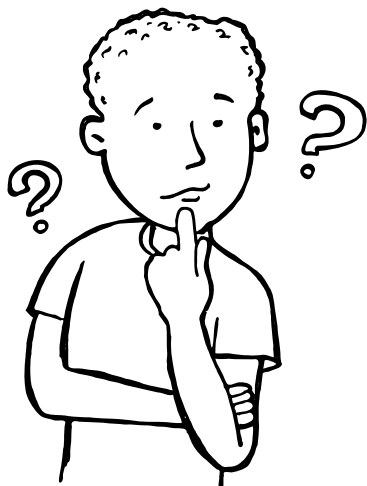
Čísla ve schématu znamenají počet let, které budeš studovat. Písmena znamenají zkratky ke kódům oborů školy, které ti určitě rádi vysvětlí ve škole nebo informace najdeš i v tištěném Atlase školství, který dostane každý deváták zdarma.

Podívej se na <https://www.atlasskolstvi.cz/> a napiš si do rámečku vybrané školy a obory, které tě zajímají. Nezapomeň si poznamenat dny otevřených dveří (DOD) a zajdi se na vybrané školy podívat.





Pokud jsi dočetl/a průvodce až sem, gratulujeme. Pokud si nepodváděl/a a navštívil/a všechny doporučené webové stránky a vyplňoval/a úkoly, nejspíš už tušíš, kterou cestou se vydáš. Pokud stále nevíš, čím chceš v budoucnosti být, nevěš hlavu. Rozhodování je to těžké a důležité a proto se podívej níže, co ještě můžeš udělat, aby ses správně rozhodl/a.



Pozor na časté chyby při svém výběru:

- půjdu tam, kam kamarád/ka
- dodržím „rodinné tradice“
- ať se moc nenadřu
- já nerozhoduji, vybírají rodiče



Kde a s kým se ještě poradit při výběru povolání?

- rodina a blízké okolí, kamarádi, třídní učitel, výchovný a kariérový poradce, školní psycholog
- Informační a poradenské středisko Úřadu práce (IPS) a jiné kariérové instituce



Informační a poradenské střediska ÚP ČR najdeš na jejich webu  
<https://www.uradprace.cz/web/cz/informacni-a-poradenske-stredisko-up-cr>

Na uvedeném webu najdeš plno dalších informací k volbě a změně povolání a aktuální kontakty na naše IPS v Olomouckém kraji.



Na webu Burzy práce a vzdělání najdeš medailonky vystavovatelů a škol z našeho kraje. Můžeš si tak udělat další přehled ohledně trhu práce ve tvém okolí. Na webu najdeš také nabídky vystavovatelů, což je souhrn možných brigád, praxí, stáží a dnů otevřených dveří.

<https://burzapav.cz/>



Vypracovala Ing. Martina Simmerová, Informační a poradenské střediska ÚP ČR v Olomouckém kraji