

Střední škola - Waldorfské lyceum
Křejského 1501
Praha 4
tel. 272770378, lyceum@wspj.cz

Tento materiál vznikl v rámci projektu
programu OPPA „Vzdělávání pro adaptabilitu“
Registrační číslo CZ.2.17/3.1.00/32274



Evropský sociální fond
Praha & EU: Investujeme do vaší budoucnosti

Portfoliová příručka

pro studenty

Mgr.Pavel Kraemer, Ph.D.

Waldorfské lyceum v Praze

duben 2012

Co je to portfolio a k čemu slouží

Portfolio je nový způsob, jakým se zpětně podívat na svou práci a jakým způsobem si ji také samostatně zhodnotit. Může sloužit také jako jeden z výstupů při ukončení školní docházky a doplnění informací nad rámec běžného známkování. Portfolia se v posledních letech stále více používají, a to především v Německu. U nás se s portfolii začalo pracovat na Waldorfském lyceu v Ostravě a na Waldorfském lyceu v Praze.

Portfolio může být vytvářeno buď jednotlivě, nebo se mohou vytvářet po delší dobu jednotlivá portfolia, která na konci studia vytvoří takzvanou *portfoliovou složku*. Ta představuje doklad práce studenta během celého jeho studia, a je tedy možno ji použít i při přijímacích pohovorech na vysoké školy nebo do zaměstnání.

Struktura jednotlivých portfolií

Jednotlivé portfoliové certifikáty se snažte psát tak, aby obsahovaly následující body:

- **Úvodní stránka:** název projektu (na úvodní stránce bude stát: portfoliový certifikát z toho a toho projektu), jméno a přímení, ročník, název školy
- **Popis projektu:** kdy, kde, kdo, s kým a jak se projekt odehrával. Psáno by to mělo být tak, aby to pochopil i člověk, který portfoliovou složku náhodou našel na ulici. Rozsah cca 1 odstavec.
- **Smysl a cíl:** Proč se podle názoru studenta dané téma zařazuje do výuky? Jaké cíle podle vás sledoval vyučující? Jaké cíle jsem si dopředu kladl/a, jaká jsem měl/a očekávání? Rozsah cca 1 odstavec (spolu s předchozím oddílem maximálně půl stránky)
- **Proces:** Přesný, podrobný a co možná nejobektivnější časový průběh aktivity. V tomto oddíle jde o to popsat, co se dělo navenek, ne vyjadřovat své názory nebo pocity. Na ty dojde později. Jde o to formulovat objektivně, ne subjektivně. Nezapomeňte na přípravu před začátkem samotné činnosti. Rozsah cca 1 odstavec až půl stránky. Pomoci Vám mohou následující návodné otázky: S čím se začalo? Jaké pracovní kroky následovaly? Které z nich byly obtížné, které snazší? Kolik času jsem měl k dispozici a kolik jsem skutečně potřeboval? Jak jsem si ho naplánoval?
- **Ukázka vlastní tvorby:** Zde vložte nějaký svůj vlastní text, který se vztahuje k tématu nebo byl v rámci aktivity vytvořen. Mohou zde být i fotografie dokumentující práci. Ideální rozsah: jedna stránka.
- **Reflexe:** Napište o tom, jak se vám v průběhu aktivity vedlo, jak jste aktivitu vnímali, jak jste se cítili, co se nového dozvěděli nebo naučili. Můžete psát také o tom, jak se vedlo ostatním. Pomoci Vám mohou následující návodné otázky: Kde se mi při práci dařilo, jaké okolnosti práci ztěžovaly? Co mi pomohlo nebo kdo mi pomohl? Která doporučení, rozhovory a informace byly pro moji práci užitečné? Co bych příště udělal/a jinak?

- **Sebehodnocení:** Zamyslete se nad následujícími otázkami: Co jsem sám o sobě zjistil a kam jsem se posunul? (slabé a silné stránky, co mě baví a co mi je cizí, nové obzory, jaké jsem měl předsudky vůči tématu, co jsem si dokázal, jak bych svou práci v aktivitě sám ohodnotil). V podstatě tedy napíšete sami sobě vysvědčení, neboli vlastní hodnocení (autoevaluaci). Pomoci Vám mohou následující návodné otázky: Co se mi podařilo, s čím jsem spokojen, na co jsem do jisté míry pyšný? Co se mi tak zcela nepodařilo? Co bych rád vylepšil, kde jsem se setkal s obtížemi, které jsem ještě nedokázal zvládnout? Co jsem měl vědět či měl mít k dispozici, abych práci zvládl lépe?
- **Vnější hodnocení:** Tato část je nepovinná. Nicméně je možné připojit i hodnocení učitele popř. jiné doprovázející osoby, nebo dokonce hodnocení vnějšího odborníka.
- **Oficiální potvrzení školou:** Tato část je také nepovinná. Pokud žák chce, je možné si portfoliový certifikát nechat potvrdit školou – připojit razítko školy a podpis ředitele.

Poznámka: Reflexe a sebehodnocení mohou být spojeny dohromady do jednoho oddílu.

Optimální rozsah portfoliového certifikátu jsou dvě dvojstránky A4, je možné je oboustranně vytisknout na jednu stránku A3, a tu pak přeložit.

Nyní si ukážeme postup psaní portfoliových certifikátů na jednotlivých příkladech. Uvedené průvodní otázky slouží k orientační představě o tom, jak se dá žakovská sebereflexe k jednotlivým praktikům a projektům pojmout. Všechny průvodní otázky se dají dle specifických podmínek projektu rozšířit, nebo se může vybrat jen užší okruh otázek. Kromě toho můžeme jejich formulace měnit. Ve spolupráci žáků s učiteli se často objevují nové formulační možnosti.

Konkrétní příklady tvorby portfolií

Portfolia ze zeměměřičského praktika

Zde si můžeme klást následující otázky:

- Kterých úkolů jsem se během praktika zhostil/a?
- Co jsem se naučil/a při práci s teodolitem, měřícím pásmem a měřicí tyčí?
- V kterých oblastech matematiky jsem se začal/a pohybovat s větší jistotou?
- Co nového jsem se naučil/a?
- Během kterých činností spojených s vytvářením mapy se mi obzvláště dařilo?
- Které z již dříve osvojených dovedností jsem při práci mohl/a dobře využít?
- Čemu jsem se musel/a (dlouho) věnovat, než jsem si to osvojil/a?
- Jak dlouho jsem byl schopen / byla schopna pracovat v kuse bez přestávky?
- Jsem spokojen/a se svými pracovními výsledky?
- Kdybych se k této práci dostal/a ještě jednou, dělal/a bych něco jinak?
- Jak se mi dařilo ve spolupráci se spolužáky?
- Jak se proměnil můj vztah k matematice po mé zkušenosti ze zeměměřičského praktika?

Níže uvedený příklad portfoliového certifikátu má některá specifika:

- Popis projektu a smysl a cíl jsou shrnuty do jednoho oddílu - **Obecná charakteristika**
- Tato část je napsána učitelem, což je v daném případě vhodné, protože projekt byl celý připraven učitelem, na jeho vymýšlení a přípravě se žáci nepodíleli
- Navíc se zde objevuje seznam **předpokládaných kompetencí**, jedná se totiž o kompetenční portfolio. Tento seznam byl také sepsán učitelem.
- Reflexe a vlastní hodnocení jsou shrnuty do jednoho oddílu



**Střední odborná škola waldorfská, Ostrava,
příspěvková organizace**

Gen. Píky 13D/3296, 702 00 Ostrava

Portfoliový certifikát

Zeměměřičský kurz

Evangelína Ostrovská

10.třída

školní rok 2009/2010

Obecná charakteristika

Zeměměřičský kurz je specifickou součástí vzdělávacího programu školy. Uskutečňuje se ve 2. ročníku v délce jednoho týdne. Žáci prakticky provádějí podstatné kroky od vyměřovacích prací v terénu až po kreslení mapy. Prakticky zaměřené zeměměřičské práce mají u žáků vytvořit vazbu mezi teoretickými znalostmi získanými především ve výuce zeměpisu a matematiky a jejich praktickým uplatněním. Získávají pojem o tom, jak vzniká mapa coby předmět denní potřeby a jaký význam má měření jako základ plánování pro stavební díla. Žáci ve skupinách zaměřují vybranou část terénu, případně vybranou stavbu. Tato práce vyžaduje pečlivost, trpělivost a kritické sebehodnocení. Žáci se přitom seznamují s nejrůznějšími zdroji chyb a získávají praktickou přesnost. Výsledkem jejich práce je jimi vyměřená mapa dané oblasti nebo náčrt zaměřené stavby.

Během týdenního praktického cvičení od 17. do 21.5.2010 se žáci seznámili s teorií kartografických měření a provedli základní kartografická měření, jejichž výsledky pak uplatnili při tvorbě mapové přílohy zákresem objektu. Teoretická i praktická část se uskutečnila v lokalitě Švarná Hanka – Grůň. Žáci se dílčími kroky učili práci s teodolitem. Kolektivně provedli základní měření včetně měření se záměrnou latí a individuálně pak přesný zákres vybraného objektu. Při této činnosti si rozdělili úlohy při práci, což posílilo jejich komunikační schopnosti. Závěrem pak bylo zpracování zjištěných dat do grafických výstupů.

Předpokládané kompetence:

Sociální kompetence

- schopnost pracovat v týmu cílevědomě
- schopnost definovat a rozdělit úkoly
- schopnost provést svou část úkolů v časové a prostorové souhře s týmem – schopnost vnímat komplexnost úkolu i jeho jednotlivé složky.
- zodpovědnost každého za vlastní úkol
- samostatnost při práci na vlastním úkolu
- schopnost flexibility a konstruktivního dialogu při nápravě chyb
- schopnost vyrovnat se s kritikou

Odborné kompetence

- pečlivost a přesnost při měření i při vytváření náčrtu
- schopnost aplikovat teoretické poznatky z matematiky - trigonometrie a zeměpisu do praxe
- schopnost prostorové představivosti a abstrakce
- schopnost odhadu výsledku při měření

Popis práce

V první části praktika jsme odjeli na Ostravici, kde jsme se učili orientovat v terénu s pomocí systému GPS, a naučili jsme se provádět měření v terénu (blíže specifikovat např. nejprve jsme provedli odhad vzdálenosti určitého objektu, pak jsme krokováním odhad zpřesnili a na závěr jsme provedli přesné měření s pomocí pásma atd.). Ve druhé části jsme pracovali ve skupinách v Ostravě na Landeku. naučili jsme se práci s teodolitem a zaměřovali se na přesnost měření a ověřování této přesnosti. Pak jsme po skupinách provedli základní výškové měření včetně měření se záměrnou latí a pak přesný zákres vybraného objektu, každý z nás přitom měl za úkol vyměřit určitou část objektu. Při této činnosti jsme se domluvili na postupu a rozdělili si úlohy. Nakonec jsme zpracovali zjištěná data do grafických výstupů v kartografické učebně Přírodovědecké fakulty Ostravské univerzity.

Reflexe a vlastní hodnocení:

Při praktiku mne nejvíce zaujalo praktické měření s teodolitem. Pochopil jsem jeho princip a do detailů jsem se s ním naučil pracovat. Dokázal jsem také poměrně přesně odhadovat vzdálenosti. Obtížnější pro mne bylo přesné zanesení údajů na papír a zakreslování objektů.

Práce ve skupině se nám dařila bez zvláštních obtíží. Občasné neshody při chybách v měření jsme dokázali rychle vyřešit a chyby s pomocí učitele opravit. Celkově hodnotím kurz jako velký přínos pro svůj rozvoj. Díky němu jsem si uvědomil, jak je důležitá přesnost při každé práci.

V Ostravě dne 30.6.2010

Evangelína Ostrovská

Portfolia z třídní hry

Zde si můžeme klást následující otázky:

- Kterých rolí jsem se zhostil/a?
 - Jak jsem se do nich „vpracoval/a“?
 - Na jaké obtíže jsem při tom narazil/a, jak jsem se s nimi vypořádal/a?
 - Jakou metodou jsem si osvojila text mé postavy?
 - Kterými zkušenostmi jsem si při vystupování na pódiu prošel / prošla?
 - Co jsem musel/a zkoušet (dlouho), než jsem si to osvojil/a?
 - Jak se mi dařila práce s „jevištní řečí“?
 - Jsem spokojen/a se svými hereckými výsledky?
 - Co bych příště udělal/a jinak?
-
- Kterých úkolů jsem se ještě zhostil/a vedle své role?
 - Co všechno jsem při tom musel/a zvážit?
 - Jak jsem se dokázal/a vypořádat s časovým managementem?
 - Do jaké míry jsem dokázal/a pracovat samostatně?
 - Které z dříve osvojených schopností a znalostí jsem mohla zde dobře použít?
 - Jak dlouho jsem dokázal/a pracovat v kuse bez přestávky?
 - Jak se mi dařilo ve spolupráci se spolužáky?
 - Jak se díky práci na divadelní hře změnilo mé vnímání sebe sama a můj přístup ke spolužákům?

Níže uvedený příklad portfoliového certifikátu má následující specifika:

- Popis projektu a smysl a cíl jsou stejně jako u předchozího portfolia shrnuty do jednoho oddílu **Obecná charakteristika**, stejně tak následuje seznam **předpokládaných kompetencí**
- Celé portfolio je napsáno učitelem, což může být vhodné např. v případě žáků, kteří mají velké problémy s písemným projevem, nebo v případě časového stresu
- chybí zde vlastní hodnocení, naopak tu je vnější hodnocení učitelem



**Střední odborná škola waldorfská, Ostrava,
příspěvková organizace**

Klicperova 504/8, 709 00 Ostrava – Mariánské Hora

Divadelní představení

Cesty osudu aneb Odyssea podle Nohavicy

portfoliový certifikát

Magdalena Thomiczková

12.třída

Obecná charakteristika

Divadelní představení 3. ročníku je součástí učebního plánu vzdělávacího programu Waldorfské lyceum. V tomto školním roce žáci připravili autorské divadelní představení "Cesty osudu aneb Odyssea podle Nohavicy" Jedná se o hudebně pohybové představení složené z písní Jaromíra Nohavicy zabývající se ve třech rozsáhlejších obrazech otázkami ideálu a reality, lásky a nenávisti, života a smrti. Téma hry vzešlo od samotných žáků. Konkrétního scénáře se ujala Zuzana Kantorová, která spolu s Magdalenou Thomiczkovou též přispěla zásadními režijními návrhy. Celkové režie se zhostil Mgr. Břetislav Kožušník. Divadelní hra měla předpremiéru na festivalu divadelních představení waldorfských škol v Písku 4. 6. 2011 a premiéru pak následně 10. 6. 2011 na Janáčkově konzervatoři Ostrava.

Předpokládané kompetence:

Sociální kompetence

- schopnost pracovat v týmu cílevědomě
- schopnost definovat a rozdělit úkoly
- schopnost provést svou část úkolů v časové a prostorové souhře s týmem – schopnost vnímat komplexnost úkolu i jeho jednotlivé složky.
- zodpovědnost každého za vlastní úkol
- samostatnost při práci na vlastním úkolu
- schopnost flexibility a konstruktivního dialogu při nápravě chyb
- schopnost vyrovnat se s kritikou

Kompetence kulturního povědomí a sebevyjádření

Divadelní představení:

- vytvoření smysluplného scénického vyjádření a jeho propojení s ostatními divadelními výrazovými prostředky (hudba, tanec)
- příprava a realizace scény, kostýmů, písní, zvukových efektů
- příprava a realizace hereckého, pěveckého či pohybového ztvárnění scény

Popis práce

Přípravná fáze

Žáci si nejprve určili svou úlohu v divadelním představení (aktivní hraní, hra na hudební nástroj a zpěv, choreografie a aranžmá jednotlivých scén, příprava scény a pomoc při záznamu divadelního představení).

Následně byl představen scénář a postupně vytvořena základní představa aranžmá jednotlivých scén a určeny jednající postavy tak, aby byli žáci zastoupeni v jednotlivých scénách rovnoměrně dle svých předpokladů a dle své ochoty k aktivní scénické práci.

Poté byly jednotlivé scény rozpracovány po stránce herecké, hudební a pohybové.

Od října probíhaly divadelní zkoušky jednotlivých scén každý týden a vyvrcholily dvoudenním soustředěním v dubnu 2011 v Příboře.

V průběhu dubna a května proběhly pak 3 delší zkoušky celého divadelního představení na Janáčkově konzervatoři a gymnáziu v Ostravě. Tím byla přípravná fáze uzavřena.

Realizace divadelního představení

Generální zkouška a premiéra divadelního představení proběhla na festivalu divadelních představení waldorfských škol „Duhové divadlo“ v Písku 4. 6. 2011. Premiéra v Ostravě se uskutečnila 10. 6. 2011 na Janáčkově konzervatoři a gymnáziu v Ostravě.

Divadelní představení mělo konečnou délku 60 minut a skládalo se ze 17 písní Jaromíra Nohavicy, které byly tématicky propojeny do 3 obrazů – 1. ideál a realita, 2. láska a nenávisť, 3. život a smrt - které byly spjaty do jednoho vývojového oblouku.

Hodnocení vyučujícího

Magdalena Thomiczková se aktivně podílela na tvorbě divadelního představení ve všech fázích jeho přípravy a realizace. V přípravné fázi zejména spoluvytvářela aranžmá i choreografii jednotlivých scén. Samostatně vytvářela vlastní choreografii svých výstupů a pomáhala dotvářet divadelní výraz jednotlivých scén aktivizací jednotlivých aktérů i aktivizací jednajících skupin, podílela se i na pěvecké a hudební (kytara) složce celého představení. Byla zapojena téměř do všech scén divadelního představení v různých rolích vážných i komických náročných jednak pohybově a jednak herecky výrazově. Za vrcholné výstupy považuji její výrazový tanec v písni „Děvenka Štěstí a mládenec Žal“, kde spolu se Z. Kantorovou ztvárnily titulní postavy a výrazově taneční výstupy na počátku a v závěru představení. Z komických rolí byla výborně ztvárněna role opilce v písni „Krabička cigaret“.

Břetislav Kožušník

razítko školy

ředitel školy, režisér

Portfolia ze sociálního či profesního praktika

Zde si můžeme klást následující otázky:

- V jakém podniku jsem pracoval/a?
- Co bylo mým úkolem (mými úkoly)?
- Jaká byla má pracovní doba a s kým jsem spolupracoval/a?
- Jak rychle jsem získal/a přehled o mých úkolech?
- Do jaké míry jsem byl schopen / byla schopna pracovat samostatně?
- Které z již dříve osvojených schopností a znalostí jsem mohl/a při své práci využít?
- Čemu jsem se musel/a věnovat (dlouho), než jsem si to osvojil/a?
- Jak dlouho jsem vydržel/a pracovat bez přestávky?
- Co bych příště dělal/a jinak?
- Jak se mi dařila spolupráce se spolupracovníky?
- Jak se proměnil můj vztah ke světu práce po mé zkušenosti z profesního praktika a jak se proměnily mé představy o mé vlastní profesní budoucnosti?

Na všech waldorfských lyceích se koná speciální typ profesního praktika – **sociální praktikum**. S jinými profesními praktiky se teprve začíná, proto uvedeme příklad ze sociálního praktika.

Níže uvedený příklad portfoliového certifikátu má následující specifika:

- Popis projektu a smysl a cíl jsou stejně jako u předchozího portfolia shrnuty do jednoho oddílu **Obecná charakteristika**, navíc zde figuruje seznam nabízených institucí, pak následuje seznam **předpokládaných kompetencí**
- figuruje zde jak vlastní hodnocení, tak i vnější hodnocení učitelem



**Střední odborná škola waldorfská, Ostrava,
příspěvková organizace**

Gen. Píky 13D/3296, 702 00 Ostrava

portfoliový certifikát

Sociální praktikum

Natálie Markovská

12.třída

školní rok 2009/2010

Obecná charakteristika:

Sociální praktikum je specifickou součástí vzdělávacího programu 78-42-M/004 Waldorfské lyceum. Uskutečňuje se ve 3. ročníku v délce 2 týdnů. Ve školním roce 2008/09 proběhlo sociální praktikum od 18.5. do 29.5.2009. Žáci si nejlépe sami, případně s pomocí školy vyhledají zařízení, v němž budou působit. Škola ošetří smluvní vztahy.

Žáci mají možnost v reálných situacích ukázat a prožít svou schopnost vcítění, vědomí odpovědnosti a jednání odpovídající situaci. Musí zvládnout neobvyklé situace a ukázat své kompetence. Praktické jednání vyžaduje především schopnost nebo snahu nechat stranou vlastní zájmy, dát se k dispozici naprosto novým zkušenostem a věnovat se vnímavě a nápomocně jiným lidem. Praktikum umožňuje žákovi rozvinout nové sociální vědomí. Účastní se společného utváření lidského sociálního života a prožívá význam svého individuálního bytí pro život a vývoj druhých lidí. Pod vedením osoby, která nese za práci zodpovědnost, je žák začleňován do úkolů v daném zařízení.

Přípravu a průvodní dozor provádí pedagogický pracovník školy.

Doporučená zařízení pro vykonání praktika:

nemocnice, pečovatelské domovy, domovy důchodců, léčebně-pedagogická zařízení, školy, dílny, internáty, mateřské školy, dětské domovy atd.

Předpokládané kompetence:

Sociální kompetence:

- pozorné vnímání sociální skupiny, v níž pracuji
- spoluprožívání průběhu dne v daném zařízení
- zážitek sociální odpovědnosti a integrace
- schopnost pracovat v týmu cílevědomě
- přebírání jednoduché pečovatelské a opatrovatelské činnosti, např. mytí, převinování, krmení, oblékání, procházka, hra
- převzetí zodpovědnosti za druhé lidi
- samostatnost při práci na vlastním úkolu
- uchování si přehledu, jednání způsobem odpovídajícím situaci
- schopnost vyrovnat se s kritikou

Odborné kompetence:

- seznamování se s biografiemi jednotlivců, s nimiž se setkávám
- poznávání profesní problematiky pečovatelského či učitelského personálu
- poznávání historie a vývoje zařízení
- poznávání struktury zařízení a praktická orientace v jeho organizaci

Popis aktivit:

- pomoc postiženým dětem ve výuce. Postižení – dětská mozková obrna, autismus,
- dohled nad autistickými dětmi – pomoc při jídle, na wc, při hraní, při výuce
- dohled nad dětmi postiženými dětskou mozkovou obrnou
- exkurze ve speciálním pedagogickém centru – seznámení s prací sociálního pracovníka, s jedním případem (-autistický chlapec), vyhodnocení případu
- pomoc při výuce s problematickými dětmi
- pomoc při výuce s dětmi s lehkým postižením – dyslexie, dysgrafie, problémy se soustředěním

Reflexe a vlastní hodnocení:

Ve dnech od 18.5. do 29.5. jsem se zúčastnila sociálního praktika na Základní škole, Ostrava – Zábřeh, Kpt. Vajdy 1a, p.o. Zde jsem docházela v 10 pracovních dnech a pracovala převážně s těžce postiženými dětmi, které si ke mně vytvořily i za tak krátkou dobu docela vřelý vztah. Pomáhala jsem jim v, pro nás, běžných činnostech jako je učení se, malování, psaní, čtení, apod. Tato práce mě velice bavila, a proto mi nedělalo problémy se do ní zapojovat.

Byla jsem se podívat do rehabilitační třídy, kde jsem byla přítomna rehabilitace. Byla jsem ve třídě autistů, kde jsem pomáhala se vším – jak s výukou, která probíhala v hrací podobě, tak i s krmením a wc. Pomáhala jsem ve třídě, kde většina dětí byli dyslektici. Také jsem měla jednu hodinu s holčičkou, která měla rozsáhlé postižení zraku – skoro vůbec neviděla. S ní jsem četla za pomoci speciálního přístroje a televize. Jeden den mého praktika jsem se byla podívat do speciálně pedagogického centra, kde jsem se dozvěděla o práci sociálního pracovníka a blíže jsem se seznámila s jedním případem. Na konci praktika jsme byli s dětmi na Slezsko-Ostravském hradě na společenské akci, kde jsem se starala o dvě autistické děti.

Praktikum bylo pro mne velice přínosné – dozvěděla jsem se spoustu informací o autistech a o dětské mozkové obrně. S dětmi se mi pracovalo velice dobře a spousta z nich si ke mně vytvořila velice dobrý vztah, takže vždy, když mě viděli na chodbě, se ke mně hlásily a zdravily mě. I s učiteli jsem si velice dobře rozuměla a myslím, že jsem jim v hodinách byla přínosem. Celkově mě praktikum velice bavilo a jsem ráda, že jsem mohla dostat tak cennou zkušenost.

Hodnocení vyučujícího

Natálka se v rámci sociálního praktika aktivně zapojovala do všech činností organizovaných Základní školou. Dokázala navázat dobrý kontakt s pracovníky zařízení a byla otevřená spolupráci. Velmi hezký vztah měla ke svěřeným osobám v rámci možností, protože se jednalo o děti převážně nemluvící nebo autistické. Zajímala se o jejich individuální životní cestu. Zodpovědně plnila zadané úkoly, byla schopna se žáky samostatně komunikovat ve výuce- samostatné čtení s lupou, vybarvování, práce v keramické dílně. Celkově se žákyně projevila velmi vřelý a kladný vztah ke svěřené práci.

Mgr. Břetislav Kožušník
ředitel školy

razítko

PaedDr. Kateřina Gavlasová
třídní učitel

Portfolia z ročníkové nebo maturitní práce

Zde si můžeme klást následující otázky:

- Které téma jsem zpracovával/a a jak jsem se k němu dostal/a?
- V čem spočívalo těžiště mé práce?
- Co jsem zjistil/a, vyzkoušel/a a probádal/a?
- Co jsem na základě svých otázek a své práce chtěl/a především zjistit?
- Jakých pomocných prostředků jsem při tom využil/a?
- Které znalosti a dovednosti nabyté z dřívějších jsem mohl/a při své práci dobře využít?
- Jakou cestou jsem ke svým pracovním výsledkům dospěl/a a jak jsem je uspořádal/a?
- Jak a pomocí jakých prostředků jsem své pracovní výsledky prezentoval/a?
- Jak fungovalo mé časové naplánování?
- Jak dlouho jsem se dokázal/a na téma soustředit a pracovat na něm?
- Potřeboval/a jsem dodatečnou pomoc?
- Byl můj výtvar hotov během daného časového rámce?
- Odpovídá konečný výtvar tomu, co jsem si představoval/a během svého počátečního plánování?
- S čím jsem spokojen/á?
- Co bych příště udělal/a jinak?
- (v případě práce ve skupině: Jak dobře se mi dařilo spolupracovat se spolužáky, popř. spolupracovníky?)
- Co se díky práci na ročníkové nebo maturitní práci proměnilo v mém vnímání sebe sama a v mém přístupu k druhým?

Níže uvedený první příklad portfoliového certifikátu z maturitní práce má následující specifika:

- Popis projektu a smysl a cíl jsou stejně jako u předchozího portfolia shrnuty do jednoho oddílu **Obecná charakteristika**, který je ale daleko podrobnější, než bývá obvyklé
- tento oddíl je dále členěn takto:
 1. úvod
 2. závazné podmínky – časový horizont
 3. závazné podmínky – rozsah a formální úprava
 4. konzultační a metodická pomoc
 5. kritéria hodnocení
 6. obhajoba práce
- až pak následují předpokládané kompetence
- postup práce, reflexe a vlastní hodnocení jsou členěny méně obvykle:
 1. Téma práce a důvody volby
 2. Cíl práce (zde se jedná o individuální cíl, ne obecný cíl ročníkové práce)
 3. Postup práce
 4. Závěr (vlastně se jedná o reflexi a vlastní hodnocení)
- nakonec nechybí ani vnější hodnocení učitelem

Druhý příklad portfoliového certifikátu z ročníkové práce má klasickou strukturu.



**Střední odborná škola waldorfská, Ostrava,
příspěvková organizace**

Gen. Píky 13D/3296, 702 00 Ostrava

Maturitní písemná práce

portfoliový certifikát

Natálie Markovská

12.třída

školní rok 2009/2010

Obecná charakteristika

Vypracování a obhajoba dlouhodobé písemné práce je součástí maturitní zkoušky v oboru 78-42-M/004 Waldorfské lyceum. Tento certifikát dokumentuje průběh žákovy práce a mapuje výsledky neformálního vzdělávání a informálního učení, které nejsou součástí formálního hodnocení. Obecně pedagogický cíl spočívá v tom, aby žák zakusil vlastní schopnost pracovat na delším odborném textu dle zadaného tématu, osvojil si a prožil osobní plánování a organizaci rozsáhlejší a dlouhodobější práce a lépe se připravil na terciální studium.

Závazné podmínky pro vypracování a hodnocení dlouhodobé písemné práce:

- | | |
|---------------------------------|-----------------|
| 1. Zadání témat ředitelem školy | 2.10.2009 |
| 2. Odevzdání maturitní práce | 9.4.2010 |
| 3. Obhajoby maturitních prací | 4.5. – 5.5.2010 |

Témata dlouhodobých maturitních prací zadává ředitel školy na základě návrhů jednotlivých vyučujících.

Žák společně s vyučujícím konkretizuje dané téma, stanoví si cíle, provede rešerši dostupné literatury a vybere vhodné metody zpracování nejpozději do 23.10.2009. Po dvou průběžných kontrolách odevzdá žák maturitní práci vedoucímu práce nejpozději 9.4.2010.

Formální úprava práce:

Práce kromě předepsaných formálních náležitostí obsahuje 10 – 30 stran textu, kromě příloh.

Konzultační a metodická pomoc:

V dlouhodobé písemné práci zpracovává žák samostatně vybrané téma pod odborným a metodickým dohledem vedoucího práce. Pravidelné konzultace se doporučují jednou za měsíc nejméně však jednou před dvěma průběžnými kontrolami.

Hodnocení:

Průběžné hodnocení práce se zaměřuje na:

- správné a přesné plnění zadaných úkolů
- dodržování dohodnutého harmonogramu postupu práce
- práci s odbornou literaturou a prameny

- míru samostatnosti a iniciativy při plnění zadaných úkolů
- vlastní vklad žáka, zejména na tvořivost při řešení praktických úkolů

Závěrečné hodnocení písemné části práce se zaměřuje na:

- naplnění cíle či cílů zadání
- míru promítnutí všech dílčích aspektů průběžného hodnocení do konečné podoby práce
- celkovou provázanost a soudržnost všech částí práce
- dodržení předepsané formální úpravy

Obhajoba práce

- obhajoba práce se skládá z vlastní prezentace práce před komisí a následné diskuze k ní
 - obhajoba práce trvá *nejdéle* 30 minut
 - práce se hodnotí s ohledem na schopnost žáka prezentovat a obhájit realizovanou úlohu
- Závěrečné hodnocení písemné části práce provede vedoucí práce.

Předpokládané kompetence žáka:

- volba tématu adekvátně vlastnímu zájmu a schopnostem
- písemné vypracování a obhajoba práce na zvolené téma
- organizace a plánování postupu vlastní práce
- vyváženost teoretické a výzkumné (nebo praktické) části
- vyhledání odborné pomoci, schopnost správně formulovat otázky
- v teoretické části - schopnost pracovat s odbornou literaturou a prameny, kriticky přistupovat ke zdrojům informací
- schopnost ve výzkumu kriticky interpretovat získané poznatky a formulovat své závěry
- schopnost nacházet argumenty a důkazy pro svá tvrzení
- schopnost v praktické části zdůvodnit účel či způsob sebevyjádření prostřednictvím konkrétní práce
- schopnost prezentovat svou práci při obhajobě, formulovat a obhájit vlastní závěry ověřenými důkazy

Postup práce, reflexe a vlastní hodnocení

Téma práce a důvody volby

Jako téma mé dlouhodobé ročníkové práce jsem si vybrala Klavírní mechaniku a to proto, že doma dva klavíry máme – klasický (Piano) a elektrický.

Klavír mi vůbec není cizí, ale nikdy jsem ho nerozebírala na součástky, jako právě při vypracování této práce, také proto jsem si toto téma vybrala, protože jsem byla hodně zvědavá, jak to ve vnitř vypadá.

Dalším důvodem, proč jsem si tuto práci vybrala, byl ten, že nikam pro nárysy a náčrty nemusím chodit, protože klavír máme doma a byla by škoda toho nevyužít.



Cíl práce

Práci jsem chtěla popsat funkci klavíru a jeho mechaniky, jeho historii, slavné značky a přesně narýsovat klavírní mechaniku.

Myslím, že jsem mého cíle dosáhla přesně tak, jak jsem chtěla.

Postup práce

Jako první jsem začala vypracovávat teoretickou část práce. V této části práce jsem se ve čtyřech kapitolách snažila popsat funkci, historii a výrobu klavíru.

V první kapitole se zabývám historií. Nejdříve popisuji předchůdce klavíru – klavichord, cembalo a spinet. Dále popisuji historii klavíru.

Ve druhé kapitole popisuji stavbu klavíru – skříň klavíru a ozvučná deska, klaviatura, mechanismus klavíru, pedály.

Ve třetí kapitole se snažím co nejlépe popsat druhy klavírů – křídlo a pianino.

V poslední kapitole popisuji výrobu klavíru, slavné značky a slavné klavíristy.

Celá práce doplněna o obrázkový materiál, který jsem si povětšinou sama vytvořila.

Po vypracování teoretické části práce jsem začala pracovat na technických výkresech. Nejdříve jsem udělala výkres celé klavírní mechaniky – vše jsem dle norem narýsovala, okótovala a popsala. Pak jsem udělala 4 detaily – pružiny, strunového dusítka, kovové součástky a kladívka. Nakonec jsem narýsovala pedálovou mechaniku.

Vše jsem několikrát prokonzultovala s mým konzultantem, Ing. Ľubicou Havelkovou, která mi v hodně věcech poradila a pomohla.



Celkově jsem práci vypracovávala za pomoci knih a internetu. Nejvíce informací jsem našla v knize Malá encyklopedie hudby.

Nejtěžší z procesu vypracovávání bylo rýsování technických výkresů a to proto, že spousta součástek nejde vidět. S tím jsem si poradila tak, že jsem na každou součástku pohlížela z více pohledů a díky tomu je mohla narýsovat.

Na obhajobu mé maturitní práce jsem si vypracovala prezentaci v programu PowerPoint, kde jsem měla připravené obrázky a k nim vlastní komentář.

Závěr

Při vypracovávání práce jsem narážela na spoustu překážek, které jsem musela zdolávat, hlavně při vypracovávání nárysů. Klavír je opravdu složitý nástroj a to nejen z pohledu umělce, ale i z pohledu výrobce. V mechanismu klavíru je spousta součástek, bylo velice pracné je všechny změřit a poté i narýsovat.

Ale myslím, že na konec celá práce vyšla velice pěkně. Povedlo se mi to, co mi všichni okolo shazovali a nevěřili mi, že by jsem dokázala něco, pro ně tak nemožného, jako je narýsovat mechaniku klavíru.

Pro mne měl celý proces vypracovávání veliký přínos – pochopila jsem funkci klavírní mechaniky, zdokonalila jsem se v rýsování a v měření a naučila jsem se velké trpělivosti.

Jsem ráda, že jsem si jako téma, mojí maturitní dlouhodobé práce, vybrala právě Klavírní mechaniku.

Hodnocení vyučujícího

Práce je zaměřena na zpracování výkresové dokumentace klavíru mechaniky. Žákyně svou práci řádně konzultovala. Práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. Jednotlivé kapitoly jsou přehledné a ucelené. Jsou vhodně doplněny odpovídajícím obrázkem. Žákyně umí pracovat s odborným textem. Výkresy jsou zpracovány čistě a pečlivě v odpovídajícím množství a měřítku. Po formální stránce je práce na odpovídající úrovni, citace i použité zdroje jsou přehledně uvedeny. Oceňuji fotografické zdokumentování postupu práce a jeho umístění do přílohy.

Mgr. Břetislav Kožušník

razítko

Ing. Ľubica Havelková

ředitel školy



Freimannová Sára

Portfoliový certifikát k ročníkové práci

***Dvanáct filosofických směrů a jejich
souvislost se zvěrokruhem***

3.ročník

Školní rok 2008/09

Střední škola Waldorfské lyceum

Zadání – cíle práce

Ve 3. ročníku Waldorfského lycea se píše ročníková práce. Jejím účelem, podle toho, jak jsem to pochopila, bylo naučit se vyhledat prameny, čerpat z nich tak, jak je to povoleno a

formálně je zaznamenat. Také jsme si měli vytříbit si způsob vyjadřování, naučit se úhledně zpracovávat text v elektronické podobě, aby byl vizuálně i obsahově zajímavý. Práce vyžadovala trpělivosti, časovou i informační přesnost.

Proces

Nejdřív jsem se trochu podívala na to, jak jsou témata, která by se mi zamlouvala, dostupná v pramenech. Brala jsem v potaz, jak budu témata schopná zpracovat ze všech hledisek – uměleckého, praktického, teoretického – která po mně byla vyžadována.

Po vybrání jsem začala číst literaturu, a když jsem měla pocit, že vím, o čem psát, začala jsem dávat myšlenky na papír. Kvůli nedostatku česky psaných zdrojů jsem se musela obracet i do anglicky či německy psaných textů. Dalším problémem bylo, najít takové texty, abych byla schopná je pojmout.

Například filosofické učebnice pro vysoké školy jsem nebyla sto pochopit, protože byly velmi složitě napsané.

Ke zpracování další části – astrologické – jsem si vybrala knihu, jejíž pohled na zvířetník mi přišel velmi dobrý. Autoři pracují s myšlenkou, že každé znamení je součástí procesu vytváření a každé do něj přidává své specifické kvality. Ke konci práce jsem ještě vytvořila ke každé kapitole jednu malou černobílou ilustraci. Jednotlivé kapitoly jsou odděleny barevnými čtvrtkami, které Rudolf Steiner také přiřadil ke znamením zvěrokruhu a která podle mě práci dodávají jistou náladu a dělají ji vizuálně zajímavou.

Jak nakonec vypadala má ročníková práce?

Vytvořila jsem vázanou, 37 stránek dlouhou teoretickou část o 12 filosofiích, přiřazených ke zvířetníku. Ke každému znamení je přidána jedna vlastnoruční ilustrace. Jednotlivé kapitoly jsou odděleny barevnými čtvrtkami v barvách, které jednotlivým znamením přiřadil Rudolf Steiner, autor mnou zpracovávané teorie. Pro podpoření nálady jsem také přidala na začátek každé části krátkou báseň z knihy paní Daniely Fischerové – Hvězdy a osudy aneb moderní klíč k astrologii.

Reflexe

Sama jsem si mohla vybrat téma, takže jsem se snažila zvolit to, které mě zajímalo a bavilo. Téma patřilo do humanitního oboru. Dalo se při něm zkoušet zpracovávat cizí myšlenky a třeba se je snažit i zkoušet v praxi i vytvářet vlastní a propojovat nově nalezené se svým životem. Dozvěděla jsem se ledacos o filosofii, astrologii i škole, na které již

dvanáctým rokem studuji. Při práci se mi totiž dostal do ruky životopis zakladatele naší školy, Rudolfa Steinera, ve kterém se dalo sledovat, jak se Rudolf Steiner dostal k myšlenkám, které byly základem jeho teoretických přednášek i praktických projektů.

Původně nebylo mým cílem se o něj zajímat, ale některá zjištění pro mě byla poučná. Více jsem díky nim pochopila školu, do které chodím a její filosofii.

Myslím si, že to, čím se člověk zbývá, ho nutně musí ovlivňovat, protože to pak ve svém okolí víc vnímá, i kdyby platilo, že se frekvence daných jevů neobjevuje častěji, než dřív. Má práce se stala středobodem rozhovorů, i když si to lidé kolem mě třeba ani neuvědomovali, protože jsem spíš vnímala jejich názory a postoje, než abych a nimi řešila přímo moji ročníkovou práci.

Sebehodnocení

Práci jsem nedělala stále, spíš nárazově. Měla jsem totiž i jiné povinnosti. Některé části mě bavily více, některé méně, což se určitě projevovalo i na nasazení. Věci jsem se snažila nejdřív najít a pochopit sama a až pak se ptát jiných lidí, protože mi jejich názory přišly moc omezující. Nedá se také říct, že by mě práce naplňovala optimismem, takže jsem se při ní vyčerpávala.

Na druhou stranu mě bavilo vymýšlet, jak bude práce vypadat vizuálně. Ráda jsem kreslila ilustrace, při jejichž vytváření jsem se snažila použít symboliku znamení, takže ne každá ilustrace je jasná na první pohled.

Bavila mě i práce na praktické a umělecké části.

Čtyři eurytmická sóla na básně a projití celého zvěrokruhu v eurytmických gestech k jednotlivým znamením tvořilo mojí uměleckou část.

Popis jednoho jevu ve světě z pohledu všech dvanácti filosofii tvořilo mojí praktickou část. Pojala jsem to jako krátkou povídku, kdy se dvanáct lidí sejde v kavárně a každý má na věc trochu odlišný názor, podle toho, kterou filosofii zastupoval.

Problém mi dělalo uvědomovat si, že moje téma se nedá plně obsáhnout během jednoho roku. Moje snaha po dosahování dokonalosti a přesnosti mě vedla k pocitu, že i když jsem už od začátku znala své omezené možnosti, stále jsem měla pocit, že jsem neudělala dost a moje práce není dostačující. To mě dovedlo k vědomí, že člověk nesmí přeceňovat své možnosti a naučit se být spokojený s tím, co zvládl v době na to vymezené.

Hodnocení učitele

Text písemné části jste zpracovala přehledně a s citem pro umělecké pojetí. Rozvržení práce do dvanácti barevných odstínů, příspěvek vlastních ilustrací k náladě jednotlivých znamení a přehledně uspořádaný text, to vše je potěšením pro každého čtenáře. Hloubka zamyšlení se nad tématem by ještě mohla být obohacena o více vlastních poznatků a o zjištění, ke kterým jste docházela při utváření ročníkové práce. Dostatečné pochopení tématu v oblasti filosofie jste při samostatném zpracování dvanácti světónázorů k tématu sex. Umělecká část práce, která zahrnovala eurytmické ztvárnění čtyř básní, byla zpracována a předvedena na vynikající úrovni. Básnické texty jste uchopila velmi profesionálním způsobem a její předvedení sklidilo zasloužený aplaus u publika. Klid naplněný vnitřní hloubkou vyzařoval z každého Vašeho pohybu. Celkovému představení teoretické části chyběla vážnost, přiměřená takovéto příležitosti. Ústní projev působil uspěchaně a nejasně. U prezentace oceňujeme Vaši pravdivost, tj. vyjádření, že jste v průběhu bádání pochopila, že téma je příliš široké a hluboké, aby mohlo být zpracováno tak, jak jste si původně představovala. Hana Giteva

Epocha

Nyní bude následovat portfolio z třítydenní epochy ranního vyučování, konkrétně z epochy Faust.

Faust- portfolio z epochy českého jazyka a literatury

Matyáš Franěk



**3. ročník Waldorfského lycea, Křejského
1501, Praha 4**

16. 11.- 4. 12. 2009

O co se jedná

Téma Faust jsme probírali každý den od osmi hodin ráno v epoše (dvouhodinový úsek jednoho předmětu). Na Waldorfském lyceu ve třetím (dvanáctém) ročníku. Tuto epochu vyučoval profesor Tomáš Chvátal. Tato epocha měla za účel probrat velmi rozsáhlé téma Goethova Fausta, a to i spolu s jeho variacemi. Epochu trvala tři týdny.

Smysl a cíl

Dle mého názoru se toto téma vyučuje právě proto, aby se žáci zamysleli nad tím, jestli je správné nabýt v podstatě cokoliv žádnou prací. Také aby mohli přemýšlet nad následky takového počínání a toho, že mají téměř neomezenou moc nad osudy jiných lidí. Člověk s také musí uvědomit, že toto téma hýbe lidskou společností již od nepaměti. Stalo se to tedy jakýmsi populárním motivem, Faust je právě výsledkem tohoto motivu. Stal se světově známým a vznikl v mnoha podobách a ztvárněních. Tudíž i z uměleckého a všeobecného hlediska je toto téma důležité. Také díky bravurnímu pilotování epochy panem profesorem Chvátalem se podařilo udržet ducha tajemna a mnohoznačna. A tak si každý mohl odnést něco jiného.

Myslím že úmyslem vyučujícího bylo ponechání tohoto pocitu a možnosti, aby si každý vzal to, co potřebuje. Chtěl také ukázat onu širokou paletu ztvárnění zblízka.

Proces

Epocha Faust probíhala každý den ráno od osmi hodin. Vyučoval ji Tomáš Chvátal, každý žák si musel před epochou přečíst první díl Fausta od J.W. Goetha. Hned při první hodině jsme si napsali malý prověřovací test, právě z této knihy. Dále si každý žák přečetl knihu s variací na téma Faust. To pak jednotliví žáci osobně prezentovali před třídou. Epochu trvala celkem tři týdny. Za tuto dobu jsme navštívili divadlo a zhlédli film i divadelní vystoupení. Epochu nás měla seznámit s širokou paletou variací na toto téma, svůj účel splnila.

Ukázka vlastní tvorby

-Faustovské smlouvy dneška-

-Matyáš Franěk-

Myslím si, že veřejně neexistuje nic takového, jako je klasická Faustovská dohoda, tedy že: Za svůj úpis krví, dostanu mnoho let „bezplatných“ služeb, a že na onom světě teprve zaplatím. Samozřejmě je ale spousta takových mutací, které by se takto daly vyložit. Obecně ale, podepíšete a platíte okamžitě, po malých dávkách. Jen tak „že to ani nepoznáte“ A moc, kterou získáte, ta je absolutně zanedbatelná, vůči poměru ceny.

Například veškeré půjčky, hypotéky a další podobné bankovní záležitosti jsou jasným důkazem. Dostanete to hned, nic není problém, tady podepíšete, támhle si doběhnete a šup tady máte ruličku pětitisícovek. Kouzlo? Ne jsou skutečné. A jelikož my jsme skutečně poctivá a solidní banka dáme vám pouze úrok ve výši 10,8%, solidní nemyslíte? Počkat, Vy máte výhody? Ale to je mi líto podepsal jste, teď si to užijte a dalších padesát let budete splácet. Přejí krásný život. My dostaneme o desetinu více zpět, vy si užijete své čerstvé nabyté peníze. V čem je problém? Tak dobře podívejte se, jestli nebudete splácet, pošleme na vás exekutora. A víte, on vám sebere daleko víc než to co máte vrátit, věřte mi. Všechny ty výlohy okolo, to půjde na Vás, a to vězení? Tak se pěkně spakujte a nedělejte problémy. Tohle je přeci Dábel ve slušivém kvádru s rukavičkami a stylem. Ale je ten nejprohnanější. Jediný podpis a jste žebrák, nikoliv obrazně.

Co mne tak napadá tak i kauza levných a rychlých diplomů je jasnou Faustovskou smlouvou, když ten člověk, který si koupí diplom, no i on za to také zaplatí. Ale daleko více na jeho „úspěch“ doplatí společnost. Protože tohle je důvod proč se na vysokých místech v naší zemi objevují tak tupí lidé. Ale nejvíce to pocítí jejich lidé, ti které zastupují. A jak je tedy možné, že nás zastupují lidé, kteří studovali jeden měsíc?! Nevypovídá to něco i o nás jako národu? Jednotlivec se dostane ne poctivou cestou ne vrchol, ale my místo toho abychom jej odhalily a veřejně eliminovali (kvůli příkladu pro další) je ještě chráníme. Hrůza...

Dále mi vytanula myšlenka, že v podstatě cokoliv, co dnes vyžaduje náš podpis je určitou formou Faustovské smlouvy. A také důsledkem mnoha generací těchto smluv v naší společnosti. Když dřív stačilo slovo, vědělo se, že muž má jen jednu čest. A nikdo o ni nechtěl přijít. Kam se ale poděla dnes? Dřív když jste dali své slovo, znamenalo to víc než nějaký podpis. Dnes se vám vysmějou, když podpis po vás chtějí úplně všude. I jako občan země se musíte upsat na svou vlastní občanku. Upisujete se mnohdy doživotně svému státu. Pak přijde mobilní operátor, banka, elektrárny, vodárny, plynárny. Je jich tolik, a každý den by si někdo přál váš podpis, ne ale proto že by byl krásný a vy slavný. Chtějí ho proto, že dnes je podpis místo slova, a že váš podpis je nejlepší veřejně uznávanou formou jak vás vydírat. A to nemusí být napsán ani krví.

Dřív když chtěl být muž mužem, musel si vydobít svou čest, hrdost a postavení, bez toho neznamenal nic. Dnes ať jste kdo jste, ať jste mafán, obchodník, zpěvák nebo normální občan, nejste nic bez svého podpisu. Mefisto vládne neskrytě a ve velkém, ale je to rafinovaný pán, nemyslíte?

Reflexe

Epocha zpočátku působila svěžím dojmem. Do doby, než se začalo s referáty, jsem ocenil hloubkovou práci s texty a důraz na pochopení, ale i místo na různé výklady textu. To bylo zhruba první týden epochy. V tomto období si myslím vše klapalo, jak mělo a bylo to vidět. Druhý týden započaly referáty (některé už byly koncem týdne prvního), to ale dle mého názoru ubralo na tempu celé epochy a už se neudělalo tolik práce. Zápisky z těchto vystoupení žáků byly nevalné a atmosféra nepříjemná. Prosvětlením bylo úžasné vystoupení Ondry a spol s jejich loutkovým představením Fausta od Matěje Kopeckého. Třetí týden zase nabral ztracenou rychlost a uběhl v nejlepší atmosféře. Zejména divadlo Faust, které proběhlo v těchto třech týdnech, bylo dokonalé a znovupodnítilo zájem o dílo, který lehce opadl. Hlasová hra, kterou jsme si pouštěli ve škole byla také příjemnou změnou a finální film byl úchvatný. Myslím si tedy, že epocha uspěla výborně a předala vše co měla předat, i přes občasné neshody s jednotlivci. Také jsme si všiml vysoké absence. Což možná podpořilo někdy ne úplně dobrou atmosféru v hodině.

Sebehodnocení

Zjistil jsem, že mi dělá problém pozorně naslouchat a při tom zapisovat do sešitu. Také jsem zjistil, že je pro mne lepší když jen poslouchám a sešit dopisuji podle paměti. Upřímně jsem to ale nedělal moc často. Nicméně si myslím, že jsem byl v rámci hlukových kulis ostatních spolužáků v normě a pozorností normu i překročil. Epochu se mi líbila a projevoval jsem o ni zájem. Myslím si že mi dala spoustu nových informací a podmětů k zamyšlení, taková epocha je pro mne větším přínosem než kdejaká jasně nalinkovaná matematika.

EPC-Kompetenz-Zertifikat



EPC – Evropský portfoliový certifikát

Tammo Walter, 13. třída, školní rok 2011/2012

Na waldorfských školách, které vlastní licenci k používání Evropského portfoliového certifikátu (EPC – European Portfolio Certificate), si žáci mohou sami vyhotovovat kompetenční analýzu osobních kompetencí, a to v souladu s příručkou k tomu určené (EPC-Handbuch). Odpovědný tutor, jenž žáka při této práci doprovází, stvrzuje svým podpisem, že se žák celého procesu zhostil dobrovolně, samostatně a řádným způsobem.

Čin / jednání:

Reakce na neočekávaný problém během osvětlování divadelního představení

Sedím za mixovacím pultem, po ruce mám text divadelní hry, první dvě osvětlení hry jsou již připraveny. Před začátkem hry si ještě jednou procházím všechny osvětlovací změny, které mám poznamenané po stranách celého textu hry. Svě představy o průběhu osvětlení jsem předem sladil s představami režiséra.

Před prvním vstupem jsem zkontroloval funkčnost odpovídajícího typu osvětlení a pevnost zavěšení jednotlivých reflektorů a pustil je, aby se dostatečně zahřály. Kromě toho jsem zosvětlnil svého asistenta u hybného reflektoru, který bude po celou dobu osvětlovat hlavního hrdinu scény.

Během představení pak srovnávám slyšený text s mým manuskriptem.

Čin

Z ničeho nic jeden z herců přeskočil celou textovou pasáž. Nemám dost času na to, abych připravil následný světelný efekt, proto improvizuji, abych mohl včas navázat dalším efektem (tj. posunu regulátor „Masteru“ nahoru, abych aktivoval předem nastavené osvětlení).

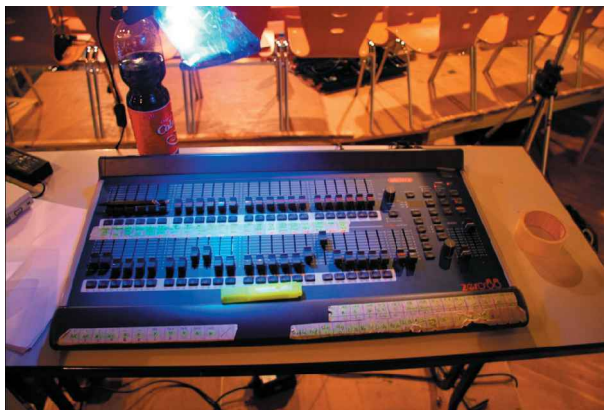


Předpoklady pro výše zmíněný počín

Osvoji si elektrotechnické funkce mixovacího pultu a zacházení s nimi. Nechal jsem si vysvětlit souvislosti mezi mixovacím pultem a tlumičem světla. Dále jsem si mnohé sám nastudoval (např. z návodu na použití) nebo si osvojil učením v praxi (learning by doing). Nastudoval jsem si celou hru (text, inscenaci, jednotlivé scény). Zároveň jsem sledoval slyšené v psaném textu a k tomu jsem různě pohyboval až 24 regulátory, a to vše v šeru a při akustickém zkreslování slyšeného.

Našel jsem si cestu, jak zacházet se zodpovědností, kterou jsem nesl za navození odpovídající světelné atmosféry ve správném okamžiku (pokud udělám chybu, může dojít i k tomu, že se herci ocitnou v naprosté tmě!).

Musel jsem se soustředit a být precizní ve svých „světelných vstupech“, abych se nezpozdil či neunáhlil. Také jsem si musel hlídat rychlost, s kterou „vjedu“ s efektem na scénu – ne příliš rychle a ne příliš pomalu. Musel jsem si také přesně zaznamenat a připravit světelnou sytost (v procentech) a barvu reflektoru při všech (tj. 50 – 80) světelných nálad. Znal jsem všechny světelné efekty nazpaměť, abych v případě potřeby mohl také improvizovat. Spolupracoval jsem s režisérem a průběžně se s ním dorozumíval ohledně specifických osobních představ o inscenaci. Osvoji si rozsáhlé znalosti o působení barev, světla a stínu na jevišti, stejně jako o osvětlovací technice jako takové.



Mixovací pult s master- a 2x24 jednotlivými ovladači pro zhruba 80 světelných reflektorů.

Zavěšení osvětlení typu PAR.

Volba kompetenčního systému

Mezi různými kompetenčními systémy jsem si zvolil následující systém (odborné, metodické, sociální, osobnostní kompetence a kompetence k jednání), jelikož je v Německu obvykle užíván. A pak také z toho důvodu, že budu svůj certifikát předkládat hlavně v Německu.

Kompetence	Popis	Hodnocení
odborná kompetence	osvojení a ovládání funkcí na mixovacím pultu, znalost o účincích světla, stínu a barev	silně vyvinuta
metodická kompetence	schopnost zvolit vhodnou formu zápisu k jednotlivým zvoleným světelným efektům tak, abych se v nich co nejlépe zpětně orientoval; pro mě přínosné zasvěcení pomocníků, schopnost improvizace	silně vyvinuta
sociální kompetence	umělecká spolupráce s režisérem a osvětlovacími pomocníky, týmová práce, vedení skupinové práce	silně vyvinuta
osobnostní kompetence	přiměřená reakce a přizpůsobení se uměleckým impulsům a náladám režiséra, pomocníků a herců; ochota nést odpovědnost	silně vyvinuta
kompetence k jednání	rychlá, samostatná, cílevědomá a úspěšná reakce na neočekávané události	silně vyvinuta

Hodnocení kompetencí

Osvojení kompetencí hodnotím pomocí následujících třech stupňů: *málo vyvinutá, průměrná a silně vyvinutá*. Stále jsem dostával pozitivní, uznávající zpětnou vazbu jak ze strany žáků, tak i učitelů, rodičů a režisérů. Já osobně hodnotím svoji osvětlovací kompetenci jako silně vyvinutou; menší chyby mě sice zlobí, ale jsou zvládnutelné a diváci si jich (naštěstí) běžně nevšimnou. V osvětlovacím týmu jsem schopen přebrat vedoucí roli. Dokážu dobře zacházet s veškerou osvětlovací technikou. Práce mě moc baví!

Závěr

Na základě výše zmíněného „činu“ (přesněji řečeno: „zareagování na konkrétní situaci“) je patrné, že některé kompetence jsou u mě silně vyvinuté. Zmíněné uznání ze strany druhých je dokladem mých nadprůměrných schopností coby osvětlovače.

Jsem si vědom, že při volbě jiné činnosti by v mé kompetenční analýze byly vyzdvihnuty taktéž jiné kompetence.

Evaluace mé kompetenční analýzy v rámci EPC

K sepsání kompetenčního certifikátu mě dovedl Dr. Thilo Koch. Jedná se o dobrý způsob, jak přehlednit osvojené kompetence na základě konkrétní činnosti. Později je v této formě mohu prezentovat např. mému budoucímu zaměstnavateli.

Po úvodním rozhovoru s mým tutorem, panem Kochem, jsem si zvolil činnost, která mě bavila a v níž jsem nasbíral již mnoho zkušeností, a následně vypracoval pomocí příručky EPC můj vlastní kompetenční certifikát.

Při dalším setkání s tutorem se ukázalo, že vybranou činnost musím ještě více zúžit, abych nerozbíjel vytyčený rámec. Kromě toho jsem měl potíže se samotným kompetenčním

systemem, protože jsem s ničím podobným doposud ještě nepracoval. Tyto problémy se však vyřešily během našeho rozhovoru. Při třetím setkání jsme se už jenom zaměřili na dotázení několika formálních náležitostí. Kromě toho mi můj tutor doporučil formulaci pro závěrečnou oficiální větu.

Intenzivním reflektováním jsem si uvědomil, kolik se skrývá za činnostmi, které jsem se již věnoval, a ačkoli jsem si dosud nebyl vědom potřebných kompetencí jako takových, již jsem jimi disponoval. Chtěl bych zpracovat další certifikát stejného ražení, abych rozšířil obraz o mých kompetencích; avšak na zcela odlišnou činnost. Certifikát, popř. kompetenční portfolio, využiji, budu-li se např. ucházet o místo ve filmařské či osvětlovací oblasti – obě patří k mým vysněným povoláním a vyžadují kompetence, kterými disponuji a mohu je evaluovaným způsobem také podložit.

Certifikátem mohu kladně zapůsobit na potenciální zaměstnavatele, jelikož tím také prakticky prokážu ty kompetence, jež jsou potřebné pro zpracování samotné kompetenční analýzy.

V Postupimi dne

Tammo Walter

Potvrzení:

Tímto potvrzují, že Tammo Walter, žák Waldofské školy v Postupimi, provedl kompetenční analýzu v souladu s příručkou EPC. Touto cestou se mu podařilo důsledně zpracovat a věrně zdokumentovat vývoj svých kompetencí.

V Postupimi dne

za EPC pověřený tutor
Dr. Thilo Koch

Vedení školy

EPC-Kompetenz- Zertifikat



EPC – Evropský portfoliový certifikát

Vito Walter, 13. třída, školní rok 2011/2012

Na waldorfských školách, které vlastní licenci k používání Evropského portfoliového certifikátu (EPC – European Portfolio Certificate), si žáci mohou sami vyhotovovat kompetenční analýzu osobních kompetencí, a to v souladu s příručkou k tomu určené (EPC-Handbuch). Odpovědný tutor, jenž žáka při této práci doprovází, stvrzuje svým podpisem, že se žák celého procesu zhostil dobrovolně, samostatně a řádným způsobem.

Čin / jednání:

Reakce na neočekávanou situaci

Po ukončení naší třídní hry nastala stresová situace a byl jsem požádán, abych zorganizoval průběh odmontování jevištní scény, tj. přidělení dílčích prací mým spolužákům. Vše se souhlasem vedení školy.

Situace

Klečím na jevišti a odšroubovávám dřevěné opěrky jednoho z mnohých dílů jevištního pozadí, jež nyní leží roztroušeno po celém jevišti. Věnuji se této práci společně s dalšími dvěma spolužáky. Důvodem pro odšroubování opěrek je uspořádání místa při skladování jednotlivých dílů jevištního pozadí.

Nejprve jsme museli díly rozložit po podlaze. Po odšroubování skládáme šrouby a opěrky na postranní části jeviště. Mám na spěch a jsem ve stresu, protože se toho musí zvládnout ještě hodně, než se celá scéna „odbourá“ a my jsme na to jenom tři. Kromě toho jsem jeden ze dvou jediných lidí, kteří opravdu vědí, co a jak se má dělat.

Přichází ke mně spolužák a ptá se, s čím ještě může pomoci. Postavím se a rozhlížím se, abych dostal lepší představu o potřebné práci a mohl se lépe rozhodnout, co mu přidělit.

Čin

Dotyčnému spolužákovi zadávám úkol, aby společně s někým dalším začal nakládat na auto ty části scény, jež již mají odšroubované opěrky. Poté se odvezou do skladu, který se nachází v jiné budově.

Předpoklady pro výše zmíněný čin

Pohotovou vnímavost vůči neočekávané a moji práci přerušující otázce; promyšlená a přiměřená reakce na rušivý element; chtít a být schopen převzít zodpovědnost; koncentrace potřebná v daném okamžiku pro úplnou a jasnou odpověď, aby se žák mohl smysluplně zapojit a já mohl pokračovat ve své práci; přehled nad již dokončenou prací a nad zbývajícím prací; mít přehled o práci ostatních, abych mu nepřidělil nepotřebný úkol; odhadnout, k čemu můj spolužák je schopen, abych předešel podcenění či přecenění jeho schopností; formulovat úkol stručně a logicky a to vše ve správném tónu.

Volba kompetenčního systému

Vycházím z kompetenčního systému, jenž je v Německu obvykle užíván (odborné, metodické, sociální, osobnostní kompetence a kompetence k jednání). Z výše zmíněného zkoumání vyvstávají následující kompetence:

Kompetence	Popis	Hodnocení
odborná kompetence	vědět o všem, čeho je zapotřebí k úplnému odmontování scény; znalost jevištní a prezentační techniky (zde konkrétně: rozložení a uskladnění jevištní stěny)	silně vyvinuta
metodická kompetence	vědět, jak pracovat; schopnost smysluplného uspořádání pracovních postupů a jejich následné smysluplné přidělení jednotlivcům; sdělit žákovi jeho úkol, a to jemu přiměřenou formou	silně vyvinuta
sociální kompetence	vědět o tom, jakou práci mohu tázajícímu se žákovi přidělit; adresovat kreativní řešení; přidělit úkoly a popř. je také zkontrolovat s vedoucím či spolupracovníky	silně vyvinuta
osobnostní kompetence	převzít zodpovědnost za komplexní celek zahrnující jak průběh celé práce, tak i vícero lidí; radost z rozhodování; odolnost vůči stresu a schopnost udržet si v sobě klid; samostatnost v posouzení neočekávaných situací	silně vyvinuta
kompetence k jednání	reagovat rychle, spontánně a cíleně na neočekávané oslovení	silně vyvinuta

Hodnocení kompetencí

Osvojení kompetencí hodnotím pomocí následujících třech stupňů: *málo vyvinutá, průměrná a silně vyvinutá*. Dostávám pozitivní zpětnou vazbu jak ze strany žáků, tak i učitelů. Každý měl zadán kus práce a vše se podařilo dokončit včas. Já sám považuji zvládnutí situací podobné této za silný výkon; zřídka se stává, že bych nenašel práci pro někoho ze spolužáků;

jsem schopen rozhodnout o tom, co by ti druzí měli dělat, aby práce šla od ruky, a nechybí mi k tomu ani náležitý pocit zodpovědnosti; mám radost, převezmu-li zodpovědnost za něco, co mě baví.

Závěr

Na základě mnou zvoleného „činu“ v kompetenční analýze jasně vystávají všechny kompetence jako silně vyvinuté. Jsem si vědom, že při volbě jiné činnosti by v mé kompetenční analýze byly vyzdvihnuty jiné kompetence.

Evaluace mého kompetenčního vymezení v rámci EPC

K sepsání kompetenčního certifikátu mě dovedl Dr. Thilo Koch. Jedná se o dobrý způsob, jak zpřehlednit osvojené kompetence na základě konkrétní činnosti. Později je v této formě mohu prezentovat např. mému budoucímu zaměstnavateli.

Po tom, co jsem si vybral situaci, popř. činnost, a detailně ji popsal, vyvodil jsem z toho potřebné předpoklady a kompetence. Zpracoval jsem je v kompetenčním systému, který je v Německu obvykle užíván. Následně jsem je ohodnotil. Snažil jsem se při tom zohlednit všechny aspekty.

Ujasňování a následné sepsání kompetencí mě osobně mnoho dalo, protože jsem mohl reflektovat svoji práci. Kromě toho jsem si uvědomil, jakých předpokladů a kompetencí je zapotřebí, abych mistrně zvládl byt' i zdánlivě nepodstatnou práci. Certifikát jsem vyhotovil zcela samostatně. Můj tutor mě doprovázel po odborné stránce a také mě podporoval na osobní rovině.

Domnívám se, že mi tento certifikát pomůže, až se budu ucházet o pracovní místo. Může pozitivně ovlivnit rozhodování potenciálního zaměstnavatele o mém přijetí. Jelikož i pro samostatné zpracování požadavků certifikátů je zapotřebí kompetencí.

Domnívám se, že jsem tyto požadavky úspěšně zrealizoval. Se svým tutorem, Dr. Thilo Kochem, jsem se setkal dvakrát, abych se s ním poradil o věcných náležitostech, přičemž mi také poradil, abych své kompetence vyjádřil jasným a přesvědčivým způsobem. Jsem rád za to, že vedle dalších certifikátů EPC mám i tento kompetenční certifikát. Nyní se cítím být připraven na požadavky budoucích zaměstnavatelů.

V Postupimi dne

Vito Walter

Potvrzení:

Tímto ztvrzuji, že Vito Walter, žák Waldofské školy v Postupimi, provedl kompetenční analýzu v souladu s příručkou EPC. Touto cestou se mu podařilo důsledně zpracovat a věrně zdokumentovat vývoj svých kompetencí.

V Postupimi dne

za EPC pověřený tutor
Dr. Thilo Koch

Vedení školy

Životní portfolio

Návod pro studenty a absolventy

Budeme postupovat podle švýcarské metody ipf. Vaše životní portfolio se bude skládat z následujících částí:

1. **Personálie:** V této části jsou uvedeny základní fakta o Vás – jméno, příjmení, datum a místo narození, povolání, rodinný stav, adresa, telefon a email
2. **Životní panoráma:** Jedná se o první biografický přehled toho, co všechno jste ve svém životě už dělali.
3. **Vzdělání** (první aspekt Vašeho života): Zde je zahrnuto Vaše školní vzdělání, patří sem ale i jazykové, počítačové a jiné kurzy.
4. **Povolání** (druhý aspekt Vašeho života): Kromě všech vašich dosavadních zaměstnání uveďte i veškerá praktika, brigády, dobrovolnickou činnost.
5. **Volný čas** (třetí aspekt Vašeho života): Kromě klasických volnočasových aktivit sem patří i rodina.

6. **Zvláštní životní situace a zážitky** (čtvrtý aspekt Vašeho života): Zde by měly být zmíněny veškeré klíčové události a situace, které nebyly zmíněny v předchozích třech oddílech. Může se jednat o nemoci, životní krize, stěhování, smrt blízkého člověka apod. Je jasné, že navenek budete z těchto událostí prezentovat jen ty, které považujete pro danou situaci za vhodné.
7. **Reflexe** všech čtyř aspektů vašeho života
8. **Osobní kompetenční profil**
9. **Má vize**
10. Jednotlivá **portfolia a portfoliové kompetenční certifikáty**: Zde vyberete ty, které jsou zvláště relevantní pro adresáta vaší portfoliové složky. Portfolia podrobně dokládají aktivity, během nichž jste prokázal určité kompetence, kompetenční certifikáty oficiálně potvrzují, že Vámi uvedené údaje jsou správné, a že jste si dané kompetence skutečně osvojil.

Personálie

Základní údaje o sobě doplňte do tabulky z přílohy A podle následujícího vzoru:

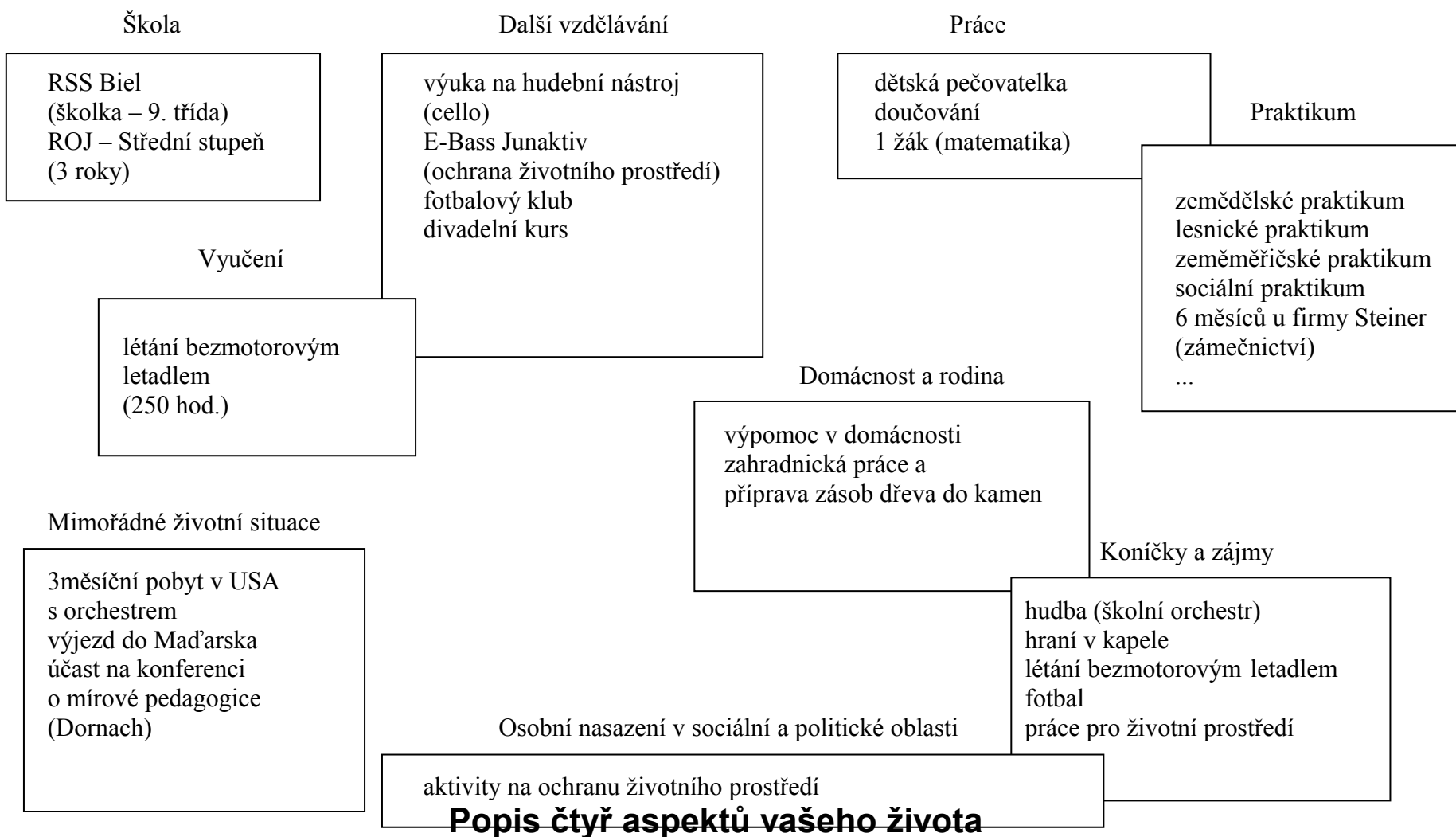
Osobní údaje

Příjmení	Glanzmann
Jméno	Eva
Datum narození	01. 10. 1991
Místo narození	Solothurn, Švýcarsko
Rodinný stav	svobodná
Povolání	žákyně
Adresa	Grüngli 118, 4523 Niederwil
Telefon, priv.	032 637 27 55
Telefon, prac.	---
Email, priv.	
Email, prac.	---

Mé životní panoráma

Vaším úkolem je přehledně zobrazit Vaše životní panoráma ze všech čtyř perspektiv. Vezměte si formulář z přílohy B. V levé horní části uveďte činnosti z oblasti **vzdělávání** (škola, další vzdělávání, vyučení) , v pravé horní části **pracovní činnosti** (práce,praktikum), v pravé dolní části **volnočasové aktivity** (domácnost a rodina, koníčky a zájmy,osobní nasazení v politické a sociální oblasti), v dolní levé části **mimořádné životní události**. Zde je příklad:

Mé životní panorama



Vzdělání

Nyní si vezměte tabulku z přílohy C a vyplňte ji podle následujícího vzoru:

Celoživotní učení v oblasti „vzdělávání“

Rok/y od ... do ...	Údaje k vlastnímu časovému nasazení hodiny / dny / týdny apod.	Údaje k institucím a organizacím jméno a sídlo, oblast aktivit či odvětví	Popis konkrétních úkolů O jaké úkoly a zadání se jedná? Co jsem dělal/a?	Doklady, jež jsou k dispozici Čím mohu doložit svoji činnost?	Naučil/a jsem se:
1997 – 2008	10 školních let	Rudolf Steiner Schule Solothurn, 1. – 10. tř.	školní docházka	částečně: vysvědčení, vázané složky	počítat, psát, číst (základní školní vzdělanost), cizí jazyky (angličtina, francouzština), matematika, chemie, fyzika, biologie, geografie, geometrie, geologie, eurymie
2008	6 měsíců	École Rudolf Steiner en Region d'Avignon	jazykový pobyt (francouzština)	vysvědčení	mluvit a číst francouzsky
2008 – 2011	3 školní roky	ROJ (Regionale Oberstufe Jurasüsfluss, 11. – 13. tř.)	školní docházka	vysvědčení, portfolia	angličtina, francouzština, němčina, informatika, fyzika, chemie, tělocvik, biologie

Práce

Nyní si vezměte tabulku z přílohy D a vyplňte ji podle následujícího vzoru:

Celoživotní učení v oblasti „práce“

Rok/y od ... do ...	Údaje k vlastnímu časovému nasazení	Údaje k institucím a organizacím jméno a sídlo, oblasti aktivit či odvětví	Popis konkrétních úkolů O jaké úkoly a zadání se jedná? Co jsem dělal/a?	Doklady, jež jsou k dispozici Čím mohu doložit svoji činnost?	Naučil/a jsem se:
--------------------------------	--	---	---	--	--------------------------

	hodiny / dny / týdny apod.				
2006	6 hodin denně, 6 týdnů	Association La Branche	zemědělské praktikum: práce na poli, v zahradě a domácnosti	portfolio a doklad o získané kvalifikaci	výdrž při fyzicky náročných pracích, samostatné vykonání zadaných úkolů, sebevědomější vystupování, práce v domě a na dvoře; sklízet, plít, žehlit, dohlížet na děti
2007	7 hodin denně, 14 dnů	Carrosserie Naef AG	podnikové praktikum: klempířské a lakýrnické práce a taktéž úklidové práce	portfolio a doklad o získané kvalifikaci	zacházení s kovy, náhled do klempířských a lakýrnických prací, čištění vnitřních prostor aut, čištění dílny, samostatné vykonání zadaných úkolů, sebevědomější vystupování
2007	8 hodin denně, 21 dnů	Nemocnice v Maşlocu	stavební práce: izolace (rozvojová pomoc), kulturní výměna	portfolio a doklad o získané kvalifikaci	izolování staveb; poznání rumunské kultury
2007/2008	8 hodin denně	Pleine Nature, Sorgues	výpomoc v kuchyni, kancelářské práce	žádné	prohloubení jazykových znalostí ve francouzštině, flexibilita a pohotovost v kuchyni, rychlé a přesné provedení zadaných úkolů
srpen – listopad 2008	8 hodin denně	Sanatorium Bärau: zahradnictví	praktikum v zahradnictví v rámci instituce pro duševně narušené lidi	portfolio a potvrzení o osvojených kompetencích	navázání kontaktu s lidmi vyžadující osobní péči, spolupráce s nimi, popř. jejich vedení v menším rozsahu při zahradnických pracích: pikýrování, přesazování, vysazování, příprava květin k dalšímu floristickému zpracování; floristické práce: malá vázání a kytice
listopad 2008 – leden 2009	8 hodin denně	Sanatorium Bärau: obytné domy	praktikum v obytných domech v instituci pro duševně narušené lidi	portfolio a potvrzení o osvojených kompetencích	komunikace s lidmi vyžadující osobní péči a jejich zaměstnávání, zvládání prací co nejlépe byť navzdory nejistotám, rozvíjení sebevědomí
únor – červen 2009	přibližně 8 hodin denně	Statek rodiny Koloska, Nennigkofen	praktikum na statku	portfolio a potvrzení o osvojených kompetencích	práce v domě a na dvoře: péče o koně – jejich čištění, hřebelcování, čištění a namazání jezdeckých sedel; domácí práce: čištění různých prostor, pomoc v kuchyni, vaření; samostatně pracovat – práci sama rozpoznat a vyřídit
duben/květen 2009	8 hodin denně, 3 týdny	Buchenhof, Lostorf	sociální praktikum: spolupráce s lidmi vyžadující osobní	portfolio a potvrzení o	kontakt a spolupráce s lidmi vyžadující péči, samostatná práce a vedení těchto lidí

			asistenci, v kuchyni a při úklidových pracích	osvojených kompetencích	
srpen – prosinec 2009	8 hodin denně	SID Sprachen s. r. o., Derendingen	praktikum; kancelářské práce	portfolio a potvrzení o osvojených kompetencích	správná archivace a uspořádání, psaní všemi deseti, korektní účty, sestavení a psaní upomínek a dalších oficiálních dopisů, vyřízení zadané práce v daném časovém rámci, zachování přehledu i při velkém množství zadané práce, dobrá organizace sama sebe

Volný čas

Nyní si vezměte tabulku z přílohy E a vyplňte ji podle následujícího vzoru:

Celoživotní učení v oblasti „volného času“

Rok/y od ... do ...	Mé aktivity	Co jsem při tom zažil/a?	Co jsem se z toho naučil/a?
2002 - 2005	dětský sbor	první praktické zkušenosti ve zpěvu, společné muzicírování	se skupinou něčeho společně dosáhnout, týmová spolupráce, první pěvecké techniky
2000 - 2005	hudební výchova tahací harmonika	radost z hudby, koncerty, tréma	hra na tahací harmoniku, prstové dovednosti, ovládnutí trémy
2005 - 2010	navštěvování výuky ve hře na klavír	úspěchy a neúspěchy při menších koncertech, radost z hudby, tréma	hra na klavír, prstové dovednosti, začátky s čtením notového zápisu
2005 - 2010	navštěvování výuky sólového zpěvu	úspěchy a neúspěchy při menších koncertech, radost z hudby, tréma	správné dýchání, vystupování, školení hlasu (také ve stresových situacích), držení těla, sebevědomí, radost ze zpěvu
od r. 2010	navštěvování výuky v hudební teorii	úspěšné předzpívání s posudkem	čtení notového zápisu, intervaly, kvintakord, kvintový kruh, další rozvíjení hudebního sluchu

Výjimečné životní situace a zážitky

Nyní si vezměte tabulku z přílohy F a vyplňte ji podle následujícího vzoru:

Celoživotní učení v oblasti „výjimečné životní situace a zážitky“

Rok/y od ... do ...	Co se událo?	Co jsem při tom zažil/a?	Co jsem se z toho naučil/a?
leden – srpen 2008	6měsíční pobyt v Avignonu (Francie)	poznávání nových lidí / měst a nových životních stylů, nasbírání mnoha dojmů, samota	mluvit, číst a psát francouzsky, přizpůsobit se novému okolí, samostatnost, sebevědomí, výdrž
červen – srpen 2009	dvoutýdenní pobyt ve Washington D. C. 5týdenní pobyt v jazykové škole v San Francisku (Kalifornie)	poznávání nových lidí / měst a životních stylů, nasbírání mnoha dojmů	lepší osvojení anglického jazyka, zorientovat se sama a najít si své místo v novém městě či okolí, samostatná organizace a naplánování krátkých výletů

Reflexe

V této části byste měli reflektovat Vaše zkušenosti, měli byste se z nich poučit. Pokud budete schopni dobře reflektovat své zkušenosti, učit se ze svých chyb, snadněji zvládnete situace, které Vás teprve čekají. Při reflektování každé jednotlivé situace byste si měli klást následující otázky:

Co se mi nepodařilo a proč?

Co mne omezovalo, co mi ztěžovala situaci?

Jsem spokojen se svým výkonem, s výsledkem?

Co se mi podařilo úspěšně provést?

Podle čeho poznám, zda jsem byl úspěšný?

Co mi pomáhalo, kdo mne podporoval?

Jaký poznatek je nejdůležitější pro moje budoucí jednání?

Jaké z toho činím závěry? Co to znamená pro budoucnost?

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „vzdělávání“

Nejdříve zreflektujte procesy z oblasti vzdělávání (formulář G) podle následujícího příkladu:

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „vzdělávání“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr
Rudolf Steiner Schule Solothurn, 1. – 10. tř. (příklad: matematika)	V matematice jsem vždy patřila mezi slabší žáky. Trvalo vždy dlouho, dokud jsem pochopila určitý způsob výpočtu. Avšak poté, co jsem mu konečně porozuměla, dokázala jsem si naučené zapamatovat. Vysvětlování učitelů mi většinou připadalo velmi složité, avšak když se pak přistoupilo k samostatné práci, rozuměla jsem výpočtu sama od sebe nebo mi většinou pomáhali spolužáci. Nemohla jsem se vůbec soustředit, pokud byl ve třídě velký ruch.	Pokud mohu pracovat samostatně nebo pokud mi spolužáci mohou látku vysvětlit, mohu se jí naučit nejlépe. Potřebuji také klid, abych se mohla skutečně soustředit.
Rudolf Steiner Schule Solothurn, 1. – 10. tř. (ostatní předměty)	V ostatních předmětech se mé schopnosti dobře vešly do průměru třídy. Mé silné stránky byly v muzických (uměleckých) předmětech, v ručních a dílenských pracích, v malování a kreslení a v hudbě. Zda jsem rozuměla látce v ostatních předmětech či nikoli, záviselo na způsobu, jak učitel dokázal vysvětlovat. Pokud se něco mohlo vysvětlit obrazným způsobem, zůstalo mi to lépe v paměti než suchá teorie. Má schopnost vnímání vždy silně souvisela s mojí náladou. Pokud jsem se o nějaké téma skutečně zajímala, vždy jsem si všechno zapamatovala. Při nezájmu jsem po chvíli mnohé opět zapomněla.	Mé schopnosti se nachází v muzických oblastech. K tomu, abych si zapamatovala určité věci, jsem odkázaná na srozumitelný a přehledný způsob výkladu. K tomu, abych se dobře naučila a byla schopna pojmut látku, musím být bdělá a motivovaná.
École Rudolf Steiner en Region d'Avignon	Bylo pro mě mimo jiné obtížné, abych si zvykla na jiný způsob výuky. Kvůli cizímu jazyku jsem se zprvu jen stěží chytala či dokázala sledovat výuku. Mnohému jsem také nerozuměla, protože se jednalo o odlišné učební osnovy a mnohé jsem ještě z dřívějšíka neznala. Poté, co jsem lépe ovládala jazyk a zvykla si na odlišné pojetí výuky, mohla jsem jí normálně sledovat, vést si složku a psát testy; jazyk již nebyl velkou překážkou.	Jakmile jazyk již nepředstavuje překážku, je pro mě možné, abych si zvykla na odlišné pojetí výuky a doplnila mezery v mých dosavadních vědomostech.
ROJ	Přestup na ROJ byl pro mě po 6měsíčním pobytu ve Francii velkou změnou. Ve Francii se žiji	Na nová místa/podmínky si člověk vždy

(Regionale Oberstufe Jurasüsfluss, 11. – 13. tř.)	antroposofické ideály ještě silněji než v Solothurnu. Proto byl přechod na ROJ, která je ještě vzdálenější od tohoto pojetí, velmi výrazný. Také zde jsem si delší dobu zvykla na odlišnou organizaci výuky a chvíli jsem potřebovala k tomu, než jsem dokázala pracovat pod odlišným výkonnostním tlakem. Zpočátku jsem se spíše obávala budoucnosti na ROJ. Brzy jsem si však uvědomila, že se to dá zvládnout. Praktika mimo to byla dobrou příležitostí, jak se na pár dní vzdálit od školy a odpočinout si od „hlavově“ zaměřené výuky.	musí znova zvykat. Po tom, co jsem si zvykla na ROJ, dařilo se mi tam dobře. Přechod od praktické k teoretické práci představuje dobré vyrovnání.
--	---	---

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „práce“

Následně zreflektujte procesy z oblasti práce (formulář H) podle následujícího příkladu:

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „práce“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr
Zemědělské praktikum, statek <i>von La Branche</i>	Již jsem znala práce na statku od svého dědečka a při leccčems jsem už také pomáhala, takže se pro mě nejednalo o zcela nové práce. Práce mi byly dobře vysvětleny a proto jsem je mohla i dobře provést. Po chvíli jsem mnohé práce musela, či měla možnost, provést zcela samostatně. Rodina byla velmi otevřená a ráda si povídala, proto jsem zde zdárně mohla vyjít ze sebe ven, překonat svoji nesmělost a pracovat samostatně.	Přesné vysvětlení mi umožňuje přesné provedení příslušné práce. Díky velké otevřenosti lidí v mém okolí jsem dokázala překonat svoji nesmělost.
Podnikové praktikum, Carrosserie Naef	Praktikum v autodílně jsem si zvolila ze zájmu o něco zcela nového. Nebylo pro mě jednoduché si zvykat na zcela neobvyklé místo autodílny. Po třech dnech jsem se dostala do bodu, kdy jsem chtěla předčasně ukončit své praktikum. Další den jsem se tam znova vypravila a nakonec došlo k tomu, že jsem si praktikum ještě chtěla prodloužit. Již jsem si zvykla na tvrdší či náročnější práci, avšak klempířské a lakýrnické práce mi byly ještě zcela cizí. Práce mi však byly vždy srozumitelně vysvětleny a díky napodobování, zkoušení a neustálého doptávání se jsem se je naučila.	Výdrž se vyplatí. Po nějaké době zvykání se dokážu dobře vžít. Skrze nápodobu a přesné vysvětlování se učím rychle novému průběhu.
Praktikum v sanatoriu Bärau – obytné domy	Péče o postižené lidi v jejich obytných částech pro mě byla zcela novou zkušeností ve srovnání s předchozí péčí v zahradnictví. Byla jsem odkázána sama na sebe a musela jsem sama vnášet tvořivé nápady, kterými bych je zabavila. Nebyla jsem zcela přesně poučena o svých úkolech a „právech“. Nikdy	S dostatkem času si dokážu nějaké schopnosti osvojit i samostatně. Nedokážu příliš zacházet

	<p>jsem si nebyla jista, co mohu či nemohu dělat a zda např. mohu samostatně rozhodovat o tom, jestli postiženého vzít na vycházku či nikoli. Musela jsem se se svojí prací vypořádat sama a sama se rozhodnout k čemu jsem byla či nebyla oprávněná. To bylo pro mě náročně, avšak na konci jsem se s tím již dokázala smířit. Zpětná vazba na můj nesmělý způsob ze strany naší vedoucí pak pro mě byla velmi nemilá. Označila můj tichý způsob negativně. Od postižených jsem však dostala pozitivní zpětnou vazbu. Zpětná vazba vedoucí byla velmi destruktivní a nedala mi zdaleka tolik jako konstruktivní kritika.</p>	<p>s destruktivní kritikou. Jsem však vděčná za každou konstruktivní kritiku a dokážu s ní následně dobře pracovat.</p>
--	---	---

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „volný čas“

Nyní zreflektujte procesy z oblasti volný čas (formulář I) podle následujícího příkladu:

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „volný čas“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr
navštěvování výuky zpěvu	<p>Docházkou do dětského sboru v naší vesnici jsem se dostala ke zpěvu. Později jsem začala brát hodiny sólového zpěvu. Dost dlouhou dobu jsem s radostí chodila do pěveckých hodin, avšak doma jsem nikdy necvičila, protože jsem nechtěla před nikým zpívat. Časem se tato obava ztratila a má radost ze zpěvu začala růst. Nyní zpívám každou volnou chvíli. Vždy jsem si představovala, jak se jednou odvážím předstoupit před jiné a udělat i jim svým zpěvem radost. Častějším trénováním zpěvu byly mé pokroky také slyšet.</p>	<p>Pokud jsem něčím nadšena, dokážu se za to plně zasadit a učit se na to. Je pro mě důležité, abych měla čas na cvičení a neustálé zlepšování. Dělat jiným radost činí mne samotnou radostnou.</p>
navštěvování výuky hry na klavír	<p>Během mého dětství ve mně rostlo přání, abych uměla hrát na klavír. Díky prstové zručnosti, kterou jsem si osvojila při hře na tahací harmoniku, jsem zpočátku dělala velmi rychlé pokroky, což mě motivovalo k dalšímu cvičení hry na klavír. S rostoucím stresem ve škole mi zbývalo čím dál méně času na hraní a dopady byly brzy zřejmé. Pokud jsem si však opět mohla vzít čas, dostala jsem se zpět do procesu učení</p>	<p>Při nedostatku času poněkud „zarezává“ schopnost hraní. Pokud si však vyhradím dostatek času, dosahuji pokroků.</p>
navštěvování výuky hudební teorie	<p>Předsevzala jsem si, že obstojím přijímací zkoušku na přípravný kurs na hudební vysokou školu. Začala jsem se zajímat o cesty, jak dospět k osvojení požadovaných schopností. Tím jsem se dostala k výuce hudební teorie. Ta mi byla, s výjimkou notového zápisu, zpočátku spíše cizí. Tím pádem byly mé pokroky zcela zřejmé a velkou motivací k pokračování. S lepšími znalostmi z oblasti hudební teorie se</p>	<p>Pokud jsem něčím nadšena a mám-li pevně na obzoru cíl, ke kterému se učení chci dostat, dokážu se naprosto o danou věc zasadit a učit se pro ni.</p>

	také snadněji učím novým písním a vnímám klavírní skladby jinak, popř. přesněji.	Úspěchy mě motivují k dalšímu učení.
--	--	--------------------------------------

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „výjimečné životní situace a zážitky“

Nakonec zreflektujte procesy z oblasti výjimečné životní situace a zážitky (formulář J) podle následujícího příkladu:

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „výjimečné životní situace a zážitky“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr
6měsíční pobyt v Avignonu (Francie)	Musela jsem si nejprve na prostředí zvykat. Poté však pro mě již nebylo obtížné se zažít. Ve třídě jsem zprvu neměla příliš kontakt se spolužáky, což pro mě nebylo příliš snadné. Musela jsem se vypořádat se svojí samotou. V průběhu prvních měsíců jsem však našla kamarádku, s kterou jsem mohla o mnohém mluvit. V hostitelské rodině jsem se však také necítila příliš jako doma. Avšak skutečnost, že jsem těch 6 měsíců přečkala, mi dodala více sebevědomí.	Je dobré mít někoho, s kým můžete sdílet své myšlenky, avšak dokážu se také zcela sama vypořádat se zcela cizím prostředím.
7týdenní pobyt v USA	Cesta do Ameriky byla mojí první dlouhou cestou a první vůbec mimo Evropu. Byla jsem fascinovaná vším tím novým, co jsem viděla. Na rozdíl od Francie jsem si samotou užívala. Mohla jsem si jít, kam jsem chtěla. Organizovala jsem si sama výlety a našla jsem si vždy cestu, jak se prosadit. Setkala jsem se s lidmi z jiných kultur, se kterými jsem stále v kontaktu. Na cestě zpátky do Švýcarska mělo letadlo problémy a plán mého návratu se tím pádem změnil. Bez velkých zkušeností s létáním jsem se musela s novou situací vypořádat a s důvěrou se ve všem zorientovat.	Dokážu sama zažívat různé věci a pomoci si v nejistých situacích ...

Osobní kompetenční profil

Nyní sestavíte svůj osobní kompetenční profil. Tento kompetenční profil je výsledkem bilancování všech schopností, které jste během svého života získali, použili a dále rozvinuli. K tomu si vezměte všechny podklady, které jste doposud udělali: tabulky vzdělání, práce, volný čas, výjimečné životní situace a jejich reflexe, stejně tak jako jednotlivá potvrzení o kompetencích. Jaké schopnosti, situace či pojmy se často objevují? Pokuste se všechny tyto jednotlivosti poskládat do větší syntézy tak, aby vznikl jasný obraz vašich silných stránek. Používejte formulář z přílohy K. U každé kompetence uveďte, kde jste ji získal či rozvíjel a co jste s danou kompetencí dokázal. Nakonec ohodnoťte kompetence podle následujícího řebříčku:

kompetenci nemám vůbec nebo skoro vůbec

kompetenci mám v příliš malé míře

kompetenci mám v dostatečné míře

kompetenci mám dokonale či téměř dokonale

Výsledná tabulka může vypadat následovně:

Profil silných stránek

Které kompetence mám v současnosti již osvojené? Čeho jsem schopen/schopna? Co umím?	Kde jsem své kompetence získal/a či rozvíjel/a V jaké roli? Při jaké činnosti?	Čeho jsem dosáhl/a (mé úspěchy)? Jaké jsou příležitosti?	Sebehodnocení nebo
Je na mě spolehnoutí.	Již doma u rodičů se po mě vyžadovala zodpovědnost. Měla jsem například vždy své „malé úřady“, které jsem musela spravovat sama bez toho, aby mě někdo k tomu vyzýval. Na mých různých praktikách se práce musela zvládnout vždy včas a korektně.	Úspěchem pro mě jsou pozitivní odezvy na moji zvládnutou práci. Je do mě vkládána důvěra, že úkoly zvládám správně, tím pádem mohu pracovat samostatněji.	
Dokážu dobře naslouchat a důvěrně s někým rozmlouvat.	Ve svém okolí mě mnozí považují za důvěryhodnou osobu a svěřují se mi se svými problémy a žádají mě o pomoc. Vyrůstala jsem se dvěma staršími sourozenci a můj úkol vždy spočíval ve zprostředkování. K tomu jsem absolvovala vícero praktik v domovech pro duševně postižené lidi. To dá člověku jiný pocit vůči lidem.	Za úspěch považuji, pokud se po rozhovoru daří člověku lépe. Také poznání, že vám lidé věří, posilňuje sebevědomí.	
Jsem otevřená novému, dokážu se přizpůsobit.	Již od mého dětství u nás bydleli žáci z různých zemí během svých výměnných pobytů, tak jako známí, kteří potřebovali na chvíli útočiště. Díky „výměnným žákům“ jsem se již brzy setkávala s cizími kulturami a novými věcmi. Během mých pobytů ve Francii a v Americe jsem měla opětovnou možnost otevřít se novému.	Je pro mě snadné cestovat na nová místa a zkoušet nové věci. Cestovala jsem do Ameriky zcela sama.	

Pak pokračujte s profilem Vašich slabých stránek. Používejte formulář z přílohy L. Zde uveďte, jaké kompetence ještě neovládáte v dostatečné míře, při jaké příležitosti jste si toho všimli a jaké byly důsledky nebo nebezpečí s tím spojená. Nakonec ohodnoťte podle výše uvedeného řebříčku, do jaké míry vám tyto kompetence chybí. Výsledná tabulka může vypadat následovně:

Profil slabých stránek

Které kompetence ještě nemám v dostatečné míře osvojené? Co neumím či ještě ne příliš dobře?	Kdy jsem si to uvědomil/a? V jaké roli? Při jaké činnosti?	Co poté následovalo? Jaká jsou úskalí?	Sebehodnocení nebo
nedostatek sebekázně	Pokud mám vyřídit přidělenou práci, je pro mě často obtížné, abych se jí sama chopila a provedla. Pokud mě nikdo „nepovzbuzuje“, nedokážu se při vlastním nezájmu o věc plně zasadit.	Úkoly někdy provádím až na poslední chvíli a dostávám se tím pod časový tlak. Spotřebuji hodně energie, abych se k práci sama od sebe „povzbudila“.	
perfekcionistka	Pokud je mi přidělena nějaká práce, snažím se jí dělat dokonale a soustředím se taktéž na ty nejmenší detaily.	Ztrácí se mnoho času při pracích, pro něž je nepodstatné zakládání si na detailech.	
zdrženlivost	Ve skupině cizích lidí se ze začátku jen zřídka hlasím ke slovu.	V závislosti na situaci mi chvíli trvá, než se dokážu zaintegrovat do skupiny cizích lidí.	

Má vize – čeho chci dosáhnout?

Při úvahách o tom, na jakých schopnostech a kompetencích byste v budoucnosti nejraději pracovali, můžete vycházet z Vašeho osobního kompetenčního profilu. Je možné ve Vaší profesi více využít Vašich silných stránek? Jaké máte vůbec přání do budoucna? Na druhé straně jistě máte i slabé stránky, které by ovšem bylo třeba posílit, pokud chcete dosáhnout svých cílů. Chcete na těchto schopnostech pracovat?

Především je třeba mít jasnou vizi budoucnosti. Jako přípravné cvičení si můžete položit otázku: Jak bych chtěl žít za pět let? Jaké byste chtěli mít povolání? Co byste chtěli dělat ve volném čase? S jakými lidmi byste chtěli spolupracovat? Svoji představu si sepište.

Nyní jde o to, sepsat konkrétní plán akční plán, který by měl obsahovat jasnou představu o tom, jak dosáhnou vlastních cílů. Je třeba především odpovědět na následující otázky:

Čeho chci dosáhnout? (**Cíl**)

Co k tomu musím umět? (**Schopnost**)

Nakolik je to pro mě důležité, prioritní? (**Priorita**)

Jak budu postupovat? (**Naplánování**)

Kdo mi bude pomáhat? (**Podpora**)

Dokdy chci svého cíle dosáhnout? (**Úspěch**)

VeźmĚte si formulář z přílohy O a vyplĚte ho. U priorit zadejte jednu ze tĚí moźností: V – vysoká, S – střední, N – nízká. Výsledná tabulka mŮže vypadat následovně:

CĚle Čeho chci dosáhnout?	Jaké znalosti, schopnosti nebo dovednosti musím rozvíjet nebo si osvojit	Priorita	Naplánování Jak budu postupovat?	Spolupráce / podpora S kým? Díky komu?	Termíny Do kdy?
úspěšné dokončení odborné maturitní práce	vĚdecké psaní, dostupnou literaturu používat náležitým způsobem, vyhodnocovat výsledky a poznání	V	Budu hledat nápad a poté se pokusím naplánovat a zorganizovat průběh a rozdělení prací pokud možno co nejpřesněji.	učitel, doprovázející učitel, popř. další	leden/únor 2011
chci obstát přijímací zkoušky na přípravné kurzy jedné z hudebních vysokých škol	znalosti z hudební teorie: intervaly, kvintakordy, septakordy, další sluchové a hlasové vzdělávání	V	Zúčastním se výuky hudební teorie a budu se na ní učit ve svém volném čase. Budu docházet na výuku zpĚvu.	učitelka hudební teorie, učitelka zpĚvu, finanční podpora rodičů	březen 2011
zahraniční pobyt na Novém ZélandĚ	organizace, angličtina	V	Zorganizuji cestu a vyjasním si všechny detaily.	podpora rodičů	2011/2012

Jednotlivá portfolia a portfoliové kompetenční certifikáty

Portfolio

Portfolio se skládá z několika částí:

- **titulní list:** zde je třeba uvést jméno, příjmení, doba, adresa, doprovázející osoba a téma portfolia
- **úvod:** zde je třeba něco říci o kontextu dané aktivity, o mé motivaci a o mých cílech
- **popis činnosti:** zde je třeba podrobně popisně rozvést danou činnost a vyhnout se přitom všelikého hodnocení
- **zpětný pohled:** zde už proběhlou činnost reflektujeme, nějakým způsobem hodnotíme
- **ukázka vlastní práce:** Vybereme nějaký výsledek vlastní samostatné činnosti v rámci dané aktivity (vlastní text, fotografie vlastních výrobků či uměleckých děl apod.)

Zde je příklad takového portfolia:

Portfolio z ročníkové práce

Téma práce: SMÍCH

12.třída

- Jméno Eva Glanzmann
- Období školní rok 2009/2010
- Adresa Grüngli 118, 4523 Niederwil
- Doprovázející osoba Joseph Aschwanden
- Téma SMÍCH (ročníková práce)

Úvod

Během své ročníkové práce jsem vycházela z následujících otázek:

- V jakých situacích se smějeme?
- Jak se smějeme?
- Jak působí smích na naše tělo a jak na naši duši?

K těmto otázkám jsem se přibližovala na základě dvou uměleckých prostředků.

Na jedné straně jsem se s tématem vypořádávala v poezii a psala různé básně s ním spjaté.

Při tom jsem se intenzivně zabývala sama se sebou a se svým pohledem na věci.

Na straně druhé jsem kromě toho fotografovala tváře lidí různého věku s jejich rozličnými úsměvy.

Dalším krokem bylo uspořádání obojího, původně na sobě nezávislého – totiž básní i fotografií – do jedné knihy.

Popis činnosti

Básně, nebo lépe řečeno poetické texty, mi přišly na mysl společně s nápadem „Fotoknihy“. Fotky v ní jsem chtěla obohatit vhodnými texty. Při tom jsem si dala za úkol psát takové texty, které by nevycházely z obsahu fotek, ale z mých pocitů a myšlenek k tématu „Smích“.

Na začátek jsem si koupila knihu, prázdnou knihu. Tu jsem, stejně jako fotoaparát, měla vždy u sebe. Všechny mé myšlenky a nápady jsem do ní vždycky hned zapisovala.

Inspirací mi byl můj vlastní život – vše co jsem viděla, slyšela nebo zažila a týkalo se to nějakým způsobem mého tématu. Tím se do mých básní vlily mnohé z mých pohledů a nálad. Samozřejmě se pak v závislosti na mé náladě jednalo buď o melancholičtější nebo šťastnější texty. K tomu jsem se také snažila při psaní dalších textů vcítit se do jiných lidí. Snažila jsem si představit, co se v nich odehrává v různých životních situacích. Tím vznikalo velké množství různorodých zápisků, z nichž jsem poté pro svoji knihu mohla použít jen výběr.

Při psaní jsem postupovala dvojitým způsobem. Buď jsem se po delší dobu v myšlenkách zabývala smíchem na obecné rovině či vybraným konkrétním aspektem. V momentě „pisatelské nálady“ jsem pak vše promyšlené dokázala shrnout vcelku rychle do textu.

Druhou možností bylo, že jsem si dělala poznámky o všem: o zažitých situacích, o myšlenkách, které mi probleskly hlavou, o lidech, pocitech, výrazech v tvářích ... V situaci mně příhodně jsem se pak pokusila vzájemně související poznámky zformulovat do jednoho souvislého textu.

Zpětný pohled

• Zpětný pohled na vybranou činnost (psaní vlastních poetických textů)

Při vzniku každého z textů byla vždy ústředním motivem má vlastní nálada. Pokud jsem byla šťastná, psala jsem veselé texty, a pokud jsem byla smutná, byly přirozeně melancholické. Kromě toho jsem při psaní musela být ve velmi specifickém rozpoložení, inspirovaná. Taková jsem byla většinou, když jsem byla sklíčená. Samozřejmě jsem nemohla zabránit tomu, aby se mé nálady vlévaly i do textů. Tím se také dostalo na povrch mnoho osobního a s tím se vždy pojilo enormně velké sebezpřemáhání, abych své psané výtvary ukázala také svým blízkým. Před prvním čtením někým jiným jsem vždy měla pocit trémy.

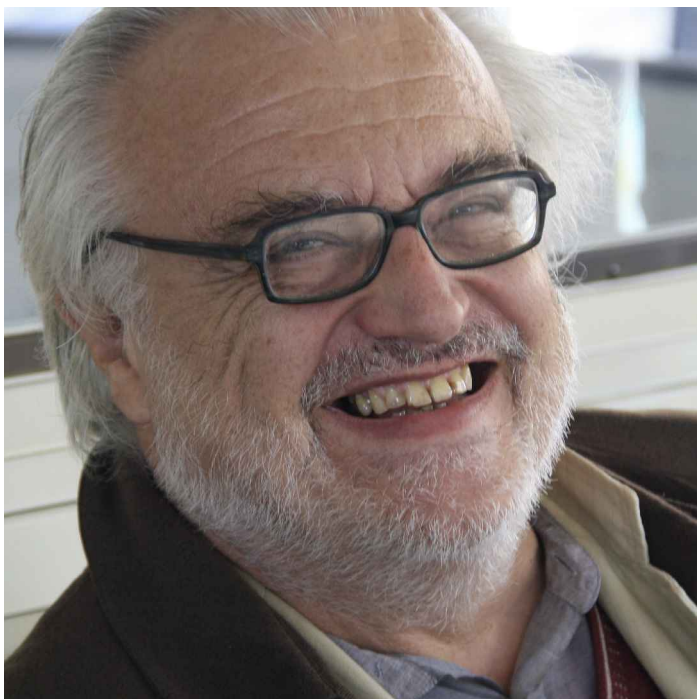
• Zpětný pohled na celé období

Doba, v níž jsem se zabývala tématem smíchu, byla velmi intenzivní, a to nejenom kvůli tlaku, kterému jsem se svým způsobem vystavovala sama. Po zvolení tématu své práce jsem sršela energií a chtěla jsem ihned začít pracovat. Rychle se však ukázalo, že vlastně přesně nevím, jak vše uchopit. Se stejnou rychlostí jsem se ocitla v pochybách, zda jsem si volbou daného tématu rozhodla správně.

Poté jsem se rozhodla téma změnit. A opět jsem velmi rychle byla přesvědčena, že to nyní je ta správná volba. Po rozhovoru se svým doprovázejícím učitelem a vysvětlování všech mých nejistot a otázek jsem dospěla k definitivnímu rozhodnutí, že se vrátím ke svému původnímu tématu. Záhy jsem měla nápad, jak téma uchopit a začala jsem. V průběhu práce se však nedařilo vždy stejně, někdy to bylo snazší, někdy obtížnější a jindy jsem sama nevěřila tomu, že někdy dospěji ke konci. Každá fotka a každý použitelný text byly vždy znovu podnětem k tomu, abych pokračovala.

Ukázka z vlastní tvorby

Pro přesnou představu zde uvádím z mé ročníkové práce příklad jedné z mých fotek a k ní příslušný poetický text:



„Proč se směješ?“

„Nudím se.“

„Jak souvisí smích s nudou?“

“Nevím. Je zapotřebí důvodu k tomu, abych se smál?”

“Domnívám se, že ano,” řekl stařec.

“Ach tak,” odpověděl mladík a jeho úsměv se začal vytrácet.

“Smát se jen tak”, pomyslel si stařec;

vydal se dál svojí cestou a usmíval se.

Kompetenční certifikát

Zde se pokuste zhodnotit, jaké kompetence jste prokázal při dané aktivitě.

Kompetence rozčleňte do 4 základních kategorií:

- odborné kompetence
- metodické kompetence
- sociální kompetence
- osobnostní kompetence

Poté uveďte datum a podepište se, následně předložte Váš certifikát k schválení Vašemu učiteli či školiteli a vedení školy. Pokud školitel s Vaším hodnocením souhlasí, tuto skutečnost potvrdí svým podpisem a razítkem školy. Pokud s Vaším hodnocením nesouhlasí nebo částečně nesouhlasí, máte možnost své hodnocení přehodnotit, a poté mu ho předložit znova. Nebo můžete své hodnocení nechat, a Váš školitel hodnocení doplní svými poznámkami. To může učinit i tehdy, pokud s hodnocením souhlasí.

Zde je příklad kompetenčního certifikátu:

Kompetenční certifikát

Osobní údaje:

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| • Jméno | Eva Glanzmann |
| • Období | školní rok 2009/2010 |
| • Adresa | Grüngli 118, 4523 Niederwil |
| • Doprovázející osoba | Joseph Aschwanden |
| • Téma | SMÍCH (ročníková práce) |

-

Sebehodnocení - osvojené kompetence:

• Odborné kompetence:

Znám různé postupy nutné pro psaní básní či folzofických textů.

Dokáži vytvořit texty vhodné k daným obrázkům.

Osvojila jsem si kroky nutné k vytvoření a dotažení knihy do její konečné podoby.

• Osobnostní kompetence:

Během celé doby jsem se důkladně zabývala sama sebou.

Poznala jsem, kde leží mé hranice pod tíhou časového či výkonostního tlaku.

Také jsem se dále rozvíjela v organizaci vlastních věcí.

Místo, datum: Solothurn, 20.6.2010 Podpis držitele/držitelky kompetencí: Eva Glanzmann

Potvrzení získaných kompetencí vnějším hodnotitelem (učitel/školitel)

Uvedené výpovědi odpovídají mému hodnocení:

vnější hodnocení odpovídá sebehodnocení

sebehodnocení by bylo dobré zkorigovat

sebehodnocení je nutno zkorigovat

Poznámky:

<u>učitel</u>	<u>Joseph Aschwanden</u>	<u>21.6.2010</u>	<u>Joseph Aschwanden</u>
Pozice	Jméno	Datum	Podpis

Razítko školy nebo podniku

Rudolf Steiner

Schule

Solothurn

Příloha A – Formulář k osobním údajům

Osobní údaje

Příjmení

Jméno

Datum narození

Místo narození

Rodinný stav

Povolání

Adresa

Telefon, priv.

Telefon, prac.

Email, priv.

Email, prac.

Příloha B – Formulář „Životní panoráma“

Mé životní panorama

The form consists of several rectangular boxes arranged in a staggered, descending pattern from top-left to bottom-right. Each box is intended for a specific area of the respondent's life. The labels for these sections are: Škola, Další vzdělávání, Práce, Praktikum, Vyučení, Domácnost a rodina, Mimořádné životní situace, Koničky a zájmy, and Osobní nasazení v sociální a politické oblasti.

Škola

Další vzdělávání

Práce

Praktikum

Vyučení

Domácnost a rodina

Mimořádné životní situace

Koničky a zájmy

Osobní nasazení v sociální a politické oblasti

Příloha F – Formulář „Výjimečné životní situace a zážitky“

Celoživotní učení v oblasti „výjimečné životní situace a zážitky“

Rok/y od ... do ...	Co se událo?	Co jsem při tom zažil/a?	Co jsem se z toho naučil/a?

Příloha G – Formulář „Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti vzdělávání“

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „vzdělávání“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr

Příloha H – Formulář „Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti práce“

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „práce“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr

Příloha I – Formulář „Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti volný čas“

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „volný čas“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr

Příloha J – Formulář „Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti výjimečné životní situace a zážitky“

Reflexe pracovních a učebních procesů z oblasti „výjimečné životní situace a zážitky“

Situace/zážitek	Mé zkušenosti a pozorování z vlastního učebního procesu	Závěr

Příloha K – Formulář „Profil silných stránek“

Profil silných stránek

Které kompetence mám v současnosti již osvojené? Čeho jsem schopen/schopna? Co umím?	Kde jsem své kompetence získal/a či rozvíjel/a V jaké roli? Při jaké činnosti?	Čeho jsem dosáhl/a (mé úspěchy)? Jaké jsou příležitosti?	Sebehodnocení nebo

Příloha L – Formulář „Profil slabých stránek“

Profil slabých stránek

Které kompetence ještě nemám v dostatečné míře osvojené? Co neumím či ještě ne příliš dobře?	Kdy jsem si to uvědomil/a? V jaké roli? Při jaké činnosti?	Co poté následovalo? Jaká jsou úskalí?	Sebehodnocení nebo

Příloha O – Formulář „Akční plán“

Cíle	Jaké znalosti, schopnosti	Priorita	Naplánování	Spolupráce /	Termíny
------	---------------------------	----------	-------------	--------------	---------

Čeho chci dosáhnout?	nebo dovednosti musím rozvíjet nebo si osvojit		Jak budu postupovat?	podpora S kým? Díky komu?	Do kdy?