

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta  
Katedra občanské výchovy a filosofie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Kognitivní procesy ve výuce občanské výchovy na základní škole  
Cognitive processes in the teaching of civic education at elementary school

Bc. Kristýna Klepáčková

Vedoucí práce: Mgr. Zbyněk Zicha, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: ZSV – ČJ

Rok odevzdání: 2023

Odevzdáním této diplomové práce na téma Kognitivní procesy ve výuce občanské výchovy na základní škole potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod dohledem vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze 17. dubna 2023

Ráda bych poděkovala svému vedoucímu diplomové práce Mgr. Zbyňku Zichovi, Ph.D. za odborné vedení, cenné rady a věcné připomínky, které mi v průběhu zpracování diplomové práce poskytl.

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce na téma Kognitivní procesy ve výuce občanské výchovy na základní škole se zabývá tím, jak se téma kognitivních procesů, zejména vnímání a paměť realizuje v rámci občanské výchovy. Jejím cílem je zjistit, za jakých podmínek a kterými metodami je v současnosti toto téma vyučováno. Část diplomové práce věnovaná psychologické problematice se zaměřuje na historický vývoj psychologie, charakteristiku vnímání a paměti. Nezbytnou součástí práce je vysvětlení těchto dvou klíčových psychologických pojmů a zároveň uvedení hlavních psychologických disciplín, aplikovaných oborů a předních představitelů, kteří se těmito základními fyziologickými principy zabývali. Didaktická část je zaměřená na tzv. funkční psychologickou gramotnost. Budu se věnovat začlenění kognitivních procesů v Rámcovém vzdělávacím programu a na základě analýzy učebnic, následně hodiny občanské výchovy a rozhovorů s vyučujícími na základní škole zjistím, kterým způsobem a kterými metodami se téma těchto kognitivních procesů v současnosti vyučuje. V závěru své diplomové práce navrhuji metody pro výuku psychologie, konkrétně vnímání a paměti na základní škole, díky kterým žáci dokáží učivo lépe vnímat a déle si ho pamatují nejen v hodinách občanské výchovy, ale také v dalších předmětech či v jejich každodenním životě. Tyto metody aplikuji ve dvou vyučovacích jednotkách, které jsem z důvodu ověření naplnění metod na základní škole připravila.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

vnímání, paměť, kognitivní procesy, smyslové orgány, informace, metody, funkční psychologická gramotnost

**ABSTRACT**

The diploma thesis on the topic of Cognitive processes in the teaching of civic education at elementary school deals with how the topic of cognitive processes, especially perception and memory, is realized within the framework of civic education. Its goal is to find out under what conditions and by what methods is this topic currently being taught. The part of the thesis devoted to psychological issues focuses on the historical development of psychology, the characteristics of perception and memory. An essential part of the work is the explanation of these two key psychological concepts and at the same time introducing the main psychological disciplines, applied fields and leading representatives who dealt with these basic physiological principles. The didactic part is focused on the so-called functional psychological literacy. I will focus on the inclusion of cognitive processes in the Framework Education Program and, based on the analysis of textbooks, listening to civics lessons and interviews with teachers at primary school, I will find out how and by what methods the subject of these cognitive processes is currently taught. At the end of my diploma thesis, I propose methods for teaching psychology, specifically perception and memory in elementary school, thanks to which students can better perceive the material and remember it longer not only in civics classes, but also in other subjects or in their everyday life. I apply these methods in two teaching units, which I prepared for the purpose of verifying the fulfillment of the methods in elementary school.

**KEYWORDS**

perception, memory, cognitive processes, sensory organs, information, methods, functional psychological literacy

## Obsah

<b>Úvod</b> .....	<b>8</b>
<b>1. Vývoj psychologie</b> .....	<b>9</b>
1.1 Historie psychologie .....	9
1.2 Vědecká psychologie .....	9
<b>2. Psychologie poznávacích procesů</b> .....	<b>10</b>
2.1 Behaviorismus .....	10
2.2 Asocianismus.....	11
2.3 Psychologické disciplíny .....	12
2.3.1 Kognitivní psychologie .....	12
2.3.2 Gestaltismus .....	13
2.4 Aplikované obory psychologie .....	15
2.4.1 Pedagogická a školní psychologie.....	15
<b>3. Kognitivní procesy</b> .....	<b>16</b>
3.1 Vnímání .....	16
3.1.1 Zrakové vnímání .....	17
3.1.2 Sluchové vnímání .....	18
3.2 Paměť.....	18
3.2.1 Trojsložkový model paměti.....	19
3.2.2 Zapomínání.....	21
3.2.3 Paměťové strategie .....	22
3.2.4 Paměťové systémy .....	24
<b>4. Výuka psychologických témat jako didaktický problém</b> .....	<b>27</b>
4.1 Oborová didaktika výchovy k občanství .....	27
4.1.1 Didaktika psychologie.....	28
<b>5. Funkční psychologická gramotnost</b> .....	<b>33</b>
5.1 Výchova k občanství na základní škole – RVP ZV.....	33

5.2	Cíl funkční psychologické gramotnosti .....	35
<b>6.</b>	<b>Didaktický potenciál učebnic .....</b>	<b>36</b>
6.1	Nakladatelství Nová škola, s. r. o. – 8. ročník .....	37
6.2	Nakladatelství Fraus – 8. ročník .....	39
6.3	Porovnání didaktického potenciálu učebnic .....	41
<b>7.</b>	<b>Kvalitativní výzkum a rozhovory s vyučujícími.....</b>	<b>43</b>
7.1	Charakteristika rozhovoru .....	43
7.2	Hypotézy.....	44
7.3	Klastry a dílčí otázky k rozhovoru .....	46
7.4	Rozhovor č. 1.....	47
7.5	Rozhovor č. 2.....	49
7.6	Rozhovor č. 3.....	54
7.7	Rozhovor č. 4.....	55
7.8	Vyhodnocení rozhovorů .....	57
<b>8.</b>	<b>Analýza výukové situace .....</b>	<b>60</b>
8.1	Alterace výukové situace č. 1 .....	62
8.2	Alterace výukové situace č. 2 .....	67
	<b>Závěr.....</b>	<b>73</b>
	<b>Seznam použitých informačních zdrojů.....</b>	<b>74</b>

## Úvod

Kognitivní procesy, konkrétně vnímání a paměť nejsou důležité pouze při výuce občanské výchovy na základní škole. Jsou pro nás podstatné a přínosné zejména při studiu a v našem každodenním životě. Abychom dokázali s pamětí správně a efektivně pracovat, je důležité, abychom věděli, jaký typ paměti máme a jak ji můžeme účinně využívat.

Cílem je na základě sondy do výuky a rozhovorů s vyučujícími občanské výchovy zjistit, jak se v současnosti téma kognitivních procesů vyučuje na základních školách. Na základě tohoto výzkumu navrhnou alterace dvou výukových situací s metodami, které nám umožní téma vnímání a paměti efektivně a prakticky vyučovat.

V první kapitole své diplomové práce se budu věnovat historii psychologie a jejímu vývoji. Ve druhé kapitole se zaměřím na psychologii poznávacích procesů. Zmíním důležité psychologické disciplíny, aplikované obory psychologie související s mým tématem a jejich přední představitele. V další kapitole popíšu kognitivní procesy, zejména vnímání a paměť. Neopomenou ani dělení vnímání dle smyslů, ani důležité fáze paměti. V následující kapitole se budu věnovat paměťovým systémům a jejich fungování. Důležitou součástí diplomové práce je také funkční psychologická gramotnost, ve které se budu věnovat začlenění kognitivních procesů v Rámcovém vzdělávacím programu (RVP). Zmíním také, jak jsou témata kognitivních procesů vnímání a paměti rozpracována v učebnicích od nakladatelství Fraus, Nová škola, s. r. o. V neposlední řadě se budu v rámci metodologie zabývat výukou psychologie, vnímání a paměti na základní škole.

Pracuji s nereprezentativním vzorkem, ale věřím, že mi se zpracováním alterace výukových situací pomůže. Výzkum mi nastíní, jak vyučující s látkou pracují v hodině, jaké používají učební materiály, pomůcky a didaktické metody. Zároveň prostřednictvím výzkumu zjistím, zda je cíl hodiny zaměřen na funkční psychologickou gramotnost a seberozvoj žáka. Stanovím si hypotézy k rozhovorům s vyučujícími a následně budu analyzovat jejich odpovědi. Na základě toho vytvořím dvě hodiny zaměřené na kognitivní procesy vnímání a paměť s cílem funkční psychologické gramotnosti.



## 1. Vývoj psychologie

Psychologie se stejně jako ostatní vědy vydělila z filozofie, a to ve druhé polovině 19. století. Po jejím vyčlenění rozlišujeme dvě etapy jejího vývoje. První etapou je historická psychologie, která je chápána jako nauka o duši. Druhou etapu označujeme jako vědeckou psychologii, kdy je duše jakožto základní substance nahrazována vědomím.

### 1.1 Historie psychologie

Psychologie (psyché – duše) se řadí k vědním oborům a prvním, kdo tento pojem použil, byl Platón, který chápal duši jako podstatu celého světa. Svou duší si člověk vytváří vztah k idejím – jako je krása, pravda, zbožnost, láska. Dle Platóna jsou tyto zmíněné ideje věčné, a my se tak prostřednictvím své duše podílíme na věčném životě. Platón použil slovo duše poprvé, ovšem za zakladatele psychologie je považován Platónův žák Aristoteles, autor spisu *O duši*. „*Spisem O duši se stal zakladatelem psychologie, třebas se psychologickými otázkami nezabýval první. Ale myslitelé před ním řešili ty otázky většinou jen příležitostně a v celku svého učení. Až na Platóna, názory o duši zaujímaly místo druhořadé. Aristotelovi náleží zásluha, že ty názory pečlivě shrnul, roztřídil, kriticky zhodnotil a podal soustavný výklad vlastní.*“<sup>1</sup> Aristoteles tvrdil, že duše nemůže existovat mimo tělo. Je naší součástí a nemůže být od těla nijak osvobozena.

### 1.2 Vědecká psychologie

*Psychologie je věda, která studuje lidské chování, mentální procesy a tělesné dění, včetně jejich vzájemných vztahů a interakcí*<sup>2</sup>. Nejčastěji uváděným rokem, ve kterém se vědecká psychologie zrodila, je rok 1874, kdy Wilhelm Maximilian Wundt založil první psychologickou experimentální laboratoř v Lipsku. Hlavním cílem bylo propojit experiment s introspekci, tedy vnitřní (vjemové, pocitové) zpracování toho, co experiment navodil. „*Výsledkem bylo například rozlišení sedmi základních počitků, tedy základních stavebních kamenů vnímání, a sice počitků zrakových, sluchových, čichových, chuťových, kožních, kinestetických a orgánových.*“<sup>3</sup>

<sup>1</sup> ARISTOTELÉS. *O duši*. 2. nezm. vyd. Praha: P. Rezek, 1995. ISBN 80-901796-4-9.

<sup>2</sup> PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2004. ISBN 80-200-1387-3., str. 15

<sup>3</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2018. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4675-3., str. 38

## 2. Psychologie poznávacích procesů

Lidskou psychiku tvoří především vědomé duševní děje, které spočívají v přijímání poznatků, jejich hodnocení a prožívání či další manipulaci s nimi.<sup>4</sup> S psychologií úzce souvisí tzv. psychické procesy, což jsou části lidské činnosti, které mají poměrně krátkou dobu trvání. Jedinec se díky nim orientuje, vnímá, myslí či hodnotí různé jevy, ke kterým si pak vytváří svůj vlastní postoj. Psychické procesy vedou následně ke vzniku psychických obsahů, například myšlenek.

V průběhu historie prošla psychologie, především ta vědecká, která se opírá zejména o poznatky ověřené a prokázané, mnohými změnami. Na konci 19. století se začaly utvářet psychologické směry, a to podle toho, čím byla lidská psychika vymezena.

### 2.1 Behaviorismus

Behaviorismus je jeden z nejvýraznějších směrů, který vzniká spíše ve 2. polovině 19. století ve snaze oprostit se od zkoumání vlastního já, od subjektivních pocitů a zabývá se spíše chováním člověka a tím, co ho ovlivňuje. Chtěl zkoumat psychiku spíše exaktnějším způsobem, který není tak závislý na subjektivním přístupu. Zaměřoval se primárně na asociační učení, které je založeno na propojení vnějšího podnětu a následného viditelného chování jedince. Nemusí jít ovšem vždy o propojení dvou podnětů nebo o propojení podnětu a chování jedince. Asociační učení může být vázané i na porozumění dané situaci – proč se co děje. Za zakladatele behaviorismu je považován John Broadus Watson, který rozebral a popsal proces asociačního učení, jehož základní variantou je podmiňování. Ve svém výzkumu navázal na reflexologii Ivana Petroviče Pavlova, který používal při své práci psy. Behaviorismu, který se zabývá zejména chováním, může významně ovlivnit naše vnímání a paměť. To bych ráda dokázala na známém pokusu, který ruský fyziolog Ivan Petrovič Pavlov prováděl se psy. *„Pavlov považoval klasické podmiňování za formu asociačního učení, při kterém vznikají asociace na základě dotyku v čase mezi neutrálním podnětem, který původně žádnou reakci nevyvolával, a podnětem, který příslušnou odezvu vyvolává. Jako pokusná zvířata používal psy, kterým byl chirurgicky implantován vývod slinných žláz, jímž byly sliny odčerpávány do malé nádoby. Badatelé tak mohli sledovat produkci slin při přijímání potravy, kterou byla moučka z masa a sucharů, lehce smočená ve vodě. Pavlov si všiml, že za několik dní od zahájení pokusů začínají psi slinit ještě předtím,*

---

<sup>4</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 14

než maso ucítili, např. v okamžiku, kdy laboratorní zřízenec přinášející potravu otevíral dveře, nebo dokonce při zvuku jeho kroků. Pavlov označil tento neočekávaný výsledek svých experimentů jako *podmiňování* a začal ho systematicky zkoumat. (Frolov, 1948.) Termín *podmiňování* je zřejmě odvozen z toho, že vnější podmínky, které byly původně zcela neutrální, vyvolávají vrozenou reflexní reakci.<sup>5</sup> Podobný experiment klasického podmiňování prováděl také neuropsychiatr Édouard Claparède. Jeho experiment spočíval v práci s klientkou, která trpěla ztrátou paměti – nemohla si do ní ukládat žádné nové a potřebné informace. I přes to, že se snažila hledat neustále nové metody, nemohla si nic zapamatovat. Jednoho dne jí Édouard Claparède podal ruku k potřesení, ve které měl schovaný malý špendlík, který pacientku následně píchnul. Další den klientka velmi váhala, když ji chtěl Claparède opět podat ruku. Klientka si sice přesně nepamatovala, co se stalo, jelikož to bylo pouze jednou a paměť ji dobře nefungovala, ale vybavovala si, že to nebylo nic příjemného. Myslím si, že kdyby se tato situace opakovala vícekrát, klientka by věděla, co přesně bude při potřesení rukou následovat. Paměť každého z nás je individuální. Co pomáhá při vnímání a pamatování si informací u jednoho, nemusí platit u druhého. Ale opakování je „matka moudrosti“. V případě, že nám paměť nefunguje tak, jak bychom chtěli, musíme ji trénovat. Každý si najde cestu k jiné metodě, ale je potřeba je vyzkoušet a paměť různými metodami trénovat.

## 2.2 Asocianismus

Asocianismus je nejvýraznější psychologický směr 19. století a zároveň je považován za jednu z nejstarších teorií učení. Opírá se o výrok empirického filozofa Johna Locka, který říká: „Nic není v rozumu, co dříve nebylo ve smyslech.“ Asocianismus je založen na propojování jednotlivých informací, elementů, tzv. počítků (jednotlivý znak vnímaného předmětu – chuť), ze kterých vzniká vjem (celek, výsledek vnímání). „*Asociační spoje se uplatňují především při zapamatování a vybavování materiálu, který je smysluprostý, jako jsou slabiky, které nemají smysl.*“<sup>6</sup> Jedinec se podle tohoto směru učí tak, že si jednotlivé informace sdružuje podle tzv. asociačních zákonů. Učení probíhá jako upevňování informací, kterého dosáhneme neustálým opakováním a následným paměťovým uchováváním. Velký důraz je tedy kladen na paměť. Hlavním představitelem je Hermann Ebbinghaus, který se řadí mezi průkopníky ve výzkumu paměti.

<sup>5</sup> PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2004. ISBN 80-200-1387-3., str. 165

<sup>6</sup> MAREK, A. M. *Psychologie*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2000. ISBN 80-7266-047-0., str. 225

Mezi nejdůležitější asociační zákony řadíme zákon podobnosti, kontrastu, dotyku v čase a prostoru, zákon novosti, častosti a živosti.

- Zákon podobnosti nám říká, že si při poslechu hudby našeho oblíbeného skladatele vybavíme i jeho další skladby, které máme rádi.
- Zákon kontrastu jednoduše vyděluje předměty, které se jednoznačně liší od ostatních. Představa zimního, mrazivého dne v nás vyvolá vzpomínku na teplý, letní den.
- Zákon dotyku v čase (kontiguity) a prostoru znamená, že si vybavíme vzpomínky, které vznikly na daném místě v jinou dobu. Pokud jsem na výletě s rodiči na stejném místě, na kterém jsem byla loňský rok se třídou, vybavuji si zážitky ze školního výletu.
- Zákon novosti – lépe si pamatuji a vybavuji nové informace.
- Zákon častosti – lépe si pamatuji informace, které si častěji opakuji a zážitky, které se mi dějí častěji.
- Zákon živosti – lépe si pamatuji informace, které jsou zábavné a zajímavé. Ty, které upoutají moji pozornost a zaujmou mě.

## 2.3 Psychologické disciplíny

Vzhledem k tomu, že na psychologii nahlížím z perspektivy zkoumání kognitivních procesů, zmíním pouze psychologické disciplíny, které jsou pro můj výzkum důležité.

### 2.3.1 Kognitivní psychologie

Kognitivní psychologie, do které patří i psychologie paměti, je vědní disciplína, která klade důraz na poznávací procesy a struktury, které jsou pro nás důležité při poznávání nového prostředí nebo nových situací. „*Kognitivní psychologie se zabývá procesy, které probíhají jednak z vnějšku těla do ústředí (kde jde o tzv. vnímání podnětů) a procesy, které probíhají uvnitř mozku (uvažování).*“<sup>7</sup> Poznávání je dle kognitivní teorie jeden ze základních předpokladů toho, aby se člověk dokázal orientovat v obtížných i těch méně náročných situacích. Dokázal uvažovat, rozhodovat se nebo také zpracovávat nově získané informace z okolí. Zároveň mu poznání pomáhá při řešení různých úkolů a hledání strategií v případě, že se vyskytne nějaký problém, který je třeba řešit. Člověk se ve světě díky poznání utváří, realizuje a dokáže se prosadit. K tomu všemu jsou důležité tzv. poznávací (kognitivní)

<sup>7</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7., str. 42

procesy, a to zejména vnímání, pozornost, myšlení či paměť. Důležitým představitelem této psychologické disciplíny je například Jean Piaget, který se zabýval vývojem poznávání u dětí. Snažil se vysvětlit, jak se u dětí utváří základní struktury, předpoklady poznávání a jak fungují.

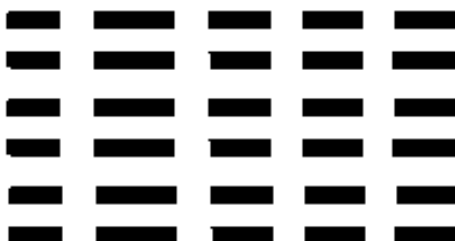
### 2.3.2 Gestaltismus

Další z disciplín, kterou zmíním, je tvarová psychologie neboli gestaltismus (gestalt – tvar). „*Gestaltismus se opírá o myšlenku, že psychické celky (struktury) nejsou vytvářeny spojováním jednotlivých prvků (elementů), jsou to celky strukturně uspořádané od samého počátku. Vjem tedy není syntézou jednotlivých počtů, ale specifický kognitivní celek. Celek je více než suma jeho částí!*“<sup>8</sup> Pro tuto psychologickou disciplínu jsou důležité otázky vnímání, myšlení a řešení problémů. Gestaltisté se věnovali výzkumu vnímání a dalších poznávacích procesů. Snažili se zjistit, kterým způsobem lidé vnímají, jak dokáží zpracovávat získané informace a jak je následně využívají při řešení problémů v běžných situacích. Předmětem zájmu bylo vnímání zejména zrakové. Základem jejich teorie bylo, že člověk má potřebu seskupovat rozpojené celky opět v jeden smysluplný celek a v náhodně umístěných tvarech se snaží hledat nějaké souvislosti, na základě kterých přiřazuje jednotlivé tvary k sobě. „*Tvarová psychologie zdůraznila význam vnímání celých objektů nebo forem a navrhla řadu principů, podle kterých principy uspořádáváme.*“<sup>9</sup>

*Gestaltické principy:*

**a) blízkost** → vyjadřuje skutečnost, že objekty, které jsou si blíže, máme tendenci vnímat jako ucelený obraz. Tak čárky na obrázku máme tendenci vnímat jako řádky, a ne jako sloupky.

Obrázek 1: Gestaltický princip blízkosti

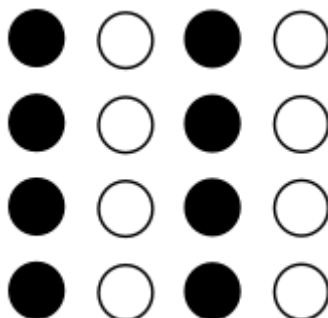


<sup>8</sup> *Gestaltismus - Tvarová psychologie*. Studium psychologie [online]. Copyright © 2020 Všechna práva vyhrazena [cit. 20. 09. 2022]. Dostupné z: <https://www.studium-psychologie.cz/dejiny-psychologie/2-gestaltismus-tvarova-psychologie.html>

<sup>9</sup> ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-85605-35-x., str. 175

**b) podobnost** → objekty navzájem si podobné (tvarem, barvou, velikostí) jako by k sobě patřily. Tak kolečka na obrázku vnímáme ve sloupcích, a ne v řadách.

Obrázek 2: Gestaltický princip podobnosti



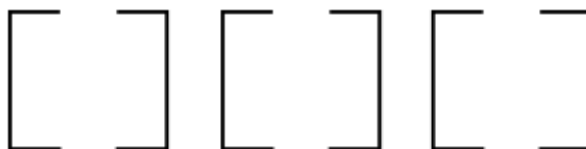
**c) tvarová úplnost** → díváme-li se na obraz připomínající nám běžný předmět (na obrázku níže jezdce na koni), pak tento předmět „vidíme“, i když na tomto obraze ledacos chybí. Lze říci, že naše vnímání dotváří obrazovou úplnost.

Obrázek 3: Gestaltický princip tvarové úplnosti



**d) uzavřenost tvarů** → máme tendenci seskupovat do jakoby přirozených celků tvary s konturami směřujícími k sobě navzájem: Tak na obrázku spíše vidíme tři aproximace k obdélníkům než jiné, teoreticky se taktéž nabízející uspořádání.<sup>10</sup>

Obrázek 4: Gestaltický princip uzavřenosti tvarů



Jedním z představitelů tvarové psychologie byl Wolfgang Köhler, který je známý díky experimentu se šimpanzi. Šimpanz dokázal použít dvě bedny, aby dosáhl na banány, které byly umístěné na stropě. Na základě náhlého pochopení dokázal vyřešit problém. Díky těmto experimentům přišel s principem vzhledu a s pojmem AHA – efekt. Jedná se tedy

<sup>10</sup> HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2018. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4675-3., str. 103

o psychologické pojmenování momentu, kdy náhle pochopíme věc (žák probíranou látku), které jsme doposud nerozuměli a nechápali jsme ji.

## 2.4 Aplikované obory psychologie

Kromě těchto několika psychologických disciplín, které jsem zmínila, jsou důležité také tzv. aplikované obory psychologie. „*Aplikované psychologické obory se pokoušejí využít nashromážděné poznatky při řešení praktických problémů téměř ve všech oblastech společenského života.*“<sup>11</sup> Řadíme sem mimo jiné například psychologii pedagogickou a psychologii školní.

### 2.4.1 Pedagogická a školní psychologie

Psychologie pedagogická je úzce spojena s pedagogikou. Zabývá se osvojováním učiva, to znamená, že úzce souvisí s didaktikami různých vyučovacích předmětů. Klade důraz zejména na to, aby žáci zvládali nároky, které jsou na ně v průběhu vzdělání kladeny. S tím úzce souvisí tzv. kognitivní procesy, kterými jsou vnímání, myšlení, paměť a podobně. V případě, že žáci dokáží probíranou látku v hodině dobře vnímat, soustředí se, zapamatují si hodně informací a další hodinu si je dokáží vybavit. Důležité, samozřejmě, je, aby si žáci látku neustále opakovali a oživovali si ji. Pokud ji uslyší v hodině, a pak už vůbec, informace jim zůstanou pouze v krátkodobé paměti, nikoli dlouhodobé a brzy ji zapomenou. Aby si žák látku dobře zapamatoval, je důležité, aby ho bavila, aby mu ji učitel dobře vysvětlil a aby učitel žáka na začátku hodiny dobře namotivoval. Motivace je jedním z nejdůležitějších úkolů na začátku vyučovací jednotky, kterou by měl učitel udělat, aby žáky zaujal, a upoutal tak jejich pozornost. Psychologie školní pak navazuje na psychologii pedagogickou a zabývá se prostředím školy, třídy nebo žákem samotným.

*„Ve druhé polovině 20. století začali psychologové projevovat větší zájem o obsah mysli a způsob jejího fungování. Kognitivní psychologové se zaměřili na studium zpracování informací, jejich uspořádání a uchování, i dalších kognitivních procesů, aby zjistili, jak probíhají.“*<sup>12</sup>

<sup>11</sup> PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2004. ISBN 80-200-1387-3., str. 15

<sup>12</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 16

### 3. Kognitivní procesy

Kognitivní procesy jsou činnosti, které mají poměrně krátkodobý charakter. Zahrnují veškeré děje, díky kterým dokážeme poznávat sami sebe i svět kolem nás. Slouží ke zpracování nových poznatků z našeho okolí. Tyto informace přijímáme díky kognitivnímu procesu, a tím je vnímání. Náš mozek je následně ukládá a uchovává v paměti. Můžeme tedy říci, že do kognitivních procesů řadíme vnímání, myšlení, paměť, učení, představivost, pozornost či řeč. Díky těmto psychickým procesům jsme schopni různé jevy porovnávat, dokážeme řešit různě obtížné situace nebo se rozhodovat a komunikovat ve společnosti s ostatními lidmi.

#### 3.1 Vnímání

Vnímání tvoří základ našeho poznávání, které slouží k příjmu informací a jejich následné interpretaci. Jedná se o psychický proces, prostřednictvím kterého poznáváme to, co právě působí na naše smysly. Zároveň nám umožňuje nově přijaté informace kognitivně zpracovávat, a orientovat se tak v daném prostředí. *„Vnímání lze chápat jako individuálně charakteristický způsob porozumění realitě, jež směřuje k dalšímu zpracování vnímaných informací, jejich srovnání s již existujícími poznatky a k následnému zhodnocení a zařazení do určité kategorie. Poznatky získané s pomocí různých smyslů odpovídají realitě, jak jsme schopni ji vnímat.“*<sup>13</sup>

Vnímání, jakožto kognitivní proces, se skládá ze dvou fází:

- *„První fáze je tzv. fyziologická a je založena na přijímání nových informací z našeho okolí, jejich následné transformaci a v závěru na přenosu informací do centra mozku.*
- *Druhá fáze je označována jako stádium psychického zpracování. V této fázi si jedinec přijaté informace dokáže vybavit a následně je reprodukovat.“*<sup>14</sup>

Vnímání závisí také na dalších kognitivních procesech. Je úzce spjata například s pozorností a pamětí. V případě, že dáváme pozor, nemáme kolem sebe žádné rušivé elementy, vnímáme informace a ukládáme je do naší paměti. V případě, že pozor nedáváme, nevnímáme nové informace dostatečně, mozek je neukládá do paměti a dál nijak nezpracovává. Proto je důležité, abychom i při výuce dobře vnímali, protože někomu stačí

<sup>13</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 63

<sup>14</sup> *Základy obecné psychologie - doplňující studijní materiál: Vnímání*. Testovací server CDV [online]. Dostupné z: <https://turbo.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=5965&chapterid=6228>



výklad pouze slyšet a dokáže si nové informace ihned uložit do paměti. Někdo má vnímání lepší spíše zrakové, je pro něj tedy lepší, když nové informace vidí (na tabuli, v učebnici). Lépe si je pamatuje a díky vizuální podobě si je lépe vybaví. Na základě toho, kterými smyslovými orgány (receptory) vnímáme a přijímáme nové informace, rozlišujeme vnímání na zrakové a sluchové. Vnímání ovšem nepřináší zcela přesný obraz reality. Jisté zkreslení může být způsobeno jak samotnými přijímanými podněty, tak i osobností vnímajícího jedince, jeho zkušenostmi, vlastnostmi i aktuálním stavem.

### 3.1.1 Zrakové vnímání

Zrakové vnímání je pro rozvoj kognitivních procesů jedním z nejdůležitějších. Je zdrojem mnoha informací a významným prostředkem naší orientace. Rozvíjí se již od narození dítěte, které vnímá nejdříve pouze světlo a tmu, postupně dokáže rozpoznávat obrysy jednotlivých předmětů. Vnímání se dále zpřesňuje k větší schopnosti rozlišit jednotlivé tvary. Tato schopnost je velmi důležitá při čtení a psaní. *„Aktuální percepce využívá dřívějších znalostí, což umožňuje nově získané informace rozpoznat a správně zařadit. Často je spojena s myšlením, které umožňuje jejich srovnávání, hledání shody a rozdílu a následnou kategorizaci. Rozlišování a kategorizace podmětů je základem orientační a adaptační funkce zrakového vnímání, která člověku umožňuje, aby získal přehled o situaci a přiměřeně na ni reagoval.“*<sup>15</sup>

Zrakové vnímání je pro některé žáky ve škole velmi důležité. Jak jsem již zmínila, někomu stačí slyšet v hodině výklad, a když ho důkladně vnímá (upřednostňuje raději sluchové vnímání před zrakovým), zapamatuje si v hodině mnoho informací. Pro některé žáky je mnohem lepší a přínosnější, když dané informace vidí. To znamená, že mnohem více nových informací vnímají zrakově. Z tohoto důvodu si myslím, že v případě, že se ve výuce probírá nová látka, je dobré spojit výklad s nějakou prezentací či obrázkem. Pro některé je spojení zrakového a sluchového vnímání dokonce tím nejefektivnějším způsobem vnímání a přijímání nových informací.

Někteří žáci mohou mít zrakové vnímání oslabené, a to je pak příčina mnohých specifických poruch učení. Mezi nejčastější speciální poruchy řadíme dyslexii, což je snížená schopnost přesného a plynulého čtení. Dyslexie souvisí někdy také s dysortografií, která spočívá v chybném přepisu či opisu. Tito žáci v hodinách nepíší diktáty,

<sup>15</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 65

ale dostávají doplňovací cvičení. Oslabené zrakové vnímání je nutné zlepšovat tzv. reedukačními cvičeními, která rozvíjí porušené nebo špatně vyvinuté funkce.

### 3.1.2 Sluchové vnímání

Vnímání mluvené řeči je schopností, která nám umožňuje rozlišovat jednotlivé řečové zvuky tzv. fonémy. Tato schopnost jednotlivé fonémy seskupuje a dává jim nějaký význam. V případě, že někteří žáci upřednostňují zrakové vnímání před sluchovým, může to být z toho důvodu, že při výkladu učitele dostatečně neslyší to, co říká nebo mu nerozumí. Za vinu to můžeme dát různým rušivým zvukům v pozadí a ve třídě. Tyto zvuky pak narušují naši pozornost, my přestáváme vnímat a získávat potřebné informace k pochopení probírané látky. Čím je pozadí členitější, plné zvuků a hluků, tím náročnější je pro žáky koncentrace a soustředěnost. Žáci, kteří nemají schopnost odpoutat se od okolních rušivých elementů, začnou být nesoustředění, neposlouchají a přestávají dávat pozor. Vnímají mnoho dalších informací z okolí, které jsou pro ně v době výuky nepodstatné. Jak jsem již zmínila, z toho důvodu je proto vždy lepší, aby žáci výklad nejen slyšeli, ale také viděli – například v prezentaci promítané na tabuli. Žákova pozornost může být narušena i při sluchovém vnímání. Nepřestává však vnímat a přijímat nové informace úplně, a to proto, že se dívá například na prezentaci, kde jsou v bodech napsané informace, které paní učitelka přednáší.

Vždy záleží na konkrétním jedinci, kterou z možností vnímání si vybere. Někdo upřednostňuje vnímání spíše zrakové, někdo sluchové, někdo spojení obou. Je ovšem dobré, aby si každý vybral alespoň jeden z těchto dvou způsobů a v hodině ho posílil natolik, že bude schopen díky němu přijímat většinu informací, které si následně uchová v paměti.

## 3.2 Paměť

Paměť je jedna z nejdůležitějších schopností člověka a je základním předpokladem schopnosti učit se. Jedná se o soubor procesů, které nám umožňují uchování informací v mozku, jejich vybavení a opětovné využití. *„Závisí na ní všechny kognitivní aktivity, je spojena s vnímáním, myšlením (slouží k porozumění a propojení dílčích informací, ale i s prožíváním (emočně významné informace bývají snáze uchovány).“*<sup>16</sup>

Paměť je v našem životě velmi důležitá a plní nezastupitelnou funkci. Díky paměti se dokážeme adaptovat na naše okolí, budujeme vztahy jak přátelské, rodinné, tak pracovní.

<sup>16</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 93

Díky paměti jsme schopni učit se nové věci, pamatujeme si vzpomínky, zážitky a zkušenosti z našeho dosavadního života. Paměť neuchovává všechny informace, vzpomínky a zkušenosti, uchovává pouze ty, které jsou pro nás potřebné a důležité pro náš další osobní rozvoj.

Do paměti může být uloženo cokoli – vzpomínky, zážitky, zkušenosti, cokoli, s čím se člověk během svého života setká. Informace, které jsme přijali do paměti dříve, mohou ovlivnit nově přijaté informace. Lidé si potřebují nové informace někam zařadit. Každá informace má v paměti své místo, proto si je různě analyzujeme, srovnáváme a podobně. Mezi jednotlivými poznatky vznikají asociace, na základě kterých si do určitých míst v mozku ukládáme nově získané informace. Tento proces označujeme jako konsolidace, což je proces, díky němuž dochází ke změně rozsahu a také obsahu doposud zapamatovaných informací.

*„Na naši paměť má vliv celá řada nejrůznějších faktorů, jako např. pozornost, vnímání, sensorická představitivost, reakční rychlost, racionální úvahy a úroveň řeči. Paměť je úzce propojena rovněž s učením, přičemž Vágnerová popisuje vzájemný vztah mezi pamětí a učením tak, že „paměť umožňuje uchování různých informací a na něm závislé postupné obohacování zkušenosti, tj. učení“.*

*Z hlediska teorií paměti rozlišujeme mezi strukturou paměti, tj. jak je paměť v mozku organizována, a paměťovým procesem, tj. co ve struktuře probíhá“.<sup>17</sup>*

### 3.2.1 Trojsložkový model paměti

Paměťový proces se skládá ze tří fází: zapamatování (kódování), uchování (retence) a nakonec vybavení (reprodukce) či případné využití získaných informací.

#### 3.2.1.1 Kódování

Kódování znamená uložení (zapamatování) nově přijaté informace do naší paměti. *„Abychom mohli informaci do krátkodobé paměti zakódovat, musíme ji vnímat. To, co vnímáme, selektujeme, proto může naše krátkodobá paměť obsahovat pouze ty informace, které byly vybrány.“<sup>18</sup>* Množství informací, které člověk zachytí a které si následně zapamatuje, závisí na jejich složitosti a obsáhlosti. Čím jsou informace složitější, obsáhlejší, tím méně si jich zapamatujeme. Ihned po přijetí je zapomínáme, některé

<sup>17</sup> [online]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/th/etu3b/diplomova\\_prace.doc](https://is.muni.cz/th/etu3b/diplomova_prace.doc).

<sup>18</sup> ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-85605-35-x, str. 303

si nemusíme dokonce ani vštípit. Pokud jsou informace stručné, výstižné a pro nás jistým způsobem zajímavé, zapamatujeme si jich více a na delší dobu. Při kódování informací dochází mimo jiné k tzv. procesu selekce. To znamená, že receptory zachytí pouze některé informace, aby nebyl člověk informačně přehlcen a aby byl schopen všechny přijaté informace schopem zpracovat.

Zejména žáci při výuce mohou využít dva způsoby zpracování nových informací. Jeden ze způsobů je tzv. sémantické zpracování. Tento způsob je založen na pochopení významu. To znamená, že si nový poznatek zapamatujeme a zařadíme do již stávajícího systému. Žáci takto zpracovávají poznatky například v hodinách literatury, občanské výchovy, dějepisu. Všude tam, kde mají informace mezi sebou nějakou spojitost a kdy je jedna informace úzce spjata s druhou. Druhý ze způsobů je tzv. mechanické zpracování. Tento způsob není příliš efektivní. Nerozlišuje souvislosti a vzájemné vztahy mezi jednotlivými informacemi, to znamená, že nový poznatek do žádného systému ani nezařazujeme. Informace získané tímto způsobem se v paměti moc dlouho neuchovávají a krátce po jejich přijetí je brzy zapomeneme. Ve škole se jedná například o matematiku, kdy žáci nechápu souvislosti ve výpočtu, ale učí se jednotlivé výpočty mechanicky (nesnaží se postupy logicky pochopit). Jedná se zejména o žáky, kteří jsou lingvisticky založeni a předměty, jako je matematika a fyzika jim dělají problém. V takovém případě počty nechápu, nevidí v nich logiku a vše se učí pouze prostřednictvím mechanického zapamatování.

Sídlem paměti je mozek, který je složen ze dvou polokoulí, tzv. hemisfér. *„Je třeba, aby obě hemisféry dobře spolupracovaly. V závislosti na jejich spolupráci roste i schopnost učení. Tím, že lépe spolupracují, tím snadněji chápeme, učíme se, vymýšlíme, tím lepší výkony podáváme.“*<sup>19</sup>

### 3.2.1.2 Retence

Retence je proces, který slouží k uchování informací, které jsou pro nás důležité a jsou v souladu s našimi dřívějšími poznatky a zkušenostmi. Čím více znalostí člověk má, tím lépe si zapamatuje nové informace, jelikož zkušenost usnadňuje uchování nových informací. Paměť vystupuje v užším slova smyslu jako tzv. memorování, což je učení se něčemu z paměti a jeho výsledek se projevuje jako záměrné vybavování.

<sup>19</sup> Cvičením k lepšímu učení – cviky podporující spolupráci mozkových hemisfér | jednoducheuceni.cz. jednoducheuceni.cz [online]. Copyright © 2023 jednoducheuceni.cz [cit. 08. 02. 2023]. dostupné z: <https://jednoducheuceni.cz/cvicenim-k-lepsimu-uceni-cviky-podporujici-spolupraci-mozkovych-hemisfer/>

### 3.2.1.3 Reprodukce

Reprodukcí můžeme chápat jako dekodování informací. Často je aktivizováno pomocí asociace s jistým předmětem, situací nebo zkušeností. *„Vybavení může být ovlivňováno podobnými faktory jako zapamatování. Mohou se zde uplatnit různé poznávací procesy, tj. míra porozumění problému, ale i celkové emoční ladění, motivace, volní úsilí a nakonec i somatický stav jedince (např. únava vybavování zhoršuje). Je známé, že napětí před zkouškou může pomoci aktivizovat paměťové funkce a lidé se pak diví, na co všechno si nakonec dokázali vzpomenout. Avšak příliš velká tréma může zablokovat vybavení i takových znalostí, které jsou dobře zafixované, a člověk si na ně jindy snadno vzpomene.“*<sup>20</sup>

Při reprodukci rozlišujeme tzv. recall a recognition. Recall je vybavení a znamená to, že si vybavíme informaci, kterou jsme si zapamatovali už dříve. Recognition je znovupoznání, při kterém nemáme v paměti uložen dostatek informací, abychom si je přesně vybavili. Jsme schopni pouze rozlišit, jestli se jedná o informaci známou, nebo neznámou. V případě, že se jedná o informaci známou, znamená to, že jsme už něco takového slyšeli, ale nemůžeme si to přesně vybavit. V případě informace neznámé víme, že nic podobného jsme neslyšeli a poznatek je pro nás zcela nový.

Pro někoho jsou k vybavení informací dobré tzv. mnemotechnické pomůcky, které mohou mít slovní nebo grafickou podobu. Často jsou založeny na propojování nově přijímaných informací s našimi zkušenostmi. Tyto pomůcky se často využívají při zapamatování seznamů či jednotlivých slov. Několik slov, věta nebo příběh nám vytvoří jistou spojitost, díky které si jednotlivé pojmy následně vybavíme.

Vzhledem k tomu, že mým druhým oborem, který studuji, je český jazyk, líbí se mi jedna z několika mnemotechnických pomůcek, kterou můžeme využít v českém jazyce:

**Že-ne je bí-da** → slovesné třídy: -e, -ne, -je, -í, -á

### 3.2.2 Zapomínání

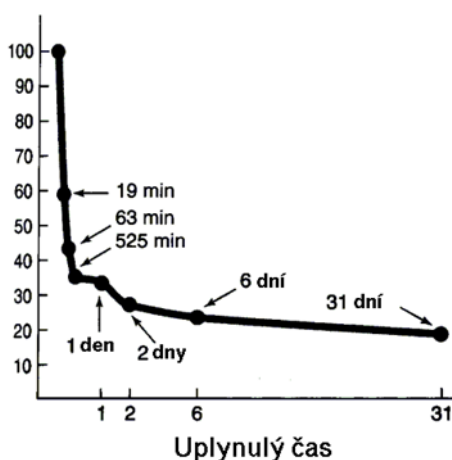
Zapomínání je opak vybavování informací a poznatků. Po určité době a za jistých okolností si již nejsme schopni vybavit si zážitky, vzpomínky nebo to, co jsme se záměrně učili (slovíčka do anglického jazyka). *„I. Šípoš (1978) definuje zapomínání jako „ztrátu nebo nedostupnost informací, které byly v paměti již k dispozici“.* I. M. L. Hunter (1963) upozornil na to, že čas sám o sobě nemůže být původcem zapomínání. *Není to tedy čas, který způsobuje*

<sup>20</sup> *Základy obecné psychologie* - doplňující studijní materiál: Paměť. Testovací server CDV [online]. Dostupné z: <https://turbo.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=5965&chapterid=6230>

zapomínání, nýbrž nějaký v čase působící činitel.“<sup>21</sup> Můžeme říci, že zapomínání je proces, kdy člověk vytváří místo pro nové a podstatnější informace. Staré informace zcela nezapomínáme, pouze je zahlcujeme novějšími důležitějšími informacemi a ty méně podstatné nemůžeme v tom množství uložených informací „dohledat“. Zapomínání lze tedy chápat jako transformace informací na nevybavitelnou úroveň.

Výzkumem paměti a zapomínáním se zabýval německý experimentální psycholog Hermann Ebbinghaus. V rámci svých experimentů zjistil, že nejvíce informací zapomínáme ihned po zapamatování. Postupně se rychlost zapomínání zpomaluje.

Obrázek 5: Ebbinghausova křivka zapomínání<sup>22</sup>



Z Ebbinghausovy křivky zapomínání je patrné, že většinu nově získaných informací zapomínáme v průběhu prvního dne od zapamatování, nejvíce v prvních 19 minutách. Následuje fáze pomalejšího úbytku informací. K zapomínání může dojít při nakupení velkého množství nově získaných informací. V případě, že se učíme nějaký text nebo slovíčka, je lepší učit se průběžně a pravidelně opakovat. V případě, že se veškeré učivo naučíme den před testem, je velmi pravděpodobné, že většinu naučeného do druhého dne zapomeneme.

### 3.2.3 Paměťové strategie

Abychom předešli zapomínání, je dobré znát tzv. paměťové strategie:

- **Opakování** je velmi známá a často užívaná technika zapamatování, která nám umožňuje dlouhodobě udržet informace v mozku. Čím více a čím častěji si člověk opakuje, tím déle si pamatuje. To je dobré uplatňovat i při učení. V případě, že se učíme látku zpaměti, je dobré učit se ji průběžně a často si ji opakovat.

<sup>21</sup> NAKONEČNÝ, Milan. *Encyklopedie obecné psychologie*. 2., rozš. vyd., v Academii vyd. 1. (1. vyd. v nakl. Vodnář pod náz. Lexikon psychologie). Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7., str. 211

Je to efektivní a v paměti nám takto naučená látka déle zůstane. *Opakování je obzvláště oblíbenou strategií, pokud se informace skládají z verbálních položek, jako jsou čísla, písmena nebo slova.*<sup>22</sup>

**„Často opakujeme, protože to, co mozek nevyužívá, to zaniká.**

- *První opakování by mělo být okamžité nebo do 10 minut.*
- *Druhé opakování by mělo být do jednoho dne.*
- *Třetí opakování do týdne.*
- *Čtvrté opakování do měsíce.*
- *Páté opakování do půl roku.*<sup>23</sup>

**Rozložení učení** souvisí s opakováním. Nikdy není dobré naučit se všechnu probranou látku den před testem. Je dobré rozložit si ji do obsahově menších úseků a učit se ji postupně. Při učení nového úseku je dobré nejprve si zopakovat látku, kterou jsme se učili naposledy, a k ní následně přidat látku novou.

**Uspořádání informací do dílčích celků** je také velmi efektivní. V případě, že se učíme slovíčka do anglického jazyka v souvislosti s bydlením, je dobré, rozdělit si slovíčka do skupin podle toho, ve které místnosti se nacházejí. Uvidíme mezi nimi jistou souvislost a lépe si je vybavíme.

**Elaborativní opakování** je takové opakování, v jehož průběhu si opětovně zpracováváme a vytváříme studijní materiál, případně nové asociace mezi jednotlivými částmi.

**Reprodukce** je velmi efektivní. Aby mohl člověk informace dobře reprodukovat, musí je nejdříve dobře pochopit. V případě, že se naučím nějakou látku, je dobré ji potom někomu odříkat. Takže pokud se učím například antickou filozofií, naučím se ji nejprve sama, potom půjdu za někým druhým, komu naučenou látku odříkám a vysvětlím. Tímto způsobem nejlépe zjistíme, v čem máme mezery a co je potřeba ještě vylepšit.<sup>24</sup>

Pro někoho je při zapamatování velmi efektivní například chození, při kterém si zapamatuje hodně informací. Někdo si píše papírky, které si lepí po místnosti (na skříň), aby je měl neustále na očích a stále si novou látku připomínal. Někomu vyhovuje pouhé čtení. Někdo si zapamatuje nejvíce informací ráno, někdo je naopak vzhůru dlouho večer,

<sup>22</sup> ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-85605-35-x str. 303

<sup>23</sup> *Paměťové techniky* | Inkluzivní škola. Úvodní stránka | Inkluzivní škola [online]. Dostupné z: <https://inkluzivniskola.cz/pametove-techniky>

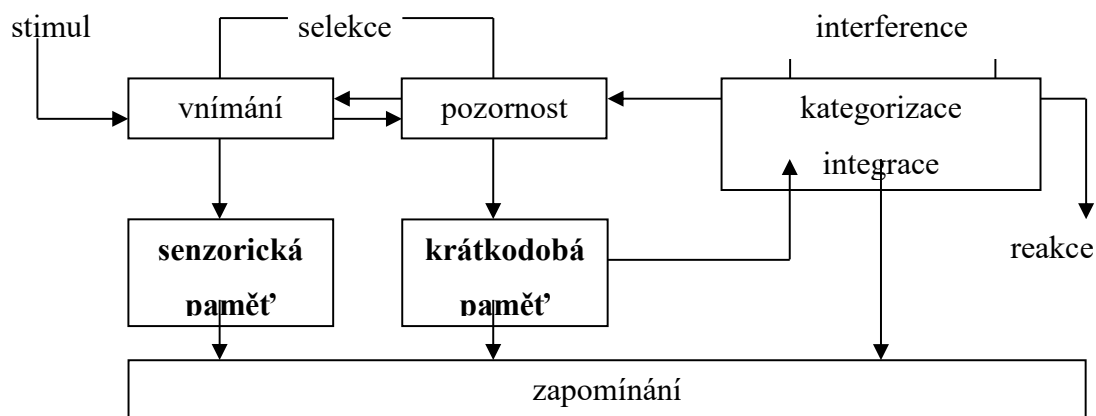
<sup>24</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 100

protože v tu dobu se mu učí nejlépe. Důležité ovšem je, abychom byli odpočatí a dobře vyspaní, protože jinak můžeme zkoušet jakoukoli strategii, ale nepomůže nám, protože budeme unavení a vyčerpaní.

### 3.2.4 Paměťové systémy

Nejčastěji se setkáváme s klasifikací paměti dle délky jejího trvání. Paměť dělíme dle tohoto kritéria na senzoryckou (ultrakrátkou), krátkodobou a dlouhodobou.

Obrázek 6: Průběh zpracování informací paměti<sup>25</sup> (druhy paměti)



#### 3.2.4.1 Paměť senzorycká

Paměť senzorycká uchovává informace, které jdou právě ze smyslů (analyzátorů), a obrazový vjem, který vytváří, jen na několik vteřin. Jedná se o paměť, která je někdy označovaná jako ultrakrátká. „Například něco vidíme a takzvaně nám to „zůstane před očima“. Toto setrvání v ultrakrátké paměti je uváděno ve výše zmíněných publikacích různě: v rozmezí od milisekund po zhruba tři čtyři sekundy“<sup>25</sup>. Dělíme ji podle toho, kterými smysly jsme dané informace získali:

- Paměť sluchová (echoická):

Sluchová paměť se využívá zejména ve školním prostředí, ve kterém je většina informací podávána verbálně. Na střední a vysoké škole už si studenti píšou poznámky sami, a to zejména z toho, co jim vyučující přednáší. Musí dávat pozor, musí se soustředit a informace ihned zapisovat, protože jim v paměti nezůstanou dlouho. Vzhledem k tomu,

<sup>25</sup> Didactica Viva - Domů [online]. Copyright ©Np [cit. 28. 09. 2022]. Dostupné z: [http://didacticaviva.ped.muni.cz/data\\_PDF/kazuistiky/Nohavova-Pamet.pdf](http://didacticaviva.ped.muni.cz/data_PDF/kazuistiky/Nohavova-Pamet.pdf)



že je těch informací několik najednou, je pravděpodobné, že by je žák ihned zapomněl. Na základní škole nejsou výklady zas tak časté, i přes to se s nimi při vysvětlení probíraného učiva setkáváme.

- Paměť vizuální (ikonická):

Vizuální paměť krátkodobě uchovává vizuální informace. Jedná se o paměť, která je ve školství nejčastěji propojována s pamětí sluchovou. Když máme na tabuli něco napsáno nebo když máme promítnutou nějakou prezentaci, jedná se o paměť vizuální. Často je k tomu připojen výklad či dovysvětlení vyučujícího, a to už se jedná o propojení obou dvou typů pamětí. To žákům vyhovuje, dle mého názoru, nejvíce, jelikož se propojí názorná ukázka s vysvětlením, jak prosazoval při reformě školství J. A. Komenský.

Zcela bezvýznamné podněty a informace, které jsme přijali prostřednictvím smyslů, jsou ihned zapomenuty, zatímco ostatní jsou přesunuty do krátkodobé paměti. V ní se kvůli rychlosti rozpadu informačních stop informace také neudrží dlouho, a proto jsou tyto informace zapomenuty, nebo převedeny do paměti dlouhodobé.

*„S ohledem na mimořádný význam pozornosti pro sensorickou paměť bývá v rámci výcviku sensorické paměti věnována speciální péče ujasnění funkce pozornosti. Hovoří se zde o „signifikanci informací“ – o jejich významu pro příjemce. Význam informace pro příjemce rozhoduje o tom, co z tzv. chaosu či „informačního šumu“ bude viděno, slyšeno atp. a krátkodobě zapamatováno.“<sup>26</sup>*

### 3.2.4.2 Paměť krátkodobá

Paměť krátkodobá neboli pracovní, jak je již ze samotného názvu patrné, uchovává získané informace, které bude jedinec potřebovat, pouze v omezeném časovém intervalu. *„Alan Baddeley (2021) ji odlišuje od dlouhodobé paměti právě na základě skutečnosti, že neslouží jen k pasivnímu uchování získaných informací. Krátkodobá, respektive pracovní paměť se uplatňuje na počátku paměťového procesu, kdy získané poznatky ještě nejsou uloženy. Jakmile jsou uloženy a zafixované, jde o dlouhodobou paměť (Nader, 2009).“<sup>27</sup>*

Americký psycholog George Miller, zakladatel kognitivní psychologie, přišel s výrokem, že kapacita krátkodobé paměti je omezená. Tvrdil, že limit krátkodobé paměti se pohybuje kolem 5 – 9 znaků (tzv. magické číslo  $7 \pm 2$ ), které se uchovávají po dobu 10 – 15

<sup>26</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7., str. 24

<sup>27</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1., str. 114

vteřin. V krátkodobé nebo pracovní paměti uchováváme informace, které potřebujeme pro naši aktuální činnost, například zapamatování telefonního čísla, seznam na nákup a podobně.

### 3.2.4.3 Paměť dlouhodobá

Paměť dlouhodobá je spíše pasivní a uchovává informace na delší dobu – měsíce, roky, nebo po celý život. „*Dlouhodobá paměť je nejobsažnější ze všech tří druhů pamětí, je relativně nejresistentnější (nejlépe odolává narušení, ztrátě informací) a je poměrně nejstabilnější.*“<sup>28</sup> Má mnohem větší kapacitu, proto se zde ukládají informace, zkušenosti a zážitky, které utváří jedincovu osobnost. Do dlouhodobé paměti se neukládají všechny poznatky, které byly v krátkodobé paměti. Informace jsou tzv. selektovány a do dlouhodobé paměti se dostane pouze to, co je pro nás v životě podstatné, důležité a co pro nás má význam. Proces konsolidace (upevnění) paměťových stop trvá asi 30 minut a někteří teoretici se domnívají, že kapacita dlouhodobé paměti je téměř neomezená. Aby se dostaly informace do dlouhodobé paměti, je dobré používat tzv. paměťové strategie, které jsem uvedla výše.

„*Terry Winograd v roce 1975 rozlišil tzv. deklarativní a procedurální paměť. Deklarativní paměť uchovává data v té podobě, v jaké byla vštípena. Příkladem je obraz matky nebo obraz stromu před vlastním domem. Procedurální paměť obsahuje pravidla nebo sled postupů, pomocí nichž lze vytvořit nové smysluplné celky. Nacházejí se v ní například pravidla umožňující vytvářet nové věty.*“<sup>29</sup> Deklarativní (explicitní) paměťový systém uchovává informace týkající se různých faktů a událostí, které slouží k rozpoznání jistých jevů. Explicitní znamená, že jsme schopni vybavit si informace ve vědomí a následně je někomu sdělit – například, že povinnou školní docházku zavedla Marie Terezie v roce 1774.

Jde tedy o vědomou složku naší paměti. Informace, které se týkají významů slov, gramatických pravidel, obecných informací či různých fakt (viz Marie Terezie), zahrnuje tzv. sémantická paměť. Naopak vzpomínky, zážitky či zkušenosti z našeho života, které jsou vázány na určité místo a čas, zahrnuje paměť epizodická. Nedeklarativní (implicitní) paměť zahrnuje poznatky, které člověk ani netuší, že má – jedná se o aktivity, jako je psaní, čtení, chůze, jízda na kole či motorické návyky a zručnost.

<sup>28</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7, str. 33

<sup>29</sup> PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2004. ISBN 80-200-1387-3., str. 205

## 4. Výuka psychologických témat jako didaktický problém

*„Obecná didaktika jako základní pedagogická disciplína je vymezována jako teorie vzdělávání a vyučování. Zabývá se problematikou vzdělávacích obsahů, které se jakožto výsledky společensko-historické zkušenosti lidstva stávají v procesu vyučování individuálním vybavením studentů. Zabývá se zároveň procesem, který charakterizuje činnosti učitele a studentů a v němž si studenti tento obsah osvojují – tedy procesem vyučování a učení.“<sup>30</sup>*

Didaktika je věda o pedagogických disciplínách a předmětem jejího studia je výukový cíl, didaktické zásady, výukové metody a v neposlední řadě také samotná organizace výuky. Cílem didaktiky je přenést vědomosti, dovednosti, zkušenosti a nové poznatky žákům co nejrychleji a nejefektivněji. *„Jarmila Skalková vymezuje didaktiku jako teorii vzdělávání a vyučování, která se zabývá problematikou obsahů, které se jako výsledek společensko-historické zkušenosti lidstva stávají v procesu vyučování individuálním majetkem žáků. Současně se zabývá procesem, který charakterizuje činnost učitele a žáků.“<sup>31</sup>*

Tato vědní disciplína se zabývá samotným obsahem předmětů. Vzhledem k tomu, že je po obsahové stránce každý předmět zcela odlišný, je potřeba zmínit ještě pojem oborová didaktika. V případě oborové didaktiky hovoříme o didaktice daného předmětu, např. didaktika českého jazyka, dějepisu, zeměpisu či výchovy k občanství.

### 4.1 Oborová didaktika výchovy k občanství

Oborová didaktika je rovněž pedagogická disciplína a zabývá se didaktikou daného oboru, v tomto případě didaktikou výchovy k občanství. *„Smyslem didaktiky společenských věd je pomoci učitelům a žákům úspěšně uskutečňovat jejich výchovně-vzdělávací práci při vyučování a učení příslušnému společenskovědnímu předmětu. Didaktika společenských věd je zaměřena na podporu a rozvíjení té či oné stránky školní praxe a má-li toto poslání splnit úspěšně, musí při svém studiu z této praxe vycházet. A touto praxí, k níž se zaměřuje pozornost didaktiky společenských věd, nemůže být nic jiného, nežli činnost učitele a žáků při vyučování a učení společenskovědnímu předmětu, tj. konkrétní výuce, jejíž kvalita by měla být rozvíjena s přispěním výzkumu.“<sup>32</sup>* Zkoumá, jak jednotlivá odvětví daného oboru efektivně vyučovat. Zaměřuje se na vyučovací metody a formy vzdělání, cíle výuky nebo také

<sup>30</sup> VALIŠOVÁ, Alena a Miroslava KOVAŘÍKOVÁ. *Obecná didaktika a její širší pedagogické souvislosti v úkolech a cvičeních*. Praha: Grada, 2021. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-271-3249-2., str. 18

<sup>31</sup> SOKOLOVÁ, Lenka, *Didaktika psychologie*, Bratislava 2010, ISBN 978-80-223-2806-7, str. 20

<sup>32</sup> STUHLÍKOVÁ, Iva a Tomáš JANÍK. *Oborové didaktiky: vývoj – stav – perspektivy*. Brno: 2015. ISBN 978-80-210-7884-0, str. 356

didaktické principy v souvislosti s daným oborem. Cílem didaktiky společenských věd či výchovy k občanství je pomoci učitelů a zároveň také žákům, aby úspěšně zrealizovali výchovně-vzdělávací práci při výuce a následném učení či osvojování informací. Je důležité, aby byla výuka kvalitní, pestrá, využívala širokou škálu vhodných didaktických metod a mimo jiné, aby výuka učitele a žáky bavila.

*„Máme-li dobře porozumět teorii vzdělávání ve vztahu ke společenským vědám, a objasnit tak smysl didaktiky společenských věd v systému mezioborových disciplín pedagogického zaměření, musíme nejprve osvětlit výchovné cíle společenskovědního vzdělávání na počátku 21. století. Výchova je složkou sociálního formování osobnosti a jako taková je součástí socializace, kterou Švec (2002) chápe jako společenský proces včleňování jednotlivce do své komunity se specifickou kulturou. Takto myšlená záměrná socializace probíhající ve školních vzdělávacích institucích, je primárně prováděna prostřednictvím sociální (společenské) výchovy, jejímž cílem je vybavit žáky vědomostmi, dovednostmi, návyky a postoji, které jsou nutné pro jejich život ve společnosti s ostatními lidmi.“<sup>33</sup>*

Součástí výchovy k občanství je mnoho dalších tematických oblastí, které se vyučují. Řadíme sem politologii, ekonomii, psychologii, sociologii nebo také právo. Každá tato dílčí oblast má svoji didaktiku, která se daným oborem zabývá. Při zpracování diplomové práce je pro mě velmi důležitá právě didaktika psychologie.

#### 4.1.1 Didaktika psychologie

*„Didaktika psychologie stojí před úkolem vyřešit všechny základní, zásadní problémy a otázky vzdělávání v psychologii: koho a co v psychologii vyučovat, proč a jak to učit a jakým způsobem zkvalitňovat výuku.“<sup>34</sup>* Velmi důležité je stanovit si při výuce cíl. Při výuce psychologie je určitě důležité zohlednit tzv. funkční psychologickou gramotnost. Psychologii neučíme s cílem, aby žák vyjmenoval jisté vědomosti či fakta. Je důležité, aby informace, které přijme od vyučujícího v hodině, dokázal využít v praktickém životě. To je smyslem psychologie i ostatních vědních disciplín. Je důležité, aby se žák dozvěděl například informace o emocích, ale mnohem důležitější je, aby dokázal své emoce v každodenních situacích ovládat, aby byl schopen empatie. Tedy vcítit se do druhých lidí, snažit se je pochopit a pomoci jim. Takto je to to i s pamětí a vnímáním. Pro náš základní vědomostní přehled je důležité, abychom znali možnosti, jak jsme schopni vnímat a přijímat informace. Je

<sup>33</sup> STUHLÍKOVÁ, Iva a Tomáš JANÍK. *Oborové didaktiky: vývoj – stav – perspektivy*. Brno: 2015. ISBN 978-80-210-7884-0, str. 355

<sup>34</sup> [http://didacticaviva.ped.muni.cz/data\\_PDF/kazuistiky/Nohavova-Mentalizace.pdf](http://didacticaviva.ped.muni.cz/data_PDF/kazuistiky/Nohavova-Mentalizace.pdf)

důležité, abychom věděli, jaké tři fáze paměti máme a jaké druhy paměti můžeme využívat. To všechno je velmi podstatné, ale mnohem podstatnější je, abychom dokázali s vnímáním a pamětí efektivně zacházet při získávání nových informací. Abychom věděli, jak se máme efektivně učit. Co nám pomáhá a co je pro nás přínosné. To je cílem didaktiky psychologie. V případě, že jsme schopni poznatky z psychologie v našem životě využít – v práci, v osobním nebo společenském životě, jsme tzv. „psychologicky gramotní.“

*„Didaktika psychologie připravuje učitele jako zprostředkovatele žákova poznání, kdy nejde jen o předávání učiva, ale vzrůstá důraz na pozornost k osobnosti žáka, na rozvoj jeho kognitivních, učebních i osobnostních charakteristik.“<sup>35</sup>* V rámci psychologie můžeme s žáky zkoušet různé aktivity a metody, prostřednictvím kterých dojde k sebepoznávání a sebereflexi. Máme nepřeberné množství aktivit, díky kterým mohou žáci zjistit, jaká je jejich inteligence, jakou mají paměť, jak nejlépe vnímají a podobně. Nikdy bychom neměli zapomenout žáky před samotným průběhem aktivit a před testovacími metodami upozornit na bezpečnostní prvky. Musíme zmínit, že jednotlivé výsledky testů jsou pouze orientační, takže se na ně nemůžeme stoprocentně spoléhat. Nejsme psychologové, jedná se proto o pouhý „pokus“ a náhled, abychom věděli, jak jednotlivé testy mohou probíhat v praxi. Nemělo by se tedy stát, že žák bude po zjištění výsledku testu zklamaný, znechucený a smutný, že jeho výsledek nedopadl dle jeho očekávání.

V rámci výchovy občanství, konkrétně v rámci psychologie, se snažíme rozvíjet žákovu osobnost, jeho dovednosti a schopnosti. Z tohoto důvodu by bylo dobré propojit výchovu k občanství s předmětem osobnostní a sociální výchova (OSV). Zaměřuje se na prožitkovou pedagogiku, používá praktické metody vyučování a rozvíjí právě osobnost žáka, jeho sociální dovednosti a postoje. Žáci mohou v této hodině prohlubovat svoje vzájemné vztahy či řešit třídnické problémy. Žáci by měli být otevření, neměli by se bát mezi sebou ani s vyučujícím komunikovat. Určitě je tedy dobré propojit výchovu k občanství s osobnostní a sociální výchovou, ve které je prostor pro větší rozvoj žáka a jeho praktických dovedností.

---

<sup>35</sup> VAŠUTOVÁ Maria a Anna SCHNEIDEROVÁ, *Didaktické a psychologické aspekty výuky psychologie na středních školách*, Psychologie a její kontexty. 2013, ISSN - 1805-9023, 2013, str. 82

#### 4.1.1.1 Trénování paměti

Mnoho z nás, zejména z řad žáků, neví, co je právě pro jejich učení efektivní. Neví, jaký typ paměti mají, jak se mohou rychle a efektivně naučit co nejvíce informací. Zde uvedu několik metod a způsobů, jak je možné paměť trénovat a jak s ní efektivně pracovat. „*Naše kognitivní jednání (a tím i činnost naší paměti a efektivita učení) je řízeno naší motivací, tj. tím, oč nám opravdu v životě jde.*“<sup>36</sup>


Nejjednodušší možnosti, jak lze cvičit paměť:

- První fáze – přečteme si řadu číslic, řadu slov, prohlédneme si řadu obrázků a snažíme se vybavit si co nejvíce informací, které jsme prostřednictvím zrakového vnímání přijali. Další možností pro ty, kteří mají spíše paměť sluchovou, je poslouchat číslice či řadu slov a opět se snažíme si co nejvíce informací zapamatovat.
- Druhá fáze – snažíme se vybavit si co nejvíce informací (číslic, slov). Obtížnější úrovní pro ty, kteří trénují paměť delší dobu a častěji, je vybavit si co nejvíce informací a vyjmenovat je v řadě za sebou tak, jak jsme je zrakově či sluchově vnímali.

Vždy je důležité zvolit přijímání informací dle vhodného způsobu vnímání. Pro některé je efektivní informace slyšet, pro některé naopak vidět, aby si je lépe zapamatovali. Pro některé je nejlepší kombinace obou – tedy informace vidět (vnímání sluchové) a slyšet (vnímání sluchové).

*Obrázek 7: Jak si zlepšit paměť? Aktivujme co nejvíce smyslů.<sup>37</sup>*

#### Člověk si nejčastěji zapamatuje:

- 20 % toho, co slyší 
- 30 % toho, co vidí 
- 70 % toho, co současně vidí i slyší 
- 80 % toho, co vidí, slyší a zároveň o tom mluví 
- 90 % toho, co vidí, slyší a k tomu aktivně vykonává 

Na procvičení sluchového vnímání a paměti je velmi dobrá hra či aktivita zapamatování řady slov. Aktivita spočívá v tom, že si například žáci ve třídě (alespoň 10) sednou do kruhu a první žák, který je zvolen, řekne jedno slovo. Další žák zopakuje slovo

<sup>36</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7., str. 17

předchozího žáka a přidá slovo další. Takhle se na sebe slova postupně „nabalují“. Žák, který je na radě, zopakuje slova všech svých spolužáků a přidá slovo své. Je samozřejmé, že nejobtížnější to bude mít žák, který je v kruhu poslední. Dle úrovně může být zpočátku žáků méně, postupně se může jejich počet navyšovat.

Další efektivní, ale již náročnější úlohou pro sluchové vnímání spojené s pamětí, je převyprávění textu. Žáci budou ve dvojicích. Jeden žák čte text, nejprve krátký, postupně delší a druhý žák se snaží zapamatovat si co nejvíce informací z textu. Na nižší úrovni (při začátku trénování) stačí, aby žák zmínil předem stanovená klíčová slova textu. Postupně by měl být žák schopen daný text převyprávět slovo od slova.

Mnoho aktivit je také určeno k procvičování zrakového vnímání spojeného s pamětí. Žákům promítneme v omezeném časovém úseku (cca 1–2 minuty) soubor několika obrázků a jejich úkolem je zapamatovat si jich co nejvíce. Následně je musí vyjmenovat. Zpočátku není nutné, aby bylo dodrženo pořadí, postupně je potřeba, aby žák vyjmenoval obrázky tak, jak šly za sebou.

Další možností, jak obrazovou paměť procvičit, je zapamatování si barev a tvarů na daném obrázku. Žákům bude promítnut obrázek, který se bude skládat z několika tvarů a různě barevných obrazců. Žák si bude obrázek zhruba dvě minuty prohlížet a následně ho musí nakreslit přesně tak, jak ho vnímal – včetně správného umístění, velikosti tvarů, barvy obrazců.

Jak si zapamatovat neznámá slova a důležité informace z textu?

*„Pokud pracujeme s vlastní knihou nebo s vlastním textem článku atp., potom se doporučuje při prvním čtení odborného textu udělat drobnou tečku na vnějším okraji knihy u řádky, kde je podstatně důležitá informace. Při druhém čtení se doporučuje podtrhávat „kriticky důležité termíny, slova a soubory důležitých sousloví“ barevně. Je dobré si i zde stanovit vlastní stupnici důležitosti jednotlivých používaných barev. Při dalším čtení je možné dominantní termín označit žlutým zvýrazňovačem. Při přípravě na zkoušku se doporučuje vypsát si na zvláštní papír barevně označená slova, výrazy, sousloví atp.“<sup>37</sup>*

Abychom mohli vnímat informace co nejlépe a abychom si jich následně co nejvíce zapamatovali, je důležité, abychom nebyli unavení. Měli bychom se dostatečně vyspat a mezi učením bychom si měli dávat pravidelné pauzy – procházka, odpočinek s rodinou

<sup>37</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7., str. 65

či přáteli. Dalším důležitým aspektem při vnímání informací, jejich pamatování či učení, je organizace. Všechno, co vnímáme a co si chceme zapamatovat, musíme mít nějak uspořádáno a dáno v logických souvislostech. Vždy si snáze zapamatujeme smysluplné věty než izolovaná slova. V případě, že je potřeba, abychom si nějaká izolovaná slova (např. pojmy) zapamatovali, vytváříme si tzv. mnemotechnické pomůcky, které mohou mít slovní nebo grafickou podobu. Často jsou založeny na propojování nově přijímaných informací s našimi zkušenostmi. Mezi další podstatné aspekty, které nám umožňují efektivní práci s pamětí, patří dobré sociální zázemí, pozitivní postoj k přijímaným informacím (popřípadě k učení), spolupráce více smyslů (informace vidíme i slyšíme), pohyb či představivost.

Příklady mnemotechnických pomůcek:

- Vzdálenost do středu Země: 6378 → Šetři se, osle.
- Obojetné souhlásky Be Fe Le Me Pes Se VeZe
- Koncovky slovesných tříd: Žene je bída. → -e, -ne, -je, -í, -á
- Římské číslice L, C, D, M → Láďo, co dělá máma?

Aby byla práce s vnímáním a pamětí efektivní, je důležitá koncentrovanost a neroztěkanost myšlenek. Vždy musíme být v klidu a soustředit se pouze na daný jev. Ke koncentračním cvičením je vhodné zařadit různé luštění přesmyček (loška → škola), hledání rozdílů mezi obrázky, bludiště, osmisměrky apod.



## 5. Funkční psychologická gramotnost

*„Psychologická gramotnost by měla lidem pomáhat dorozumět se navzájem a lépe se vyznat v sobě, dále může přispívat k lepší činnosti pracovních týmů nebo celých institucí (Mair, Taylor, & Hulme, 2013) a k ovlivňování světa kolem nás (Burton & McDonald, 2011) včetně schopnosti reflektovat tyto činnosti (Dunn, 2009). Boyer (1990, s. 77–78), chápe psychologickou gramotnost jako cíl, který nemá být zúžen jen na získávání znalostí, ale má vést i k jejich humánnímu uplatnění pro rozumné zvládnání života.“<sup>38</sup>*

### 5.1 Výchova k občanství na základní škole – RVP ZV

Tematika výchovy k občanství je zpracována v rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání, konkrétně v tematické oblasti Člověk jako jedinec. Jsou zde stanovena témata, která se mají žáci naučit a o jaké vědomosti, dovednosti a pracovní návyky se mají obohatit. Mimo jiné jsou zde stanoveny tzv. vzdělávací cíle, které musí být po probrání dané látky naplněny.

*„Očekávané výstupy:*

- *VO-9-2-01 objasní, jak může realističtější poznání a hodnocení vlastní osobnosti a potenciálu pozitivně ovlivnit jeho rozhodování, vztahy s druhými lidmi i kvalitu života*
- *VO-9-2-02 posoudí vliv osobních vlastností na dosahování individuálních i společných cílů, objasní význam vůle při dosahování cílů a překonávání překážek*
- *VO-9-2-03 rozpoznává projevy záporných charakterových vlastností u sebe i u druhých lidí, kriticky hodnotí a vhodně koriguje své chování a jednání*
- *VO-9-2-04 popíše, jak lze usměrňovat a kultivovat charakterové a volní vlastnosti, rozvíjet osobní přednosti, překonávat osobní nedostatky a pěstovat zdravou sebedůvěru*

---

<sup>38</sup> CHRZ, Vladimír, Alena NOHAVOVÁ a Jan SLAVÍK. *Psychologická gramotnost ze dvou poznávacích perspektiv: aktuální výzva pro výuku psychologie a její didaktiku* [online]. Dostupné z: <https://journals.phil.muni.cz/studia-paedagogica/article/view/18995>

Učivo:

- *podobnost a odlišnost lidí – projevy chování, rozdíly v prožívání, myšlení a jednání; osobní vlastnosti, dovednosti a schopnosti, charakter; vrozené předpoklady, osobní potenciál*
- *vnitřní svět člověka – vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, sebe i druhých lidí, systém osobních hodnot, sebehodnocení; stereotypy v posuzování druhých lidí*
- *osobní rozvoj – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebezměna; význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při seberozvoji*<sup>39</sup>

Dle českého kurikula je zřejmé, že by se měl žák v hodinách výchovy občanství v rámci tématu vnitřní svět člověka naučit, co je to vnímání a kterými způsoby vnímáme, abychom si zapamatovali co největší množství informací. S tím, kolik informací si zapamatujeme a na jak dlouhou dobu, s tím souvisí mimo jiné také druhy paměti, kterou má každý žák vyvinutou odlišně. Někteří z nás mají paměť spíše dlouhodobou, někteří naopak krátkodobou. S tím pak souvisí jednotlivé způsoby, kterými se žáci učí.

Na základě podrobnějšího čtení rámcového vzdělávacího programu jsem zjistila, že paměť není v plánu učiva ani v očekávaném výstupu vůbec zmíněna. To je, dle mého názoru, problém, jelikož by žáci měli vědět, jaké jsou efektivní způsoby, díky nimž si zapamatujeme co nejvíce podstatných informací. „*Lidský mozek je schopen zapamatovat si obrovské množství informací. My se ovšem potýkáme s problémem, jak si informace efektivně uchovat a jak si je v případě potřeby vybavit.*“<sup>40</sup> S tímto problémem se potýká mnoho žáků. Ihned po naučení nové látky mnoho informací zapomenou, nebo jim dělá problém se nové informace vůbec naučit. Na základní škole se žáci okrajově učí, jaké máme druhy paměti a jaký je v nich rozdíl. Už se ale nenaučí, jak mohou jednotlivé druhy paměti využít a jak s nimi správně pracovat. Nevědí, pomocí jakých metod mají nové informace efektivně vnímat a uchovávat v paměti. To je jedna z věcí, kterou by se měli v rámci základního vzdělávání ve výchově k občanství naučit – jak správně přijímat a uchovávat nové informace. Tyto poznatky následně využijí i v dalších předmětech. Domnívám se, že metod a způsobů, jak vnímat a jak správně pracovat s pamětí je několik, ale žáci je neznají. Z toho

<sup>39</sup> *RVP ZV - Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* - edu.cz. edu.cz - Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © 2022 [cit. 28. 08. 2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

<sup>40</sup> Odborné časopisy. *Odborné časopisy* [online]. Copyright © 2014 [cit. 28. 08. 2022]. Dostupné z: <http://www.odbornecasopisy.cz>

důvodu jsem se rozhodla, že toto téma prozkoumám a několik efektivních metod v rámci dvou alterací představím.

## 5.2 Cíl funkční psychologické gramotnosti

Výuka psychických jevů, tedy konkrétně kognitivních procesů vnímání a paměti je na základní škole řazena do předmětu výchova k občanství. Je velmi důležité, kterým způsobem se tato látka probírá a jak je žákům podána. A to z jednoho prostého důvodu. Nejde jen o teoretické znalosti a poznatky z oboru psychologie. Je velmi důležité, aby je žáci dokázali aplikovat i v jiných předmětech či životních situacích. Současná výuka psychologie ve školství by měla směřovat k funkční psychologické gramotnosti. Psychologie na základní a následně i střední škole by měla být podána žákům tak, aby ji dokázali propojit s běžnými situacemi v životě. To je cílem funkční psychologické gramotnosti. Zároveň si ovšem musíme položit důležitou otázku: Jaký je cíl výuky psychologie, konkrétně kognitivních procesů vnímání a paměti? Učitelé si mohou klást cíle různé, například: Žák dokáže charakterizovat, co je to vnímání a paměť. Žák uvede jednotlivé druhy paměti a vysvětlí, čím se liší. Ano, cíl je takto stanovený správně. Ale je to opravdu to, čeho chceme dosáhnout? Není. Naším cílem je přece, jak již bylo zmíněno, propojit hodiny psychologie s každodenním životem. To znamená, že k těmto cílům (akademickým) bychom si měli přidat ještě cíl rekonstrukcionistický. Tedy takový, aby žáci dokázali učivo z hodin aplikovat i v dalších předmětech či každodenním životě.

## 6. Didaktický potenciál učebnic

Cílem této analýzy je zjistit, jak jsou témata kognitivních procesů vnímání a paměti v jednotlivých učebnicích rozpracována, konkrétně v učebnici Fraus a Nová škola, s.r.o. Učebnice jsou nedílnou součástí výuky. Jsou didaktickou pomůckou, která je velkou oporou jak pro žáky, tak pro učitele. Na výběru učebnic pro školy se podílí zejména vedení školy, případně učitel, který daný předmět vyučuje. Učebnice se vybírá podle několika kritérií, například: dle obsahu učiva, přehlednosti, zda jsou v ní obsaženy všechny podstatné informace a podobně. Důležitým didaktickým úkolem učebnic je prezentovat učivo pojmové, verbální a to tak, aby se z něj byl žák schopen učit a aby učitel mohl vést díky němu vyučovací hodinu. Je velmi dobré, když jsou součástí učebnice tipy na motivační úkoly, praktické úkoly a aktivity, které hodinu zpestří a pomohou studentům pochopit učivo. Pro žáky je to zábava, která s sebou přináší lepší vštípení probíraného učiva do paměti.

Zpracování učebnic budu hodnotit zejména na základě těchto výzkumných problémů:

a) Deskriptivní = popisné, které charakterizují daný jev

- Jak obtížné jsou provádějící texty v současné učebnici výchovy k občanství?
- Jsou v učebnici praktické příklady a návrhy na aktivity, které by se v hodinách daly využít, nebo jsou v ní obsaženy pouze teoretické informace bez praktického využití?

b) Relační = vztahové, které popisují, jaké jsou vztahy mezi jednotlivými učebnicemi, zda je tam nějaká shoda či podobnost

- Jsou kapitoly týkající se kognitivních procesů v učebnicích obdobně zpracovány?
- Jsou mezi jednotlivými učebnicemi výrazné rozdíly v podání učiva?
- Jsou texty v učebnicích různě náročné, nebo je jejich náročnost podobná?

Jak jsem již zmínila, tak cílem tohoto metodologického šetření analýzy učebnic, rozhovorů s vyučujícími a rozboru výuky kognitivních procesů, je vyvození způsobu a metodiky, na základě které se vnímání a paměť učí. Ráda bych na základě tohoto šetření navrhla efektivní metody, které budou pro žáky v hodinách přínosné. A to nejen v hodinách občanské výchovy a základů společenských věd na střední škole, ale také v dalších předmětech a v jejich každodenním životě. Cílem je, aby žáci znali dobré způsoby a metody, jak informace vnímat a co udělat pro to, aby si jich co nejvíce zapamatovali. Málomocný žák dokáže s pamětí efektivně pracovat.

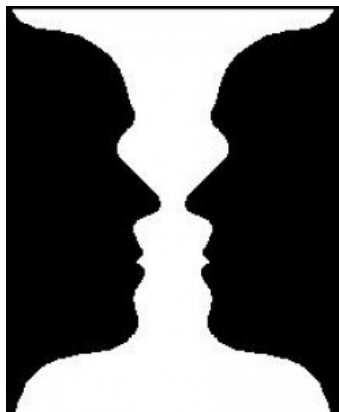
## 6.1 Nakladatelství Nová škola, s. r. o. – 8. ročník

**Výchova k občanství pro 8. ročník základní školy a odpovídající ročníky víceletého gymnázia – učebnice vytvořená v souladu s RVP ZV (Nová škola, s.r.o.)**

Po nahlédnutí do obsahu učebnice jsem zjistila, že v první kapitole Člověk jako osobnost je podkapitola Já, moje smysly a paměť. Po důkladném pročtení obsahu a kapitoly, jejíž název jsem zmínila, jsem zjistila, že vnímání je pouze okrajově zmíněno v kapitole smysly. U smyslů, konkrétně u zraku je popsáno: „Zrak nám umožňuje vnímat nejrůznější barvy a tvar předmětů. Díky zraku můžeme určit i jejich vzdálenost a pohyb. Při zrakovém vnímání může docházet ke zkreslení, kdy určitý předmět vnímáme jinak, než jaký je ve skutečnosti. Vznikají tak nejrůznější zrakové klamy, kterým nedokážeme zabránit, i když o nich víme.“<sup>41</sup>

Na jednu stranu velmi oceňuji, že jsou v učebnici praktické ukázky, které zaujmou a aktivují žáky, vzbudí u nich určitou pozornost a zpestří výuku. Kromě velmi známého Kanizsova trojúhelníku jsou v učebnici tzv. geometrické (Müller-Lyerova figura, Ponzova figura) či psychologické klamy.

Obrázek 8: Psychologické klamy<sup>42</sup>



Ponzova figura

Na druhou stranu mi zde chybí obecnější charakteristika vnímání. Na co všechno se musíme během vnímání soustředit, jak rychle nás dokáže něco vyrušit, jak dlouho pozornost udržíme (kdy je dobré dát si „efektivní“ přestávku) apod. V hodině by bylo zajímavé vyzkoušet, kterými způsoby žáci vnímají. Někdo vnímá lépe díky sluchu, někdo díky zraku, někdo spojením obou. Z těchto důvodů si myslím, že by mohla být kapitola

<sup>41</sup> LUNEROVÁ, Jitka, Radim ŠTĚRBA a Monika SVOBODOVÁ. *Výchova k občanství 8: učebnice vytvořená v souladu s RVP ZV*. 7. aktualizované vydání. Brno: Nová škola, 2021. Duhová řada. ISBN 978-80-7600-237-1, str. 20

o vnímání rozšířená – jak tedy o teoretické poznatky, informace, tak o ty praktické (vnímání předmětů na základě zraku i sluchu a jejich následné porovnání).

Paměť je v učebnici obsažena více. Jsou zde jak informace teoretické, tak praktické. V teoretické části jsou informace zcela základní – definice paměti, fáze paměti, druhy paměti a jejich odlišnost. Z praktických úkolů se mi líbí dva následující:

*„1. Pracujte ve dvojicích. Rozložte před souseda v lavici 10 různých předmětů. Můžete se na ně dívat půl minuty, potom předměty zakryjte. Spolužák napíše názvy předmětů, které si zapamatoval. Tímto způsobem prověřte svou krátkodobou paměť.“<sup>42</sup>* První úkol souvisí s krátkodobou pamětí, na které si měli žáci demonstrovat kapacitu krátkodobé paměti a dobu, po jakou jsou v ní informace uloženy. Co bych trochu vytkla je, že ani jedno kritérium – kapacita paměti a délka uchování informací v krátkodobé paměti není v učebnici zmíněno. Stejně tak nejsou v souvislosti s krátkodobou pamětí zmíněné mnemotechnické pomůcky, které jsou pro žáky velmi důležité a často si je sami vytváří.

*„2. Sedněte si do kruhu. Postupně každý uveďte svůj poznatek, jaký typ paměti u vás převládá. Potom vytvořte menší skupiny žáků se stejným typem paměti. Na základě vybraného textu z učebnice předložte důkazy, že u vás skutečně daný typ paměti převládá.“<sup>43</sup>* Druhý úkol souvisí s druhy paměti (zraková, sluchová, pohybová, mechanická, logická). Oceňuji, že žáci rozvedou na základě zadání úkolu diskuzi o tom, kterou z pamětí nejvíce používají. Následně mají na základě vybraného textu předložit důkazy. Jakého textu? Žádný v učebnici k dispozici k tomuto tématu není, to je trochu zavádějící.

Dle mého není paměť zpracována špatně, ale i tak zastávám názor, že je téma velmi obecné a okrajové. Přidala bych například Ebbinghausovu křivku zapomínání a některé další úkoly související s pamětí, na základě kterých žáci zjistí, co je zrovna v jejich případě efektivní. To znamená, že nebudou rozebírat pouze to, jakou paměť používají a jak u nich funguje, ale budou se snažit objevit něco nového, co by jim při práci s pamětí dokázalo ještě více pomoci.

---

<sup>42</sup> LUNEROVÁ, Jitka, Radim ŠTĚRBA a Monika SVOBODOVÁ. *Výchova k občanství 8: učebnice vytvořená v souladu s RVP ZV. 7. aktualizované vydání*. Brno: Nová škola, 2021. Duhová řada. ISBN 978-80-7600-237-1, str. 22, 23

<sup>43</sup> Tamtéž

## 6.2 Nakladatelství Fraus – 8. ročník

### Občanská výchova 8 – hybridní učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia (nakladatelství Fraus 2021)

Než začnu rozbírat samotný obsah učebnice, musím ocenit, že tato učebnice je tzv. hybridní. To znamená, že žáci mají učebnici k dispozici jak fyzicky, tak online prostřednictvím internetu. „*Propojujeme tradiční svět papírových učebnic se současným digitálním světem – moderní učebnice a pracovní sešity FRAUS jsou nejen na papíře, ale i v digitální podobě.*“<sup>44</sup>

V obsahu je kapitola pojmenovaná přímo Psychické procesy a stavy, což si myslím, že je dobré, jelikož si žáci spojí kognitivní procesy, které jsou součástí této kapitoly, přímo s psychickými jevy. Podkapitoly, v níž je obsaženo vnímání a paměť, se jmenují: Jak poznávám a vnímám, Pamatuješ si, jak...?

Vnímání je zde zcela jasně charakterizováno. Je zde definice toho, co je to vnímání, což mi v předchozí učebnici scházelo. Byly zde popsány pouze optické klamy a nějaké jejich příklady. V této učebnici je tedy jasná definice a příklad: „*Vnímání je proces, pomocí kterého poznáváme to, co v konkrétním okamžiku působí na naše smysly. Vnímáme, že auto je červené, že upečená bábovka krásně voní, že citron je kyselý, slyšíme, že nám zvoní telefon, prsty cítíme, že je nějaký předmět ostrý.*“<sup>45</sup> Z této věty (i bez následného použití učebnice) se dá pěkně odvodit, kterými smysly můžeme vnímat. Nemusí být vyjmenovaná v úvodu kapitoly celá škála smyslů, které všichni známe. Z této věty je to zřejmé. Na tento úvod vnímání navazují chyby vnímání, a to smyslové klamy. Jsou zde stručně charakterizovány, ale zároveň jsou zde taktéž uvedené příklady – geometrické, psychologické. Tímto téma vnímání končí

a volně přechází k všímavosti. Chybí mi zde opět praktické úkoly, například procvičení vnímání – co je u kterého žáka efektivní, informace o tom, kolik předmětů můžeme naráz vnímat nebo co může naše vnímání přerušit. Opět tedy postrádám praktické informace a úkoly, které souvisí s vnímáním.

Kapitola Pamatuješ si jak...? se zabývá pamětí. Hned na úvod jsou zde evokační otázky: „*Jak rozumíš pojmu paměť? Co všechno zahrnuje? Seřad', jak jdou v časové*

<sup>44</sup> Učebnice a pracovní sešity - Nakladatelství Fraus. Nakladatelství Fraus [online]. Copyright © 2022 [cit. 06. 11. 2022]. Dostupné z: <https://www.fraus.cz/cs/pro-skoly-a-ucitele/ucebnice-a-pracovni-sešity>

<sup>45</sup> URBAN, Michal, Tomáš FRIEDEL, Tereza KRUPOVÁ, Dagmar JANOŠKOVÁ a Monika ONDRÁČKOVÁ. *Občanská výchova 8: hybridní učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia*. 2. vydání. Plzeň: Fraus, 2021. Škola s nadhledem. ISBN 978-80-7489-716-0., str. 23

posloupnosti za sebou jednotlivé činnosti paměti: (vybavení a znovupoznání uchovaného, uchování v paměti, uložení do paměti). *Pamatuješ si něco, co není vůbec důležité, přesto to stále nemůžeš zapomenout?*<sup>46</sup> Velmi se mi líbí, že zde není žákům ihned předložena definice paměti, ale snaží se je nějak namotivovat a nutí je zamyslet se nad tím, co to paměť je a co všechno o ní vědí. Žáci sice jednotlivé jevy nedokáží odborně pojmenovat, ale dokáží je popsat jejich „dětskou řečí“, a to nám při evokaci naprosto stačí. Definice a odborné termíny se dozvědí vzápětí. Po evokačních otázkách je zde vysvětlení toho, co je to paměť, jaké máme druhy paměti, na základě kterých kritérií můžeme paměť rozdělit. Líbí se mi, že každé definici předchází otázka. V případě, že nemají žáci učebnici před sebou, dá se s otázkami skvěle pracovat, a dají se tak u dětí zjišťovat jejich dosavadní znalosti, které si následně rozšiřují. Úkol, který v učebnici po úvodní charakteristice paměti následuje, je stejný jako v přechozí učebnici, tedy zapamatovávání obrázků. Na rozdíl od předchozí učebnice jsou zde obrázky namalovány, což může usnadnit práci v hodině v případě, že nemá paní učitelka aktivitu v záloze, nemá žádné vhodné předměty po ruce. Může tedy využít inspiraci v učebnici, kde je zároveň i tabulka s hodnocením:

Obrázek 9: Výsledky hodnocení aktivity<sup>46</sup>

VÝSLEDKY	
16 a více obrázků	nadprůměrná paměť
15 – 10 obrázků	průměrná paměť
9 a méně	podprůměrná paměť

Určitě bych dětem zmínila, že o jejich paměti nic nevyovídá pouze jedna aktivita. Někdo by mohl být smutný z toho, že si zapamatoval předmětů jen osm, a tudíž má špatnou paměť, i když jindy s pamětí problém nemá. Zmínila bych, že vždy má na vnímání a paměť vliv i prostředí, soustředěnost, rušivé elementy, zdravotní stav a podobně.

Další úkol souvisí se zapamatováním řady slov a věty a s následným porovnáním toho, co si žáci zapamatovali lépe a proč. Důležité je, aby si žáci dokázali vše odůvodnit a věděli, proč tomu tak je. Není dobré, když se učí jen „suché definice“. Vždy je dobré, když tomu rozumí. V závěru kapitoly je poměrně obsáhlý odstavec věnován Ebbinghausově křivce

<sup>46</sup> URBAN, Michal, Tomáš FRIEDEL, Tereza KRUPOVÁ, Dagmar JANOŠKOVÁ a Monika ONDRÁČKOVÁ. *Občanská výchova 8: hybridní učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia*. 2. vydání. Plzeň: Fraus, 2021. Škola s nadhledem. ISBN 978-80-7489-716-0., str. 29



zapomínání a jejímu následnému vysvětlení. Zároveň jsou zde i tipy, co dělat, když si chceme něco zapamatovat a dlouhodobě uchovat v paměti tak, aby nedošlo k procesu zapomínání.

### 6.3 Porovnání didaktického potenciálu učebnic

Když porovnáám obě učebnice, raději bych zvolila učebnici z nakladatelství Fraus. Učebnice je zpracovaná přehledně, jsou zde motivační otázky k učivu, informace jsou obsáhlejší, jsou zde zajímavé úkoly k vyvinutí aktivity u studentů. Nyní se podrobněji podívám na kritéria a výzkumné otázky, které jsem si stanovila:

#### 1. Deskriptivní:

- Jak obtížné jsou provádějící texty v současných učebnicích výchovy k občanství?

Texty, se kterými se v učebnici v rámci probíraného tématu pracuje, nejsou nijak náročné. V učebnici Nová škola, s.r.o. je v kapitole vnímání textu minimálně – zcela mi zde chybí charakteristika vnímání, což je důležité. Jak jinak odliší žáci vnímání od představy, když nebudou vědět, co je vlastně vnímání? Látka je zde doplněna spíše obrázky optických klamů, kterých je zde až příliš. Mohlo by jich být méně a přidala bych například obrázek křivky zapomínání. Za sebe mohu říci, že je lépe zpracovaná učebnice z nakladatelství Fraus. Je zde více provádějícího textu, více vysvětlených pojmů, ale zároveň i mnoho evokačních otázek, úkolů a praktických ukázek, které pomohou žákům učivo lépe pochopit.

- Jsou v učebnici praktické příklady a návrhy na aktivity, které by se v hodinách daly využít, nebo jsou v ní obsažené pouze teoretické informace bez praktického využití?

Ano, v učebnicích jsou i praktické příklady, ale ne všude jsou vhodně zvolené. Jak jsem již zmiňovala v předchozí výzkumné otázce – v učebnici Nová škola, s.r.o. je v kapitole vnímání mnoho optických klamů, se kterými žáci pracují. Stačily by dva až tři na ukázkou. V rámci vnímání pro žáky není žádný jiný úkol ani praktické příklady. Kapitola zabývající se pamětí obsahuje dva úkoly, které jsem již vyzdvihla: *„Pracujte ve dvojicích. Rozložte před souseda v lavici 10 různých předmětů. Můžete se na ně dívat půl minuty, potom předměty zakryjte. Spolužák napíše názvy předmětů, které si zapamatoval. Tímto způsobem prověřte svou krátkodobou paměť. Sedněte si do kruhu. Postupně každý uveďte svůj poznatek, jaký typ paměti u vás převládá. Potom vytvořte menší skupiny žáků se stejným typem paměti. Na základě vybraného textu z učebnice předložte důkazy, že u vás skutečně daný typ paměti*

*převládá.*<sup>47</sup> Tyto dva úkoly se mi líbí, jelikož si žáci sami něco vyzkouší a mohou rozebrat to, kterým způsobem si informace zapamatovávají a jak se vlastně učí. Zároveň bych kapitolu obohatila o nějaký další úkol, na základě kterého by žáci zjistili, že jiný způsob zapamatování je pro ně lepší a efektivnější. Učebnice z nakladatelství Fraus mi i v tomto případě přijde lepší, jelikož jsou v úvodu obou dvou témat kognitivních procesů (u vnímání i u paměti) motivační, aktivizační otázky a žáci se na základě nich sami pokusí přijít na to, co všechno již vědí. Až následně je jim předložen text s definicemi a termíny, které jsou pro pochopení učiva důležité.

## 2. Relační

- Jsou kapitoly týkající se kognitivních procesů vnímání a paměti v učebnicích obdobně zpracovány?

Můžeme říct, že základ je téměř stejný. Rozdíl je v tom, že v učebnici z nakladatelství Fraus se dozvídáme mnohem více informací jak o vnímání, tak o paměti. Kapitoly jsou textově obsáhlejší. Máme zde jasné definice, pojmy, ale i praktické příklady, zatímco v učebnici z Nové školy, s.r.o. mi mnoho pojmů a příkladů chybí.

- Jsou mezi jednotlivými učebnicemi výrazné rozdíly v podání učiva?

Ano, a to zejména u kapitoly vnímání. Zatímco učebnice z Nové školy, s.r.o. se zaměřuje zejména na smyslové klamy, v učebnici z nakladatelství Fraus jsou definice vnímání a následně příklady, které pracují s aktivizací žáků.

- Jsou texty v učebnicích různě náročné, nebo je tam jejich náročnost velmi podobná?

Náročnost provádějících textů je velmi podobná, ale texty v učebnici z nakladatelství Fraus mi přijdou lépe zpracovány. Jsou přehlednější, je zde charakteristika daného kognitivního procesu a s ním související pojmy a úkoly.

---

<sup>47</sup> LUNEROVÁ, Jitka, Radim ŠTĚRBA a Monika SVOBODOVÁ. *Výchova k občanství 8: učebnice vytvořená v souladu s RVP ZV. 7.* aktualizované vydání. Brno: Nová škola, 2021. Duhová řada. ISBN 978-80-7600-237-1, str. 22, 23

## 7. Kvalitativní výzkum a rozhovory s vyučujícími

V rámci metodologie se budu zabývat výukou psychologie, konkrétně vnímáním a pamětí na základní škole. Cílem je zjistit, jak se psychologie vyučuje, jaké materiály vyučující používají, jak probíhají hodiny občanské výchovy a jaké metody vyučující volí. Cílem je také zjistit, zda se v hodinách jedná pouze o výklad, tedy o frontální výuku, nebo zda je hodina zaměřena na funkční psychologickou gramotnost. Při metodologickém šetření jsem zvolila kvalitativní metodu – rozhovor se čtyřmi vyučujícími občanské výchovy na základní škole. Dvě vyučující působí na Základní škole Komenského v Náměšti nad Oslavou, v níž v současnosti působím jako asistentka pedagoga. Třetí vyučující působí taktéž v Náměšti nad Oslavou, ale tentokrát na Základní škole Husově. Poslední, čtvrtá vyučující působí na Základní škole na Václavském náměstí v Třebíči.

K rozhovoru jsem si vytvořila předem dané tzv. klastry, které obsahují několik dílčích otázek týkajících se tématu. Před samotným rozhovorem jsem si stanovila několik klíčových hypotéz, které si na základě rozhovoru s vyučující buď potvrdím, nebo vyvrátím. Nedílnou součástí metodologického šetření je také náslech hodiny a její následný rozbor. Při rozboru hodiny se zaměřuji zejména na strukturu hodiny – zda proběhla motivace, evokace a reflexe. Zaměřím se také na to, zda byla hodina založena pouze na frontální výuce, nebo zda byli žáci do procesu výuky zapojeni různými aktivitami, úkoly či zajímavými metodami. Zhodnotím, co mi přišlo v hodině efektivní, co se mi líbilo, případně okomentuji nedostatky hodiny. Na základě náslechu a rozboru vyučovací hodiny navrhnu dvě hodiny, které budou směřovat k funkční psychologické gramotnosti. K tomu, aby žáci dokázali s pamětí správně pracovat, dokázali v hodině správně vnímat a přijímat informace z okolí. Tuto schopnost dokáží následně aplikovat i v dalších vyučovacích předmětech.

### 7.1 Charakteristika rozhovoru

Rozhovor je jedna ze základních sociologických metod, která je využívána při kvalitativním výzkumu. *„Rozhovory (interview) mohou být vedeny se všemi, kteří nás zajímají z hlediska potřeb řešení problému. Mohou jít více do hloubky, nemusejí se vázat na uzavřené otázky, poskytují větší prostor pro to, aby se tázaní rozhovořili podle své potřeby (ovšem i takový rozhovor musí mít určitý scénář, program).“<sup>48</sup>*

<sup>48</sup> HAVLÍK, Radomír. *Úvod do sociologie*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 1995. ISBN 80-7184-139-0., str. 16

Rozlišujeme rozhovor strukturovaný, polostrukturovaný a nestrukturovaný. V případě strukturovaného rozhovoru je předem dané téma, přesné znění otázek, kterých se musí tazatel držet. V případě polostrukturovaného rozhovoru má tazatel připravenou kostru témat a otázek, ale má možnost se od předem daných otázek mírně odklonit. V posledním případě, v případě nestrukturovaného rozhovoru, se jedná o volnou diskuzi, kdy se odpovědi dle potřeby dovysvětlují a vyjasňují.

V mém případě se jedná o polostrukturovaný rozhovor, kdy mám stanovené klastry s jednotlivými otázkami, ale můžeme se od nich lehce odklonit.

V rámci metodologie jsem zvolila kvalitativní metodu. K rozhovoru jsem si vytvořila předem dané tzv. klastry, které obsahují několik dílčích podobných otázek týkající se daného tématu. Před samotným rozhovorem jsem si stanovila několik klíčových hypotéz, které si na základě rozhovoru s vyučující buď potvrdím, nebo vyvrátím. V rámci rozhovoru se zaměřím na tyto tematické celky: zkušenosti a znalosti vyučující, psychologie ve výuce, cíle výuky psychologie, metody a formy, průběh hodiny, vzdělávací materiály. Poslední otázka, na kterou se budu vyučujících ptát, je doplňující: Je ještě něco důležitého, co byste mi chtěla říct? Otázkou směřuji k tématu a ke zjištění dalších informací, na které jsem se v rámci stanovených otázek nezeptala, ale vyučující považuje za důležité sdělit mi je.

## 7.2 Hypotézy

V poslední době je ve školství velmi běžné, že se některé předměty dávají do úvazku učitelům, aniž by je měli vystudované. Může se tedy stát, že se bude vystudovaný pedagog ucházet o práci ve školství s vystudovaným oborem český jazyk a dějepis. Vzhledem k tomu, že volné místo pro dějepiséře není, bude dotyčnému nabídnuto místo na pozici učitele výchovy k občanství a časem, v případě, že se místo učitele dějepisu uvolní, bude mu přiděleno. Takto se pak stává, že učitelé učí obor, který nemají vystudovaný. Myslím si, že všechny vyučující budou mít aprobaci výchovy k občanství, ale může se stát, že jedna dotazovaná vyučující bude mít aprobaci jinou.

Odpovědi na otázky týkající se psychologie ve výuce, konkrétně zachycení psychologie (vnímání a paměti) v RVP, ŠVP a učebnicích očekávám velmi podobné jako moje hypotéza. Předpokládám, že více jak polovina dotazovaných mi řekne, že téma je velmi obecné, v učebnicích jsou spíše teoretické poznatky, nikoli praktické. Myslím si, že pokud chce vyučující zpestřit hodinu, musí vymýšlet různé kvízy, úkoly, aktivity a pracovní listy nad rámec informací obsažených v učebnici. Co se týká RVP,

jak jsem již zmínila, na základě podrobnějšího čtení rámcového vzdělávacího programu jsem zjistila, že paměť není v plánu učiva ani v očekávaném výstupu vůbec zmíněna. To je problém, jelikož by žáci měli vědět, jaké jsou efektivní způsoby, díky nimž si zapamatují co nejvíce podstatných informací. Předpokládám, že alespoň polovina vyučujících by v učebnici něco změnila.

Otázky týkající se cílů výuky psychologie budou, dle mého názoru, dosti problematické. Často se v hodinách stává, že učitel stanoví téma, které bude probírat, nastíní strukturu hodiny, ale již neodliší cíl. Vzhledem k tomu, že není cíl stanoven, není ani důvod a možnost ověřovat cíl v rámci reflexe. Někteří učitelé chtějí v závěru hodiny v rámci reflexe slyšet nějakou informaci, kterou si žáci zapamatovali. Je to sice dobrá cesta, ale není to ověření cíle. Velkým úskalím této reflexe je také to, že po sobě budou žáci informace opakovat a budou vyučujícím tvrdit, že si zapamatovali stejnou informaci. Domnívám se tedy, že explicitně stanovený a ověřený cíl bude mít pouze jedna vyučující.

V rámci klastru otázek metody a formy ve výuce budou velmi pestré odpovědi. Každý učitel může pojmut evokaci a motivaci žáků posvém. Problém by byl, kdyby tato část (motivace a evokace) zcela chyběla. Když žáky na hodinu namotivujeme, pracují mnohem lépe, hodina je více baví a více se toho naučí. Určitě je potom správné, když se snažíme pozornost žáků udržet. To se nám nepovede pouze díky frontální výuce, ale zejména díky různým úkolům a aktivitám, které donutí žáky přemýšlet a být kreativními. Dle mého názoru budou všechny dotazované vyučující zahajovat hodinu motivací, evokací a výklad budou v hodině prokládat zajímavými vzdělávacími aktivitami.

Poslední otázky se týkají materiálů, které vyučující používají ve výuce. Myslím si, že většina vyučujících používá učebnice, monografie či pracovní listy. V některých učebnicích jsou informace velmi teoretické – bez praktických ukázek či úkolů. Nevím, s kterými učebnicemi pracují dotazované vyučující, ale předpokládám, že minimálně dvě vyučující by v učebnici něco změnily. Budou jim připadat nepřehledné, málo praktické apod. Z toho důvodu (a také z důvodu zpestření a zkvalitnění výuky) budou ve výuce používat další materiály a didaktické pomůcky.

Shrnutí hypotéz:

- Všechny vyučující budou mít aprobaci výchovy k občanství, ale může se stát, že jedna dotazovaná vyučující bude mít aprobaci jinou.
- Minimálně polovina vyučujících by v učebnici něco změnila.

- Explicitně stanovený a ověřený cíl bude mít pouze jedna vyučující.
- Všechny dotazované vyučující zahajují hodinu motivací, evokací a výklad v hodině prokládají zajímavými vzdělávacími aktivitami.
- Většina vyučujících používá ve výuce texty učebnic, monografie nebo pracovní listy.

### 7.3 Klastry a dílčí otázky k rozhovoru

#### 1. Zkušenosti a znalosti vyučující

- Jakou máte aprobaci?
- Jaká je délka Vaší praxe ve školství?
- Jak dlouho učíte výchovu k občanství na základní škole?
- Učila jste někdy toto téma?

#### 2. Psychologie ve výuce

- Proč si myslíte, že je důležité psychologii vyučovat?
- Jak si myslíte, že je psychologie (konkrétně vnímání a paměť) zachycena v RVP, ŠVP a učebnicích?

#### 3. Cíle výuky psychologie

- Co je jejím cílem v hodinách výchovy k občanství při výuce psychologie?
- Zohledňujete klíčové kompetence?
- Jak si v reflexi nejčastěji ověřujete, zda byl stanovený cíl naplněn?

#### 4. Metody a formy, průběh hodiny

- Probíhá v hodině evokace a motivace žáků? Pokud ano, jak?
- Je Vaše hodina založena na frontální výuce, nebo hodinu zpestřujete různými projekty či úkoly?
- Jak probíhá evaluace žáků?
- Zkoušíte nějaké metody a úkoly, které žákům pomohou rozpoznat, jaký typ paměti je pro ně ten správný?
- Kterými aktivitami zpestřujete výuku?

#### 5. Vzdělávací materiály

- Používáte ve výuce učebnice? Pokud ano, jaké?
- Myslíte si, že má učebnice, jakou používáte, nějaké nedostatky? Změnila byste něco?

- Používáte ve výuce monografie? Pokud ano, jaké?
- Používáte Vaše zápisky ze studií?
- Jaké další materiály ve výuce používáte?

Je ještě něco důležitého, co byste mi chtěla k výuce psychologie na základní škole říct?

## 7.4 Rozhovor č. 1

Zkušenosti a znalosti vyučující

Paní učitelka má vystudovaný obor zeměpis, ruský jazyk a výchovu k občanství. Ve školství působí třicet let, z toho zhruba dvacet let učí výchovu k občanství. Vzhledem k tomu, že učivo se neustále mění, tak podrobně, jako v dnešních hodinách výchovy k občanství paní učitelka vnímání ani paměť neučila. Většinou se zmínila o paměti v rámci jiného tématu, ale nikdy nebyla v učebnici takto samostatně a podrobně.

Psychologie ve výuce

Paní učitelka mi na otázku, proč si myslíte, že je důležité psychologii vyučovat, odpověděla následovně: „Je důležité, aby děti věděly, jak paměť funguje a jak ji můžeme trénovat.“ Mnoho dětí neví, jak paměť správně využít – jak se správně učit, co je zrovna pro ně efektivní. Pro někoho je dobré při učení chodit, někdo musí informace vidět, jiný slyšet. Je důležité, aby dokázaly informace, které se o paměti naučí v přírodopise a ve výchově v občanství, propojit i v dalších předmětech a životě.“

„Co se týče RVP a ŠVP, vnímání a paměť je zde zachycena velmi obecně, nedozvídáme se nic konkrétního, žádný konkrétní výstup, jelikož se toto téma skrývá okrajově v různých tématech.“ Paní učitelka pracuje s učebnicí z nakladatelství Nová škola, s. r. o. a je s ní spokojená. Učivo je tam dle jejího názoru pěkně popsáno a je propojeno s různými aktivitami, které se dají s dětmi dělat.

Cíle výuky psychologie

Cílem je určitě praktické využití získaných informací o paměti. Žáci by měli znát nějaké obecné znalosti o paměti, ale mnohem důležitější je, aby věděli, jak jejich paměť funguje a co je právě v jejich případě při vnímání a práci s pamětí efektivní. Na základě hodin výchovy k občanství by měli zjistit, jakou mají paměť a co je právě pro ně z hlediska metod vnímání a pamatování si informací nejlepší.

Zda byl cíl v hodině naplněn, ověřuje paní učitelka prostřednictvím pětílístku, pracovních listů, zápisem alespoň dvou hesel z hodiny, shrnujícím videem a následným porovnáním toho, co se žáci dozvěděli oproti hodině z videa navíc, vymyslí si jednu otázku do testu, paní učitelka nadiktuje žákům ověřující otázky, žáci ukáží na prstech body (1 – 5 jako ve škole), jak se jim v hodině dařilo.

Metody a formy, průběh hodiny

Motivace i evokace u žáků probíhá. Promítnu žákům na interaktivní tabuli obrázek, na základě kterého tipují téma hodiny, pustím jim krátké video, přečteme si článek nebo provedu dramatizaci. Často používám i nějaké kvízy nebo doplňovací otázky.

Já: „Jak taková dramatizace probíhá, paní učitelko?“

Vyučující: „Přijdu do hodiny, s dětmi se pozdravíme a řeknu jim, že si teď předvedeme například situaci v obchodě, kdy se mi rozbije drahý parfém, který si vybírám. Vyberu čtyři žáky, kteří budou provádět situaci z hlediska charakteru: Jeden žák bude cholerik, další flegmatik, sangvinik a poslední melancholik (toto ostatní žáci ze třídy nevědí). Tito čtyři žáci předvedou scénku emocionálně pokaždé jinak a úkolem třídy je uhodnout, jaké bude téma a čím se budeme zabývat. Zároveň už se i snaží jednotlivé typy charakterů dle projevů chování popsat a pojmenovat.“

Dále jsem se dotazovala, zda je hodina založena na frontální výuce. Paní učitelka řekla, že spíše ne. Někdy je potřeba žákům něco vysvětlit, ale výchova k občanství je taková „hravá“. Dá se vymýšlet mnoho aktivit, skupinových prací, práce ve dvojicích apod., čímž paní učitelka hodinu zpestří a žáky zaujme. K hodnocení se paní učitelka již vyjádřila, používá například metodu pětílístku, pracovní listy, zápis alespoň dvou hesel z hodiny, shrnující video apod.

Velice mě zajímala odpověď na otázku, zda používá paní učitelka nějaké metody, které pomohou žákům rozpoznat, jaký typ paměti je pro ně ten správný. Paní učitelka řekla, že používá Kimovu hru, což je hra k procvičení zrakové paměti. Žáci se po určité dobu (například minutu) dívají na předměty, které jim dá paní učitelka na lavici nebo do nějaké bedny. Následně mají cca 2 minuty na to, aby zapsali co nejvíce předmětů, které viděli a které si pamatují. Následně porovnávají, kolik předmětů si zapamatovali. Je to velmi dobrá hra pro rozvoj zrakového vnímání a krátkodobé paměti. Žáci zkusí luštit a vymýšlet také různé rébusy (přeházená písmenka ve slovech, číselná řada apod.). Do aktivit, kterými paní učitelka



zpestřuje výuku vnímání a paměti, patří dramatizace, pracovní listy, skupinové práce, práce ve dvojicích.

#### Vzdělávací materiály

Paní učitelka používá při výuce učebnice z nakladatelství Nová škola, s. r. o. S učebnicí je spokojená, jelikož je v ní hodně informací a zároveň i nějaké aktivity, které paní učitelku navedou a inspirují ji při výuce. Co se týče monografií, paní učitelka žádné nepoužívá. Když probírá téma významných osobností, často čte nějaké medailonky, ale jinak monografie nepoužívá. Stejně tak nepoužívá ani zápisky ze studií, jelikož jsou zastaralé a mnoho informací se od dob jejich studií již změnilo. Výchova k občanství je předmět, ve kterém se mnoho informací neustále mění, proto je nutné být ve střehu a informace si neustále vyhledávat, aktualizovat. Co ve výuce ráda používá, jsou pracovní listy, krátká videa ČT Edu, činnostní kartičky, listy kritického myšlení, myšlenkové mapy, iPady k vyhledávání informací. Paní učitelka říká: „Vždy záleží na tématu. Když jsem s žáky probírala smysly, donesla jsem do školy několik potravin (sůl, cukr, pepř, zeleninu a ovoce) a žáci na základě chutě poznávali, jaké potraviny to jsou. Museli mít zacpaný nos, aby používali opravdu pouze chuť.“

Na závěr paní učitelka dodala: „Je dobře, že se toto téma podrobně a prakticky na základní škole učí. Na střední škole to usnadní žákům práci. Budou vědět, jak se mají správně učit a co je v jejich případě efektivní. Není cílem, aby věděli všechny informace o mozku, o paměti a jejich druzích. Je důležité, aby je dokázali v praxi, v životě využít.“

## 7.5 Rozhovor č. 2

### Zkušenosti a znalosti vyučující

Paní učitelka má vystudovaný obor český jazyk a výchovu k občanství. Ve školství působí deset let, z toho zhruba pět let učí výchovu k občanství. Paní učitelka téma vnímání a paměť již učila, a to v rámci předmětu výchova k občanství. I přes to, že pět let není zas tak krátká doba z hlediska vývoje didaktických metod a proměnlivosti učiva výchovy k občanství, toto téma se nijak výrazně nezměnilo.

### Psychologie ve výuce

Psychologii je důležité vyučovat, jelikož je každý jedinec ve společnosti osobností individuální. Je důležité, aby došlo k sebepoznání, správnému rozvoji. Jedinec musí být schopen začlenit se do společnosti a udržovat si v ní zdravé a prosperující vztahy. Z toho

důvodu je výuka psychologie důležitá – jedinci otevírá možnosti poznání sebe samého a společnosti, do které náleží. Když se zaměříme konkrétně na téma vnímání a paměť, je důležité, aby žáci věděli, jaké druhy paměti rozlišujeme a jaký druh paměti mají. Velice jim to usnadní učení i v dalších předmětech.

V rámci otázky: Jak si myslíte, že je psychologie (konkrétně vnímání a paměť) zachycena v RVP, ŠVP a v učebnicích, mi paní učitelka odpověděla následovně: „Kapitola psychologie je v RVP součástí celku Výchova k občanství – Člověk jako jedinec, ve kterém je charakterizována velice obecně. Konkrétně téma vnímání a paměť není v RVP charakterizováno zvlášť a nemá samostatný výstup. V učebnicích je tato kapitola pojata velmi teoreticky. Ocenila bych, kdyby bylo v učebnici více aktivit pro žáky, více praktických úkolů. Vzhledem k tomu, že každá třída má jednou za týden předmět Osobnostní a sociální výchova, dalo by se to v rámci mezipředmětových vztahů krásně propojit.

„RVP Výchova k občanství – Člověk jako jedinec

*Očekávané výstupy*

- *VO-9-2-01 žák objasní, jak může realističtější poznání a hodnocení vlastní osobnosti a potenciálu pozitivně ovlivnit jeho rozhodování, vztahy s druhými lidmi i kvalitu života*
- *VO-9-2-02 žák posoudí vliv osobních vlastností na dosahování individuálních i společných cílů, objasní význam vůle při dosahování cílů a překonávání překážek*
- *VO-9-2-03 žák kriticky hodnotí a vhodně koriguje své chování a jednání*
- *VO-9-2-04 žák popíše, jak lze usměrňovat a kultivovat charakterové a volní vlastnosti, rozvíjet osobní přednosti, překonávat osobní nedostatky a pěstovat zdravou sebedůvěru*

*Učivo*

- *podobnost a odlišnost lidí – projevy chování, rozdíly v prožívání, myšlení a jednání; osobní vlastnosti, dovednosti a schopnosti, charakter; vrozené předpoklady, osobní potenciál*
- *vnitřní svět člověka – vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, sebe i druhých lidí, systém osobních hodnot, sebehodnocení; stereotypy v posuzování druhých lidí*

- *osobní rozvoj – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebezvědomí; význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při seberozvoji* <sup>49</sup>

### Cíle výuky psychologie

„Pokud se nebavíme pouze o vnímání a paměti, tak je cílem zejména sebepoznání jedince, jeho správný rozvoj a schopnost začlenit se do společnosti, v níž by si měl každý jedinec udržovat zdravé přátelské vztahy. V případě, že bych se zabývala cílem výuky vnímání a paměti, určitě je to propojenost teorie a praxe – jak lze paměť použít v každodenním životě žáků.“ Co se týče klíčových kompetencí – paní učitelka je v hodinách zohledňuje. A to zejména kompetence komunikační, digitální, pracovní a kompetence k rozvoji učení.

Zda byl cíl naplněn, ověřuje paní učitelka nejčastěji kontrolními otázkami:

- Kdo si zapamatoval a dokáže vysvětlit, co je...?
- Komu se podařilo vyhledat?
- Co jste si zapamatovali o...?
- Jak se vám dařilo? → Žáci buď zvednou ruce (úplně zvednutá – dařilo se mi dobře, napůl zvednutá – něco mi dělá stále problémy, nezvednutá vůbec – nedařilo se mi), nebo do sešitu malují reflektivní teploměr.

### Metody a formy, průběh hodiny

Motivace probíhá v každé hodině – ať už se jedná o český jazyk nebo výchovu k občanství. Ve výchově k občanství dávám žákům na začátku hodiny krátké cvičení na jedničku. Moje otázka na tuto odpověď zněla? „Myslíte si, že je dobré motivovat žáky na známky? Nebyl by i jiný, lepší způsob, jak žáky zaujmout?“ Paní učitelka mi odpověděla: „Vždy záleží na třídě. Bohužel mám zkušenost, že předmět výchovu k občanství berou téměř všichni žáci jako takový oddechový předmět. Myslí si, že si budeme stále vykládat. Do předmětu se moc neučí a známky mají někteří žáci opravdu špatné. Žáci jsou tudíž moc rádi, když jim nějaké opakovací otázky nebo kvízy připravím, a oni tak mohou získat pěkné známky. Jak jsem říkala, vždy záleží na třídě. Je možné, že v některé třídě by jim o tyto malé jedničky nešlo a ani by se nesnažili. Aby mohla mít jednička z aktivity stejnou váhu jako jednička z testu, musí dostat tři malé. Za tři malé jedničky dostanou žáci velkou

<sup>49</sup> RVP ZV - Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání - edu.cz. edu.cz - Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © 2022 [cit. 15. 01. 2023]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

jedničku, kterou jim zapíšu do elektronické žákovské knížky. K evokaci používám nejčastěji brainwriting, brainstorming, křížovku, video, práci s textem.“

Na otázku, zda je hodina založena na frontální výuce, nebo zda hodinu paní učitelka zpestřuje různými projekty či úkoly, mi paní učitelka odpověděla, že někdy je výklad potřeba. Občas je nutné, aby žákům po fázi motivace/evokace podala k probíranému tématu stručný výklad. V případě EU a podobných témat je to nutné. Vytvoří pro žáky prezentaci s kvízovými otázkami v průběhu prezentace, aby žáci nepřestali dávat pozor, a k tomu má výklad. Samozřejmě, že většinou se hodiny snaží prokládat různými aktivitami, jako je například skládkové učení, skupinové práce, práce s iPady, samostatná práce, vyhledávání informací a jejich záznam prostřednictvím RWCT (Reading and writing for critical thinking = Čtením a psaním ke kritickému myšlení), ale někdy je i výklad nezbytný. Evaluace žáků probíhá prostřednictvím sebehodnocení, hodnocení testů prostřednictvím kritérií (tabulka hodnocení), pouze ohodnocení, kdo úkol splnil, či nikoli.

Aby žáci poznali, jaký typ paměti je pro ně ten správný, používá paní učitelka testy paměti, které jsou k vyzkoušení zdarma na různých internetových stránkách. Případně trénuje s žáky paměť prostřednictvím internetové stránky proškoly. cz. Na této internetové stránce jsou různé paměťové testy, které vyhodnotí, v čem je žákova paměť výkonná, v čem naopak zaostává. *„Testy obsahují různé typy úkolů, které prověřují paměť z několika hledisek. Zkoumají schopnost zafixovat naučené podněty, typy vybavování a několik typů paměti (obrazovou, numerickou a verbální). Výsledky paměťových testů přináší informace o tom, kde jsou slabé a silné stránky v oblasti paměti.*

- *Obrázová paměť*

*Test prověřuje paměť na obrázky. Řešitel testu má za úkol zapamatovat si přesnou podobu obrázku (jeho výřezu) nebo uspořádání určitého počtu obrázků v mřížce.*

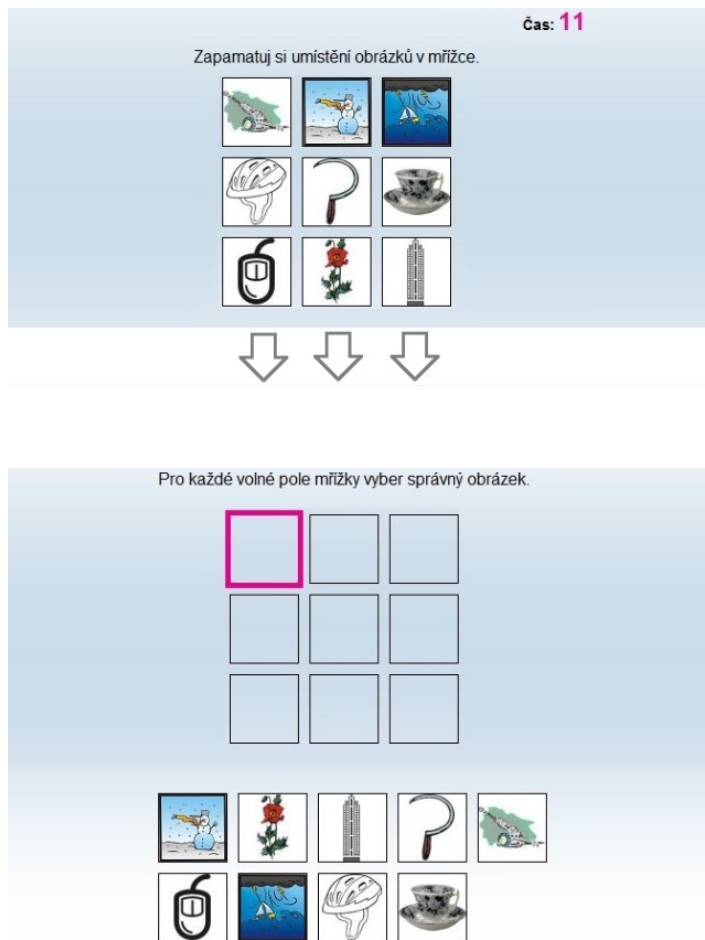
- *Numerická paměť*

*Test prověřuje paměť na čísla. Řešitel testu má za úkol zapamatovat si během určeného času řadu náhodných číslic, telefonní čísla, časové údaje či data narození a následně je vypsát zpět do tabulky.*

- *Verbální paměť*

Test prověřuje paměť na slova a texty. Řešitel testu má za úkol zapamatovat si pořadí vzájemně nesouvisajících slov, spojení křestních jmen a příjmení, případně celé věty.<sup>50</sup>

Obrázek 10: Ukázka úloh k procvičení paměti<sup>50</sup>



### Vzdělávací materiály

Paní učitelka používá při výuce učebnice z nakladatelství Nová škola, s. r. o. a zároveň hledá inspiraci v pracovním sešitě Hravá občanská výchova od nakladatelství Taktik. Učebnici hodnotí paní učitelka jako nedostačující, jelikož je v ní hodně teorie, ale málo aktivit pro žáky. Hodně si toho musí dohledávat sama. Pracovní sešit od Taktiku používá paní učitelka spíše v případě, že nestihne žádnou aktivitu připravit. Žáci ho k dispozici nemají, takže jim občas některá cvičení vytiskne. Co se týče monografií a zápisku ze studií, paní

<sup>50</sup> *Paměťové testy* - Proškoly.cz. Proškoly.cz [online]. Copyright © 2007 [cit. 15. 01. 2023]. Dostupné z: <https://www.proskoly.cz/pamet>

učitelka nepoužívá ani monografie, ani zápisky ze studií. Naopak používá ve výuce různé kartičky, texty a sním související úkoly, videa (v rámci evokace, motivace i reflexe).

## 7.6 Rozhovor č. 3

Zkušenosti a znalosti vyučující

Paní učitelka má vystudovaný obor český jazyk a výchovu k občanství. Ve školství působí čtrnáct let, z toho osm let učí výchovu k občanství. Paní učitelka téma vnímání a paměť taktéž učila, a to v rámci předmětu výchova k občanství, samostatně nikoli.

Psychologie ve výuce

„Vyučovat psychologii je důležité, jelikož nás vede ke spolupráci s ostatními, k empatii a porozumění druhým lidem. V rámci tématu vnímání a paměť je ovšem podstatné, aby žáci sami poznali, jakou paměť mají. Toto téma je v RVP zachyceno velmi obecně, prolíná se různými tématy. Mimo jiné je psychologie zahrnuta v učebnicích pro 8. ročník, která je moc pěkně zpracovaná. Není zde pouze teorie, ale i různé praktické příklady s aktivitami.“

Cíle výuky psychologie

„Cílem výuky psychologie je přiblížit žákům právě to, jak funguje naše paměť (jakou paměť máme a jak s ní efektivně pracovat), naše smysly. Dále je důležité, aby každý věděl, jaké má vlastnosti a s tím související temperament. Jaké má vlastnosti – zda je klidný, impulzivní, úzkostlivý nebo třeba bezstarostný a citlivý. Důležité je zmínit také hodnoty, žebříček hodnot, jak bychom měli správně zvládat náročné životní situace apod. Při výuce všech těchto témat i těch, která jsem nezmínila, zohledňuji klíčové kompetence. V rámci výchovy k občanství zejména komunikativní.“

„Zda byl naplněný cíl v rámci reflexe, ověřuji prostřednictvím zpětné vazby žáků, otázkami, pětílistkem, shrnutím.“

Má následná otázka? „Paní učitelko, co si mám představit pod pojmy zpětná vazba, otázky a shrnutí?“

„Zpětná vazba znamená, že mi každý řekne, zda se mu dařilo či nedařilo (případně co) a uvede jednu informaci, kterou si z hodiny odnáší. Informace se během reflexe nesmí opakovat. Otázky kladu žákům já. To znamená, že si dopředu připravím otázky do fáze reflexe, žákům je nadiktuji a oni mi do sešitu písemně všichni odpovědí. Já pak vyvolám

většinou pět žáků, kteří své odpovědi řeknou nahlas před třídou. Shrnutí znamená, že vytisknu žákům pracovní list = shrnutí, ve kterém budou chybět některé informace z hodiny. Úkolem žáků je chybějící informace správně doplnit.

#### Metody a formy, průběh hodiny

V hodině probíhá jak motivace, tak evokace žáků. Nejčastěji paní učitelka používá krátké aktivity (křížovky, doplňují otázky, doplňovačky), texty a související otázky k textu, fotografie, krátká videa či obrázky. „Výkladu se ve výchově k občanství vyhýbám. Hodinu stavím spíše na práci s textem a následným vyvozením učiva (konstruktivismus), na práci s internetovými zdroji a vyhledávání informací. Hodinu také zpestřuji dobrovolnými úkoly, prezentacemi žáků, skupinovou prací či referáty.“

„Hodnocení žáků probíhá sebereflexí. Žáci sami řeknou, co se jim v hodině dařilo nebo nedařilo. Dále formou pětilístku nebo hodnocení paní učitelky. Ta slovně zhodnotí, jak žáci pracovali, co se jim dařilo a na čem je ještě potřeba zapracovat. „

#### Vzdělávací materiály

Paní učitelka používá při výuce učebnice z nakladatelství Nová škola, s. r. o. S učebnicí je spokojená. Líbí se jí, jak je zpracovaná. Je zde propojena teorie s praxí. Často jsou zde různé náměty na aktivity, které může s žáky ve výuce vyzkoušet. Stejně tak jako předchozí dvě paní učitelky ani tato nepoužívá žádné monografie a zápisky ze studií. Navíc používá texty z internetu či z učebnice a internetové zdroje.

## 7.7 Rozhovor č. 4

#### Zkušenosti a znalosti vyučující

Paní učitelka má vystudovaný obor český jazyk a výchovu k občanství. Ve školství působí osmnáct let, z toho dvanáct let učí výchovu k občanství. Paní učitelka učila téma vnímání a paměť v rámci psychologie, jež je součástí výchovy k občanství.

#### Psychologie ve výuce

„Psychologii je důležité vyučovat už jen z toho důvodu, abychom zjistili, jací ve skutečnosti jsme. Abychom si uvědomili, jaké máme vlastnosti, jak dokážeme komunikovat a vycházet s druhými lidmi. Mimo jiné je také důležité zjistit, jak funguje naše paměť. Co je pro ni efektivní a jak ji správně využít, abychom si toho co nejvíce zapamatovali. Psychologie je v RVP zachycena velmi obecně. Není tam zaznamenána nijak samostatně a podrobně.“

Naopak učebnice je dle vyučující zpracována pěkně. Mohlo by tam být více praktických příkladů, aby toho nemusela vymýšlet tolik paní učitelka, ale jinak k učebnici žádné další výtky nemá.

#### Cíle výuky psychologie

„Cílem výchovy k občanství při výuce psychologie je důležité dbát na to, aby žáci dokázali použít paměť i ve svém každodenním životě. Vlastě všechno, co se v psychologii i v dalších kapitolách výchovy k občanství učí, by mělo mít jasný cíl, a to propojení učiva s každodenním životem.“

Klíčové kompetence ve výuce paní učitelka zohledňuje, a to především kompetence k učení, komunikativní, sociální a personální. Zda byl stanoven cíl, ověřuje paní učitelka prostřednictvím kvízů, doplňujících otázek, napsáním pěti bodů do sešitu – co jsem si zapamatoval.

#### Metody a formy, průběh hodiny

Motivace a evokace probíhá každou hodinu. „Vždy dávám žákům nějaké zajímavé otázky z praxe k zamyšlení nebo si přečteme motivační citáty, které rozebíráme. Dále si pouštíme krátká videa, případně žákům řeknu téma hodiny a oni ve dvojici píšou, co nejvíce informací o tématu.“

Paní učitelka se snaží, aby bylo frontální vyučování v hodině co nejméně. Spíše se snaží zapojovat žáky. Chce, aby si hodně věcí odvodili sami, aby na ně sami dokázali přijít. V případě, že jim informace někdo pouze nadiktuje, ztrácí učení efekt. Mnohem lepší je, když si žáci mohou na danou věc přijít sami. Paní učitelka zpestřuje hodinu různými texty, zábavnými úkoly, doplňovačkami, kvízy, skupinovými pracemi apod.

„V případě, že píšeme s žáky test, probíhá evaluace prostřednictvím formativního hodnocení. Test žákům známkuji, ale zároveň jim napíšu, co se jim povedlo a na čem je potřeba zapracovat. U každého žáka se snažím najít něco pozitivního, následně mu dám nějaké doporučení, v čem a jak by se mohl ještě zlepšit. Reflexe hodiny probíhá sebereflexí žáků, v samotném závěru hodiny zhodnotím průběh výuky také já. Opět se snažím nejprve vyzdvihnout to, co žákům šlo a co se jim dařilo. Potom dodám, co je potřeba ještě zlepšit.“



## Vzdělávací materiály

Učebnice ve výuce paní učitelka používá. Pracuje s učebnicemi od nakladatelství Fraus. Velmi oceňuje, že kromě tištěné učebnice mohou pracovat také s online verzí, tzv. flexibookem. „V případě, že si žáci zapomenou učebnici ve škole, mohou se přihlásit prostřednictvím internetu do učebnice a pracovat s ní. Často používám flexibook také v hodinách, kdy promítám látku na interaktivní tabuli.“ Učebnice je dle paní učitelky zpracovaná velmi pěkně, i když by v ní mohlo být více aktivit pro žáky. „V případě, že je někde aktivit pro žáky málo nebo se mi nelíbí, vytvářím aktivity své.“ S učebnicí je tedy spokojená. Je zde propojena teorie a praxe. Stejně tak jako ostatní vyučující, ani tato paní učitelka nepoužívá žádné monografie a zápisky. K dalším materiálům, které naopak paní učitelka používá, patří internetové stránky, práce s texty a s učebnicí.

## 7.8 Vyhodnocení rozhovorů

Cílem rozhovorů bylo zjistit, jaké zkušenosti, znalosti a jakou praxi má vyučující, s níž vedu rozhovor. Další otázky se týkaly psychologie ve výuce - proč je důležité psychologii vyučovat a jak je zachycena dle učitelů v RVP, ŠVP a v učebnicích. Cílem dotazníku bylo mimo jiné zjistit, jak mají vyučující nastavené cíle výuky psychologie, jaké používají metody a formy ve výuce, jaký je průběh hodiny a v neposlední řadě jsem se zajímala o to, s kterými výukovými materiály pracují.

Na základě rozhovorů jsem zjistila, jak vyučující k výuce psychologie, konkrétně pak k vnímání a paměti přistupují. Obecně mohu říci, že většina mých hypotéz byla vyvrácena a odpovědi vyučujících neupevnily můj názor.

Otázky, prostřednictvím kterých jsem se vyučujících ptala na jejich zkušenosti a znalosti, se mi víceméně potvrdily. Na základě své hypotézy jsem stanovila, že všechny mají aprobaci výchovu k občanství, ale alespoň jedna vyučující mít tuto aprobaci nebude. Může mít aprobaci jinou (například dějepis). Tato hypotéza byla téměř přesná, jelikož všechny vyučující, se kterými jsem vedla rozhovor, mají občanskou výchovu vystudovanou.

Odpovědi na otázku, jak je psychologie, konkrétně téma vnímání a paměti zachyceno v RVP a v učebnicích, mě překvapily. Ani ne tak odpovědi na otázku týkající se RVP jako na otázku týkající se učebnic. Myslela jsem si, že vyučující budou s učebnicemi spíše nespokojeny, jelikož mně osobně přijde, že je v nich více teorie než praktických cvičení a aktivit. Vyučující musí z toho důvodu vymýšlet aktivity své. U této otázky odpověděly

všechny vyučující, že jsou s učebnicemi spokojeny. Oceňují, že kromě teorie jsou součástí tématu vnímání a paměť také praktické příklady a aktivity, které mohou ve výuce s žáky vyzkoušet. Dvě vyučující dodaly, že by mělo být v učebnici obecně více aktivit. Je jich tam málo, spíše hodně teorie, aktivity a pestrost výuky pak domýšlí samy prostřednictvím svých aktivit. Na RVP jsem se s vyučujícími shodla. Téma vnímání a paměti je zde obsaženo velmi obecně. Je součástí dalších témat, například Člověk jako jedinec, ale nikde zde není samostatně. V RVP tedy nenajdeme žádný výstup týkající se vnímání a paměti. Obecně musím říct, že v tomto případě se moje hypotéza vyvrátila. Předpokládala jsem, že alespoň dvě vyučující nebudou s učebnicemi spokojeny a alespoň dvě vyučující budou toho názoru, že téma vnímání a paměti je v RVP velmi obecné. RVP se mi potvrdilo, dokonce jsou stejného názoru všechny dotazované vyučující, ale hypotéza týkající se učebnic mi byla vyvrácena. Dá se říci, že všechny vyučující jsou se zpracováním tématu vnímání a paměť v učebnici spokojené. Pouze dvě namítly, že by v učebnici mohlo být více praktických příkladů a aktivit pro žáky.

Třetí klastr otázek se týká cílů výuky psychologie. Předpokládala jsem, že tento typ otázek bude dost problematický, jelikož se ve výuce nerozlišuje téma hodiny a cíl hodiny. Vyučující nastíní téma, jakému se bude s žáky věnovat, ale cíl již nestanoví. Nemá si tedy v rámci reflexe co ověřit. V rámci rozhovoru mi vyučující neodpověděly, co mají za cíl v hodinách výchovy občanství při výuce psychologie, ale jaký mají cíl obecně. Jejich cílem je praktičnost, použitelnost témat v každodenním životě, použití paměti při učení, vědět, jak paměť funguje. Většina vyučujících to tedy vztáhla k cílům obecně, nikoli k cílům hodiny. Je sice dobré mít i nějaký širší cíl v rámci hodiny. Zrovna u tohoto tématu je důležité, aby mělo přesah i do našeho života, abychom ho využili a dokázali s ním pracovat. I přesto je velmi důležité, aby byl na začátku každé hodiny stanoven takový cíl, který může být v rámci reflexe ověřen. Proto musím říci, že se moje hypotézy potvrdily, jelikož žádná dotazovaná si svůj cíl v hodině explicitně nestanovuje.

Odpovědi u následujících otázek, které se týkaly metod a forem, průběhu hodiny, byly velmi různorodé, ale moji hypotézu potvrdily. Tvrdila jsem, že všechny vyučující se snaží na začátku hodiny žáky motivovat a následně rovněž probíhá fáze evokace. Zároveň jsem stanovila hypotézu, že všechny vyučující budou zpestřovat hodinu různými aktivitami a frontální výuka bude pouze v případě nutnosti. Hypotézy u tohoto klastru otázek se mi potvrdily, jelikož čtyři ze čtyř vyučujících žáky motivují, následuje fáze evokace

a frontální výuka je minimální. Naopak se snaží žáky zapojovat do výuky prostřednictvím různých aktivit.

Závěrečné odpovědi týkajících se vzdělávacích materiálů byly velmi podobné. Ptala jsem se vyučujících, zda používají ve výuce učebnice, případně které. Zda pracují s monografiemi, používají své zápisky ze studií nebo zda využívají nějaké další materiály ve výuce. Všechny dotazované vyučující učebnice používají. Tři ze čtyř využívají učebnice od nakladatelství Nová škola s.r.o., jedna vyučující pracuje s Frausem. Jak jsem již zmínila výše, vyučující jsou s učebnicemi víceméně spokojeny. Pouze by doplnily praktické příklady a aktivity pro žáky. Ani jedna z vyučujících nepoužívá vlastní zápisky. Jedna ze čtyř vyučujících používá monografie, ale pouze u některých témat, například u tématu Osobnosti, kdy si čtou různé zajímavosti. Mezi další materiály patří různé texty a internetové zdroje. V tomto případě se moje hypotéza vyvrátila. Tvrdila jsem, že alespoň tři ze čtyř vyučujících používají monografie. Další hypotéza zněla, že dvě ze čtyř vyučujících by něco změnilo v učebnicích. Mohu říci, že v tomto případě se mi hypotéza potvrdila. Učebnice používají všechny dotazované, ale dvě ze čtyř vyučujících by ocenily, kdyby bylo v učebnicích více aktivit pro žáky.

Výzkum prostřednictvím rozhovorů s vyučujícími výchovy k občanství byl z mého hlediska velmi přínosný a poučný, neboť jsem zjistila, jak se na téma psychologie ve výuce dívají učitelky s dlouholetou praxí. I přes to, že většina mých hypotéz byla vyvrácena, rozhovory byly zajímavé a inspirativní.

## 8. Analýza výukové situace

Analýza vyučovací hodiny probíhala v 8. ročníku v hodině výchovy k občanství na základní škole, kde je psychologie vyučována pouze jako součást tohoto předmětu. Vyučovací hodina byla zaměřená na téma Paměť a trvala 45 minut, účastnilo se jí 17 žáků. V analýze jsem se zabývala didaktickou stránkou výchovy k občanství, konkrétně tématem paměť, praktickými příklady použitými ve výuce a jejich využití v praxi.

V úvodu vyučující motivovala žáky obrázkem mozku, prostřednictvím kterého měli žáci „odhadnout“ téma hodiny. Následně vyučující zjišťovala, jaké mají žáci prekoncepty – tedy co všechno žáci o daném tématu vědí. Oceňuji, že výuka nebyla založena na frontálním výkladu, ale byli zapojeni zejména žáci skrze různé aktivity a úkoly.

Po krátké evokaci došlo k fázi uvědomění a vyučující zadala žákům práci ve dvojicích. Jejich úkolem bylo s pomocí učebnice vypracovat pracovní list (viz obrázek) týkající se teoretických znalostí paměti. Kdyby byla celá hodina založena na výkladu teorie paměti, není to dobře. V tomto případě byl náhled do teorie důležitý, aby žáci mohli pracovat s tématem dále. Oceňuji, že vyučující žákům vše neřekla, ale na základě pracovního listu vyhledávali informace společně se spolužákem.




Obrázek 11: Paměť

**Paměť**  
Paměť je: schopnost mozku:  
A. .... B. .... C. ....  
informace a zkušenosti, později si je ..... a opakovaně využívá.

Z biologického hlediska známe paměť:  
a)  
b)  
c)

**FÁZE PAMĚTI**  
**1. Ukládání informací do paměti**

.....

.....

Podle druhu paměťové strategie rozlišujeme ..... typy paměti

- m..... = .....

- l..... = .....

**2. Uchování informací v paměti**

Uchování informací je fáze udržení informace v paměti	ano x ne
Uchování informace v paměti trvá určitou dobu	ano x ne
Snadno si pamatuje informace s malým významem	ano x ne
Delší dobu si pamatujeme to, co se učíme pomocí logiky	ano x ne
V paměti nám nezůstanou informace spojené s citovými prožitky	ano x ne
Uchované informace nezapomínáme	ano x ne

**3. Vybavení informací v paměti**

Vzpomínání -vybavení informace je proces, kdy si vybavíme uloženou informaci ano x ne

Určitou informaci si můžeme vybavit když .....

.....

.....

Po vyplnění došlo k sebereflexi, tedy k samostatné kontrole pracovního listu za pomocí klíče. V případě, že byl někdo rychle hotov, měl za úkol procvičovat mozek dle instrukcí, které dostal od vyučující (viz obrázek).

Obrázek 12: Paměť - procvičování

### Pročti si informace, které bys využil?

Několik tipů, jak procvičovat mozek:

- Používejte nedominantní ruku. Jste-li pravák, vyčistěte si zuby levačkou.
- Chodte chvíli pozadu. Zapojíte tím jiné části mozku.
- Naučte se každý den nějaké nové slovo v cizím jazyce.
- Začněte luštit různé hlavolamy, od snazších až po složité.
- Jednou za čas změňte zažitá stereotypy a zvyky.

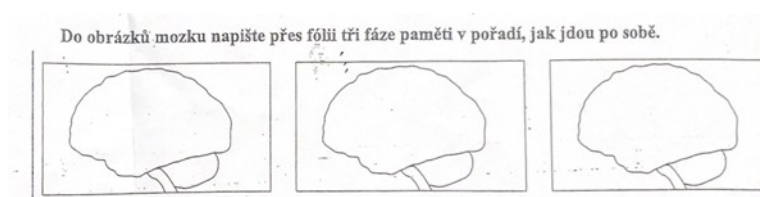
Po dokončení práce všech žáků ve třídě proběhla společná reflexe (to je po každé aktivitě i na konci každé hodiny velmi důležité). Reflexe probíhala prostřednictvím následujících otázek:

- Co vás na tom, co jste se dozvěděli, překvapilo?  
Ž1: „Delší dobu si pamatujeme to, co se učíme pomocí logiky.“
- Co je mnemotechnická pomůcka? Jaké znáte? Používáte nějaké?  
Ž2: „Ano, 6 378 → Šetři se, osle. (vzdálenost do středu Země)“

Aktivita, která následovala, byla zaměřena na procvičování krátkodobé paměti, tzv. Kimova hra. Vyučující naskládala do boxu různé předměty a žáci měli jednu minutu na to, aby si zapamatovali co nejvíce předmětů, které vidí. Po jedné minutě přikryla vyučující předměty šátkem a žáci museli vypsát co nejvíce předmětů, které viděli. Mohli napsat např: kostku, dvě lžičky (plastová a kovová), bloček nebo třeba červený telefon. Maximální počet předmětů mohl být 14, toho dosáhli dva žáci. 13 předmětů si zapamatoval jeden žák, více jak deset předmětů zapsalo 11 žáků, což je skvělý výkon. Tady by se pro porovnání hodila aktivita, díky které by žáci otestovali svoji krátkodobou paměť skrze sluchové vnímání. Na základě výsledků by mohli zhodnotit, co se jim povedlo lépe a jaké vnímání je pro ně to lepší a efektivnější.

Reflexe probíhala závěrečným úkolem – shrnutím. Žáci měli za úkol vyplnit rámečky s lidským mozkiem, do kterého měli vepsat tři fáze paměti (viz obrázek). Navíc měli napsat z druhé strany papírku jedno heslo z hodiny, které je pro ně důležité a které si z hodiny odnáší.

Obrázek 13: Fáze paměti - aktivita pro žáky



Na úplný závěr hodiny pustila vyučující žákům video z ČT Edu zabývající se lidským mozkiem. Žáci měli po zhlednutí videa porovnat poznatky z hodin s poznatky z videa. Zda se dozvěděli něco nového, něco navíc, nebo zda byly všechny informace z videa s informacemi z hodiny totožné.

Oceňuji, že paní učitelka žákům nic sáhodlouze nevykládala, ale nechala je pracovat ve dvojicích s oporou pracovního listu. Tento didaktický přístup je mnohem efektivnější než metoda výkladu. Další velké plus je propojení aktivit s pamětí, například Kimova hra či tipy, jak trénovat mozek. Tím, že si žáci budou trénovat častěji krátkodobou paměť, bude kvalitnější a v krátkodobé paměti si lépe zapamatují informace. V souvislosti s tímto procvičováním bude lépe fungovat také jejich dlouhodobá paměť. Žáci si podstatné informace zapamatují delší dobu.

Jediná věc, která mi ve výukové situaci chyběla, bylo zjišťování, jaký druh paměti je pro žáky ten nejefektivnější. Prostřednictvím kterého druhu paměti si žáci informace nejlépe zapamatují a nejdéle se jim v dlouhodobé paměti udrží.

## 8.1 Alterace výukové situace č. 1

Ve své alteraci výukové situace se budu věnovat výuce vnímání a paměti v souvislosti s funkční gramotností psychologie. Nesmíme zapomínat na to, že nejsme psychologové, nevyučujeme psychologii, a proto bychom měli brát v potaz propojení učiva paměti ve výchově k občanství s dalšími obory.

Na začátku hodiny bych žákům v rámci motivace a evokace položila otázku k zamyšlení: Co všechno pro nás paměť znamená a kde se s ní můžeme setkat? Vzhledem k tomu, že máme výchovu k občanství a předchozí hodinu jsme probírali smysly, žáci pravděpodobně odpovědí, že o paměti se bavíme ve chvíli, kdy si chceme uchovat a zapamatovat nějaké informace. Jedná se o paměť osobní. To je samozřejmě správná odpověď, ale je to jen jedna z možných odpovědí. Pokud by žáci neřekli další typy, snažila bych se je navést například na paměť národa, což je mezinárodní sbírka vzpomínek. Tyto vzpomínky jsou dostupné v různých archívech, historických knihách, kronikách

či memoárech. V rámci výchovy k občanství nebo dějepisu by si pak žáci mohli připravit nějaké důležité vzpomínky našeho národa, které bychom si měli neustále připomínat, a neměly by být zapomenuty. Mezi další typy paměti kromě osobní a národní patří paměť kulturní, paměť komunikativní či vlastních zkušeností.

My bychom se, samozřejmě, věnovali nejvíce paměti osobní. Než bychom se zabývali samotnou pamětí, řekli bychom si v první hodině základní informace k vnímání, které s pamětí úzce souvisí. Hodinu bych stavěla na didaktické metodě konstruktivismu. To znamená, že bych žákům nevykládala informace o vnímání, jak je tomu v transmisivním pojetí výuky, ale snažila bych se, aby sami přišli na to, co je to vnímání, kterými smysly můžeme informace vnímat a jaké druhy vnímání na základě toho rozlišujeme. Konstruktivistická výuka je mnohem náročnější na kvalitu výuky, její organizaci a spolupráci. Pro žáky je ovšem mnohem přínosnější, jelikož si mnohem lépe zapamatují to, na co sami přijdou, co si sami odvodí.

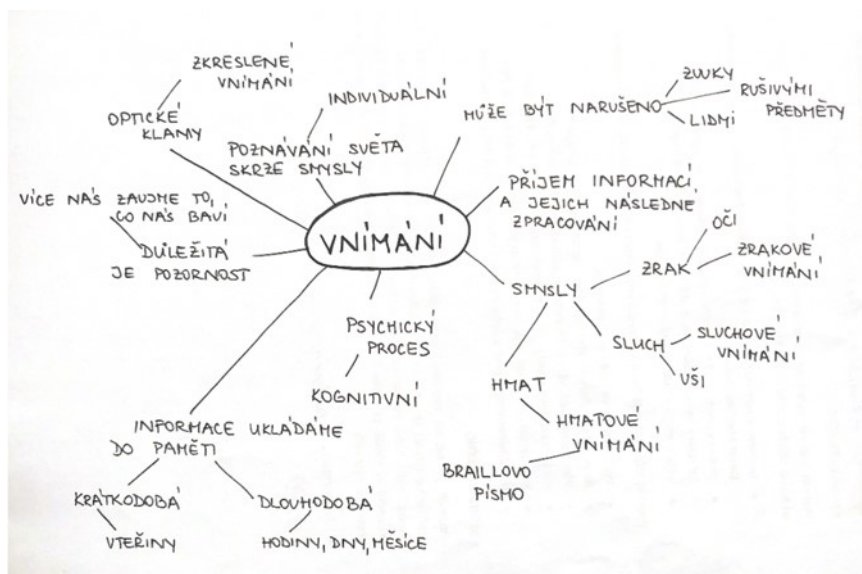
Žáky rozdělím do skupinek po třech a jejich úkolem bude prostřednictvím aktivity Burza nápadů napsat co nejvíce informací o vnímání. *„Burza nápadů je metoda zaměřená na sběr nápadů v malých skupinách. Je postavena na spontánní diskuzi, jejímž cílem je vyprodukovat co nejvíce nápadů k vybranému tématu. Prioritou první fáze burzy nápadů je kvantita před kvalitou. Jde o to vytvořit takové podmínky, které nejprve umožní nashromáždit co nejvíce bezprostředních a kreativních nápadů, aniž by studenti byli omezováni konvenčními pravidly. Ve druhé fázi pak probíhá racionální diskuze, logické třídění a vyhodnocování. Idea brainstormingu stojí na předpokladu, že ve skupině vznikne více myšlenek než samostatně, a to prostřednictvím vzájemné diskuze, inspirace a ovlivňování. Burza nápadů stimuluje kreativitu, upevňuje společenské vztahy, uvolňuje stres, dává prostor pozitivním emocím i fantazii a zvyšuje sebedůvěru. K zápisu myšlenek se používá tabulka, která v daném limitu rotuje mezi členy týmu. Každý žák přispívá v rámci jednoho kolečka pouze jedním nápadem, získává tak čas si své nápady do dalšího kola promyslet.“<sup>51</sup>*

Na základě této aktivity by pak jednotlivé skupiny představily své sepsané myšlenky, společně bychom na tabuli vytvořili myšlenkovou mapu, do které by žáci chodili vpisovat zjištěné informace o vnímání.

---

<sup>51</sup> SIEGLOVÁ, Dagmar. *Konec školní nudy: didaktické metody pro 21. století*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-2254-7., str. 87

Obrázek 14: Vnímání



Po tomto krátkém uvedení do problematiky vnímání a shrnutí tématu prostřednictvím myšlenkové mapy vyzkoušíme vnímání žáku. Cílem bude zjistit, který typ vnímání u žáků převládá a je u nich nejvíce efektivní. Je nezbytné upozornit na to, že výsledky jsou pouze orientační. Co by si měli žáci z hodiny také odnést, je to, že i když nejsme v něčem dokonalí, je potřeba na tom pracovat. To znamená, že bychom neměli dělat a vylepšovat stále to, co nám jde a co nás baví. Měli bychom posílit spíše naše slabé stránky – tedy to, co nám jde méně. Tím dojde k našemu sebepoznání a seberozvoji, což je také velmi důležité.

- 1. Aktivita na sluchové vnímání a krátkodobou paměť

a) Převyprávění textu: Žáci jsou ve dvojicích. Jeden žák čte text, nejprve krátký, postupně delší, a druhý žák se snaží zapamatovat si co nejvíce informací z textu. Cílem je, aby žák při následném převyprávění zmínil co nejvíce předem stanovených klíčových slov z textu.

- 2. Aktivita na zrakové vnímání a krátkodobou paměť

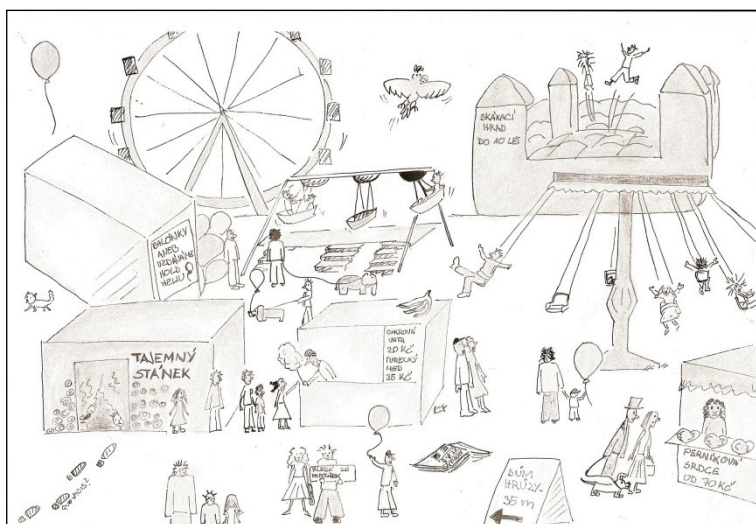
a) „Zapamatování grafické kompozice: N krátkou dobu (např. 2 minuty) je předložen obrázek sestávající z několika různě dlouhých a různým směrem orientovaných čar. Úkolem je po expozici tento soubor překreslit z paměti s dodržením jak délek, tak směru původních čar.



b) Zapamatování si určitého místa obrázku: Jsou předkládány dva soubory obrázků. Má se najít obrázek, který byl v první prezentaci na jiném místě, nebo naopak zjistit, co bylo na určitém místě v první prezentaci.<sup>52</sup>

Cílem by mělo být zapamatovat si 15 čar a 15 obrázků, aby se dal výsledek sluchového vnímání relevantně porovnat se zrakovým (časový limit: 1 minuta).

Obrázek 15: Krátkodobá paměť



„Zadání: Pozorně se dvě minuty dívejte na následující obrázek. Pak nechte uplynout 15 minut při jiné činnosti. Po uplynutí 15 minut zodpovíte několik otázek.“<sup>53</sup>

Tabulka 1: Otázky

1. Stačí vám 100 Kč, abyste si koupili na pouti perníkové srdce a cukrovou vatu?	2. Kolik je na obrázku psů?
3. Co je přesně napsáno na vývěsní tabuli u stánku s balónky?	4. Koho vede na provázku pán, který se dívá na houpačky?
5. Kolik dětí se točí na kolotoči?	6. Které zvíře uteklo svým majitelům a oni ho hledají?
7. Může vidět pán v cylindru slona?	8. Jakého pohlaví jsou děti, které skáčou na nafukovacím hradu?
9. Kolik dětí na obrázku má balónek?	10. Jaké pout'ové atrakce jste na pouti viděli?

<sup>52</sup> PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7., str. 56

<sup>53</sup> Metodický portál / Materiály do výuky. [online]. Dostupné z: <https://dum.rvp.cz/materialy/kratkodoba-pamet-a-pozornost.html>

11. K houpačkám vedou dvoje schody. Je to pravda?	12. Kde přesně jste viděli ležet noviny z 8. 3.?
13. Je zde někde název známé knížky?	14. Odpadky patří do koše, ale vy jste je viděli kde?
15. Jak je vzdálený dům hrůzy od stánku s perníkem?	16. Co ještě prodávají ve stánku s cukrovou vatou?
17. Na houpačce jsou čtyři lodičky na houpání. Je to pravda?	18. Mohu vzít na skákací hrad dítě z 6. třídy?
19. Co nese paní, která stojí s pánem v cylindru?	20. Ke kterému stánku vedou stopy?

- 3. Aktivita na propojení zrakového i sluchového vnímání a krátkodobou paměť

Vyberu z jakékoli tematické oblasti, z jakéhokoli předmětu 15 pojmů, které promítnu na tabuli, zopakuju je a zároveň vysvětlím, co znamenají. Tato fáze by měla proběhnout do 3 – 4 minut. Následně budou mít žáci jednu minutu na to, aby vypsali co nejvíce pojmů, které byly na tabuli a o kterých jsem mluvila.

Po skončení těchto tří aktivit se žáci podívají na své výsledky a porovnájí si, které cvičení na vnímání jim šlo nejlépe. V rámci shrnutí se žáků zeptám, co nejvíce ovlivnilo jejich výkon? Jakou zvolili strategii? Ve kterém z úkolů dosáhli nejlepších výsledků?

Na základě těchto „testů“ by měli orientačně zjistit, který způsob vnímání je pro ně nejlepší, nejefektivnější. Samozřejmě v případě, že bude výsledek velmi podobný u všech typů vnímání, je jedno, prostřednictvím kterých smyslů žák informace vnímá, jelikož pro něj má všechno stejný efekt. Dle mého názoru bude mít nejvíce dětí nejlepší výsledky u propojení zrakového i sluchového vnímání. Vždy je totiž lepší, když současně propojíme více smyslů. Někdo přijímá informace dobře díky propojení zraku, sluchu, a někdo ještě díky přidáním pohybu. Když se někdo učí například slovíčka do angličtiny nebo pojmy do dějepisu, musí je vidět, nahlas si je říkat, a dokonce u tohoto typu učení z paměti musí také chodit. Pak se dostaví ten správný a požadovaný efekt.

Jak jsem již zmínila, výsledek testu je pouze orientační. Žákům bychom to měli pořádně zdůraznit a zároveň jim říci, že bychom měli vždy posilovat i naše nejslabší stránky, čímž dochází k seberozvoji.

Na závěrečnou reflexi je potřeba nechat dostatek prostoru a času. Žáci shrnou ve dvojici své poznatky, své pochybnosti, které mi následně sdělí (buďto ústní, nebo písemnou formou). Je potřeba vše důkladně probrat a shrnout, aby žáci neodcházeli z hodiny se špatným pocitem nebo s nějakými nezodpovězenými otázkami, které by je tížily. Další možností, jak shrnout hodinu, je forma kufříkové reflexe. Napíšu na tabuli tři otázky, na které žáci na tři papírky samostatně písemně odpoví. Papírky nalepí například na jeden velký papír. Já si odpovědi žáků přečtu a další hodinu můžu na poznatky žáků navázat. Tato forma reflexe je velmi dobrá, jelikož dostanu zpětnou vazbu od všech žáků.

1. Co dobrého a přínosného si z hodiny odnáším?
2. Co se mi na hodině nelíbilo a nechtěl bych to opakovat?
3. Co mě nejvíce zaujalo?

## 8.2 Alterace výukové situace č. 2

Předchozí alterace byla zaměřena na vnímání, v rámci níž proběhla motivace související s pamětí. Ptala jsem se žáků, co všechno pro nás paměť znamená a kde se s ní můžeme setkat. V této druhé alteraci výukové situace navážeme na motivaci z předchozí hodiny. Cílem je rozvoj psychologické gramotnosti, zjištění typu paměti u daného žáka a jeho následné praktické využití. Určitě není hlavním cílem přiblížit problematiku paměti pouze z teoretického hlediska, ačkoli teoretický úvod je potřeba, abychom mohli s žáky pracovat. Důležitější ovšem je, aby žáci zjistili, který typ paměti mají, který typ je v jejich případě oslabený, a proto je na něm potřeba pracovat.

V rámci motivace řeknu žákům, aby si vybavili jednu vzpomínku, která je veselá, příjemná a rádi na ni vzpomínají. Nechám žáky, aby nad vzpomínkou chvíli rozjímali, a následně jim řeknu, že je-li ve třídě nějaký dobrovolník, který by se chtěl o svoji vzpomínku podělit, budeme rádi (bylo by to zcela dobrovolné). V případě, že by pár vzpomínek zaznělo, rozvinula by se debata, prostřednictvím které bych žáky nasměrovala k paměti. Zeptala bych se jich, kde máme vzpomínku uloženou – žáci by pravděpodobně odpověděli v mozku, v paměti a společně bychom pak došli k tomu, že je uložena v paměti dlouhodobě.

V další fázi hodiny, po krátké evokaci a namotivování žáků, by následovala obměna aktivity zrcadlové učení. *„Je to metoda zaměřená na schopnost správně pochopit, zprostředkovat a objasnit obsah textu druhým. Jedná se o metodu, která pracuje na principu spolupráce ve dvojicích, přičemž k pochopení obsahu celého textu jsou partneři závislí jeden na druhém. Studenti jeden druhému střídavě převyšprávějí a zapisují obsah chybějících*

*odstavců, aniž by si text vzájemně ukazovali.*<sup>54</sup> Vzhledem k charakteru práce jsem metodu zrcadlového čtení mírně obměnila. Jeden žák dostane tabulku pouze s červeným textem, druhý naopak pouze s černým textem. Žák, který má v tabulce nějaký pojem (například paměť mechanická), se ho snaží vysvětlit spolužákovi. V případě, že má v tabulce definici pojmu, snaží se naopak správné pojmenování k definici najít (snaží se například odhadnout, co by mohl znamenat pojem krátkodobá paměť). Druhý spolužák ho kontroluje, případně se ho snaží nasměrovat ke správné odpovědi.

Tato aktivita trvá do té doby, dokud oba spolužáci neodkryjí společně všechna volná místa v tabulce. Jakmile budou mít tabulku ve dvojicích doplněnou (pojem i charakteristiku pojmu), projdeme si ji všichni společně a dovysvětlíme si nejasnosti. V případě, že by aktivita trvala příliš dlouho nebo by si žáci nevěděli rady, ukončíme aktivitu dříve a projdeme ji společně.

Zrcadlové čtení, při kterém žáci spolupracují, zároveň se na základě svých dosavadních zkušeností snaží vysvětlit dané pojmy a odvodit jejich význam, hodnotím jako velmi přínosnou. Jedná se o skvělý způsob, při kterém žáci vysvětlují a definují pojmy vzájemně jeden druhému, a to jejich „dětskou“ řečí. Tato metoda je velmi účinná, jelikož žákům nepředkládáme hotové definice. Žáci na význam pojmů musí přijít sami, déle a lépe si ho zapamatují. Je zde důležitá role druhého žáka ve dvojici, a to proto, že kontroluje, zda je žákovo vysvětlení shodné s definicí. Mohla by totiž nastat situace, že by si žák mohl nějaký pojem vysvětlit špatně. Abychom tomu předešli, spolužák ve dvojici ho kontroluje, a navíc proběhne ještě společná kontrola s vyučujícím, který poznatky žákům dovysvětlí a upevní. *„Jelikož informace se rychle zapomínají, žáci potřebují prostor pro psaní poznámek nebo možnost diskutovat o probírané látce a procvičovat ji, aby se mohla uložit v dlouhodobé paměti. Pokud žákům pouze předkládáme informace a nedáme jim možnost aktivně ji zpravovat a strávit, obvykle je zapomenou v okamžiku, kdy obrátí svoji pozornost k informaci nové.*<sup>55</sup>

<sup>54</sup> SIEGLOVÁ, Dagmar. *Konec školní nudy: didaktické metody pro 21. století*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-2254-7., str. 138

<sup>55</sup> PASCH, Marvin. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině: jak pracovat s kurikulem*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-127-4., str. 144

Tabulka 2: Zrcadlové čtení

osvojení probíhá opakováním, asociací (slovička, básně):	paměť mechanická:
Informace, které jsou v paměti několik minut, jsou uloženy v paměti...	paměť krátkodobá (pracovní):
záměrná:	Když se na něco soustředím, chci si to zapamatovat, jedná se o paměť...
Informace, které potřebuji znát delší dobu, jsou v paměti...	paměť dlouhodobá
bezděčná/nezáměrná:	Když si něco zapamatuji, protože nás to zaujalo (píseň), jde o paměť...
Soubor procesů, které nám umožní uchování informací v mozku, jejich vybavení a opětovné využití:	paměť:
zapamatování, uchování, vybavení:	tři fáze paměti:
paměť logická:	Osvojení probíhá na základě vzájemných souvislostí a smyslu učené látky (příklad do matematiky):

Jelikož je mým cílem funkční psychologická gramotnost, sebezpoznání a seberozvoj žáka, propojím výuku s jejich běžným životem, s ostatními předměty. Hlavní část hodiny zaměřím na praktické příklady a aktivity spojené s pamětí. Chci, aby si žáci vyzkoušeli, který typ paměti u nich převládá. Někteří totiž stále nevědí, co je pro ně při učení efektivní a který typ paměti by měli naopak trénovat, aby ho posílili.

- Aktivita na rozlišení mechanické a logické paměti

Žáky rozdělím do skupin po čtyřech, do každé skupiny dám žákům 4 texty. Je na vyučujícím, jaké texty zvolí. Já jsem zvolila texty z literatury, které by měly být žákům blízké a daly by se s hodinou českého jazyka dobře propojit (mezioborový vztah).

Text č. 1: „*Když se to narodilo, bylo to jenom takové bílé nic, do hrsti se to vešlo; ale ažto to mělo pár černých ušisek a vzadu ocásek, uznali jsme, že to je psisko, a protože jsme si přáli mít psí holčičku, dali jsme tomu jméno Dášeňka. Dokud to bylo bílé nic, bylo to slepé, bez očí, a co se nožiček týče, inu, mělo to dva páry čehosi, čemu se při dobré vůli mohlo říkat nožičky. Ale protože tu ta dobrá vůle byla, byly tu i nožičky, třebaže*

ještě za mnoho nestály; kdepak, stát se na nich nedalo, takové byly vratké a slaboučké, a s chůzí to byla, holenku, teprve potíž.<sup>56</sup>

Text č. 2: „Když mi bylo šest let, viděl jsem jednou v knize o panenském pralese, která se jmenovala Příběhy ze života, krásný obrázek. Byl na něm hroznýš královský, jak polyká nějakého dravce. V knize se psalo: Hroznýši královští svou kořist nerozkoušou, ale polykají ji celou. Potom se nemohou hýbat a šest měsíců tráví. Hodně jsem tehdy přemýšlel o dobrodružství v džungli a barevnou tužkou se mi podařilo nakreslit můj první obrázek. Ukázal jsem své mistrovské dílo dospělým a zeptal jsem se jich, jestli jim nahání strach.“<sup>57</sup>

Text č. 3: Dny ubíhaly a měnily se v týdny. Jonas se prostřednictvím vzpomínek naučil pojmenovat barvy a postupně je začínal vidět i v normálním životě (jeho život už ovšem zdaleka nebyl normální a on věděl, že už nikdy takový nebude). Ale objevovaly se a zase mizely. Letmo zahlédl zelenou, třeba na upraveném trávníku kolem Ústředního náměstí nebo na keři nedaleko řeky. Na okamžik spatřil jasně oranžové dýně na nákladním autě, které je přivázelo ze zemědělských polí za hranicemi společenství – záblesk zářivé barvy, která se zjevila a hned zase zmizela.“<sup>58</sup>

Text č. 4: „O čtvrti jménem Prašina se říkalo leccos, ne všechno byla pravda. Jedno ale bylo jisté: na Prašině nefungovala elektřina. Lampy tu nesvítily, tramvaje nejezdily, rádio nehrálo a hodinky na baterku se zastavily, když s nimi člověk na Prašinu vydal. Proč? To nikdo nevěděl. Když byl Jirka menší, pozval pražský primátor vědce a univerzitní profesory z celého světa, aby té záhadě přišly na kloub. Důstojní páni měřili, zkoumali a přemýšleli, psali články do odborných časopisů a pořádali v Praze konference.“<sup>59</sup>

Ve chvíli, kdy rozdám žákům text, samostatně si ho přečtou a následně ho každý člen dané skupiny převypráví ostatním členům. Ti si budou dělat poznámky, aby dali spolužákovi zpětnou vazbu o tom, jak přesně text řekl a pokusí se společně vyvodit, zda se žák učil text spíše z paměti (opakoval si text vícekrát dokola, a tak si ho zapamatoval), nebo zda si našel v textu logické vazby a převyprávěl text svými slovy (bez memorování). Takto si text během 10 minut převypráví všichni žáci ve skupině a měli by zjistit,

<sup>56</sup> ČAPEK, Karel. *Dášeňka, čili, Život štěněte*. 10. vydání v Albatrosu. V Praze: Albatros, 2021. ISBN 978-80-00-06512-0, str. 7

<sup>57</sup> SAINT-EXUPÉRY, Antoine de. *Malý princ*. 2. vyd. v nakl. Fortuna Libri v tomto překladu. Přeložil Jiří ŽÁK. Praha: Fortuna Libri, c2015. ISBN 978-80-7321-931-4., str. 7

<sup>58</sup> LOWRY, Lois. *Dárce*. Praha: Argo, 2013. ISBN 978-80-257-0870-5, str. 105

<sup>59</sup> MATOCHA, Vojtěch. *Prašina*. Vydání druhé. Ilustroval Karel OSOHA. V Praze: Paseka, 2020. ISBN 978-80-7637-148-4., str. 10

jaký typ paměti u nich převládá. Závěr vyvodí na základě toho, jak se text naučili – zda z paměti, nebo zda si v textu našli logické souvislosti a text převyprávěli svými slovy. Z praktického hlediska můžeme říci, že je lepší, když si v textu najdeme logické souvislosti a následně ho převyprávíme svými slovy. Lépe si text zapamatujeme a dobře se nám o něm mluví. V případě, že bychom se ho učili slovo od slova, může nastat situace, že nám vypadnou nějaká slovíčka a nebudeme mít kde navázat. V opačném případě, například při učení básničky, je zase lepší, když využijeme memorování, tedy paměť mechanickou. V tomto případě totiž musíme odvykládat naučený text slovo od slova. Závěrem tedy je, že někdo může mít paměť spíše mechanickou, někdo spíše logickou, ale někdy je dobré propojit oba dva způsoby.

Jistou obměnou této aktivity může být tzv. tichá pošta. První žák dostane text (jsou v něm vyznačená slova, která jsou důležitá a měla by se dostat až k poslednímu spolužákovi), který přečte svému spolužákovi. Ten si ho musí zapamatovat, z paměti ho přeříkat dalšímu spolužákovi a ten ho následně převypráví „kapitánovi“ družstva. Kapitán pak převypráví příběh tak, jak se k němu dostal a musí říct co nejvíce vyznačených tučných slov, které se v textu vyskytují. Cílem této aktivity je opět zjistit, jak si zadaný text žáci zapamatují, když ho nevidí, ale pouze slyší. Zda ho odvykládají slovo od slova, nebo zda svými slovy shrnou obsah textu a zapamatují si důležité pojmy.

Text na aktivitu tichá pošta: „*Když se to **narodilo**, bylo to jenom takové **bílé nic**, do hrsti se to vešlo; ale až to mělo pár černých ušisek a vzadu **ocásek**, uznali jsme, že to je **psisko**, a protože jsme si přáli mít psí **holčičku**, dali jsme tomu jméno **Dášeňka**. Dokud to bylo bílé nic, bylo to **slepé**, bez očí, a co se nožiček týče, inu, mělo to dva páry čehosi, čemu se při dobré vůli mohlo říkat **nožičky**. Ale protože tu ta **dobrá vůle** byla, byly tu i nožičky, třebaže ještě za mnoho nestály; kdepak, stát se na nich nedalo, takové byly **vratké** a slaboučké, a s chůzí to byla, holenku, teprve **potíž**.*“<sup>60</sup>

V rámci reflexe, která je na konci hodiny opět velmi důležitá, shrneme poznatky žáků z hodiny. Zeptám se, kdo si myslím, že má spíše mechanickou paměť a proč, následně se zeptám, kdo má paměť spíše logickou a proč. Pobavíme se, zda žáci zjistili, co je v jejich případě při učení dobré a zda svůj styl učení nějak změní. Opět je důležité zmínit, že na vnímání, paměť i učení má vliv mnoho faktorů, které jsem uvedla v předchozích kapitolách. Je dobré zvolit správnou techniku osvojování informací, ale určitě je dobré

<sup>60</sup> ČAPEK, Karel. *Dášeňka, čili, Život štěněte*. 10. vydání v Albatrosu. V Praze: Albatros, 2021. ISBN 978-80-00-06512-0, str. 7

mít mimo jiné dobré rodinné zázemí. Měli bychom být odpočatí, soustředění, měli bychom dbát na organizaci, prokládat učení odpočinkem a v neposlední řadě bychom měli zapojit více smyslů (zrak, sluch, pohyb).



## Závěr

Hlavním cílem diplomové práce bylo na základě sondy do výuky a rozhovorů s vyučujícími občanské výchovy zjistit, jak se v současnosti téma kognitivních procesů vyučuje na základní škole. Občas slyšíme, že učitelé chtějí, aby byla výuka praktická zajímavá a aby žáci znalosti, které v hodině získají, dokázali aplikovat i v jejich každodenním životě. Zajímalo mě tedy, jak vyučující toto téma uchopili.

Věnovala jsem se historickému vývoji psychologie, aplikovaným oborům psychologie, psychologickým disciplínám a jejich předním představitelům. V didaktické části jsem se zaměřila na začlenění kognitivních procesů v Rámcovém vzdělávacím programu, analýzu studijních materiálů, rozbor výukové situace a v neposlední řadě na rozhovory s vyučujícími – jaké používají vyučující materiály, zda je cíl hodiny zaměřen na funkční psychologickou gramotnost a seberozvoj žáka. Na základě svých poznatků jsem navrhla alterace dvou výukových situací, které jsou zaměřené na vnímání a paměť s přesahem do každodenního života žáků. Jsou zaměřené na žákovo sebepoznání a seberozvoj.

Paměť považujeme společně s vnímáním za velmi důležitý kognitivní proces, který hraje důležitou roli také ve vzdělání a v našem běžném každodenním životě. Je proto důležité, abychom věděli, kterými smysly můžeme informace vnímat, kterými způsoby si je můžeme správně zapamatovat a uchovat v naší paměti. Bohužel dochází často k tomu, že v hodinách chybí praktické příklady a názorné aktivity.

Žáci mají často problém učit se. To zejména z toho důvodu, že nevědí, prostřednictvím kterých smyslů mají přijímat informace a skrze který typ paměti z hlediska osvojování informací si je mají efektivně zapamatovat a uchovat. V neposlední řadě pro mě bylo důležité, aby žáci zjistili, který typ vnímání, paměti u nich převládá a v souvislosti s tím posilovali a trénovali i oslabený typ paměti, aby se rozvíjeli a zdokonalovali. Jak jsem zmínila ve své diplomové práci – nemůžeme pracovat pouze s tím, co nám jde dobře a v čem jsme výborní. Musíme pracovat také na tom, co nám jde méně a co nám činí problémy. Teprve pak má všechno smysl, rozvíjíme svoji osobnost a otevírá se nám více možností.

## Seznam použitých informačních zdrojů

PASCH, Marvin. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině: jak pracovat s kurikulem*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-127-4.

STUHLÍKOVÁ, Iva a Tomáš JANÍK. *Oborové didaktiky: vývoj – stav – perspektivy*. Brno: 2015. ISBN 978-80-210-7884-0, str. 356

VÁGNEROVÁ, Marie. *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3268-1.

VALIŠOVÁ, Alena a Miroslava KOVAŘÍKOVÁ. *Obecná didaktika a její širší pedagogické souvislosti v úkolech a cvičeních*. Praha: Grada, 2021. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-271-3249-2.

ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-85605-35-x

SIEGLOVÁ, Dagmar. *Konec školní nudy: didaktické metody pro 21. století*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-2254-7

HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie. 2.*, přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2018. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4675-3

LUNEROVÁ, Jitka, Radim ŠTĚRBA a Monika SVOBODOVÁ. *Výchova k občanství 8: učebnice vytvořená v souladu s RVP ZV. 7.* aktualizované vydání. Brno: Nová škola, 2021. Duhová řada. ISBN 978-80-7600-237-1

URBAN, Michal, Tomáš FRIEDEL, Tereza KRUPOVÁ, Dagmar JANOŠKOVÁ a Monika ONDRÁČKOVÁ. *Občanská výchova 8: hybridní učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. 2.* vydání. Plzeň: Fraus, 2021. Škola s nadhledem. ISBN 978-80-7489-716-0

PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada, 2009. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2738-7

ARISTOTELÉS. *O duši. 2.* nezm. vyd. Praha: P. Rezek, 1995. ISBN 80-901796-4-9.

NAKONEČNÝ, Milan. *Encyklopedie obecné psychologie. 2.*, rozš. vyd., v Academii vyd. 1. (1. vyd. v nakl. Vodnář pod náz. Lexikon psychologie). Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7., str. 211

PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2004. ISBN 80-200-1387-3

MAREK, A. M. Psychologie. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2000. ISBN 80-7266-047-0

HAVLÍK, Radomír. *Úvod do sociologie*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 1995. ISBN 80-7184-139-0

SOKOLOVÁ, Lenka, *Didaktika psychologie*, Bratislava 2010, ISBN 978-80-223-2806-7

ČAPEK, Karel. *Dášeňka, čili, Život štěněte*. 10. vydání v Albatrosu. V Praze: Albatros, 2021. ISBN 978-80-00-06512-0

SAINT-EXUPÉRY, Antoine de. *Malý princ*. 2. vyd. v nakl. Fortuna Libri v tomto překladu. Přeložil Jiří ŽÁK. Praha: Fortuna Libri, c2015. ISBN 978-80-7321-931-4

LOWRY, Lois. *Dárce*. Praha: Argo, 2013. ISBN 978-80-257-0870-5

MATOCHA, Vojtěch. *Prašina*. Vydání druhé. Ilustroval Karel OSOHA. V Praze: Paseka, 2020. ISBN 978-80-7637-148-4

## Internetové zdroje

CHRZ, Vladimír, Alena NOHAVOVÁ a Jan SLAVÍK. *Psychologická gramotnost ze dvou poznávacích perspektiv: aktuální výzva pro výuku psychologie a její didaktiku* [online]. Dostupné z: <https://journals.phil.muni.cz/studia-paedagogica/article/view/18995>

Didactica Viva - Domů [online]. Copyright © [cit. 04. 09. 2022]. Dostupné z: [http://didacticaviva.ped.muni.cz/data\\_PDF/kazuistiky/Nohavova-Mentalizace.pdf](http://didacticaviva.ped.muni.cz/data_PDF/kazuistiky/Nohavova-Mentalizace.pdf)

Didactica Viva - Domů [online]. Copyright ©Np [cit. 04. 09. 2022]. Dostupné z: [http://didacticaviva.ped.muni.cz/data\\_PDF/kazuistiky/Nohavova-Pamet.pdf](http://didacticaviva.ped.muni.cz/data_PDF/kazuistiky/Nohavova-Pamet.pdf)

*Psychologické směry a jejich představitelé* | Studijni-svet.cz. Studijni-svet.cz [online]. Dostupné z: <https://studijni-svet.cz/psychologicke-smery-a-jejich-predstavitele/>

*Gestaltismus - Tvarová psychologie*. Studium psychologie [online]. Copyright © 2020 Všechna práva vyhrazena [cit. 20. 09. 2022]. Dostupné z: <https://www.studium-psychologie.cz/dejiny-psychologie/2-gestaltismus-tvarova-psychologie.html>

[online]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/th/etu3b/diplomova\\_prace.doc](https://is.muni.cz/th/etu3b/diplomova_prace.doc).

*Základy obecné psychologie - doplňující studijní materiál: Paměť*. Testovací server CDV [online]. Dostupné z: <https://turbo.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=5965&chapterid=6230>

*Cvičením k lepšímu učení – cviky podporující spolupráci mozkových hemisfér* | [jednoducheuceni.cz](https://jednoducheuceni.cz). [jednoducheuceni.cz](https://jednoducheuceni.cz) [online]. Copyright © 2023 [jednoducheuceni.cz](https://jednoducheuceni.cz) [cit. 08. 02. 2023]. dostupné z: <https://jednoducheuceni.cz/cvicenim-k-lepsimu-uceni-cviky-podporujici-spolupraci-mozkovych-hemisfer/>

*RVP ZV - Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* - [edu.cz](https://www.edu.cz). [edu.cz](https://www.edu.cz) - Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © 2022 [cit. 28. 08. 2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

*Zapomínání*. Studium psychologie [online]. Copyright © 2020 Všechna práva vyhrazena [cit. 25. 09. 2022]. Dostupné z: <https://www.studium-psychologie.cz/obecna-psychologie/9-zapominani.html>

*Paměťové techniky* | Inkluzivní škola. Úvodní stránka | Inkluzivní škola [online]. Dostupné z: <https://inkluzivniskola.cz/pametove-techniky>

VAŠUTOVÁ Maria a Anna SCHNEIDEROVÁ, *Didaktické a psychologické aspekty výuky psychologie na středních školách*, Psychologie a její kontexty. 2013, ISSN - 1805-9023, 2013,

*Paměťové testy* - Proškoly.cz. Proškoly.cz [online]. Copyright © 2007 [cit. 15. 01. 2023]. Dostupné z: <https://www.proskoly.cz/pamet>

*Odborné časopisy*. Odborné časopisy [online]. Copyright © 2014 [cit. 28. 08. 2022]. Dostupné z: <http://www.odbornecasopisy.cz>

*Paměťové testy* - Proškoly.cz. Proškoly.cz [online]. Copyright © 2007 [cit. 15. 01. 2023]. Dostupné z: <https://www.proskoly.cz/pamet>

*Metodický portál / Materiály do výuky*. [online]. Dostupné z: <https://dum.rvp.cz/materialy/kratkodoba-pamet-a-pozornost.html>

## Seznam obrázků

Obrázek 1: Gestaltický princip blízkosti .....	13
Obrázek 2: Gestaltický princip podobnosti .....	14
Obrázek 3: Gestaltický princip tvarové úplnosti .....	14
Obrázek 4: Gestaltický princip uzavřenosti tvarů .....	14
Obrázek 5: Ebbinghausova křivka zapomínání <sup>22</sup> .....	22
Obrázek 6: Průběh zpracování informací paměti <sup>25</sup> (druhy paměti) .....	24
Obrázek 7: Jak si zlepšit paměť? Aktivujme co nejvíce smyslů. <sup>37</sup> .....	30
Obrázek 8: Psychologické klamy <sup>42</sup> .....	37
Obrázek 9: Výsledky hodnocení aktivity <sup>46</sup> .....	40
Obrázek 10: Ukázka úloh k procvičení paměti <sup>50</sup> .....	53
Obrázek 11: Paměť .....	60
Obrázek 12: Paměť - procvičování .....	61
Obrázek 13: Fáze paměti - aktivita pro žáky .....	62
Obrázek 14: Vnímání .....	64
Obrázek 15: Krátkodobá paměť .....	65

**Seznam tabulek**

Tabulka 1: Otázky .....	65
Tabulka 2: Zrcadlové čtení.....	69