

**11. Výchova pracovní a technická.
Výchova umělecká a estetická.
Výchova tělesná, ke zdraví a
zdravému životnímu stylu. Subsložka:
enviromentální výchova.**

Základy pedagogiky

Doc. PhDr. PaedDr. Kamil JANIŠ, CSc.

Pracovní výchovu

Subsložky:

- pracovní výchovu
- technickou výchovu
- ekonomickou výchovu
- výchovu podnikatelskou
- výchova trávení volného času

Cíle pracovní výchovy:

- osvojení si takových nezbytných znalostí, dovedností, návyků a postojů, (tj. pracovních kompetencí), které jedinci umožní vykonávat práci, která odpovídá jeho schopnostem a potřebám,
- mít úctu k vlastní práci a k práci jiných a k jejím výsledkům,
- změnit podle potřeby a situace v průběhu aktivního života druh práce nebo profesi s využitím všech forem celoživotního učení,
- dosáhnout co nejdříve plné pracovní způsobilosti,
- vyrovnat se s požadavky současného trhu práce jako jsou (kromě druhu a stupně vzdělání) adaptabilita, flexibilita, mobilita, loajalita ke stávajícímu zaměstnavateli, schopnost pracovat v týmu a způsobilost tvůrčím způsobem řešit problémy,

pokračování

- komunikovat verbálně (nejméně ve dvou jazycích), nonverbálně, např. pomocí komunikačních technologií a dalších symbolických jazyků s manažery, spolupracovníky, klienty i odběrateli,
- vykonávat práci efektivně, s ohledem na její bezpečnost, hygieničnost, zdravotní nezávadnost,
- dodržovat pracovní kázeň a příslušná režimová opatření,
- pěstovat a rozvíjet vlastní pracovní motivaci založenou na vnitřních pracovních i na vnějších pracovních efektech (odměna za práci, povýšil jsem, benefits),
- orientovat se na národním nebo nyní již mezinárodním trhu práce,
- přijmout odpovědnost za vlastní práci nebo za práci jiných v roli manažera.

Cíle technické výchovy:

- aby si každý jedinec osvojil nezbytné základy (technické principy) klíčových výrobních postupů a technologií,
- aby se jedinec připravil využívat současných i nově vytvářených pracovních nástrojů, technologií,
- postupů (nyní aktuálně zejména za pomoci ICT),
- aby při vývoji, zavádění a provozování jakýchkoliv technologií byla jejich tvůrci sledována a minimalizována jejich ekologická, mutagenní, zdravotní rizika,
- aby byly opuštěny takové technologie a zlikvidovány takové technické produkty, které ohrožují lidstvo nebo jsou snadno zneužitelné,
- dodržovat technologickou kázeň a normy, usilovat o vysokou kvalitu produkce, včetně intelektuální.

Cíle ekonomické výchovy :

- osvojení si způsobilosti vyjednávat o ceně za jakou hodlá jedinec vykonávat určitou práci,
- způsobilost vést agendu rodinného rozpočtu a dosáhnout vyrovnanosti jeho příjmů nákladů (včetně splátek),
- zvládnout základy finančního práva, zvl. občanského, daňového, pojistného, osvojení si zásady hospodárnosti a efektivnosti při nakládání s vlastními i svěřenými finančními prostředky,
- získání způsobilosti stanovit cenu výrobku nebo služby při respektování pravidel dobrých mravů.

VÝCHOVA UMELECKÁ A ESTETICKÁ

Estetická výchova zahrnuje:

- estetické osvojování skutečností v umění, tak mimo umění,
- pěstování smyslu pro krásu v přírodě, pracovním procesu, v chování a jednání ve společnosti, stejně tak jako i v soukromí,
- výchova vkusu („*estetiku denního života*“)

Východiskem pro estetickou výchovu je vymezení pojmu estetika.

Estetika (řec. aisthetikos – vnímavost, cit pro krásu) – jedná se o jednu z filozofických disciplín, která se zabývá krásnem a jeho působením na člověka, dále pak lidským vnímáním a subjektivních pocitů z uměleckých a přírodních výtvorů.

Estetikou se zabývali známí filozofové, jako např. Platón, Aristoteles, Kant aj.

Umělecká výchova

Umělecká výchova tvoří základ estetické výchovy.

- Umělecká výchova zahrnuje dvě základní tendence:
 - výchova k umění (kdy umění je cílem výchovy),
 - výchova uměním (kdy umění je prostředkem výchovy).
- V praxi probíhají obě tendence souběžně (paralelně), přičemž můžeme vysledovat fáze:
 - vnímání (apercepce) uměleckého díla,
 - chápání,
 - prožívání,
 - hodnocení.

Cíle estetické výchovy:

- na základě procesu percepce naučit jedince vnímat, chápat, prožívat a hodnotit umělecké výtvořy,
- rozvíjet tvořivou stránku jedince, stejně tak jako i reprodukční stránku (tzn. schopnost interpretovat),
- seznámit se s výtvořy národní i světové kultury, jednotlivé vývojové etapy (umělecká období), tvůrce a interprety uměleckých děl,
- poznávat a vnímat krásu v přírodě, ve společnosti a v osobním životě, a to především ve vztahu k tzv. nevkus (např. kýčovitě „umělecké“ předměty).

Realizována může být:

- ve školách (např. hudební, výtvarná, dramatická a literární výchova)
- v mimovyučovacíích a zájmových činnostech (např. návštěvy muzeí a galerií, výchovné koncerty, divadlo, besedy s umělci)
- v základních uměleckých školách (obor hudební, výtvarný, taneční, literárně-dramatický)
- v kroužcích, souborech umělecké činnosti
- v rodině
- při vlastní činnosti (např. četba literatury, hra na hudební nástroj, výtvarná činnost)

TĚLESNÁ VÝCHOVA

výchova ke zdraví x tělesná výchova

- **Výchova ke zdraví** – vede k ochraně zdraví a k vlastnímu aktivnímu rozvoji.
- **Tělesná výchova** (také zdravotní tělesná výchova) – směřuje k poznání vlastních pohybových schopností a také k poznání, jak působí konkrétní pohybové činnosti na tělesnou zdatnost, duševní i sociální pohodu.

Výchova ke zdravému způsobu života

- Naučit každého základním poznatkům o zdraví, a zdravotní prevenci (**výrazně preventivní charakter**).
- Naučit každého o své odpovědnosti za své zdraví a zdraví ostatních (**kladné postoje ke zdraví**).
- Vštípit každému povinnost soustavné péče o zdraví (**kladen důraz na vytvoření správných kompetencí**).

Funkce tělesné výchovy:

- ZDRAVOTNÍ – naplňuje se prováděním tělesných cviků
- VZDĚLÁVACÍ – je hlavním posláním předmětu tělesná výchova
- VÝCHOVNÉ – přispívají k rozvoji morálních vlastností, rozvíjí a kultivují pohybové potřeby a zájmy

Cíle tělesné výchovy

- pravidelná součást způsobu života dítěte i budoucího dospělého
- osvojení pohybových dovedností pro aktivní život
- praktické učení novým zkušenostem = nové poznatky
- podpora a rozvoj tělesné zdatnosti
- pohyb jako vhodná terapie při práci s žáky během vyučování

ZDRAVÍ A ČLOVĚK

- vliv na zdraví je dán genetickými dispozicemi
- prevence je ochrana člověka před nemocemi
- prevenci dělíme do 3 skupin
 - primární prevence – nejranější stádium kdy lze zabránit nemoci (očkovaní)aj.
 - sekundární prevence – preventivní a pravidelné prohlídky
 - terciární prevence – omezení následků nemoci v návaznosti na kvalitu života

Člověk a zdraví

Aspekty, které ovlivňují zdraví:

- Styl života
 - Kvalita životního prostředí
 - Kvalita mezilidských vztahů
 - Chování podporující zdraví
 - Bezpečí člověka

Nevhodný životní styl

- Nesprávné a nepravidelné stravování
- Kouření
- Užívání návykových látek (alkohol, drogy,...)
- Sedavý způsob života
- Stres
- Závislosti – gamblerství, ...
- Negativní pohled na svět

Poruchy výživy

Obezita a nadváha - jsou onemocnění z nadměrného ukládání tuku v organismu

Mentální anorexie - psychické onemocnění charakterizované chorobným strachem z tloušťky

Mentální bulimie - spočívá v záchvatech přejídání a zvracení často následuje po momentální anorexii

Nadváha a obezita

Česká republika

- V dospělé populaci je 52 % obézních
Z toho: 35 % spadá do kategorie nadváhy,
17 % do kategorie obezity.
- Na nadměrné hmotnosti se podílejí více muži než ženy
 - nadváhu má téměř 60 % mužské populace,
 - 47 % připadá na ženy.

Alkohol

- Alkohol se významnou měrou podílí na celkové úmrtnosti lidí na celém světě
- Pití vína zejména červeného, v „rozumné míře“ cca 118ml, dle některých studií, naopak tělu prospívají pro potenciální preventivní přínos proti kardiovaskulárním chorobám

Škola a zdravý způsob života

Žáci by měli mít povědomí o zdraví a jeho ochraně.

Škola ve výchově ke zdravému způsobu života sehrává několik funkcí:

- V souladu se standardem vzdělávání realizuje výchovu ke zdraví
- Klima školy i třídy ovlivňuje duševní i tělesné zdraví
- Škola je partnerem rodiny při formování životního stylu