

# PODPORA PRO ŽÁKY PŘI PŘIJÍMACÍM ŘÍZENÍ

## *průvodce pro základní školy*

Jako učitelé máte klíčovou roli v přípravě žáků na jejich budoucí vzdělávací a profesní dráhu. Vaše aktivní zapojení a podpora mohou výrazně přispět k úspěchu žáků během přijímacích zkoušek na střední školy.

### 1. Informujte žáky o možnostech vzdělávání

- **Prezentace škol:** Organizujte prezentace různých středních škol, kde se žáci mohou seznámit s nabídkou existujících oborů vzdělání.
- **Dny otevřených dveří:** Povzbudujte žáky k návštěvě dnů otevřených dveří na středních školách.
- **Informujte žáky o typech škol a jejich náročnosti,** včetně možnosti využití domovů mládeže a internátů (ubytovací zařízení pro žáky středních škol)
- **Podporujte žáky ve využívání zdrojů** jako [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz) a poskytněte jim pravidelně informace o možnostech studia a profesního uplatnění.
- **Začněte s kariérovým poradenstvím již v nižších ročnících,** aby žáci měli dostatek času na informované rozhodování a přípravu.
- **Nabídněte žákům individuální konzultace,** kde mohou probrat své obavy a otázky týkající se volby střední školy.
- **Spolupracujte se školním poradenským pracovištěm** na rozvíjení schopností žáků zvládat stres a na poskytování psychosociální podpory.
- **Odporující volba:** Vybízejte žáky k aspiraci na maturitní studijní obor alespoň jednou ze tří přihlášek.
- **Informujte a zapojte rodiče do procesu kariérového poradenství,** aby mohli svým dětem poskytovat potřebnou emocionální a praktickou podporu.

### 2. Poskytněte žákům praktické informace

- **Informujte žáky o termínech** podání přihlášek, přijímacích zkoušek a dalších důležitých krocích.
- **Seznamte žáky s webovými stránkami** [www.prihlaskynastredni.cz](http://www.prihlaskynastredni.cz), kde jsou uvedeny všechny důležité termíny.
- Je-li to potřeba, pomozte žákům s **vyplněním/předvyplněním přihlášky.**
- Doporučte žákům, kde najdou **studijní materiály** a veřejně dostupné testy – [Testová zadání v PDF | Jednotná přijímací zkouška \(cermat.cz\)](#), [Trénuj a uč se! | CERMAT](#), [Přijímačky na SŠ a gymnázia: Jak se připravit? - ČT edu - Česká televize \(ceskatelevize.cz\)](#).
- Domluvte se s jinou školou na vzájemném zorganizování **zkoušek nanečisto** tak, aby děti zažily testování v cizím prostředí.
- Pokud máte ve škole žáky, kteří nemají možnost pracovat doma na počítači, umožněte jim ve škole **přístup k internetu** nebo jim testy vytiskněte.

- Pokud máte ve škole žáky se **specifickými vzdělávacími potřebami**, kteří potřebují uzpůsobit konání přijímacích zkoušek, upozorněte je s dostatečným předstihem na potřebu získat doporučení ve školském poradenském zařízení.
- Podporujte **tvorbu studijních skupin**, kde si žáci mohou vzájemně pomáhat a sdílet studijní materiály.

### 3. Podpořte žáky při výuce

- **Využijte zpětnou vazbu:** Z Cermatu máte k dispozici údaje, v jakých testových úlohách byli žáci vaší školy v minulém školním roce úspěšní a v jakých nikoli. Zlepšete proto přípravu zejména u typů úloh, ve kterých měli vaši žáci slabší výsledky.
- **Strategie vyplňování testu:** Pomáhejte žákům se strategií vyplňování testu.
- **S podporou začněte včas:** Trénujte porozumění textu ve všech předmětech, ne pouze v českém jazyce a literatuře. Podporujte porozumění textu ve všech předmětech i ročnících.

### 4. Pomozte žákům se zvládnutím stresu a sebepoznáním

- **Sebereflexe:** Využívejte aktivity, které žákům pomohou lépe poznat jejich silné stránky, zájmy a schopnosti.
- **Kariérní testy:** Doporučte žákům kariérní testy a poradenské služby, které jim mohou pomoci při rozhodování.
- **Relaxace a mindfulness:** Učte žáky techniky relaxace a mindfulness, které jim pomohou zvládat stres. Můžete například zařadit krátké relaxační cvičení na začátek nebo konec hodiny.
  - Hluboké dýchání
  - Progresivní svalová relaxace
  - Vizualizace bezpečného prostředí
  - Mindfulness meditace
- **Komunikace:** Povzbuzujte žáky, aby mluvili o svých pocitech a obavách s přáteli, rodinou nebo učiteli. Otevřená komunikace výrazně pomáhá při zvládnutí stresu.
- **Fyzická aktivita, zdravá strava a spánek:** Povzbuzujte žáky k pravidelnému pohybu, který pomáhá snižovat stres a zlepšuje náladu. Upozorňujte žáky na důležitost zdravé stravy a dostatečného spánku.

Platný legislativní rámec: <https://msmt.gov.cz/vzdelavani/stredni-vzdelavani/prijimani-na-stredni-skoly-a-konzervatore>.