

Česká zemědělská univerzita v Praze

Institut vzdělávání a poradenství

Katedra Poradenství v odborném vzdělávání



Využití e-learningu ve vzdělávání seniorů

Bakalářská práce

Autor: Michaela Štichová

Vedoucí práce: Ing. Jiří Husa, CSc.

2017

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Využití e-learningu ve vzdělávání seniorů vypracovala samostatně a použila jen pramenů, které cituji a uvádím v seznamu použitých zdrojů. Jsem si vědoma, že odevzdáním bakalářské práce souhlasím s jejím zveřejněním dle zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a to i bez ohledu na výsledek její obhajoby. Jsem si vědoma, že moje bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitní databázi a bude veřejně přístupná k nahlédnutí. Jsem si vědoma že, na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, především ustanovení § 35 odst. 3 tohoto zákona, tj. o užití tohoto díla.

V Kladně 25.2.2017

Michaela Štichová

Poděkování

Děkuji panu Ing. Jiřímu Husovi, CSc. za odborné vedení mé práce, cenné rady a připomínky a zejména pak za jeho velkou trpělivost a ochotu.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá demografickým stárnutím populace a zdůrazňuje nezbytnost podpory aktivního stáří. Zejména se zaměřuje na celoživotní vzdělávání a další edukaci seniorů, která s aktivním stářím přímo souvisí. Zabývá se myšlenkou zvýšit dostupnost vzdělávání pro tuto generaci pomocí informačních technologií.

Cílem této práce bylo zjištění, do jaké míry senioři v dnešní době využívají internet a zmapování zájmu seniorů o edukaci prostřednictvím online technologií, konkrétně formou e-learningu.

První část je zaměřena na uvedení do kontextu za podpory dosavadních vědeckých poznatků, faktů a statistických dat. Druhá, praktická část je založena na výsledcích dotazníkového průzkumu mezi osobami seniorského věku, které se v současné době účastní vzdělávacích aktivit. Pro tyto účely byl rovněž vytvořen online vzdělávací jazykový kurz, který měl prověřit schopnost seniorů zorientovat se v online prostředí a práci v něm.

Abstract

This Bachelor thesis deals with the demographic aging of the population and emphasizes the need of active aging support. It mainly focus on lifelong learning and further education of seniors which is directly related with active aging. This thesis deals with the idea of increasing the education availability for this generation using information technologies.

The aim of this thesis was to determine the extent of internet usage by the seniors and mapping seniors' interest in education through online technologies, especially using e-learning.

The first part focused on putting into context with the support of existing scientific findings, facts and statistical data. The second, practical part, is based on questionnaire survey among those seniors, who are currently attending educational activities. An online educational language course has been created for these purposes, in order to examine the seniors' ability of orientation in online environment and work in it.

Obsah

Úvod	7
1. Stáří a stárnutí	8
1.1 Obecná charakteristika stáří a stárnutí	8
1.2 Změny ve stáří	11
2. Demografické stárnutí populace	14
2.1 Demografické stárnutí v ČR	14
2.2. Podpora aktivního stárnutí	15
2.3 Přístup státu k problematice stárnutí	16
3. Vzdělávání seniorů	18
3.1 Gerontagogika	19
3.2 Faktory pro vznik a rozvoj vzdělávání seniorů:	21
3.3 Formy vzdělávacích procesů:	21
3.4 Funkce vzdělávání seniorů	22
3.5 Specifika vzdělávání seniorů	23
3.6 Faktory ovlivňující účast seniora na vzdělávacích aktivitách	24
3.7 Vzdělávání seniorů v ČR	26
4. Senioři a informační technologie	30
5. Distanční vzdělávání	32
5.1 Tutor	32
5.2 Tutoriál	36
5.3 Studijní opory pro distanční vzdělávání	37
6. Praktická část	39
6.1 Dotazníkové šetření	39
6.1.1 Interpretace výsledků průzkumu	42

6.2 E-learningový kurz	46
6.2.1 Popis kurzu.....	46
6.2.2 Pilotní průzkum proveditelnosti	54
Závěr	56
Seznam použitých zdrojů:	58
Přílohy	62
Příloha 1.....	62

Úvod

Demografické stárnutí představuje v současné době jeden z narůstajících celosvětových problémů. Podle dlouhodobých prognóz bude podíl osob seniorského věku v populaci stále narůstat. Je nezbytné se zaměřit na podporu aktivního stárnutí. Tímto termínem můžeme rozumět snahu o udržení kvality života člověka v pozdním věku, jeho nezávislost, důstojnost, seberealizaci a aktivní zapojení do společnosti.

Mezi nejvýznamnější aktivizační mechanismy kvalitního života patří vzdělávání. Edukační aktivity přispívají k pocitu sebedůvěry a důstojnosti seniora, a celkově napomáhají k upevňování jeho duševního a fyzického zdraví. Jedinec, který dokáže reagovat na vývoj společnosti, více cítí být její součástí.

Nezbytnou součástí současného vzdělávání jsou i informační a komunikační technologie.

Cílem mé bakalářské práce je zjištění, zda je možné využít těchto technologií při vzdělávání seniorů, konkrétně ve formě e-learningu.

Práce je rozdělena na dvě části - teoretickou a praktickou.

Teoretická část zahrnuje obecnou charakteristiku stáří a stárnutí. Další část se zabývá demografickým stárnutím populace a zdůrazňuje potřebu podpory aktivního stárnutí. Zároveň přibližuje přístup státu k této problematice.

Dále je tato část zaměřena na vzdělávání seniorů. Popisuje didaktické zásady edukace seniorů, zohledňuje možné bariéry vzdělávání této generace a v neposlední řadě uvádí přehled institucí, které vzdělávání seniorů v České Republice poskytují.

Je zde přiblížen přístup současných seniorů k informačním technologiím. Popisuje distanční vzdělávání, podmínky pro tuto formu edukace, její přednosti i možná úskalí.

Praktická část se zaměřuje na cíle této práce. Prvotně byl mezi seniory proveden průzkum, který se zabýval jejich přístupem k informačním technologiím a předchozím zkušenostem. A následně byl pro ověření výsledků šetření v praxi vytvořen jazykový e-learningový kurz.

1. Stáří a stárnutí

1.1 Obecná charakteristika stáří a stárnutí

Stárnutí je přirozený biologický proces trvající od početí jedince až do jeho smrti. Pro pojem stáří existuje velké množství definic, žádná z nich však není absolutně platná a definitivní.

Odborníci, kteří se zabývají problematikou stárnutí a stáří, se shodují, že stáří (senium) je konečnou etapou života (vývojovým obdobím), zatímco stárnutí (senescence) je nevyhnutelný fyziologický proces postihující každého jedince.

Stárnutí

- komplexní, nevratný, dynamický proces
- postihuje involučními změnami veškeré živé organismy kontinuálně již od jejich početí až do okamžiku smrti
- vzájemně propojený proces biologického, psychologického a sociálního stárnutí odehrávajících se s interindividuální variabilitou

Stáří

- označení pozdních fází ontogeneze
- projev a důsledek involučních změn funkčních i morfologických
- probíhá druhově specifickou rychlostí
- má výraznou individuální variabilitu
- vede k typickému obrazu = „stařecký fenotyp“ (modifikován vlivy prostředí, zdravotním stavem, životním stylem, sociálně ekonomickými a psychickými faktory)

Stáří je přirozenou součástí lidského života a jeho nástup je u každého jedince neprobíhá u každého totožně. Nelze tak zcela jasně určit přesnou hranici počátku stáří nebo jeho další dělení. Mezi odborníky se nejčastěji hovoří o stáří z pohledu biologického, sociálního nebo kalendářního.

Biologické stáří

Biologické stáří je označení míry konkrétních involučních změn člověka, které jsou u každého jedince zcela individuální. Uvádí se, že již okolo 25 – 30 roku života se může pozorovat pomalý, leč postupný pokles výkonnosti fyzických i duševních funkcí.

Proces biologického stárnutí je ovlivněn mnoha faktory, jako jsou například genetické dispozice, dosavadní životní styl, přítomnost chronických nemocí a také úroveň zdravotní péče. Důležitý je i vliv psychického stavu. Záleží, zda jedinec zaujímá k životu pozitivní či negativní postoj, jaký je jeho přístup ke stáří, vliv může mít i prohlubující se sociální izolace, a ztráta chuti do života ve stáří.

Přesné vymezení biologického stáří neexistuje. Pro objektivní zhodnocení stavu seniora se v praxi často přistupuje k funkčnímu geriatrickému vyšetření (FGV), kdy se hodnotí funkční stav jedince ve vztahu k určité aktivitě.

Sociální stáří

Sociální stáří určuje proměnu sociálních rolí a potřeb, změnu životního stylu a změnu ekonomického zajištění. Mezníkem bývá odchod do důchodu. Typickou změnou sociální role, kromě ukončení ekonomické aktivity, je například změna společenské prestiže, osamění až sociální izolace, změna uvnitř rodiny – tzv. syndrom prázdného hnízda nebo ovdovění, pokles společenské úrovně a neschopnost adaptace na změny současného světa (např. technologický růst). Tato generace se může setkávat i s věkovou segregací nebo diskriminací označovanou jako ageismus.

Je třeba zmínit i další členění, a to na **první, druhý a třetí věk**, neboli dětství, dospělost a stáří. V současné době se setkáváme i s dalším pojmem, a to **čtvrtý věk**, kterým označujeme generaci od 75 let výše. (Haškovcová 2010)

Zatímco třetí věk je charakterizován aktivním životem mladších seniorů, čtvrtý věk již bývá spojován s nemohoucností, závislostí na druhých a dalšími negativními projevy stárnutí.

- První věk – mládí, profesní příprava, získávání sociálních rolí
- Druhý věk – produktivní dospělost: biologická, sociální a ekonomická produktivita
- Třetí věk – postproduktivní stáří
- Čtvrtý věk – závislost

Kalendářní stáří

Kalendářní stáří je dané dosažením určitého věku. Je jednoznačně vymežitelné, má tak vypovídající hodnotu zejména pro demografické a statistické účely.

V periodizaci stáří není mezi autory úplná shoda. Za obecně uznávanou je považována periodizace lidského věku dle Světové zdravotnické organizace (in Hartl, Hartlová, 2009):

- 60 – 74 let: rané stáří
- 75 – 89 let: vlastní stáří
- 90 a více let: dlouhověkost

1.2 Změny ve stáří

Toto poslední vývojové období člověka sebou přináší spoustu změn, jedná se jednak o **fyzické** a **psychické** změny a dále změny **sociální**.

Fyzické změny

S nástupem třetího věku života dochází k postupnému stárnutí organismu. Tyto změny jsou u každého jedince zcela individuální. Obecně dochází k poruchám smyslů, zejména zraku a sluchu a pohybového aparátu. I na to je třeba při přípravě edukačních aktivit pamatovat. (Špatenková, Smékalová 2015).

Stárnutí dále postihuje například kardiovaskulární, respirační a nervový systém, dochází ke snížení imunity, toto období života je proto provázeno různými zdravotními komplikacemi a obtížemi.

Psychické změny ve stáří

Ve stáří dochází k horšení poznávacích procesů dané změnami smyslového vnímání, jsou patrné změny emotivity (kvality prožívání - emoce, pocity, nálady a duševní stavy), paměti, představivosti a myšlení. Nastává přeměna struktury osobnosti a mění se hierarchie hodnot jedince. Zhoršuje se adaptabilita a mění se motivace. Zpomaluje se psychomotorické tempo a dochází k poruchám paměti především ve složce vstřípivosti a reprodukce. Myšlení ztrácí plynulost a zpomaluje se.

Na psychické změny ve stáří působí biologické změny člověka, a také je zde i patrná souvislost se sociokulturním vlivem.

Změny v poznávacích procesech:

Takto změny popisuje Vágnerová (2007):

- **Změny aktivizační úrovně:**

Dochází ke zpomalení tempa poznávacích i rozhodovacích procesů. Pozitivní stránkou může být větší trpělivost a rozvážnost. U seniorů rovněž můžeme pozorovat zvýšenou unavitelnost.

- **Orientace v prostředí:**

Vlivem biologických změn dochází ke zhoršení zrakového i sluchového vnímání. Tím jsou ovlivněny i další poznávací procesy. Senior se musí více soustředit a namáhat. Orientace v prostředí je ovlivněna vnímáním a krátkodobou pamětí – sensorickým registrem. Protože ve stáří trvá déle, než je informace zaregistrována a zpracována, snižuje se efektivita.

- **Změny paměti a učení:**

Projevem stárnutí je i útlum a zpomalení ukládání informací do paměti a jejich následné reprodukci. Hůře se zpracovávají a ukládají nové informace. Zhoršení paměti se týká zejména paměti epizodní (kdy si starý člověk není jist, zda něco udělal, např. vzal si léky), trvalejší bývá paměť sémantická (obecné znalosti), která je základem pro další učení. Paměť neovlivňují pouze biologické změny, je zde souvislost s tréninkem paměti – zhoršení se projevuje později a pomaleji, pokud je paměť trénovaná.

- **Změny intelektu:**

Změny intelektu mají souvislost s genetikou a výší dosaženého vzdělání. Senioři si snáze uchovávají znalosti osvojené z dřívějšího věku, dochází ke zhoršení fluidní inteligence, která je zodpovědná za zpracování nových informací a hledání nových řešení. Dochází ke zhoršení schopnosti adaptace na nové situace, staří lidé mají sklon k rutině, stereotypu a pohodlnosti. Více se také odklání od okolního světa a zaměřují se na sebe, na své problémy a potřeby.

- **Změny emočního prožívání:**

Senioři bývají emočně labilnější a snáze sugestibilní. Stáří často provází pesimistické až depresivní nálady.

- **Změny vůle:**

Lidé ve starším věku se obtížně, pomalu a často neradi rozhodují, naopak u pasivní vůle (stálost, trpělivost, vytrvalost) můžeme pozorovat její zesílení. S přibývajícím věkem dochází k úpadku všech projevů vůle: rezignace a apatie.

- **Změny potřeb:**

U starších osob dochází ke koncentraci na vlastní potřeby, je zde patrný egoismus. Dochází ke změnám potřeb – dochází k poklesu potřeba změny nebo učení se, a naopak zvyšuje se potřeba citové jistoty, opory a bezpečí

- **Změny osobnosti:**

Ve stáří dochází ke zvýraznění některých vlastností, například u introvertního jedince se ve stáří projevují sklony k samotářství, odmítání kontaktu s okolním světem. Nejistota seniorů vyplývající z úbytku všech kompetencí vede k opatrnosti, nerozhodnosti, někdy k puntičkářství. Vlivem emočních změn se u starších osob objevuje zvýšená bázlivost a úzkostnost a také pocit nespokojenosti. Mění se i vztah k okolí. Staří lidé bývají často egocentričtí, podezíraví a vztahovační, až nesnášenliví.

Sociální změny ve stáří

Stáří přináší i sociální změny, jako například sociální izolaci, pokles sociálních kontaktů, zvýšenou koncentraci na sebe a vlastní rodinu. Staří lidé potřebují své soukromí, aby omezili zátěž nadměrné stimulace. Preferují kontakty se známými lidmi - rodinnými příslušníky nebo přáteli. Cítí se lépe mezi vrstevníky, kteří snáze pochopí jejich problémy.

2. Demografické stárnutí populace

Demografické stárnutí je proces, při němž dochází ke zvyšování podílu starších osob v populaci. Důvodem je pokles porodnosti a naopak postupným prodlužováním délky života.

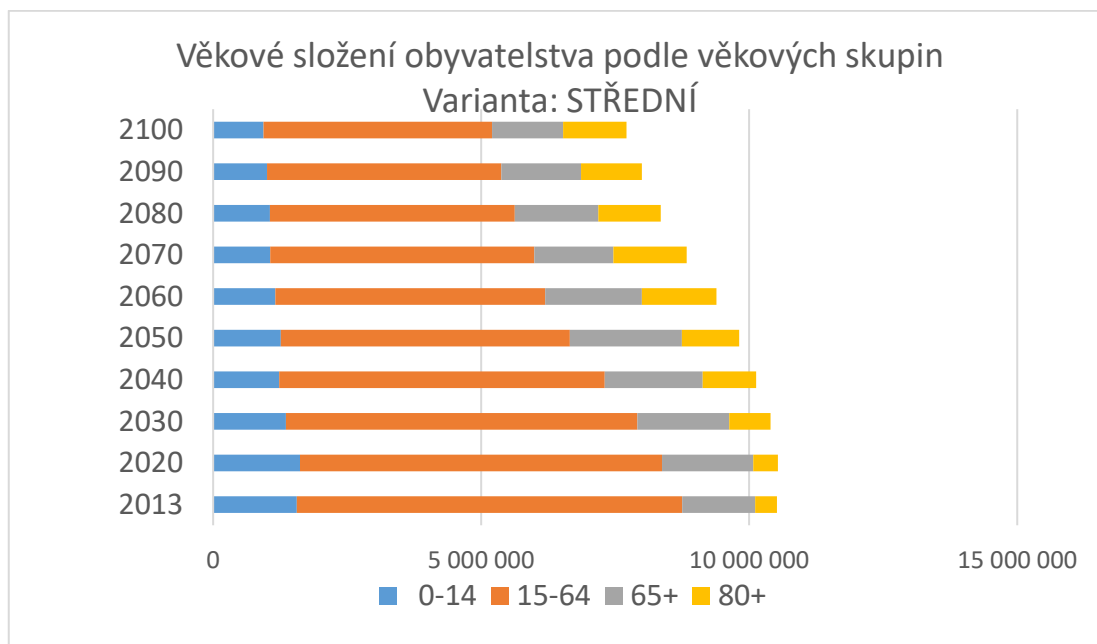
Tento jev se stává jedním z celosvětových problémů, v menší či větší míře postihuje všechny státy. Ukazatelem je pokles porodnosti (natalita) a zároveň prodlužování naděje dožití a klesající úmrtnost (mortalita). Příčinou je zlepšení ekonomických a sociálních podmínek, zdravější strava, kvalitnější lékařskou péče a obecné zlepšení životních podmínek.

2.1 Demografické stárnutí v ČR

Demografické studie uvádí, že v příštích letech bude poměr starších osob ke zbytku populace, a tím i míra závislosti, stále na vzestupu.

Níže uvedený graf zobrazuje prognózy vývoje této problematiky v následujících letech dle Českého statistického úřadu:

Graf č.1 Věkové složení obyvatel:



Zdroj: *Projekce obyvatelstva České Republiky, Český statistický úřad 2013*

Z tohoto důvodu je velice důležitá podpora zdravého a aktivního stárnutí. Cílem je prodloužení produktivního života, ekonomického a sociálního zapojení jedince do společnosti. Obecně lze hovořit zachování kvalitního života a dobrého zdraví do vysokého věku. Zdravé a aktivní stárnutí je rovněž podmínkou finanční udržitelnosti sociálně zdravotního systému.

2.2. Podpora aktivního stárnutí

Výchova ke stárnutí a prevence, společně s podporou zdravého životního stylu je předpokladem prodloužení zdravé délky života. Tento termín vychází z anglického Healthy Life Years a je jedním z ukazatelů Eurostatu (poz. Statistický úřad Evropské Unie). Vyjadřuje průměrný počet zbývajících let života člověka, které osoba ve vyšším věku prožije v dobrém zdraví. Dle šetření tohoto úřadu se Česká Republika řadí v rámci Evropské Unie do průměru.

Důležitým cílem je proto integrovat soběstačnou starší populaci do ekonomického systému, ať už přizpůsobením politiky zaměstnanosti nebo podporou dalšího vzdělávání seniorů. Častou překážkou v zaměstnávání starších osob je právě nedostatečné vzdělání, nebo jeho neaktuálnost, a také neochota se dále vzdělávat. Největším deficitem bývají pro starší generaci jazykové a počítačové (ICT) znalosti. Jejich doplněním naopak tyto osoby značně zvyšují svou konkurenceschopnost v pracovním prostředí.

Právě dosažené vzdělání, společně s dalším vzděláváním, patří k determinantům úspěšného zařazení starší populace na trh práce.

Spolupráce rozdílných generací může pro pracovní proces znamenat efektivní přínos. Starší osoby často disponují cennými životními zkušenostmi, odborností, nadhledem, hlubší znalostí problematiky, bývají zodpovědné a spolehlivé, loajální a časově flexibilnější. Mladší osoby jim naopak mohou být nápomocné při zavádění nových postupů či technologií. Mezi negativní stránky starších zaměstnanců naopak někdy patří neochota přizpůsobit se novým

požadavkům, zatíženost stereotypy, nižší fyzická výkonost a častější nemocnost. Na straně mladších pracovníků se naopak tyto osoby mohou setkat s nedostatkem úcty či ochoty přizpůsobit se tempu staršího pracovníka. Vždy je proto důležitý osobní přístup, tolerance, komunikace a ochota přizpůsobit se jiné generaci. Zároveň zde hraje významnou roli motivace ze strany zaměstnavatele, který by měl přijmout taková opatření, aby jednoznačně podporovala mezigenerační vztahy a rovné pracovní příležitosti.

Nebezpečným faktorem pro stáří bývá pasivita – dle průzkumů vyplývá, že aktivní lidé žijí déle, bývají soběstačnější, zdravější a spokojenější. Být aktivním znamená především pozitivně myslet, ochota učit se novým věcem, vést zdravý životní styl a pečovat o své zdraví, dle možností být pravidelně fyzicky aktivní. Důležité je i věnovat se společenskému životu, svým koníčkům, přátelům, zajímat se aktivně o své okolí, rozšiřovat své obzory a zážitky, zdolávat nové výzvy.

Fyzická aktivita by měla být především pravidelná a být přizpůsobena možnostem a limitům jednotlivce. Důsledkem nedostatečné fyzické aktivity dochází k úbytku svalové hmoty, což vede ke snížení či dokonce ztrátě pohyblivosti ve vyšším věku. To, ve většině případů, znamená sociální izolovanost.

Nedostatek motivace podávat psychické výkony ve stáří vede k poklesu mentální aktivity, a toto následně ke zhoršení kognitivních schopností jedince. Důsledkem pak mohou být i nejrůznější degenerativní a chronické nemoci. Aktivní životní styl tento proces velmi podstatně oddaluje.

2.3 Přístup státu k problematice stárnutí

V České republice je koordinátorem politiky na přípravu stárnutí Ministerstvo práce a sociálních věcí. Jeho prostřednictvím schválila 30. března 2015 Česká republika strategický dokument Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017.

Tato aktualizovaná verze navazuje na předchozí strategické dokumenty:

- Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017
- Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012
- Národní program přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007
- Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí (OSN, Madrid 2002)
- Zásady OSN pro starší osoby (1991).
- a další dokumenty a doporučení OSN a dalších mezinárodních organizací

Základním rámcem Národního akčního plánu je zajištění dodržování a ochrany lidských práv seniorů. Záměrem je komplexní přístup k řešení problematiky stárnutí populace, koordinace a propojování jednotlivých strategií resortů v oblasti přístupů ke stárnutí a vytvoření společných priorit všech přijatých opatření. V rámci tohoto plánu nalezneme i návrhy na podporu vzdělávacích aktivit pro seniory, zejména pak v oblasti informačních a komunikačních technologiích, na podporu rozvoje finanční gramotnosti a na zvyšování ochrany bezpečnosti seniorů. Plán hovoří o potřebě zajistit vzdělání i pro seniory z mimouniverzitních lokalit a navrhuje se zaměřit na rozšíření vzdělávání seniorů za využití informačních a komunikačních technologií.

V březnu 2006 byla v návaznosti na usnesení vlády č. 1482 k Informaci o plnění Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2003 až 2007 zřízena Rada vlády pro seniory a stárnutí populace. Rada je stálým poradním orgánem vlády pro otázky týkající se seniorů a stárnutí populace. Ve své činnosti usiluje o vytvoření podmínek pro zdravé, aktivní a důstojné stárnutí a stáří v České republice a aktivní zapojení starších osob do ekonomického a sociálního rozvoje společnosti v kontextu demografického vývoje. Jedním z cílů je aktivní podpora edukačních aktivit seniorů.

3. Vzdělávání seniorů

Vzdělávání seniorů je nedílnou součástí celoživotního vzdělávání.

Celoživotní vzdělávání (někdy též celoživotní učení) můžeme chápat jako kontinuální proces osvojování vědomostí, dovedností, poznatků, zkušeností a návyků, a jejich následnému rozvíjení a prohlubování, a to vše nad rámec počátečního vzdělávání.

Protože se společnost kolem nás neustále vyvíjí, je třeba umět reagovat na její změny, ať už se týkají oblasti sociální, ekonomické, kulturní nebo společenské. Celoživotní učení nabízí rozmanitý a dlouhodobý přístup ke vzdělávání všem jedincům bez ohledu na věk a učí je přizpůsobovat se těmto změnám.

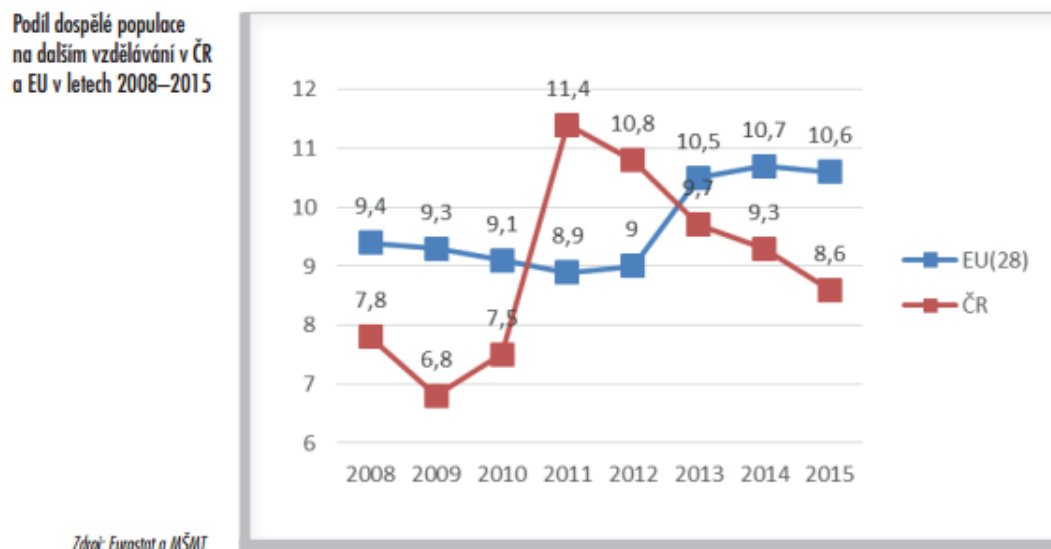
OECD (2000) definuje celoživotní učení takto:

„Celoživotní učení spojuje individuální i společenský rozvoj ve všech směrech i prostředcích ve formálním vzdělávání, tedy ve školních institucích, v zařízení odborné přípravy, terciárním vzdělávání, vzdělávání dospělých, v neformálním prostředí – doma, v zaměstnání, dalších společenských celcích apod. Zaměřuje se především na ekonomický růst, rozvoj a zaměstnanost, a k jejichž dosažení slouží jako prostředek celoživotní učení.“

Podle celé řady výzkumů např. výzkum Rabušice (2008) účast na dalším vzdělávání ovlivňuje dosažené vzdělání. Tyto výzkumy prokázaly, že osoby se základním vzděláváním neprojevují zájem se dále vzdělávat. Chybí jim motivace a chuť k této aktivitě. Naopak mezi účastníky dalšího vzdělávání je nejvyšší podíl osob s ukončeným terciárním vzděláním (vysokoškolsky vzdělaných).

Následující graf zobrazuje podíl dospělé populace na dalším vzdělávání v České Republice a Evropské Unii v letech 2008 až 2015

Graf č.2 Podíl dospělé populace na dalším vzdělávání:



3.1 Gerontagogika

Edukací seniorů se zabývá aplikovaná andragogická disciplína zvaná gerontagogika (někdy též geragogika nebo gerontopedagogika) V posledních letech dochází k dynamickému rozvoji této interdisciplinární vědy. Přináší soubor poznatků o stáří a stárnutí a zaměřuje se na výchovně vzdělávací činnosti s dospělými, především pak seniory.

Cílem gerontagogiky je výchova a vzdělávání ke stáří, a příprava na tuto etapu života každého jedince. Zejména se pak tato vědní disciplína zabývá metodami a technikami aktivizace ve stáří, přičemž zohledňuje, biologická a psychologická a sociální hlediska procesu učení. Rovněž se zaměřuje na studium mezigenerační vztahů, tzv. mezigenerační učení.

Podle Čornačičové (1998) můžeme edukační aktivity gerontagogiky rozdělit na tyto tři klíčové oblasti:

- **Preseniorské vzdělávání** – příprava na stáří; výchova ke zdravému stárnutí, příprava na biopsychosociální změny, snížení adaptačního rizika (sociální, biologické, psychologické)
- **Samotné vzdělávání seniorů** – univerzity třetího věku, akademie třetího věku, kluby důchodců, seniorská centra a ostatní instituce, které se věnují vzdělávání seniorů
- **Proseniorské transgenerační vzdělávání** – jedná se o společensko-mobilizační aktivity, snahu o mezigenerační porozumění, je zaměřené pro rodinné příslušníky a širší veřejnost, mimo jiné má za cíl odbourávat ageismus neboli diskriminaci starších osob na základě věku.

Vzdělávací aktivity napomáhají v seniorském věku k udržení sebevědomí, pocitu důstojnosti a sounáležitosti a naplnění sociálních potřeb. Vedou ke snazšímu zvládnutí nových úkolů a činností, adaptaci na změny, čímž umožňují rychlejší integraci starších osob do společnosti. A především přispívají k udržení a zlepšení duševního i fyzického zdraví jedince.

„Podpora relevantní nabídky vzdělávání pro seniory by měla integrální součástí přístupu vyspělé společnosti, od níž očekáváme, že svým členům zajistí bezpečné a důstojné stárnutí, a umožní jim plnoprávně se zapojit do všech občanských aktivit.“ (Šerák, 2009)

3.2 Faktory pro vznik a rozvoj vzdělávání seniorů:

Čornaničová (1998) uvádí tyto důvody, proč je nevyhnutelné podporovat edukaci seniorů:

- vzrůstající počet seniorů v populaci
- prodloužení života v období stáří
- mění se způsob trávení času po odchodu do důchodu
- je kladen důraz na kvalitní a důstojný život ve stáří
- je třeba přehodnotit pohled na stáří, toto období života čeká každého z nás, důraz na mezigenerační respekt
- společnost se neustále mění, senioři musí umět na změny reagovat, orientovat se v nich, umět se jim přizpůsobit
- v demokratické společnosti mají senioři stejná práva jako zbytek společnosti, tj i právo na vzdělání

3.3 Formy vzdělávacích procesů:

Aktivizace prostřednictvím edukačních procesů může mít různý charakter a může probíhat v podobě **formální** (realizované ve vzdělávacích institucích, příkladem jsou Univerzity třetího věku), **neformální** (probíhající v různých kulturních centrech, knihovnách apod.) nebo **informální** (učení se na základě životních zkušeností a prostřednictvím neuvědomělých činností).

(Průcha, Veteška 2014)

3.4 Funkce vzdělávání seniorů

Členění funkcí vzdělávání seniorů podle Petřkové a Čornaničové (2004), ale i dalších odborníků:

- dle primárního cíle výchovy a vzdělávání:

- **vzdělávací:** získávání poznatků, informací, zkušeností, osvojování zkušeností
- **kulturně-kultivační:** rozvoj osobnosti v oblastech uměleckých, kulturních a pohybových
- **sociálně-psychologické:** oblast sociálních vztahů, psychického rozvoje, cílená aktivita

- dle specifického zaměření výchovy a vzdělávání:

- **preventivní:** cílem je pozitivně ovlivnit stárnutí a stáří jako takové
- **anticipační:** příprava na změny životního stylu po odchodu do důchodu, ve stáří
- **rehabilitační:** udržování fyzických a duševních sil, zachování soběstačnosti
- **aktivizační:** začlenění se do současné společnosti
- **kompenzační:** účastí na vzdělávací aktivity kompenzují úbytek sociálních kontaktů
- **komunikační:** zapojení do společnosti
- **posilovací (stimulační, kultivační):** rozvoj a kultivace zájmů, potřeb, schopností a dovedností
- **relaxační:** plnohodnotné trávení volného času vedoucí k vnitřní pohodě člověka,
- **mezigenerační porozumění:** podpora vzájemného dialogu mezi seniory a mladší generací, prevence mezigeneračního napětí

3.5 Specifika vzdělávání seniorů

Na lektora, který se věnuje vzdělávání, seniorů nejsou z pohledu zákona kladeny žádné specifické požadavky, například zde není podmínkou pedagogické vzdělání lektora. Důležitým předpokladem je zde ale didaktická kompetence ke vzdělávání této generace. Seniory nelze vzdělávat stejným způsobem jako žáky základních škol, studenty středních škol nebo univerzit, a dokonce je zde třeba uplatnit odlišný přístup, než k dalšímu vzdělávání dospělých v rámci celoživotního učení. Edukace seniorů má svá specifika, na které je třeba brát ohled.

Osobnost lektora

Senioři jsou velice specifickou vzdělávací skupinou. Vzdělávacích aktivit se zpravidla účastní senioři různých věkových skupin, a nejen z toho plynou mezi jednotlivými účastníky rozdílnosti ve vnímání, soustředění se, motivaci, rychlosti osvojení učiva a obecně schopnosti učit se. Lektor by měl vždy aplikovat individuální přístup ke studujícím, akceptovat rozdílné tempo ve skupině. Zprostředkování učiva by mělo probíhat jasnou a srozumitelnou formou. Lektor by se měl vyvarovat příliš odborných nebo cizojazyčných výrazů, a neustále, prostřednictvím otázek, kontrolovat, zda studující učivo dostatečně pochopili. Senioři vyžadují otevřenost, pozitivní přístup, a v neposlední řadě musí mít pocit, že jsou pro lektora v edukačním procesu partnerem.

Didaktické zásady edukace seniorů

Z pohledu didaktiky je třeba při vzdělávání seniorů vždy dodržovat tyto zásady:

- obsah výuky by měl být srozumitelný a logicky uspořádaný
- neustálé opakování a shrnování základních myšlenek a poznatků, zdůrazňování podstatného
- časté zapojování účastníků do vzdělávacího procesu
- důraz na zpětnou vazbu
- ve větší míře motivovat účastníky vzdělávání, podporovat je a působit na ně evalvačně

Čas

Dalším, často opomíjeným, faktorem vzdělávání seniorů dle Bočkové a Podlahové (1987) je čas. Senioři mají zvýšené nároky z hlediska času pro osvojení učiva. Potřebují dlouhodobější trénink, častější opakování učiva. Lektor musí tomuto faktu přizpůsobit tempo výkladu a dělat přestávky. Edukační aktivity pro seniory je optimální pořádat v dopoledních hodinách, naopak večerní kurzy nejsou vhodné, z důvod zvýšené unavitelnosti.

Volba vhodného prostoru pro edukaci

V případě, že senior se účastní prezenčního vzdělávání, je důležitá volba vhodného prostředí, kde bude edukace probíhat. Přístup by měl být bezbariérový, aby nebyly diskriminovány osoby s pohybovými problémy. Senioři by měli mít snadný přístup k toaletám. Je třeba zajistit dostatečné osvětlení a ozvučení místnosti, dbát na vhodnou teplotu a časté větrání učebny. Dále je dobré zamezit rušivým vlivům okolí, a obecně dbát na to, aby se senioři při výuce cítili dobře. Pokud mají účastníci seniorského vzdělávání pocit pohodlí a přátelského prostředí, lépe se pak soustředí a více aktivně zapojují do vzdělávacího procesu.

3.6 Faktory ovlivňující účast seniora na vzdělávacích aktivitách

Účast seniorů na dalším vzdělávání ovlivňují různé faktory, které můžeme rozdělit na vnější a vnitřní.

Mezi **vnější faktory** můžeme zařadit dostupnost a podmínky ke vzdělávání, mezi **vnitřní** patří například fyzický a psychický stav jedince, motivace, důvěra ve své schopnosti, vůle, potřeba se aktivně zapojit do společnosti.

Vnější faktory:

Vzdělávací aktivity by měly být snadno dosažitelné z místa seniorova bydliště (pěšky, prostřednictvím MHD) a časově by měly být uzpůsobeny pro tuto generaci (jak již bylo zmíněno, není vhodné pořádat edukační aktivity pro seniory večer, kdy mohou, kromě únavy, pociťovat při návratu za tmy sníženou bezpečnost, vhodné je naopak právě dopoledne).

Nabídka vzdělávání by měla být dostatečně pestrá, aby uspokojila různé zájmy seniorů. Obecně můžeme říci, že pokud není možnost zúčastnit se vzdělávací aktivity v blízkosti seniorova bydliště nebo nabídka vzdělávacích aktivit je příliš jednostranně zaměřená a pro seniora nezajímavá, je pravděpodobnost jeho účasti na vzdělávání velmi malá.

Důležité je i to, aby senioři byli o možnosti vzdělávání vhodně informováni. Mnohdy by o tyto aktivity měli zájem, ale neví, kam se obrátit, neumí si sami podobné informace, například na internetu, vyhledat. V neposlední řadě je vhodné zajistit finanční dostupnost vzdělávání pro seniory, proto mohou instituce pořádající tyto aktivity možnost požádat o finanční podporu ze strany státu.

Mezi **podmínky** můžeme řadit například technické vybavení, uzpůsobení místa konání vzdělávací aktivity pro starší generaci apod., ale i rodinné zázemí seniora.

Vnitřní faktory:

Vnitřní faktory jsou ovlivněny zejména již zmiňovanými psychickými a fyzickými změnami, které sebou stáří přináší.

Senioři, na rozdíl od mladších účastníků vzdělávacího procesu, nejsou natolik ovlivňováni potřebou dosažení kvalifikace nebo jejího zvyšování, v jejich případě je účast na dalším vzdělávání dobrovolná, a proto vliv **vnější motivace** ztrácí na významu. Naopak velkou roli zde hraje **vnitřní motivace**. Mezi ní můžeme zařadit potřebu seberealizace, potřebu sociální integrace, potřebu být součástí společnosti. Potřeby sociálního kontaktu i potřeby seberealizace vyplývají především ze základního pocitu stáří, tj. pocitu

zbytečnosti a osamělosti. Vzdělávání dává seniorům smysl života, upevňuje pocit vlastní identity a zvyšuje jejich sebevědomí a pocit užitečnosti ve společnosti.

Podle Kozákové a Müllera (2006) **motivací** seniorů ke vzdělávání jsou **potřeby**:

- **kognitivní** (doplnění nebo rozšíření znalostí a vědomostí)
- **sociální** (společenský kontakt nejen s vrstevníky)
- **seberealizace** (potvrzení vlastní identity)
- **aktivity** (dělat smysluplnou činnost, být užitečný)
- **kompenzace nedostatků** (intelektuálních i emocionálních)

Senioři také často nedůvěřují svým schopnostem a mají strach ze selhání. Bojí se náročnosti vzdělávacího procesu a mnohdy mají i špatné zkušenosti z předchozího vzdělávání. Někteří jedinci se odmítají učit nové věci, rezignují na svůj stav i okolní svět.

3.7 Vzdělávání seniorů v ČR

Akademie třetího věku

Akademie třetího věku (A3V) nabízí vzdělávání pro seniory zejména v místech, kde nejsou vysoké školy nebo univerzity. Jde o středně náročnou a dostupnou formu vzdělávání, které pořádají instituce, jako jsou například knihovny, kulturní centra, neziskové organizace a podobně. Výuka probíhá v krátkodobých nebo dlouhodobých cyklech. Základem činnosti je přednášková vzdělávací činnost na různá témata, mnohdy z podnětu studentů. Cílem Akademie třetího věku je poskytnout seniorům možnost seznamovat se s nejnovějšími poznatky v oblasti vědy, historie, politiky a kultury. Studenti zde nevykonávají testy nebo zkoušky.

Vedle klasických prezenčních vzdělávacích aktivit se můžeme setkat i s formou vzdělávání prostřednictvím rozhlasu. Od roku 1997 vysílá

Radiožurnál Rozhlasovou akademii třetího věku. Posluchači se mohli seznámit například s cykly na téma psychologie, literatura, botanika, sociální komunikace, meteorologie a mnoha dalšími.

Univerzita třetího věku

Univerzity třetího věku (U3V) jsou specifickým programem celoživotního vzdělávání na vysokoškolské úrovni. Je určeno osobám v postproduktivním věku převážně s ukončeným středoškolským vzděláním s maturitou a má charakter osobnostního rozvoje nikoli profesní přípravy. Tato forma vzdělávání je v České Republice poskytována fakultami vysokých škol a univerzit, studium však není však zakončeno akademickým titulem, pouze osvědčením o absolvování konkrétního kurzu. Cílem je doplnění, prohloubení, obnovení či rozšíření znalostí a vědomostí v oblasti společenských a přírodních oborů, kultury, vědy a techniky a zpřístupnění nových poznatků. Některé z Univerzit třetího věku (U3V) nabízí studium kromě seniorů i osobám handicapovaným. Studium probíhá formou přednášek a seminářů v semestrálních kurzech

Experimentální univerzity pro prarodiče a vnoučata

Experimentální univerzity pro prarodiče a vnoučata se v České republice pořádají ve spolupráci Centra pro celoživotní vzdělávání a vysokých škol. Je to originální vzdělávací mezigenerační projekt, který má mimo jiné za cíl představit mladé generaci nejrůznější vědní obory, a případně jim napomoci při rozhodování o budoucí profesní orientaci. Podstatou je utvoření studijního týmu prarodiče a vnoučete ve věku od 6 do 12let a následné spolupráce na společném projektu na akademické půdě. Témata jsou zde přizpůsobena věku dětí a upravena vysokoškolskými učiteli a odborníky pro dětského posluchače. Účastníci se Prarodič zde působí především v roli poradce. Tento projekt nejen, že má za cíl rozšířit znalosti účastníků, ale také podporuje soudržnost a upevnění vztahů mezi členy týmu a prohlubuje vzájemné porozumění a respekt. První Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata byla organizována ve školním roce 2004/2005 ve spolupráci Centra celoživotního vzdělávání a Matematicko-fyzikální fakulty UK. V současné době je o tuto formu vzdělávání velký zájem.

Virtuální univerzita třetího věku

Studium na Univerzitách třetího věku je vázáno na fakulty vysokých škol a univerzit, které sídlí převážně v krajských městech. Toto představuje omezení přístupu pro seniory z venkova nebo menších měst. Díky rozvoji informačních a komunikačních technologií proto vznikla Virtuální univerzita třetího věku (VU3V) při PEF ČZU. Jde o formu distančního vzdělávání pro seniory, programově navazující na Univerzitu třetího věku. Cílem je zpřístupnit vysokoškolské vzdělávání i těm seniorům, kteří se nemohou zúčastnit prezenčního studia, například z důvodu vzdálenosti místa bydliště od místa konání přednášek nebo ze zdravotních důvodů.

Systém výuky probíhá formou společných semestrálních přednášek většinou 1x za 14dní v konzultačních střediscích. Je zde využíváno předem natočených multimediálních přednášek vysokoškolských lektorů, které jsou prostřednictvím internetu přenášeny do konzultačních středisek. Po každé přednášce následuje diskuse o tématu a následně kolektivní test. Přednášky jsou následně zpřístupněny přihlášeným studentům VU3V, kteří je mohou kdykoli celé, či v jednotlivých sekvencích znovu shlédnout. K dispozici mají rovněž materiály k tématu ve výukovém online systému v podobě doslovně přepsaného textu přednášky, mohou zde nalézt slovníček pojmů nebo online ověřovací testy k danému tématu. Prostřednictvím tohoto systému mohou rovněž využít platformu pro komunikaci s lektory, s konzultačními středisky nebo mezi sebou.

Zřizovatelem konzultačního střediska v regionu mohou být místní úřady, knihovny, školy, informační střediska, spolky pro seniory apod. Nezbytnou podmínkou pro fungování konzultačního střediska je zajištění podmínek pro výuku. Kromě vhodné místnosti je zde důležité technické vybavení, tj. počítač nebo notebook s připojením na internet, diapojektor, promítací plátno a kvalitní ozvučení místnosti. Dále je zde nezbytné zajistit lektora, který organizačně vede společná setkání studujících seniorů, technicky zabezpečuje průběh přednášky a administračně spolupracuje s Centrem VU3V. Tato osoba je zodpovědná za průběh výuky. Nepředpokládá se, že

tento lektor bude odborníkem daného tématu, proto v nejasných otázkách komunikuje s garantem univerzity a pomáhá se zprostředkováním dotazů studentů.

Podmínkou účasti studia Virtuální univerzity třetího věku není základní počítačová gramotnost, ale je výhodou. *„Přístup k přednáškám zahrnuje 5 základních úkonů, které se senioři velmi rychle naučí a postupně si osvojí. Podle vzoru svých spolužáků se postupně seznámí s internetem, e-mailovou komunikací, případně dalšími dovednostmi. Postupné nenásilné ovládní počítače je pro seniory nedílným pozitivem, neboť počítač zde slouží jako prostředek, nikoliv jako cíl.“ (MPSV 2013)*

Podmínkou ke studiu není ani internetové připojení z domova. Pokud senioři tuto možnost nemají, mohou využívat připojení k internetu v konzultačních střediscích. Účastníci jsou po šesti úspěšně absolvovaných kurzech pozváni ke slavnostní promoci do auly ČZU v Praze, kde převezmou „Osvědčení o absolutoriu U3V“

Účastníky studia mohou být osoby se statusem důchodce, osoby se sníženou zaměstnaností a osoby nad 50let evidovány dlouhodobě na Úřadu práce

Virtuální U3V byla Provozně ekonomickou fakultou při ČZU zahájena pilotním semestrem v říjnu 2008. Postupně se do projektu zapojují další univerzity a fakulty a rovněž mezi seniory se těší velkému zájmu kurzů (eSenior, 2016).

Univerzity volného času

Univerzita volného času (UVČ) je forma zájmového mezigeneračního vzdělávání, která je otevřená osobám všech věkových kategorií, nejen seniorům. Účastníkem se tak může stát každý, komu je více než 18 let, nebývá zde navíc předpoklad předchozího vzdělávání. Univerzity volného času tak podporují mezigenerační dialog, ne vždy mohou v plné míře reflektovat potřeby a specifika vzdělávání seniorů. První Univerzita volného času byla otevřena v roce 1993 pod záštitou Centra celoživotního vzdělávání. Vysoká kvalita přednášek je garantována buď osobou erudovaného metodika, nebo smlouvou o přímé spolupráci s konkrétní VŠ.

Další instituce

Mezi další instituce, které se podílejí na edukaci seniorů, patří zájmová sdružení, kluby seniorů, knihovny, soukromá zařízení, kulturní domy a střediska, domy dětí a mládeže.

Vzdělávání zde probíhá nejčastěji formou pořádání besed s odborníky (lékaři, vědci, cestovateli), návštěvami kulturních akcí a výstav nebo pořádáním poznávacích zájezdů a exkurzí.

4. Senioři a informační technologie

Informační a komunikační technologie

Informační a komunikační technologie, zkráceně **ICT** (z anglického Information and Communication Technologies) je označení pro technologie (technické prostředky), používané pro komunikaci a práci s informacemi. Jejich prostřednictvím dochází ke sběru, přenosu, zpracování, ukládání a distribuci dat v digitální podobě.

V dnešní době nelze uvažovat o ICT jen jako o konkrétních nástrojích, je potřeba je vnímat jako celek, jako fenomén, jež zásadně ovlivňuje současnost a stává se součástí dnešní společnosti. Na tento jev je třeba reagovat, přizpůsobit se mu a využívat nové možnosti, jež sebou přináší.

Přístup seniorů k informačním technologiím:

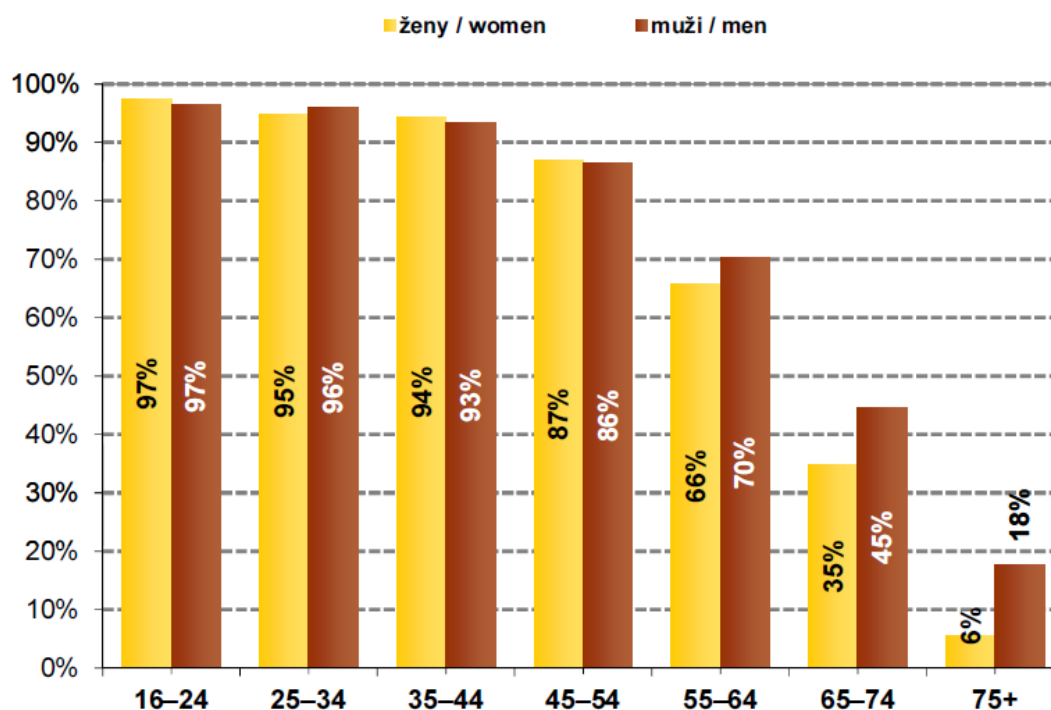
Podle průzkumu Českého statistického úřadu z roku 2015 bylo počítačem a internetem v loňském roce vybaveno téměř 75% domácností. Mezi obyvateli Evropské unie tak Češi se tak užíváním internetu řadí k nadprůměru. Zároveň došlo, vlivem vývoje technologií, ke změně vybavení domácnosti. Stolní počítač je nahrazován přenosným počítačem a stále více osob se připojuje k internetu prostřednictvím svých mobilních telefonů. Oproti roku 2004 se počet uživatelů internetu více jak zdvojnásobil.

Tento trend se objevuje i mezi seniory. Nárůst uživatelů informačních a komunikačních prostředků mezi starší generací je dán jednak zvyšujícím se počtem osob, které si osvojí ovládání ICT ještě před odchodem do důchodu, v zaměstnání, a rovněž cílenou podporou státu seniory v této oblasti vzdělávat.

Informační a komunikační technologie se stále častěji stávají běžnou součástí života dnešních seniorů. Zatímco v roce 2004 používal internet každý padesátý senior, o deset let později to byl už každý čtvrtý (ČSÚ 2015). Je pravděpodobné, že uživatelů internetu mezi seniory bude stále přibývat.

Následující graf zobrazuje poměr uživatelů internetu z jednotlivých generací. Jde o výsledky šetření Českého statistického Úřadu z posledního čtvrtletí roku 2015.

Graf č.3 Podíl dospělé populace na dalším vzdělávání:



Zdroj: Český statistický úřad, 2015

Z grafu je patrné, že mezi seniory jsou častějšími uživateli internetu muži. Zvláště výrazný rozdíl můžeme sledovat u seniorů starších 75let. Je to dáno, mimo jiné tím, že muži jsou více technicky zaměřeni a k novým technologiím otevřenější než ženy.

5. Distanční vzdělávání

Distanční vzdělávání je forma vzdělávání založená na řízeném samostudiu za použití informačních a komunikačních technologií. Má za cíl umožnit vzdělávání jedincům, kteří se z různých důvodů nemohou zúčastnit prezenční výuky. Těmito konkrétními důvody mohou být například velká vzdálenost od vzdělávací instituce, omezení plynoucí z fyzického nebo zdravotního handicapu, pracovní či rodinné vytížení nebo sociální důvody (Průcha a Veteška 2014)

Základem distančního vzdělávání jsou samostatnost na straně studujícího a usměrňování ze strany vzdělavatele – **tutora**. Komunikace mezi studenty a tutorem probíhá převážně elektronicky, ať už e-mailem nebo v rámci uzavřeného diskusního prostředí v elektronickém systému řízení studia LMS (learning management systém). Distanční systém je pak doplňován dle potřeb prezenčními formami, které se nazývají **tutoriály**. Hlavní náplní tutoriálů je diskuse problematických oblastí, ověření správného pochopení studované látky, kontrola průběžného samostudia. Dle charakteru jednotlivých předmětů probíhají na tutoriálech prezentace, průběžné kontrolní testy, práce s aplikacemi. Prostor výuky, obsah, styl i materiály musí být upraveny tak, aby vyhovovaly didaktickým metodám při edukaci seniorů a ovládání prostředí bylo intuitivní a v maximálně možné míře jednoduché.

5.1 Tutor

Tutor v distančním vzdělávání plní 4 základní role: roli řídicí, roli pedagogickou, roli sociální a roli technickou. Úkolem tutora je individuální práce se skupinou studentů (maximálně 20 osob ve skupině), motivování a podpora studentů, poskytování konzultací na dané téma a případná pomoc při řešení problémů, poskytuje rovněž studentům zpětnou vazbu. Tutor zde není v roli vyučujícího, ale spolupracovníka studenta při samostudiu.

Z výzkumů vyplývá, že silná podpora ze strany tutora, vyšší frekvence kontaktů a interakce se studenty a organizační schopnosti tutora jsou pro úspěšné distanční vzdělávání zásadní (Hughes, 2009)

V případě vzdělávání seniorů je velmi důležitá osobnost tutora. Senioři potřebují cítit zájem a prolomit bariéru ostýchání a nedůvěru ve své schopnosti a být aktivně zapojeni do edukačního procesu.

Tutor by měl být schopen:

- empatie
- percepce
- respektu
- motivace
- podpory
- individuálního přístupu

Důležitou roli zde hraje umění komunikace, tutor by měl být schopen aplikovat znalosti z psychologie a didaktiky vzdělávání dospělých.

Na rozdíl od lektora působícího v přímé výuce se od tutora neočekává tak vysoký stupeň odbornosti daného oboru. Tutor nemusí být specialista, ale v dané oblasti znalec, který není jen teoretikem, ale také praktikem schopným se v dané oblasti orientovat. Tutori z praxe (zvláště u některých oborů) preferují dokonce samotní studující (Bednaříková 2013).

Tutor se musí orientovat v oblasti informačních technologiích a dobře ovládat veškerou techniku, kterou používá při výuce. Protože se informační technologie neustále vyvíjí, očekává se, že tutor se bude v této oblasti sám dále vzdělávat.

Role tutora v oblasti **odborně-předmětové a didaktické**:

Podle Bednaříkové (2006d) by tutor měl být schopen:

- vytvářet a zadávat úkoly prostřednictvím on-line systému, nebo je vybírat a konkretizovat (pokud jsou již součástí daného modulu, který je použit při vzdělávání)
- hodnotit vypracované úkoly, posoudit kvalitu jejich vypracování nejen z hlediska obsahu, ale i dalších formálních náležitostí a aspektů vystihujících odbornou kvalitu zpracování
- reagovat na dotazy studujících ohledně studia a obsahu učiva a získávat následně od studentů zpětnou vazbu
- korigovat nesprávné myšlenkové postupy, odstraňovat prekoncepty
- regulovat proces učení
- navigovat studující v případě nepochopení učiva, jehož příčinou může být nepozornost nebo subjektivní podcenění
- poskytovat zpětnou vazbu studujícím o míře jejich zvládnutí problematiky ať už v otázkách progresu, stagnace nebo regrese
- poskytovat doplňující materiály, odkazovat na informační zdroje, které mají za cíl prohloubení znalostí a většímu pochopení učiva. Mohou též mít funkci motivační nebo sloužit k zatraktivnění tématu
- informovat studující o obsahové nebo časové náročnosti jednotlivých kroků či úkolů a v případě úkolů i na jejich termíny
- rozhodovat o náplni tutoriálů, připravovat je, vést je a usměrňovat jejich průběh

Význam role tutora v distančním vzdělávání

Tutor je spíše než v roli instruktora facilitátorem, pomocníkem studujícího. Teoreticky by měl být studující schopen pracovat sám, vytvořit si časový harmonogram studia, určit cíle učení a řídit jeho samotný proces.

Navzdory kvalitně zpracovaným materiálům k samostudiu, bývá v praxi obecně často obtížné, a nejen pro dospělé studující, převzít kontrolu nad

vlastním procesem svého učení. Problémem bývá nedůslednost a nedisciplinovanost, obzvláště pokud je zde absence jasně definovaných cílů a priorit. Studující často nedokáží odhadnout čas potřebný ke zvládnutí studia a ohlídat si neodkladnost některých úkolů. Další překážkou může být špatné pochopení instrukcí nebo samotného obsahu učiva. Studující také mnohdy nedokáží zvolit vhodnou metodu pro své učení. V neposlední řadě může být na škodu i nedůvěra ve vlastní schopnosti nebo nízká míra motivace.

Podpora tutora v distančním vzdělávání je proto zásadní.

Tutor by měl být schopen (De Prysk et al. 2005):

- vysvětlit a objasnit aspekty nebo části obsahu, které studující označí za problematické
- identifikovat účinné strategie učení, v případě potíží, pochopit jaké strategie byly použity a navrhnout jiné
- pomoci rozpoznat u studujících jejich styl učení a vybrat nejlepší přístup, což vede k zefektivnění jejich práce
- podpořit studenty, aby studovali více do hloubky, nikoli jen povrchně a neunikaly jim tak podstatné informace
- usměrňovat studující, aby se snažili učivu dobře porozumět a pokud možno si jej spojovali s již získanými zkušenostmi, s praxí apod.
- v případě nedostatečné sebedůvěry u studujícího ho podpořit, projevit zájem, zdůraznit dosažené úspěchy a pozitivní očekávání dalšího vývoje

Tutor by měl být se studujícími v častém kontaktu, a stejně tak studující mezi sebou, protože osamocenosť účastníků této formy vzdělávání snižuje efektivitu učení.

Podle Bednařikové (2005d, 2006d) je velice důležité studující správně motivovat. K tomu je nezbytný osobní přístup tutora ke každému z nich. Tutor by měl respektovat odlišnosti schopností, učebních stylů a přístupů jednotlivých účastníků edukace. Dále diagnostikovat individuální

pedagogicko-psychologické zvláštnosti a specifika jednotlivých studujících, ať už z odevzdaných úkolů a materiálů, osobní komunikace nebo dalších získaných informací. Měl by být schopen studujícím pomoci překonávat studijní obtíže, aktivně s nimi řešit problémy a vést studující k tomu, aby o nich otevřeně hovořili. Od tutora se očekává, že bude usměrňovat a povzbuzovat pomalejší studenty a málo asertivní nebo nejisté studenty s nedostatečným sebevědomím, podporovat, aktivizovat a působit na ně evalvačně.

Na význam diagnostiky dospělých účastníků vzdělávání upozorňuje Mužík (2004). Podle něj se jedná o určitý styl poznávání a hodnocení těch specifik, které souvisejí se vstupními znalostmi, charakteristikou rysu osobnosti, jejích vlastností a momentálního stavu, motivací a schopností daného jedince se učit. Diagnostika hraje v hodnocení lektora (v tomto případě tutora) důležitou roli. Díky ní může lektor například rozpoznat, že za slabšími výsledky studujícího se skrývá nedostačující schopnost se učit, slabá motivace apod. Diagnostiku doporučuje Mužík provádět nejen na počátku edukačního procesu, ale i v jeho průběhu.

5.2 Tutoriál

Jak již bylo zmíněno, tutoriál je prezenční setkávání účastníků distančního vzdělávání, často nepovinné. Tutor zde není v roli přednášejícího. Základem distančního vzdělávání jsou především precizně připravené studijní podpory. Tutorova úloha na společných setkáních je především vedení diskuse, jejímž cílem je zopakování a shrnutí hlavních myšlenek, a jejich souvislostí, objasnění otázek vyplývajících ze studia, k osvojení dovedností a procvičení postupů.

Proces aktivního řízení průběhu tutoriálu podle Bednaříkové (2007) vyžaduje od tutora především schopnost:

- moderovat, vést a usměrňovat průběh tutoriálu
- zapojovat studenty do probíhajících činností čteně méně aktivních jedinců
- podporovat vzájemnou spolupráci účastníků
- naslouchat a pokládat otázky
- řídit diskusi a usměrňovat její průběh a aktivně se jí účastnit
- být schopen improvizace, umět reagovat na neočekávané situace nebo problémy

5.3 Studijní opory pro distanční vzdělávání

Předpokladem pro úspěšnou realizaci distančního vzdělávání je vedle technického vybavení a dobrého organizačního zázemí, vytvoření kvalitních studijních opor. Je zde kladen důraz na mimořádně kvalitní didaktické zpracování učiva. Opory musí být strukturované a obsahovat takové prvky, aby se studující mohl rychle a snadno zorientovat. Měly by mít rovněž motivační charakter. Pro studujícího musí být atraktivní s dostatečnou mírou interaktivity a vizualizace a reagovat na specifika vzdělávání dané skupiny, pro které je určen. Například v případě seniorů je třeba dbát na velikost písma, omezení rušících efektů, jasné formulování, přehlednost a názornost.

Forma textu pro distanční studium se liší od formy prezenčního studia.

Zpravidla se skládá z těchto částí:

- úvod
- studijní cíle
- časové požadavky ke studiu daného studijního modulu
- požadované znalosti
- průvodce studiem
- přehled distančních ikon
- samotný výkladový text
- shrnutí
- kontrolní otázky
- korespondenční úkoly
- slovníček pojmů
- doporučená literatura ke studiu daného modulu

Tyto opory jsou vytvářeny odborníky.

V rámci opor při e-learningu mají studenti k dispozici testy na ověření znalostí. Testy slouží studentům k ověření toho, jak studovanou problematiku pochopili. Bezprostředně po absolvování on-line testu v rámci opory je student informován o jeho výsledku. Testy je možné absolvovat opakovaně a neomezeně (systém ISIS generuje varianty testů zcela náhodně). O úspěšnosti studenta není vyučující informován, výsledky těchto ověřovacích testů slouží pouze pro osobní potřebu studentů.

V distančním textu se pro lepší orientaci užívá ikon, které mají za cíl snadno navést studujícího k jednotlivým částem textu. Ikony se mohou lišit grafickým zpracováním, ale podstatou musí vždy vyjadřovat svůj záměr.

6. Praktická část

6.1 Dotazníkové šetření

Protože cílem mé práce bylo zjištění, zda je forma vzdělávání v podobě e-learningu vhodná pro seniory, nejprve jsem provedla vlastní průzkum na téma Senioři a práce s internetem.

Cílem průzkumu bylo zejména zmapování a ověření zkušeností seniorů s prací s internetem a dále pak zjištění:

- předchozích zkušenosti s online vzděláváním
- zájmu o online vzdělávání mezi seniory
- bariér online vzdělávání mezi seniory

Pro svůj průzkum jsem si vybrala metodu dotazníkového šetření, určenou k získávání údajů a informací pomocí písemného dotazování osob. Tuto metodu jsem si vybrala především pro její jednoduchost a možnost získání velkého množství dat v krátkém časovém úseku. Respondenti mého průzkumu byli účastníci edukačních aktivit z řad seniorů, zejména pak studenti U3V a jazykových kurzů.

Dotazníkové šetření probíhalo dvěma způsoby:

- prostřednictvím e-mailu, kdy jsem oslovila zástupce Univerzit třetího věku s žádostí o distribuci dotazníku mezi studenty této edukační aktivity
- vyplnění písemné formy dotazníku seniory na vzdělávacích aktivitách

Část dotazníků byla zaslána elektronickou podobou do vybraných institucí poskytující vzdělávání seniorů, s žádostí o distribuci jednotlivým účastníkům vzdělávání.

Respondenti měli možnost zaslat vyplněný dotazník prostřednictvím elektronické pošty, nebo jej odevzdat u realizátora vzdělávací aktivity. Většina seniorů zaslala dotazník přímo, pouhá 4% respondentů využila k odevzdání dotazníku prostředníka v podobě vzdělávacího zařízení.

Další část byla předána seniorům k vyplnění osobně během edukační aktivity.

Při tvorbě dotazníku pro seniory jsem dbala na to, aby byl dostatečně srozumitelný, přehledný a jednoduchý, a zvolila jsem větší velikost písma. S ohledem na věkovou skupinu respondentů jsem se rozhodla do svého dotazníku zařadit, mimo základní údaje jako je pohlaví, věk, dosažené vzdělání, deset základních otázek. U dvou z nich jsou dotazy dále rozvedené s ohledem na odpověď u dané otázky.

Respondenti měli vždy na výběr z několika možných odpovědí a mohli si zvolit buď jednu, nebo i více odpovědí na každou otázku.

Otázky se týkaly především práce seniorů s internetem. Zajímalo mne, zda internet používají, s jakou frekvencí a k čemu nejčastěji. Ptala jsem se, jak ohodnotí svou znalost práce s ICT. Dále jsem se dotazovala na předchozí zkušenosti s online vzděláváním. Pokud respondent již zkušenosti měl, doplňující otázky se dále týkaly práce v prostředí online kurzu nebo online výukových podpor. Respondenti byli například dotazováni, zda měli obavy, jestli práci zvládnou, jak rychle pochopili práci v tomto online prostředí, co nejvíce ocenili na počátcích práce s těmito systémy.

Senioři byli dále tázáni, zda by možnost online kurzu či elektronických výukových podpor při svém studiu využili a za jakých podmínek.

Poslední z otázek se týkala toho, co respondenti považují za nejvíce přínosné z hlediska elektronické výukové podpory.

Průzkumu se účastnilo celkem 74 respondentů:

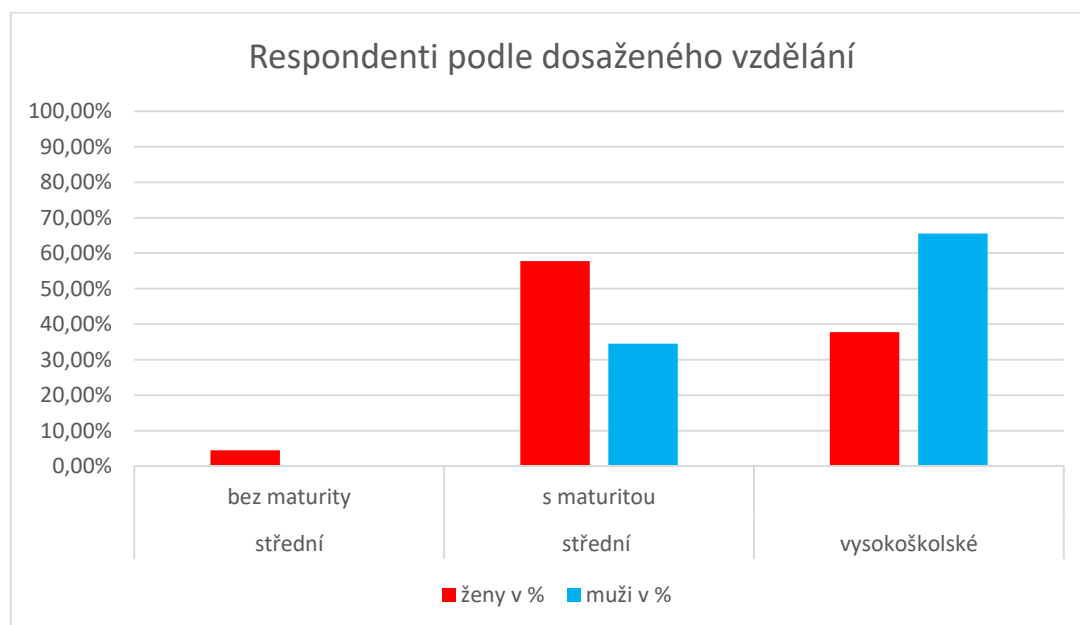
V následující tabulce je uvedeno členění dotazovaných dle pohlaví:

Tabulka č.1 Zastoupení respondentů podle pohlaví

Zastoupení respondentů podle pohlaví		
	počet	počet v %
ženy	45	61%
muži	29	39%
celkem	74	100%

V dalším grafu je uvedeno dosažené vzdělání respondentů

Graf č.4 Složení respondentů podle dosaženého vzdělání



6.1.1 Interpretace výsledků průzkumu

V této části jsou prezentováni výsledky dotazníkového šetření na téma Senioři a práce s internetem.

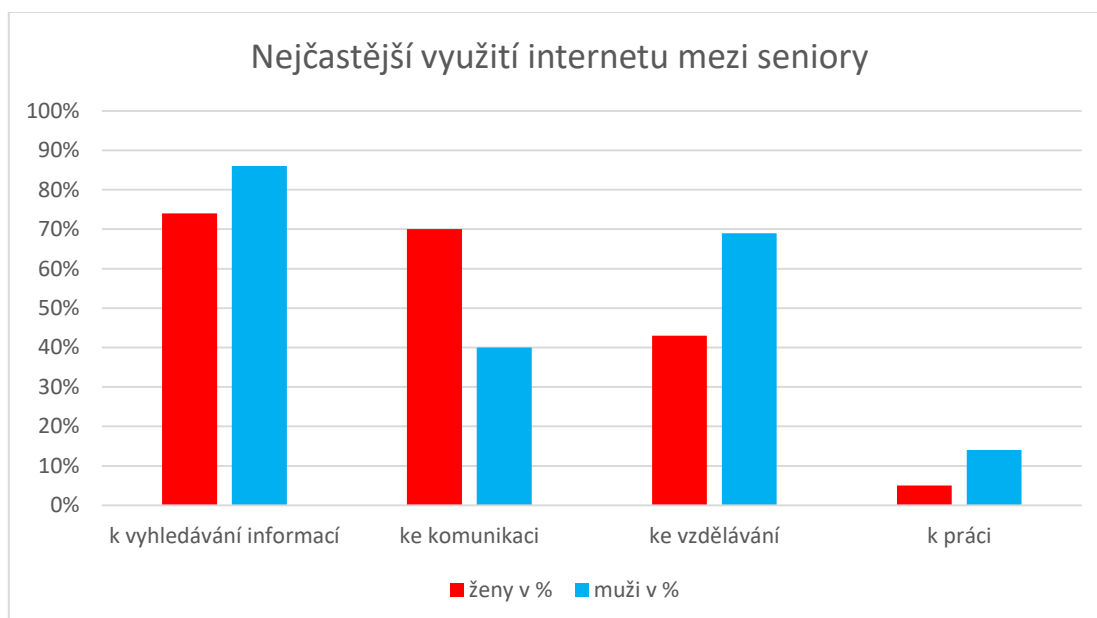
Práce s internetem

Z dotazníkového šetření bylo zjištěno, že 99% z celkového počtu dotazovaných seniorů používá internet. Pouze jeden respondent na tuto otázku odpověděl negativně. Jako důvod uvedl nevyhovující internetové připojení v místě bydliště.

Denně využívá internet 90% respondentů, zbylí účastníci dotazníkového šetření uváděli údaj 2-3x týdně. Všichni dotázaní využívají internet doma. Z dotazníkového šetření dále vyplynulo, že nejčastěji senioři využívají internet k vyhledávání informací a komunikaci.

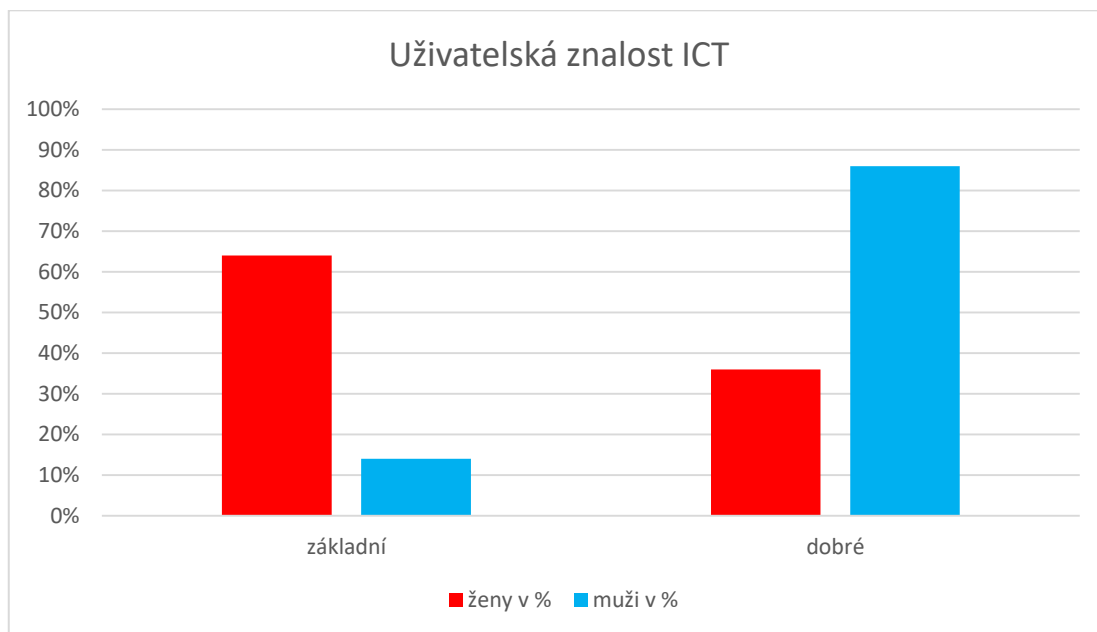
Nejčastější účely využití internetu mezi seniory ukazuje následující graf:

Graf č.5 Používání internetu



Následující graf ukazuje, jak respondenti hodnotí své znalosti práce s informačními technologiemi:

Graf č.5 Uživatelská znalost ICT mezi respondenty:



Zatímco muži ohodnotili své znalosti práce s informačními technologiemi jako dobré, stejně odpověděla pouze polovina dotázaných žen. Zbylé respondentky uváděly základní znalosti práce s počítačem a internetem.

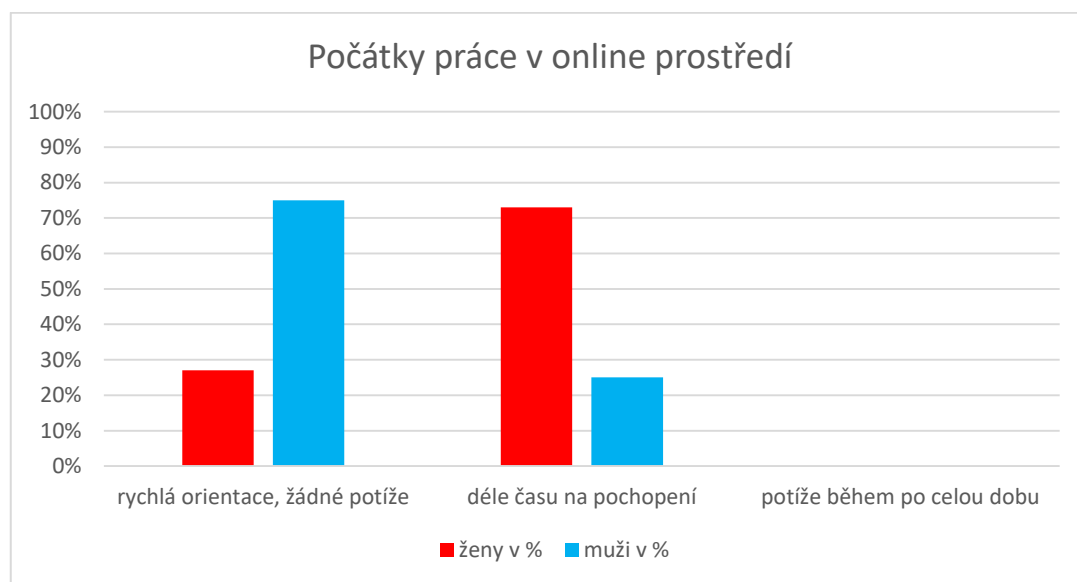
Zkušenosti s online vzděláváním

Z celkového počtu 74 respondentů má pouze 31% dotazovaných předchozí zkušenosti s online vzděláváním.

Seniorům, kteří na tuto otázku odpověděli kladně, jsem položila doplňující otázky, které se týkaly práce v prostředí online kurzů nebo elektronických výukových podpor. Tázala jsem se na jejich počátky práce, v pro ně novém prostředí. Zatímco převážná část mužů se rychle naučila s podporou pracovat (78%), ženy odpovídaly, že potřebovaly déle času k zorientování se. Ženy také vyzdvihly pomoc a ochotu tutora, který jim vše vysvětlil, zatímco senioři z řad opačného pohlaví spíše oceňovali přehlednost a jasné členění jednotlivých částí podpor.

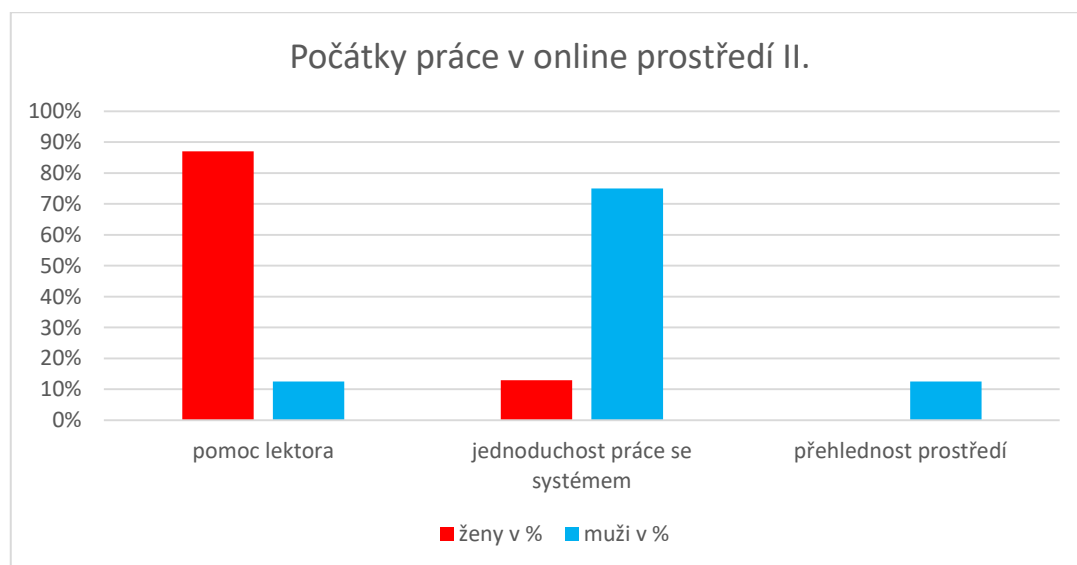
Níže uvedený graf zobrazuje, co senioři nejvíce ocenili v počátcích práce v online kurzu nebo v prostředí elektronických výukových podpor. Z něj je patrné, že pro žádného ze seniorů nebylo online prostředí nepřekonatelným problémem.

Graf č.6 Počátky práce v online prostředí:



Následující graf ukazuje, co senioři nejvíce ocenili v počátcích práce v online kurzu nebo v prostředí elektronických výukových podpor.

Graf č.7 Počátky práce v online prostředí II:



Zájem o online vzdělávání mezi seniory

Většina dotazovaných seniorů (94%) by uvítala vzdělávání prostřednictvím online kurzů nebo e-learningové podpory ke svému současnému vzdělávání. Přínos vidí mimo jiné ve snadné dostupnosti učiva kdekoli budou mít přístup na internet, přehledné shrnutí a množství materiálů k tématu na jednom místě. Zajímavé pro ně jsou i cvičné testy k ověření znalostí s online vyhodnocením, díky nimž získají okamžitě zpětnou vazbu.

Bariéry online vzdělávání seniorů

Mezi respondenty, kteří nemají žádnou zkušenost s online vzděláváním, mělo 77% z nich obavu, zda v prostředí online kurzu či e-learningové podpory budou umět pracovat. Uvítali by proto podporu tutora, který by je prostředím kurzu provedl a pomohl by jim v případě potíží. Tuto obavu mírnila možnost přímé komunikace s tutorem v prostředí online kurzu.

Závěr šetření

Z tohoto šetření vyplývá, že senioři, kteří se dále vzdělávají, jsou otevřeni informačním technologiím, a také je již dnes běžně používají. Přestože mají obavy, jsou ochotni zkusit a naučit se, pro ně zcela nové, věci z této oblasti. Pokud je prostředí online kurzu jednoduché a dobře přehledné, zvládají práci v něm i bez předchozích zkušeností. Na jejich straně je však ve většině případů z počátku nejistota, zda tuto práci zvládnou. Velkou roli zde proto hraje tutor, který jim vše ochotně a trpělivě vysvětlí.

Závěrem mého šetření je i skutečnost, že dotazovaní senioři by tuto formu vzdělávání uvítali.

6.2 E-learningový kurz

6.2.1 Popis kurzu

Pro ověření výsledků předchozího šetření v praxi, byl vytvořen jazykový e-learningový kurz pro seniory

Kurz byl vytvořen v otevřeném softwarovém balíčku pro tvorbu výukových systémů a kurzů na internetu Moodle. Jednoduché a přehledné uživatelské rozhraní neklade zvláštní požadavky na počítačovou gramotnost studentů, k ovládní tohoto prostředí tak postačí základní dovednosti s PC. Stejně tak nejsou kladeny žádné nároky na hardware uživatele, jedinou podmínkou je internetové připojení.

Práce v kurzu je jednoduchá, uživatel se pohybuje v prostředí internetového prohlížeče a kliká na jednotlivé hypertextové odkazy.

Kurz je určen pro začátečníky a mírně pokročilé studenty anglického jazyka z řad seniorů. Tato generace se v dnešní době stále častěji vydává na cesty do zahraničí, mnohdy bez zkušeností a minimálními jazykovými znalostmi, proto bylo vybráno toto téma.

Cílem kurzu je poskytnutí základních informací na cesty a rozšíření slovní zásoby účastníka v uvedených oblastech souvisejících s cestováním. Absolvent se bude orientovat v základních anglických výrazech a frázích, které přímo souvisí s tématem kurzu.

Kurz byl vytvořen s přihlédnutím na věk účastníků. Byl zde kladen důraz na jednoduchost a přehlednost, tak aby se účastník kurzu dokázal orientovat v prostředí kurzu intuitivně bez dalších instrukcí. Pro větší atraktivitu je kurz doplněn fotografiemi a videi souvisejícími s tématy. Záměrně bylo zvoleno větší písmo.

Samotný kurz se skládá ze šesti částí. Každá část se věnuje jednomu tématu, které přímo souvisí s cestováním:

- Letiště
- Hotel
- Restaurace
- Památky
- Zdraví
- Lázně

Každá z těchto částí je doplněna užitečnými tipy, radami a doporučeními k danému tématu. Znalosti jednotlivých témat si lze procvičit na konci jednotlivých částí ve cvičných testových úlohách.

Kurz je zakončen zkušebním testem.

Z důvodu získání zpětné vazby jsou účastníci kurzu, po jeho absolvování, požádáni o vyplnění dotazníku spokojenosti. Tento je umístěn na konci kurzu.

Popis jednotlivých částí kurzu:

Letiště

Tato část se věnuje letecké přepravě. Je koncipována jako průvodce účastníka kurzu od nákupu letenky po přistání v cílové destinaci. Vše je vždy doplněno souvisejícími anglickými výrazy a frázemi. Pro lepší přehlednost je rozdělena na tři části – Před odletem, V letadle a Po přistání

Před odletem:

V první části je účastník kurzu proveden jednotlivými kroky, které jej čekají při cestě letadlem, počínaje nákupem letenky, odbavením, pasovou a bezpečnostní kontrolou až do doby nástupu do letadla.

V letadle:

Tato část se věnuje období od nástupu do letadla do přistání v cílové destinaci. Účastníci se seznámí s anglickými výrazy z prostředí letadla a dozví se, co ho v letadle čeká.

Níže ukázka z této části:

Obrázek č. 1_Ukázka části kurzu V letadle.:

V letadle

V letadle vás přivítá palubní personál - **cabin crew**, tedy letuška nebo steward - **flight attendant**.

Nasměruje vás na vaše sedadlo - **seat**, a pomůže uložit vaše příruční zavazadlo - **hand luggage** do přihrádky nad vašim sedadlem - **overhead locker/bin**.



Před odletem budete seznámeni s bezpečnostními pokyny - **safety instruction**.

Palubní personál vám prostřednictvím krátké instruktaže ukáže, kde hledat nouzové východy - **emergency exit**, kde nalézt záchranou vestu - **life jacket/vest**, jak si správně nasadit kyslíkovou masku - **oxygen mask**, v případě poklesu tlaku - **air pressure** v kabině a předá další pokyny, jak se zachovat v případě náhlého problému.

Po přiletu:

V poslední části je účastník proveden letištěm po přiletu do dané destinace – pasovou kontrolou, následně vyzvednutím zavazadla a seznámen s možnostmi přepravy z letiště. Vše je opět doplněno souvisejícími anglickými výrazy.

Užitečné tipy a doporučení

Doplňkovou částí jsou zajímavé tipy a doporučení. Zde účastník kurzu nalezne například tipy na internetové vyhledávače levných letenek. Tyto vyhledávače porovnávají cenu letenky do dané destinace od různých leteckých společností a mohou tak nabídnout zájemci nejvýhodnější cenu na trhu.

Dále jsou zde užitečné tipy týkající se například balení zavazadel.

Obrázek č. 2_Ukázka části kurzu V letadle – Užitečné tipy a doporučení.:

Užitečné tipy a doporučení

Zde jsou tipy na internetové vyhledávače levných letenek:

Tyto vyhledávače srovnávají nabídky jednotlivých leteckých společností. Díky nim můžete jednoduše naplánovat cestu za nejnižší cenu.

[SkyScanner.cz](#)

[Letenky.cz](#)

[Peikán.cz](#)

[Letuška.cz](#)

Zajímavé tipy:

Přes odjezdem na letiště si zkontrolujte, zda nedošlo u vašeho letu ke změně. Například, zda váš let nebyl zrušen. Pokud vyrazíte na cesty z letiště Václava Havla v Praze můžete využít tento odkaz: <http://www.prg.aero/cs/informace-o-letech/priety-a-odlety/priety/>

Odbavené zavazadlo má většinou váhový limit do 20kg, ale některé letecké společnosti tento limit snižují - je dobré si ověřit předem, poplatky za překročení limitu, bývají nepříjemně vysoké.

Dále je dobré na letišti využít služby balení zavazadel (do folie) - nejen, že jej ochráníte před poškozením, ke kterému může dojít během manipulace při nakládání a vykládání z letadla, ale je zde i menší pravděpodobnost krádeže věcí ze zavazadla.

Pokud máte nějaké pohybové omezení je možné požádat při odbavení o asistenci.

Na cestu zvolte pohodlné oblečení.

V příručím zavazadla nesmí být uloženy nebezpečné a ostré předměty (např. i nůžky na nehty) a platí přísná pravidla pro převážení tekutin v kabině.

Další užitečné informace:

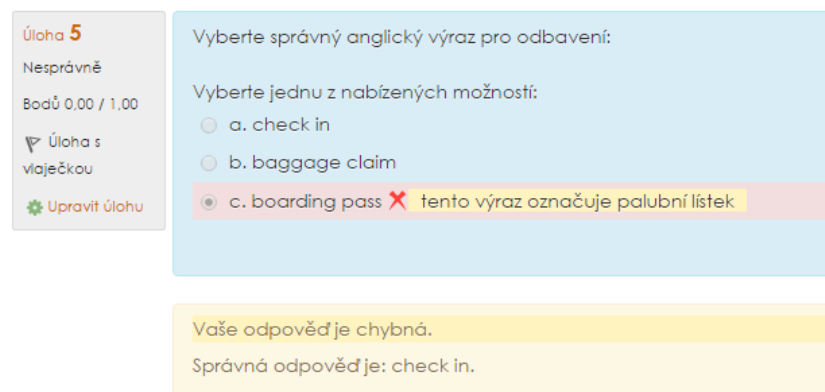
<http://www.csa.cz/cs/portal/info-and-services/travel-information/security-regulations.htm>

V neposlední řadě zde účastník kurzu nalezne videoprůvodce cestování letadlem, kde si může mimo jiné ověřit výslovnost probraných anglických výrazů.

Ověření znalostí

Anglické výrazy a fráze z této sekce si může účastník procvičit ve cvičném ověření znalostí. Toto cvičení obsahuje deset úkolů. Většina z těchto úkolů je tvořena výběrem správné odpovědi z více možností, jiné jsou doplňovací, přiřazovací, nebo ověřením správnosti tvrzení. Po dokončení těchto úkolů následuje online vyhodnocení správnosti odpovědí účastníka. V případě chybných odpovědí, je účastníkovi nabídnuta správná varianta a zároveň komentář k chybné odpovědi:

Obrázek č.3 Ukázka testové úlohy:



Úloha 5
Nesprávně
Bodů 0,00 / 1,00
Úloha s
vítězkou
Upravit úlohu

Vyberte správný anglický výraz pro odbavení:

Vyberte jednu z nabízených možností:

a. check in

b. baggage claim

c. boarding pass X tento výraz označuje palubní lístek

Vaše odpověď je chybná.
Správná odpověď je: check in.

Hotel

V této části kurzu bude účastník seznámen se základními anglickými výrazy a frázemi týkajícími se pobytu v hotelu.

V doplňkové části Užitečné odkazy jsou tipy na internetové vyhledávače ubytování. Stejně jako v případě online vyhledávačů letenek, tyto servery porovnávají nabídky ubytování z různých zdrojů. Výsledkem je opět nejvýhodnější cena ubytování pro zákazníka.

I v této části je krátký videokurz, zaměřený na správné objednání ubytování v hotelu.

Obrázek č.4 Ukázka části kurzu Hotel – Užitečné tipy a doporučení::

Videokurz:

Níže video, jak si správně rezervovat pobyt v hotelu:



Následuje ověření znalostí z této krátké sekce. Jedná se o 8 jednoduchých úloh, z větší části tvořené výběrem správné odpovědi z nabízených možností, nebo doplnění krátké odpovědi.

Restaurace

Cílem této části je seznámení s nejčastěji používanými anglickými výrazy a frázemi v restauraci. Účastník se zde naučí objednat si stůl v restauraci v anglickém jazyce, naučí se anglické názvy jednotlivých jídel apod.

Památky

Tato část kurzu je zaměřena na památky a zajímavá místa, a rozšíření slovní zásoby, které s poznávacím turismem souvisí. Účastník kurzu je seznámen s anglickými výrazy nejčastěji vyhledávaných památek.

Obrázek č.5_ Ukázka části kurzu Památky:

Památky a zajímavá místa

Řada z nás si na cestách nenechá ujít návštěvu historických památek - **sights** a dalších zajímavých míst.

Mezi takové se určitě řadí hrady a zámky - v angličtině se setkáme se souhrnným názvem **castle**.

Historická centra měst - **historic city centre** nabízí také mnoho pamětihodností, ať již se jedná o cenné historické budovy, jako je například paláce - **palace**, katedrála - **cathedral** a kostel - **church**, socha - **statue**, most - **bridge** nebo náměstí - **square**.



Určitě se vyplatí návštěva muzea - **muzeum** a některé z galerií - **gallery**.

Tyto a další památky bývají vyznačeny na mapě - **map**, kterou vám ochotně poskytnou na recepci hotelu nebo v nejbližším turistickém centru - **tourist office / Information office**



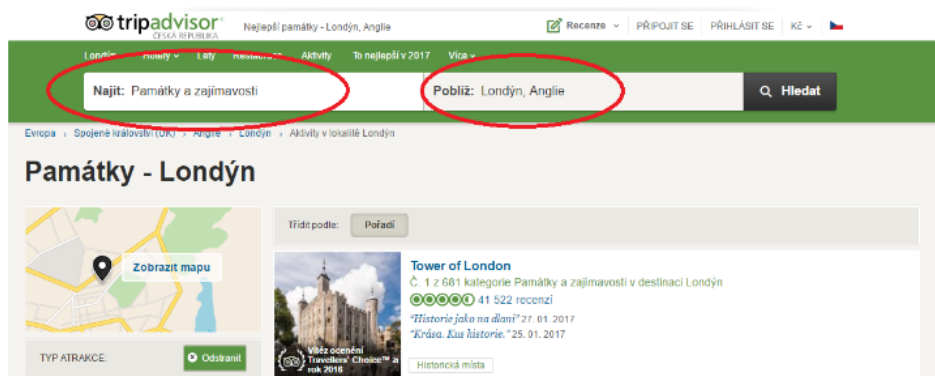
Dále je zde přehled nejdůležitějších frází, které se týkají dotazů na cestu k místu, které by rád navštívil.

I v této části kurzu nalezne účastník odkaz na internetový vyhledávač zajímavých míst a památek v dané lokalitě.

Obrázek č.6_ Ukázka části kurzu Památky – Zajímavé tipy::

Zajímavé tipy

Vyhledat zajímavé památky či místa v místě vaší dovolené vám může pomoci například internetový vyhledávač **Tripadvisor**



Závěrem je ověření získaných znalostí anglických výrazů a frází z této části kurzu.

Zdraví

Tato část seznamuje účastníka kurzu s anglickými výrazy a frázemi, týkajících se nepříjemných zdravotních komplikací, které mohou nastat během dovolené. Cílem je rozšíření slovní zásoby tak, aby v případě nutnosti vyhledání lékaře, dokázal vysvětlit své potíže.

Obrázek č.7 Ukázka části kurzu Zdraví:

U lékaře

Prosím, posadte se. - **Please take a seat.**

Co máte za problém? - **What's the problem?**

Jsem diabetik, potřebuji další inzulin. - **I'm diabetic, I need some more insulin.**

Necítím se dobře. - **I've been feeling sick.**

Mám potíže s dýcháním. - **I'm having difficulty breathing.**

Jak dlouho se takhle cítíte? - **How long have you been feeling like this?**

Mám teplotu. - **I have a temperature.**

Mám bolesti v zádech. - **I've got a pain in my back.**

Kde to bolí? - **Where does it hurt?**

Bolí to tady.. - **It's hurt here..**

Chci, aby se na vás podíval odborný lékař. - **I want you to see a specialist**

Předepíši vám antibiotika, užívejte jednu tabletu dvakrát denně. - **I'm going to prescribe you some antibiotics, take one pill twice a day.**



Získané znalosti je možné opět ověřit v krátkém cvičebním testu s online vyhodnocením výsledků.

Lázně

Poslední část kurzu se zabývá odpočinkem a relaxací – konkrétně návštěvou lázní. Účastník je seznámen se základními anglickými výrazy a nalezne zde i stručný popis jednotlivých procedur.

V sekci Zajímavé tipy a odkazy jsou uvedeny oblíbené lázeňské destinace v okolních státech.

Závěrečný test

Po absolvování celého kurzu je pro účastníky připraven závěrečný test, který prověří získané znalosti.

Pro tento účel bylo vytvořeno 45 testových úloh, zahrnujících všechna témata kurzu. Testové úlohy jsou tvořeny výběrem správné odpovědi z více možností, doplněním krátké odpovědi, přiřazováním nebo určením správnosti tvrzení.

Závěrečný test obsahuje 20 testových úloh. Na vyplnění testu nebyl stanoven časový limit. Účastník se v průběhu testu může zpětně k jednotlivým úlohám vracet, měnit již zadané odpovědi. Pokud si není odpovědí jist a nevyplní ji, tato úloha je počítána jako chybně zodpovězena. Po vyplnění testu je účastník kurzu vyzván k odeslání odpovědí k online vyhodnocení. Podrobné výsledky testu, v podobě označení správných či chybných odpovědí u jednotlivých úloh, jsou účastníkovi k dispozici ihned po odeslání. V případě chybné odpovědi je účastníkovi nabídnuta správná varianta a doplněn komentář k této chybné odpovědi.

Účastník kurzu má více pokusů absolvování testu. Úlohy se náhodně generují z banky úloh, účastník tak v dalším pokusu pravděpodobně narazí i na úlohy jiné než v předešlém pokusu, a má tak větší šanci k ověření svých znalostí.

6.2.2 Pilotní průzkum proveditelnosti

Pro zjištění použitelnosti kurzu byl proveden pilotní průzkum, kdy byl kurz poskytnut k posouzení 10 osobám seniorského věku. Cílem tohoto průzkumu bylo kurz vyzkoušet a především ověřit:

- srozumitelnost
- přehlednost
- jednoduchost prostředí
- atraktivita obsahu kurzu
- atraktivita prostředí kurzu
- vhodnost a srozumitelnost testových úloh
- celkový přínos pro účastníky kurzu

Všechny osoby, které byly požádány o prověření kurzu, jej ohodnotily kladně, jako zajímavý projekt.

Přes počáteční obavu uvítaly jednoduchost prostředí kurzu, kdy se většina poměrně rychle zorientovala a naučila v kurzu pracovat.

Někteří senioři však přehlédli další členění jednotlivých kapitol i ikonu pro jednodušší přechod mezi jednotlivými částmi kapitoly, která je umístěna nahoře na začátku textu a znovu pak na konci kapitoly, viz obrázek:

Obrázek č.5 Přejchod mezi kapitolami kurzu.:



Na základě tohoto zjištění bylo rozhodnuto doplnit kurz stručnými instrukcemi.

Dotázaní dále ocenili výběr témat i strukturovanost textu, kdy jsou anglické výrazy do textu přímo začleněny. Dle jejich vyjádření jsou tak pro ně lépe zapamatovatelné. Za přínosné považují i množství anglických frází, které jsou obsahem kurzu, a které jim pomohou se v zahraničí snadněji dorozumět než při znalosti jednotlivých anglických výrazů.

Kladně ohodnotili i odkazy v doplňujících částech jednotlivých kapitol a zařazená videa. Prostředí kurzu se jim jevilo vizuálně i obsahově atraktivní. Testové úlohy shledali jako srozumitelné, vítali možnost se v průběhu testu vrátit k již zodpovězeným úlohám ke kontrole ještě před odesláním k vyhodnocení. A především cenili okamžitou zpětnou vazbu svých znalostí prostřednictvím online vyhodnocení.

Celkově byl kurz vyhodnocen jako velice přínosný, a to z důvodu obsahu velkého množství pro ně zajímavých informací k cestování.

Závěr

Ve své práci jsem se zaměřila na seniory. Zastoupení této generace v naší společnosti je nezanedbatelné a vlivem stárnutí společnosti bude osob seniorského věku stále přibývat. Je důležité, aby společnost udržela tyto jedince co nejdéle aktivní.

Proto je třeba se zaměřit na další vzdělávání seniorů, Jednou z možností, jak zpřístupnit kvalitní vzdělávání co nejširšímu okruhu seniorů, je právě edukace prostřednictvím informačních komunikačních technologií, například formou e-learningu.

Student si výuku může přizpůsobit svému tempu a časovým možnostem. Kurzy jsou snadno a rychle dostupné, student není omezen vzdáleností místa bydliště od vzdělávací aktivity či pohybovým omezením.

Nevýhodou takového studia je absence sociálního kontaktu oproti klasickým prezenčním kurzům, ale tento kontakt lze nahradit dalšími aktivitami seniora.

Má práce si kladla za cíl, zjistit zda by tato forma vzdělávání byla pro seniory vhodná. Proto byl proveden průzkum na téma Senioři a práce s internetem. V tomto průzkumu bylo zjištěno, že převážná část seniorů již dnes běžně internet používá a nebrání se ani online vzdělávání.

Dále byl pak pro seniory vytvořen online jazykový kurz na téma cestování. Cílem bylo podpořit výsledky šetření v praxi.

Zajímavým zjištěním při zpracování této práce pro mě byla skutečnost, že bariéry vůči tomuto vzdělávání existují i na straně vyučujících. Prvotně jsem z jejich strany zaznamenala předsudky typu, že by senioři práci s e-learningem nezvládli a neměli o tuto formu vzdělávání zájem. Po dalším hovoru, kdy jsem, mimo jiné, prezentovala závěry svého dotazníkového šetření, se ukázalo, že za jejich tvrzením stojí stejné obavy jako u seniorů. Protože s těmito výukovými systémy nemají zkušenosti, hrála zde svou roli nejistota, zda by je uměli používat. Zařazení informačních technologií do jejich výuky bránila i neochota

učit se něco nového a měnit zažité zvyklosti. Vyučující, pro svou neznalost, nevnímali online podporu jako ulehčení předávání znalostí, ale naopak jako práci navíc. Větší aktivitu a odvahu jsem zaznamenala proto na straně seniorů než na straně vyučujících. A za to jim náleží můj obdiv.

Přestože mé šetření probíhalo pouze mezi seniory, kteří se již dále vzdělávají, a lze u nich předpokládat vyšší míru otevřenosti novým přístupům, závěrem lze říci, že e-learningová forma vzdělávání je pro tuto generaci vhodná. Záleží pouze na odbourání strachu, a to jak na straně studentů seniorů, tak na straně vyučujících, trpělivosti a ochotě se posunout dál.

Seznam použitých zdrojů:

BAREŠOVÁ, Andrea. *e-Learning ve vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: VOX, 2003. 174 s. Konference. ISBN 80-86324-27-3.

BEDNAŘÍKOVÁ, Iveta. *Tutor a jeho role v distančním vzdělávání a v e-learningu*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. Monografie. ISBN 978-80-244-3795-8.

BEDNAŘÍKOVÁ, Iveta. *Klíčové kompetence tutora v distančním vzdělávání*. In: *Klíčové kompetencie andragoga a ďalších profesionálov v oblasti edukácie dospelých. Zborník príspevkov z medzinárodnej konferencie – Bánská Bystrica 2006*. vyd. Bánská Bystrica: Fakulta Humanitných vied Univerzity Mateja Bela, 2006. ISBN 80-8083-310-9 (d)

BEDNAŘÍKOVÁ, Iveta. *Didaktické aspekty, tvorby studijního textu a role tutora v distančním vzdělávání*. Olomouc, 2007. Habilitační práce. Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci.

BENEŠOVÁ, Dana. *Gerontagogika*. 1.vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2016. ISBN: 978-80-7452-039-6

ČORNAČIČOVÁ, Rozália: *Edukácia seniorov – Vznik, rozvoj, podnety pre geragogiku*. Vyd. 1. Vydavateľstvo UK Bratislava, 1998. ISBN 80-223-1206-1.

ČEVELA, Rostislav a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: východiska ke zdravotní politice a podpoře zdraví ve stáří*. 1. vyd. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4544-2.

ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDVÁ. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

DE PRYSK, Koen, *Getting started in OLD*. Antwerp – Apeldoorn:Garant, 2005, ISBN 90-41-1898-6.

EGER, L. *E-learning v dalším vzdělávání*. In *Distanční vzdělávání v České republice - současnost a budoucnost*. Praha: Centrum pro studium vysokého školství - NCDiV, 2004. ISBN 80-86302-02-4.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-569-1

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.

HUGHES Jenny [ED] TACCLE. *Teachers' Aids on Creating Content for Learning Environments. The E-learning Handbook for Classroom Teachers*. Brussels:GO! ONDERWIJS VAN DE Vlaamse Gemeenschap, 2009. ISBN 9789078398004

KALVACH, Zdeněk a kolektiv. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-366-0

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. Psyché. ISBN 978-80-247-3604-4.

KOZÁKOVÁ, Z.; MULLER, O. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku*. Olomouc : Univerzita Palackého, 2006. 56 s. ISBN 80-244-1552-6

MUŽÍK, Jaroslav, *Koncept rozvoje celoživotního vzdělávání*. Olomouc, 2004, Habilitační práce. Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004, ISBN 80-210-3345-2

NAKONEČNÝ, Milan, *Motivace lidského chování*. Praha: Academia, 1996, ISBN 80–200–0592–7

ONDRÁKOVÁ, Jana a kol. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3

PETŘKOVÁ, Anna, ČORNANIČOVÁ Rozálie, *Gerontagogika: Úvod do teorie a praxe edukace seniorů*, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004, ISBN 80-244-0879-1.

RABUŠICOVÁ, Milada, RABUŠIC, Ladislav *Učíme se po celý život?: O vzdělávání dospělých v České republice*, Brno: Masarykova univerzita, 2009, ISBN 978- 80-210-4779-2.

ŠVAMBERK ŠAUEROVÁ, Markéta. *Specifika edukace seniorů*. 1. vyd. Editor Katarína M. VADÍKOVÁ. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, 2013. ISBN 978-80-87723-09-8

ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VETEŠKA, Jaroslav. *Kompetence ve vzdělávání dospělých: pedagogické, andragogické a sociální aspekty*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-86723-98-3.

VETEŠKA, Jaroslav, *Přehled andragogiky: úvod do studia vzdělávání a učení se dospělých*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1026-9.

VIDOVIČOVÁ, Lucie a Veronika KHÝROVÁ. *Politika přípravy na stárnutí v České republice 2015*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2015. ISBN 978-80-7421-117-1.

ZLÁMALOVÁ, Helena, *Distanční vzdělávání a eLearning: učební text pro distanční studium*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2008. ISBN 978-80-86723-56-3.

ZLÁMALOVÁ, Helena, *Distanční vzdělávání jako nový přístup ke vzdělávání dospělých*

In: VETEŠKA, Jaroslav, VACÍNOVÁ, Tereza, a kol. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých: andragogika na prahu 21. století*. Praha: UJAK, 2011, ISBN 978-80-7452-012-9

ZOUNEK, Jiří. *E-learning – jedna z podob učení v moderní společnosti*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 2009. 161 s

MSMT 2016, *Výroční zpráva o stavu a rozvoji vzdělávání v České republice v roce 2015*, Praha: MŠMT, 2016, ISBN 978-80-87601-37-2

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Projekce obyvatelstva České Republiky do roku 2100* [tabulka]. In: *Český statistický úřad* [online]. [Praha]: Český statistický úřad. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/projekce-obyvatelstva-ceske-republiky-do-roku-2100-n-fu4s64b8h4>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Senioři v ČR – 2014*. In: *Český statistický úřad* [online]. [Praha]: Český statistický úřad. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/seniori-v-cr-2014-2gala5x0fg>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci – 2015* [online]. [Praha]: Český statistický úřad. Dostupné z <https://www.czso.cz/csu/czso/vyuzivani-informacnich-a-komunikacnich-technologie-v-domacnostech-a-mezi-jednotlivci-v-roce-2015>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Žijeme déle a zdravěji* [online]. [Praha]: Český statistický úřad. Dostupné z <https://www.czso.cz/csu/czso/6b004993a7>

e-Senior. 2016. *Univerzita třetího věku*. [online]. Dostupný z: <https://e-senior.czu.cz/>

Klub Aktiv. *Informace o VU3V*. [on-line] Dostupné z: <http://www.klubaktiv.cz/info>

MPSV. 2014a. „*Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013–2017.*“ [on-line] Dostupné z: www.mpsv.cz/files/clanky/20851/NAP_311214.pdf

MPSV. 2006. „*Rada vlády pro seniory a stárnutí populace.*“ [on-line] Dostupné z: www.mpsv.cz/cs/2897

MPSV, 2013, *Virtuální univerzita 3. věku – VU3V* [online]. Dostupný z: <http://www.mpsv.cz/cs/15167>

OCED DEFINICE 2000, *Celoživotní učení*, [online]. Dostupný z: www.msmt.cz/vzdelavani/celozivotni-uceni-zakladni-pojmy

Landová, Hana.: Informační gramotnost - náš problém(?), *Ikaros* 2002, roč. 6, č. 8, [online]. Dostupný z: <https://ikaros.cz/informacni-gramotnost-nas-problem>

PŘIBYL Hugo, *Sociální gerontologie*, Studijní opora, Opava 2015, Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik v Opavě Ústav veřejné správy a regionální politiky. [on-line] Dostupné z: https://elearning.fvp.slu.cz/pluginfile.php/52641/mod_resource/content/1/Sociální%20gerontologie.pdf

Přílohy

Příloha 1

Michaela Štichová
Institut vzdělávání a poradenství při ČZU Praha

Senioři a práce s internetem



DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ: SENIOŘI A PRÁCE S INTERNETEM

1. Kolik Vám je let?

- 50 – 59
- 60 – 69
- 70 – 79
- 80 +

2. Uveďte Vaše pohlaví:

- žena
- muž

3. Uveďte název vzdělávací činnosti, které se v současnosti účastníte (kurz, studium na U3V apod.)

4. Uveďte Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- základní vzdělání
- střední vzdělání bez maturity/vyučen
- střední vzdělání s maturitou
- vysokoškolské

5. Používáte internet?

- ano
- ne

5a. Pokud internet nevyužíváte, uveďte důvod:

Vyberte 1 možnost:

- neumím zacházet s počítačem/internetem
- nemám k internetu přístup
- jiné – doplňte:

6. Jak často používáte internet?

Vyberte 1 možnost:

- denně
- 2-3x týdně
- několikrát za měsíc
- několikrát za rok

7. Kde nejčastěji používáte internet?

Vyberte 1 možnost:

- doma
- u příbuzných/známých
- veřejně přístupná místa (knihovny, internetové kavárny)
- jiné – doplňte: _____

8. Nejčastěji využívám internet k těmto činnostem:

Vyberte více možností:

- k vyhledávání informací
- ke komunikaci
- ke vzdělávání
- jiné – doplňte: _____

9. Jak hodnotíte vaši znalost práce s informačními technologiemi?

- základní
- dobrá

10. Využíváte internet při svém současném vzdělávání?

Vyberte 1 možnost:

- ano, ale jen k vyhledávání informací
- ano, k vyhledávání informací a v rámci elektronických výukových podpor
- nevyužívám internet

11. Účastnili jste se již někdy on-line kurzu nebo studia, kde jste používali elektronické výukové podpory?

Vyberte 1 možnost:

- ne
- ano, doplňte jakého _____

11a. Jaké byly vaše znalosti práce s informačními technologiemi před zahájením on-line kurzu/ studia s elektronickými výukovými podporami?

Vyberte 1 možnost:

- žádné
- základní
- dobré

11b. Jaké byly vaše počátky práce s online kurzem / elektronickými podporami?

Vyberte 1 možnost:

- rychle jsem se zorientoval/a a práce v online kurzu / v prostředí podpor mi nečinila potíže
- potřeboval/a jsem déle času, abych práci v online prostředí pochopil/a
- potíže přetrvávaly po celou dobu kurzu / studia

11c. Co jste nejvíce ocenil/a na počátku práce v prostředí online kurzu / elektronických výukovými podpor?

Vyberte 1 možnost:

- ochotu a trpělivost lektora mi vše vysvětlit
- jednoduchost práce se systémem
- přehlednost a jasné členění jednotlivých částí

12. Využili byste možnost online kurzu nebo elektronické podpory ke svému studiu?

Vyberte 1 možnost:

- ano, tuto možnost bych uvítal/a
- ano, ale mám obavu, zda bych je uměl/a využívat
- ne, nevidím v tom žádný přínos

13. Za jakých podmínek byste se zúčastnili online kurzu / studia s využitím elektronických podpor?

Vyberte 1 možnost:

- pokud by mě někdo naučil, jak v prostředí kurzu/podpor pracovat
- pokud by byl/y obsahově zajímavé
- pokud bych musel

14. Co považujete v rámci online kurzu / elektronických výukových podpor za nejvíce přínosné?

Vyberte 1-3 možnosti:

- možnost se kdykoli vrátit k probíranému učivu
- zkušební testy s vyhodnocením
- odkazy k zajímavým materiálům souvisejícím s učivem
- přehledné shrnutí probraného učiva + materiály navíc
- možnost přímé komunikace s lektorem a ostatními účastníky vzdělávání
- snadná dostupnost k učivu odkudkoli, kde je připojení na internet
- jiné – doplňte:

Pokud chcete něco dalšího k tématu doplnit:

Děkuji Vám za vyplnění dotazníkového šetření.

Michaela Štichová