



Procvičování anglického jazyka u dětí se specifickými poruchami učení a chování s využitím některých paměťových technik

Bakalářská práce

Studijní program:

B7506 Speciální pedagogika

Studijní obor:

Speciální pedagogika pro vychovatele

Autor práce:

Magdalena Valešová

Vedoucí práce:

Mgr. Vítězslav Šťastný

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky





Zadání bakalářské práce

Procvičování anglického jazyka u dětí se specifickými poruchami učení a chování s využitím některých paměťových technik

Jméno a příjmení: **Magdalena Valešová**
Osobní číslo: P19000691
Studijní program: B7506 Speciální pedagogika
Studijní obor: Speciální pedagogika pro vychovatele
Zadávací katedra: Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky
Akademický rok: **2020/2021**

Zásady pro vypracování:

Cíl bakalářské práce: Zjistit, zda jsou paměťové techniky pro děti se specifickými poruchami učení a chování vhodné a efektivní. Následně vytvořit plán hodiny s využitím paměťových technik.

Požadavky: Formulace teoretických východisek, návržení a tvorba výstupu, popis výstupu a jeho použití, návrh evaluačních kritérií, formulace závěrů.

Při zpracování bakalářské práce budu postupovat v souladu s pokyny vedoucího práce.

Rozsah grafických prací:
Rozsah pracovní zprávy:
Forma zpracování práce:
Jazyk práce:

tištěná/elektronická
Čeština



Seznam odborné literatury:

BURZAN, T., HARISSON, J., 2013. Trénink paměti, jak si zapamatovat vše, co chcete. 1. vyd. Brno: BizBooks. ISBN 978-80-265-0057-5.
BURZAN, T., 2013. Myšlenkové mapy pro děti, rychlá cesta k úspěchu nejen ve škole. 1. vyd. Brno: BizBooks. ISBN 978-80-265-0121-3.
MICHALOVÁ, Z., 2016. Specifické poruchy učení. Havlíčkův Brod: Tobiáš. ISBN 978-80-7311-166-3.
PIPEKOVÁ, J., aj., 1998. Kapitoly ze speciální pedagogiky. Brno: Paido. ISBN 80-85931-65-6.
ZELINKOVÁ, O., 2015. Specifické vývojové poruchy čtení, psaní a dalších školních dovedností. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0875-4.

Vedoucí práce:

Mgr. Vítězslav Šťastný
Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

Datum zadání práce:

20. dubna 2021

Předpokládaný termín odevzdání:

30. dubna 2022

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan

L.S.

PhDr. Pavel Kliment, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 11. června 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

22. dubna 2022

Magdalena Valešová

Poděkování

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Vítězslavu Šťastnému za odborné vedení mé bakalářské práce.

Anotace

VALEŠOVÁ Magdalena, Procvičování anglického jazyka u dětí se specifickými poruchami učení a chování s využitím některých paměťových technik. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2022. 66. s. Bakalářská práce.

Tato práce pojednává o trénování paměti v anglickém jazyce u dětí se specifickými poruchami učení a chování. V první části jsou nejprve popsány termíny, které s tímto tématem souvisí. Druhá část popisuje jednotlivé hodiny s vybranými paměťovými technikami. Jejím hlavním cílem je zjistit, zda jsou paměťové techniky pro děti se specifickými poruchami učení a chování přínosem, či nikoliv.

Klíčová slova: trénování paměti, specifické poruchy učení a chování, paměťové techniky

Annotation

VALEŠOVÁ Magdalena, Training the English Language for Children with Specific Learning and Behavioural Problems Using some Memory Techniques. Liberec: Technical University of Liberec, 2022. 66. pp. Bachelor thesis.

This work deals with memory training in English for children with specific learning and behavioral disorders. The first part first describes the terms related to this topic. The second part describes the individual lessons with selected memory techniques. Its main goal is to find out whether memory techniques are beneficial for children with specific learning and behavioral disorders, or not.

Keywords: memory training, specific learning and behavioral disorders, memory techniques

Obsah

Úvod	10
1 TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1.1 Specifické poruchy učení.....	11
1.2 Nespecifické projevy	14
1.3 Specifické poruchy chování.....	16
1.4 Diagnostika.....	18
1.5 Systém péče o žáky se specifickými poruchami učení a chování.....	21
1.6 Vzdělávání dětí na druhém stupni základní školy	22
1.7 Paměť	23
1.8 Trénování paměti	26
1.9 Druhy mnemotechnik	27
1.10 Podmínky cvičení.....	29
1.11 Organizace cvičební hodiny.....	31
1.12 Základní systémy trénování paměti	33
1.13 Jak si zapamatovat neznámá slova	36
1.14 Myšlenkové mapy	37
2 PRAKTICKÁ ČÁST	38
2.1 Stručná charakteristika místa.....	38
2.2 Kazuistiky.....	39
2.3 Plány jednotlivých hodin	41
2.3.1 První hodina	41
2.3.2 Druhá hodina.....	45
2.3.3 Třetí hodina	47
2.3.4 Čtvrtá hodina.....	49
2.3.5 Pátá hodina	53
Závěr	59
Seznam použitých zdrojů.....	60
Seznam příloh.....	63

Seznam obrázků, tabulek

Obrázek 1 - Ebbinghausova křivka zapomínání (Nakonečný 2015, s. 340-344).....	24
Obrázek 2 - obrázek ve vstupním testu (Kay, aj. 2016, s. 4)	43
Obrázek 3 - cvičení č. 1 (Hutchinson 2014, s. 54).....	51
Obrázek 4 - cvičení č. 2, 3 (Hutchinson 2014, s. 54).....	51
Obrázek 5 - obrázek ve výstupním testu (Kay, aj. 2016, s. 63)	55
Obrázek 6 – bochník chleba (vlastní tvorba).....	55
Obrázek 7 – tabulka čokolády (vlastní tvorba)	55
Obrázek 8 – balík (vlastní tvorba).....	55
Obrázek 9 – pytel (vlastní tvorba).....	55
Obrázek 10 - plechovka (vlastní tvorba).....	56
Obrázek 11 - hrnek s čajem (vlastní tvorba)	56
Tabulka 1 - výsledky vstupního testu.....	45
Tabulka 2 - výsledky výstupního testu.....	57

Úvod

Tato bakalářská práce se zabývá procvičováním anglického jazyka pro děti se specifickými poruchami učení a chování s využitím některých paměťových technik. Jejím hlavním cílem je zjistit, zda jsou paměťové techniky pro děti se specifickými poruchami učení a chování vhodné a efektivní a následně vytvořit plán hodiny s využitím paměťových technik.

Práce je rozdělena na teoretickou část, ve které jsou vysvětleny základní pojmy jako například specifické poruchy učení a chování, jejich projevy, diagnostika. Dále informace o paměti a základní systémy trénování paměti.

V praktické části jsou popsány jednotlivé lekce s plánem hodiny a jejím hodnocením, popis prostředí, ve kterém program probíhal a kazuistiky dětí, které se programu účastnily.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Specifické poruchy učení

Tento pojem je možné definovat jako termín, který označuje různorodou skupinu problémů, ty se mohou projevovat při osvojování a užívání řeči, psaní, čtení, matematiky, naslouchání. Tyto potíže mají různý a individuální charakter a vznikají různě s jinými hendikepujícími podmínkami, mezi které může patřit například mentální retardace, poruchy chování, ale také souvisí s vnějšími vlivy, ke kterým patří například kulturní odlišnosti, ale většinou poruchy učení nejsou důsledkem těchto podmínek či vlivů (Renotierová, aj. 2004, s. 293).

Specifické vývojové poruchy učení ovlivňují nejen osobnost jedince, ale i vzdělávací proces a negativně působí na rozvoj kognitivních a intelektuálních funkcí. Je proto důležité věnovat těmto funkcím zvýšenou pozornost a pomocí vhodných metod je rozvíjet. Jedinci se specifickými poruchami učení se nevyznačují vždy stejnými problémy. Můžeme se setkat s žáky, kteří mají větší potíže ve psaní a čtení, nebo mají problém pouze v matematice. Je však také možné, že se jednotlivé poruchy mohou navzájem kombinovat. „Obecně však platí, že SPU zasahují psychiku člověka a promítají se do sféry sociální i pedagogické“ (Šauerová, aj. 2012, s. 21).

Příčiny specifických poruch učení zjišťuje mnoho profesí a specializací a výsledky výzkumů a názory se mění a vyvíjí. Za významný faktor specifických poruch učení je považována lehká mozková dysfunkce, dle některých odborníků lehká mozková dysfunkce odpovídá lehké dětské encefalopatii, tedy „malému mozkovému postižení“, u které se předpokládá poškození mozku v období prenatálním, perinatálním, či raně postnatálním (Šafrová 1998b, s. 105).

Prenatální postižení – důvodem může být matčino onemocnění, ale také alkoholismus, závislost na lécích, kouření, či nedostatečný přívod kyslíku.

Perinatální poškození – způsobeno nedostatečným okysličením mozku při porodu, který trvá moc dlouho, příčinami může být také vdechnutí plodové vody, pohmoždění hlavy či léky, které byly podávány matce proti bolesti, nebo problém s pupeční šnůrou (Šafrová 1998b, s. 105-106).

Postnatální poškození – těžké zažívací potíže u novorozence, kvůli kterým může nastat nedostatek kyslíku v krvi, to následně způsobí poškození centrální nervové soustavy (Šafrová 1998b, s. 105-106)

Příčinou mohou být také těžká infekční onemocnění (zápal plic, spála, záněty středního ucha nebo mozkových blan a mozku, co postihnou dítě do konce druhého roku (Šafrová 1998b, s. 105-106).

Obecně lze definovat specifické poruchy čtení – dyslexie, psaní – dysgrafie, kreslení – dyspinxie, pravopisu – dysortografie, hudebnosti – dysmúzie, počítání – dyskalkulie, schopnost vykonávat určité úkony (dyspraxie).

1. Dyslexie

Je to specifická porucha čtení, může se v některých případech projevovat již v úplných začátcích čtení při rozpoznání a zapamatování si jednotlivých písmen. Problém může být také v rozlišování písmen tvarově podobných (b-d,s-z,t-j) nebo v rozlišování zvukově podobných hlásek (a-e-o, p-b) (Šafrová 1998a, s. 100).

Setkáváme se s problémy ve spojování písmen do větších celků, při plynulosti čtení, přičemž tyto problémy následně ovlivní porozumění čtenému textu a rychlost čtení. „Typickým projevem souvisejícím s konkrétní metodikou bývá dvojí čtení“. Žák si pro sebe předřikává čtené slovo (Šauerová, aj. 2012, s. 26).

Mezi další typické problémy může patřit například nedodržování délek samohlásek, nesprávné čtení předložkových vazeb, přídavky písmen, obtíže v měkčení (Michalová 2004. s. 16).

2. Dysgrafie

Porucha psaní. Osoby, jež postihla tato porucha, nejsou obvykle schopni napodobit tvar a řazení písmen. Nepamatují si tvary písmen, zaměňují podobná písmena a písmo je neuspořádané, neobratné. Často jim trvá, než se naučí držení linie a výšku písma. Také píšou pomalu a namáhavě, je možné u nich pozorovat také chybné držení tužky. Pokud se příliš soustředí na písemný projev, často to způsobuje neschopnost soustředění se na pravopis (Šafrová 1998a, s. 102).

3. Dysortografie

Je známá jako specifická porucha pravopisu, dítě není schopno správně zapsat všechna písmena ve správném pořadí. Často souvisí s dyslexií i dysgrafií. Mění se během vývoje dítěte. Během 1.- 3. ročníku se vyskytuje mnoho dysortografických chyb, jako jsou například vynechávky, změny písmen či zkomolení, či vynechání samohlásek. Tyto chyby se dají zlepšit postupnou péčí a opakováním. Často se však dysortografické chyby i nadále objevují v limitovaných úkolech, do kterých patří například diktát, nebo písemné testy (Šafrová 1998a, s. 102).

Mohou se také vyskytovat chyby, které je schopno dítě sdělit bez obtíží a správně je odůvodnit. Zde je proto důležité nabídnout dětem možnost ústního zkoušení i práci bez časového omezení (Šafrová 1998a, s. 102). Mezi časté specifické chyby patří například rozlišování slabik dy-di, ty-ti, sykavek, vynechaná či přidaná písmena nebo slabiky (Zelinková 2015, s. 43).

4. Dyskalkulie

Specifická porucha matematických schopností postihuje manipulaci s čísly a číselné operace, matematické představy ale také geometrii. Dítě s dyskalkulií si často osvojuje početní spoje pouze na základě paměti, když paměť selže, dopouští se chyb. Dlouho přetrvává počítání pomocí prstů (Šafrová 1998a, s. 102-103).

Lze ji členit do několika typů: Praktognostická dyskalkulie, Verbální dyskalkulie, Lexická dyskalkulie, Grafická dyskalkulie, Operační dyskalkulie, Ideognostická dyskalkulie (Šafrová 1998a, s. 102-103).

Praktognostická dyskalkulie – porucha manipulace s konkrétními předměty nebo nakreslenými symboly. V geometrii obvykle nedokáže seřadit různé předměty dle velikostí (Šafrová 1998a, s. 102).

Verbální dyskalkulie – obtíže nastávají při označování počtu a množství předmětů. Zároveň sem patří i neschopnost zvládat vyjmenovávání řady číslovek od nejvyšší k nejnižší a naopak (Šafrová 1998a, s. 102).

Lexická dyskalkulie – neschopnost číst matematické symboly. Při nejtěžší formě není dítě schopno přečíst izolované číslice. Příčinou je často porucha zrakové percepce či porucha orientace v prostoru (Šafrová 1998a, s. 102).

Grafická dyskalkulie – porucha, která se vyskytuje s neschopností psát matematické znaky – znamená to tedy, že jedinec není zpravidla schopen psát matematický diktát. Při psaní vícemístných čísel je žák většinou píše v opačném pořadí (Zelinková 2015, s. 45).

Operační dyskalkulie – narušená schopnost provádět matematické operace, sčítání a odčítání, násobení a dělení. Projevuje se také tím, že si dítě při násobilce pomáhá počítáním na prstech (Šafrová 1998a, s. 103).

Ideognostická dyskalkulie – porucha v oblasti pojmové činnosti, týká se chápání matematických pojmů a jejich vztahů mezi sebou (Zelinková 2015, s. 45).

5. Dyspinxie

Porucha kreslení. Je charakterizována nízkou úrovní kresby. Dítě zachází neobratně s tužkou a nedokáže pochopit perspektivu (Šafrová 1998a, s. 102). Nedokáže si zobrazit určité předměty a jevy v závislosti na věku (Michalová 2004, s. 24).

6. Dismúzie

Postihuje schopnost vnímat hudbu a může se projevit i obtížemi v rozlišování tónů. Dítě není schopno rozpoznat melodii a rytmus (Šafrová 1998a, s. 103). I když je zařazována k nejčastějším poruchám, nemá tak závažný dopad na výuku jako dysgrafie, dysortografie a další již zmíněné poruchy (Michalová 2004, s. 24).

7. Dyspraxie

Porucha obratnosti, dítě není schopno vykonávat složité úkony například při běžných činnostech, ale i ve vyučování (Šafrová 1998a, s. 103). Podle 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí je považována za „specifickou vývojovou poruchu motorické funkce“ (Michalová 2004, s. 24).

1.2 Nespecifické projevy

Lze je v různé míře najít u většiny typů poruch učení.

Deficity pozornosti

Bývají jedním ze základních symptomů, které se u poruch učení vyskytují. Pozornost je totiž závislá na únavě organismu a deficity pozornosti tak mohou postihnout všechny smysly a pozornost ke zrakovým či čichovým podnětům (Renotierová, aj. 2004, s. 295-296).

Příklad: dítě není schopno se soustředit, protože jeho zaměření pozornosti přeskakuje z objektu na objekt, proto není schopno udržet pozornost u jednoho úkolu. Při „zasnění“ může docházet k nepřesnému vnímání – to vede k roztržitým chybám. Obtíže se mohou projevat také v rozdělení pozornosti, tedy schopnosti rozdělit vnímání na více podnětů. Pojem může souviset také s narušenou schopností koncentrovat pozornost na nejdůležitější podnět (sluchový, zrakový, motorický...) (Renotiérová, aj. 2004, s. 295-296).

Deficity paměti

Týkají se především sluchové, zrakové, krátkodobé a dlouhodobé formy. Důsledky lze zpozorovat tak, že dítě není schopno si zapamatovat slovní řady – násobilku, vyjmenovaná slova, dny v týdnu či jednoduchou básničku. Mezi další projevy může patřit také častá zapomětlivost dítěte či obtíže se zapamatováním si pravidelně střídajících se aktivit během týdne či dne, mohou však nastat i poruchy tzv. pohybové paměti, která se projevuje při tělocviku či sportu, v pracovním vyučování nebo v rámci logopedické prevence – dítě není schopno si zapamatovat jednotlivá artikulační postavení hlásek... (Renotiérová, aj. 2004, s. 296).

Zvýšená unavitelnost

Brzká nastupující únava může kromě jiného způsobovat obtíže s koncentrací a pozorností, které byly výše zmíněny. Pokud se včas nezachytí únava dítěte, která se může projevat např. slzením či začervenáním očí, zahledění „do prázdna“ či zívání, může být podstatou nevhodného chování či neefektivní intervencí (Renotiérová, aj. 2004, s. 296).

Je vhodné si zaznamenávat, kdy je dítě nejvíce unavené, a kdy naopak zvládne nejlépe pracovat během dne. Mohou na tom pracovat rodiče, ale i učitel či vychovatelé. Předpokladem vhodné motivace je právě sledování projevů únavy, které mohou mít na motivaci podíl (Renotiérová, aj. 2004, s. 296).

Motorické deficity

Nejčastějším projevem v motorickém deficitu je porucha jemné motoriky a porucha koordinace pohybů. Příčina s obtížemi v provádění složitých pohybů může být dyspraxie. „Motorické deficity mohou ovlivnit výkony v grafomotorických výkonech (psaní, kreslení, rýsování) či v tělesné výchově“ (Renotiérová, aj. 2004, s. 296).

Mezi další obtíže může patřit např. nevhodný úchop psacího/kreslicího náčiní, či neschopnost správného tlaku při psaní (Renotiérová, aj. 2004, s. 296).

1.3 Specifické poruchy chování

Lze je rozdělit na poruchy specifické a nespecifické. Nespecifické poruchy chování nejčastěji vznikají na psychickém podkladě, do kterého se řadí například neurózy, poruchy osobnosti, prožívání traumatu nebo neurózy. Druhým podkladem je výchovně sociální podklad, do kterého zařazujeme nedostatečnou nebo nevhodnou výchovu ale také emoční strádání. Do specifických poruch učení jsou v současné době řazeny ty poruchy, které jsou neurobiologického původu. Při těchto typech poruch se často vyskytují problémy v koncentraci a v kognitivních a percepčních deficitech (Janderková, aj. 2016, s. 15).

Nejprve byl v minulosti používán termín lehké mozkové dysfunkce – LMD, nebo encefalopatie – LDE neboli drobné difuzní poškození centrální nervové soustavy. Poté, co se tento termín upustil, začaly se zdůrazňovat vlastní příznaky poruchy a následně se začal používat termín ADHD či hyperkinetická porucha (Janderková, aj. 2016, s. 11).

ADHD (Attention deficit hyperactivity disorder)

Specifická porucha chování, která se nejčastěji projevuje příznaky jako je například nesoustředěnost, impulzivita či hyperaktivita. Syndrom může mít různé příčiny, ale nejčastěji jde o nějakou odchylku funkce centrální nervové soustavy. Hyperaktivní chování může být projevem prenatálního či perinatálního poškození mozku (tedy příčina hyperaktivity se může vzniknout v průběhu těhotenství nebo záhy po porodu) může být, také geneticky podmíněno. V české odborné literatuře bývá hyperaktivita nejčastěji uváděna jako jeden ze symptomů lehké mozkové dysfunkce (LMD), tedy drobného poškození mozku (Renotiérová, aj. 2004, s. 266).

Mezi nejčastější projevy ADHD patří například hyperaktivita, hyperexcitabilita, impulzivita, ale také poruchy pozornosti.

1. Hyperaktivita

Nadměrné nutkání k pohybu či aktivitě, která je neúčelná až nesmyslná. Z hlediska dané situace bývá takový projev nepřiměřený, a proto je nápadný (Vágnerová 1999, s. 83).

Dítě nedokáže puzení k aktivitě ovládat, má tendenci vždy okamžitě reagovat, např. skákáním do řeči. Dítě bývá jen vzácně spokojené a klidné. Hlavním společenským problémem je rušivost (Vágnerová 1999, s. 83).

Projevy hyperaktivity

- Projevuje se obvykle již v předškolním věku, nejnápadnější je zhruba mezi 8.-10. rokem.
- Můžeme na hyperaktivitu usuzovat, pokud se první potíže objevily již v předškolním věku a v současné době přetrvávají déle než 6 měsíců (Vágnerová 1999, s. 83).

2. Impulsivita

Znamená, že dítě reaguje náhle, bez přemýšlení a často nepřiměřeně podnětu. Dítě udělá cokoli, co jej napadne, není schopno kontrolovat svoje projevy, nedovede s ničím počkat (Vágnerová 1999, s. 84).

Nebývá schopné také naplánovat a ovládat své chování, své momentální impulzy a regulovat svá jednání. Často jsou to jedinci osobnostně nezralí, nemají cíle do budoucnosti. Lze sledovat časté výkyvy ve výkonu či po emoční stránce. Rušivost a hyperaktivita a další jejich chování způsobuje, že na ně okolí reaguje převážně negativně (Vágnerová 1999, s. 84).

3. Hyperexcitabilita

Znamená emoční dráždivost, časté výkyvy v emočním ladění a sníženou toleranci k zátěži. Děti mají sklon k extrémním citovým reakcím, ke kolísání z euforie a nadšení do mrzuté nálady a odmítání čehokoliv.

Některé změny mohou souviset se zvýšenou unavitelností, může se projevovat typickými poruchami sebeovládání, afektivními a někdy až agresivními reakcemi. Ty lze často interpretovat jako obrannou reakci v situaci nadměrné zátěže (Vágnerová 1999, s. 84).

4. Poruchy pozornosti

Typickým projevem je slabá pozornost. Dítě není schopné se déle soustředit. „Zdeněk Matějček užívá pro tuto odchylku termín vázanost na podněty, tedy to, že dítě věnuje pozornost všemu, co jeho smysly zachytí, z toho důvodu bývají hyperaktivní děti nesystematické a nepořádné“ (Vágnerová 1999, s. 84-85).

Mezi další souvisejícími symptomy patří např. častější změny nálad, snížená tolerance k zátěži či emoční labilita. Více než polovina dětí s touto poruchou trpí dalšími přidruženými problémy, mezi které mohou patřit např. úzkosti, obtíže v komunikaci, poruchy chování, poruchy vzdoru. Žádné z dětí nemá v rámci syndromu ADHD všechny výše zmíněné problémy, jde spíše o typické seskupení nebo převládající rysy. Děti bývají méně oblíbené ve škole, častěji zažívají kritiku či hodnocení jako neúspěšní – vše to může mít vliv na další úspěšnost dítěte ve výchově a vzdělávání (Renotiérová, aj. 2004, s. 267).

ADD (attention deficit disorder)

Syndrom, při kterém převažuje porucha pozornosti – neboli nedostatečné zaměření na určitý podnět či činnost, rozdělování pozornosti na jednotlivé za sebou jdoucí kroky či podněty (Janderková, aj. 2016, s. 15).

1.4 Diagnostika

Diagnostika by se měla v období předškolního věku zaměřit na jednotlivé dílčí schopnosti. Dle Metodického pokynu MŠMT ke vzdělávání žáků je přidělována diagnóza na základě odborného vyšetření psychologického a sociálně-pedagogického (Renotiérová, aj. 2004, s. 299).

Při podezření na poruchu u konkrétního žáka by se měl pedagog poradit se školním speciálním pedagogem, školním psychologem či výchovným poradcem. Poté by měla následovat individuální konzultace se zákonnými zástupci žáka, kde obavy vysvětlíte a následuje doporučení do PPP. Je důležité, aby se tato informace podávala citlivě a s empatií, kvůli rodičům, kteří mohou být zaskočeni, nebo mohou mít obavy z budoucnosti (Janderková, aj. 2016, s. 19-20).

Vhodnými institucemi jsou pedagogicko-psychologická poradna nebo speciální pedagogické centrum se zaměřením na vady řeči. Většinou se používají metody testové, výsledky jsou poté porovnávány s údaji, které jsou získány pomocí rozhovorů či dotazníků, nebo pomocí pozorování a analýzy dostupných dokumentů. Je nutné porovnat výkon žáka jak ve škole, tak i při výkonu domácí práce (Renotierová, aj. 2004, s. 299). Pro psychologa je také vhodné zhodnocení struktury intelektových schopností se způsobem zpracování materiálů u dětí se speciálními vzdělávacími potřebami, ale také pro děti z odlišných jazykových skupin nebo smyslově postižených. Dopadu narušených schopností se věnuje převážně speciální pedagog a soustředí se většinou na jednotlivé školní dovednosti (Renotierová, aj. 2004, s. 299). K diagnostice se mimo další metody řadí i inteligenční testy. Cílem je odhalit úroveň rozumových schopností a aké jejich strukturu (Zelinková 2001, s. 99).

Metody diagnostiky

Mezi metody diagnostiky patří například pozorování, rozhovor, anamnéza, ale také testy nebo dotazníky.

Pozorování

Jedna z nejdůležitějších metod pedagogické diagnostiky. Pozorování je proces sledování a zaznamenávání projevů dítěte, jehož cílem je rozhodnout o vedení dítěte. Je zaměřeno na projevy, které lze vidět, slyšet i měřit. V chování se odráží vědomosti, zkušenosti a další.

„Na základě chování vyvozujeme soudy, závěry, které jsou tím kvalitnější, čím je pozorování přesnější, a ten, kdo pozoruje, je lépe pro práci připraven“ (Zelinková 2001, s. 28).

Rozhovor

Není snadné vést rozhovor, nejde-li o nezávazné popovídání. Obsahem jsou otázky, které jsou otevřené, uzavřené nebo polouzavřené. U rozhovoru můžeme mít vytyčený cíl i cestu, jak k němu chceme dojít, jedná se pak o strukturovaný rozhovor. Při nestruturovaném rozhovoru jde o volné vyprávění rodičů anebo dítěte. „Při rozhovoru s rodiči musíme zajistit klidné prostředí a vyloučit rušivé momenty (telefony...)“ (Zelinková 2001, s. 31).

Anamnéza

Anamnéza je metoda, při níž získáváme informace z uplynulého života, které mohou pomoci k objasnění stavu. Rozlišujeme osobní, rodinnou a školní anamnézu (Zelinková 2001, s. 31).

Dotazník

Je to způsob písemných otázek a získávání odpovědí. Je důležité správně formulovat cíl otázky. Lépe se zpracovává dotazník, kde respondent zvolí jednu z odpovědí, avšak otevřené otázky mohou přinést více informací, protože dávají volnost, jsou však více náročné na zpracování. Lze je použít spíše až na druhém stupni ZŠ, kde je předpokladem rozvinutější úroveň řeči a čtení než na prvním stupni. Proto je vhodné je použít od 10 let (Zelinková 2001, s. 35).

Testy

Druh zkoušky, která je zaměřená na zjištění určité úrovně a v určité oblasti. Diagnostický nástroj nejen v pedagogice ale i v psychologii. „Je třeba rozlišit standardizované psychologické testy, které jsou nástroji k měření schopností, nadání, výkonů, postojů, zájmů, kognitivních funkcí, od testů, které si utvářejí různí pracovníci za účelem dílčího poznání, např. zvládnutí určitého tematického celku žáky či testy pro přijímání pracovníků do zaměstnání“ (Zelinková 2001, s. 35). Testy se dají rozdělit do různých kategorií. Například dle zaměření, do kterých se řadí testy na motoriku či laterální, dle způsobu zpracování (informační, standardizované), podle způsobu využití – skupinové, hromadné, individuální, či dle účelu (zkušební, kontrolní nebo diagnostický) (Přínosilová 1998, s. 41).

Kazuistika

Je to pomocná metoda, neměla by být jediným podkladem pro diagnostiku.

Tato metoda je založena na studiu dostupných materiálů, jejich zhodnocení a formulování závěru. Jsou důležité údaje, které se týkají neuropsychického vývoje v raném dětství, nemocí či operacích, úrazech a prostředí, kde jedinec vyrůstal. Informace jsou posuzovány z hlediska podnětnosti prostředí, dědičných prostředků, traumat, vývoje, překonaných chorob či dědičných faktorů a dalších... (Přínosilová 1998, s. 42).

1.5 Systém péče o žáky se specifickými poruchami učení a chování

V tuto chvíli existuje spousta forem péče o děti se specifickými poruchami učení nebo chování. Do forem péče se zařazují například školy, pedagogicko – psychologické poradny nebo psychiatrická oddělení, ale také nová školská zařízení, tedy soukromí terapeuti, speciálně pedagogická centra, střediska výchovné péče a další... (Šauerová, aj. 2012, s. 41-44).

Školy

Dle vyhlášky č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, škola zajišťuje poradenské služby, které se zaměřují na odbornou pomoc. Může pomoc například v integraci a vzdělávání žáků se SPU/SPUCH. Tyto služby mají většinou na starosti výchovní poradci, v některých případech je však mohou zajišťovat i školní psychologové.

Nejvýznamnější roli v péči o žáka sehrává učitel. Jeho úkolem je mimo jiné dle potřeby poskytovat individualizovanou podporu a zvolit metodické postupy či pomůcky, které budou žákovi vyhovovat. Mezi kompenzační pomůcky patří například počítač. Je dobré, aby učitel uplatňoval mírnější hodnocení, ale také uzpůsobil formy klasifikace (Šauerová, aj. 2012, s. 41-44).

Pedagogicko-psychologické poradny

Tato zařízení jsou ve vyhlášce č. 73/2005 Sb. vymezeny jako školská poradenská zařízení, specializují se na pomoc při vzdělávání a výchově žáků. Služby jsou poskytovány studentům, žákům, jejich zákonným zástupcům a školským zařízením. Mezi poskytované činnosti poraden patří intervenční, informační, metodická a diagnostická činnost (Šauerová, aj. 2012, s. 41-44).

Speciálně pedagogická centra

Začala vznikat v 90. letech jako nová poradenská pracoviště. Byla zaměřena na klienty se zdravotním postižením a většinou zřizována při speciálních školách. V tuto chvíli umožňuje zajistit dle potřeby služby pro žáky s různými druhy zdravotního postižení (Šauerová, aj. 2012, s. 41-44).

Střediska výchovné péče

Jsou školská zařízení, která poskytují preventivně výchovnou péči pro děti a mládež s rizikem poruch chování nebo již s rozvinutými projevy poruch chování. Péče je poskytována formou skupinové, individuální činnosti s klientem. Může být také poskytována formou jednorázové poradenské intervence (Šauerová, aj. 2012, s. 41-44).

1.6 Vzdělávání dětí na druhém stupni základní školy

Problémy dětí na druhém stupni se mohou projevovat v různé míře, je však jisté, že potíže s nimi spojené ovlivňují prospěch a úspěch žáka se specifickými poruchami učení v různých předmětech. Někteří mohou mít problémy v jedné nebo více specifických kognitivních funkcích, mezi které patří řeč, pozornost nebo paměť. V důsledku toho je ovlivněn i způsob, jakým si žáci osvojí nové informace. Problémy mohou na druhém stupni začít hlavně kvůli změnám, mezi které patří například to, že vzdělávání je založeno na více aktivitách najednou – dítě poslouchá danou látku, snaží se ji pochopit a případně si ji zapsat, a to v rychlosti, která je mnohdy pro žáky nezvladatelná (Janderková, aj. 2016, s. 122-126). Další překážkou může být také jiný přístup pedagogů. Rozdíl je ten, že první stupeň ZŠ je zaměřen převážně na žáka, ale druhý stupeň je zaměřen více na předmět (Janderková, aj. 2016, s. 122-126).

Přístupy, které lze využít při práci se žáky se SPU

1) Problém při četbě odborných textů

Žákům může velmi pomoci použití zvýrazňovače při označování klíčových slov a myšlenek v textu. Někteří žáci upřednostňují zvýrazňovat důležité informace různými barvami zvýrazňovačů a jiní rádi využívají tvorby myšlenkových map, tu si může žák nakreslit sám, nebo k jejich tvorbě využít dostupné počítačové programy (Janderková, aj. 2016, s. 122-126).

2) Problém při zápisu a vyjádření myšlenek

Při zapisování a vytváření vlastních myšlenek mohou nastat problémy nejen v českém jazyce a literatuře. Pokud učíme žáky, jakým způsobem si mohou zápisky zapisovat, je dobré dětem nejprve ukázat vzor, podle kterého to mohou zkusit (Janderková, aj. 2016, s. 122-126).

3) Problém při psaní

Problémy s psaním nastávají díky typickým projevům dyslexie. Žáci se mohou potýkat se záměnou pořadí písmen, vynechávání nebo spojování předložek a slov dohromady. V tomto případě by mělo být více možností vypracování písemného úkolu. Jednou z možností je, že žák nebude informace psát v chronologickém pořadí, ale dle jejich důležitosti, nebo může žák využít grafy či tabulky (Janderková, aj. 2016, s. 122-126).

4) Problémy s odbornými termíny

Používání odborných termínů bývá velkým problémem pro žáky se SPU. Možností je snaha o dobré strukturování poznámek. Vizualizace nebo dramatizace mohou výrazně zlepšit proces zapamatování. Může také pomoci tvorba myšlenkových map (Janderková, aj. 2016, s. 122-126).

1.7 Paměť

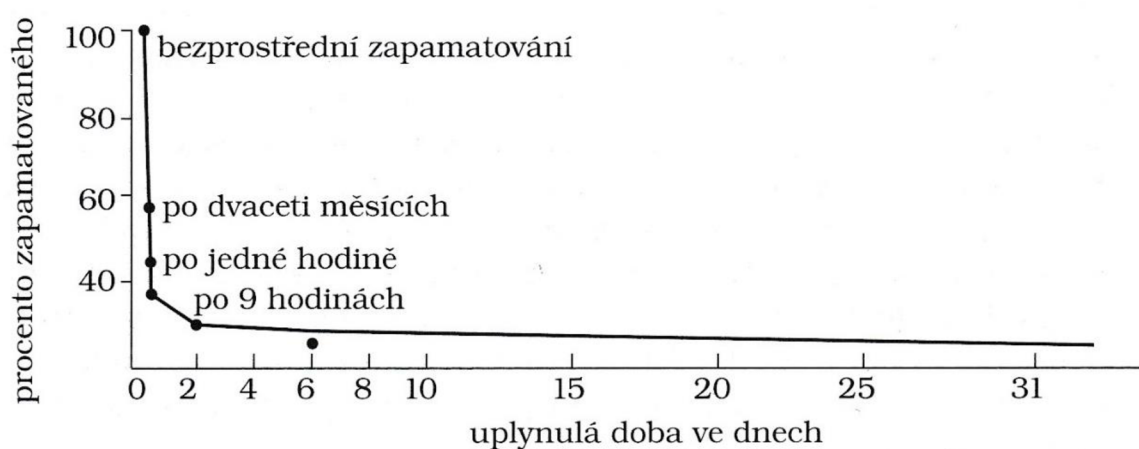
V širokém pojmu lze paměť chápat jako proces uchovávání, skladování či využívání individuálních zkušeností, je vrozenou kapacitou mozku (Nakonečný 2015, s. 129, 326).

Souvisí s psychickými procesy, díky tomu se dá mluvit o paměti sluchové, pohybové, čichové či zrakové (Čechová, aj. 2012, s. 73).

Paměť jako proces je většinou členěna na vštípení, uchování, zapomínání a reprodukci (neboli vybavení). Začátkem procesu je vštípení – určitý vnitřní obraz se fixuje v paměti, jde o průvodní jev každého zážitku. Vštípení a uchovávání záleží na mnoha faktorech, mezi nejčastější patří uspořádanost, důležitost, rozsah a složitost zapamatovaného materiálu, opakování, koncentrace. Opakování je důležité hlavně tehdy, pokud nedošlo k zapamatování rychle a bez problému. Je vhodné opakování rozdělit do více časových úseků. K zapamatování patří jednoznačně také zapomínání (Paulík 2002, s. 64).

Zapamatování neboli vštípení nějaké informace/události, je uloženo v paměti, následuje přenos daného obsahu z krátkodobé paměti do dlouhodobé. Dělí se na neúmyslné a úmyslné zapamatování. Úmyslné (záměrné) probíhá většinou díky záměrnému učení – např. ve škole, v sebevzdělávání. Oproti tomu neúmyslné (mimovolní) zapomínání je například z nějaké události, která v nás vyvolala emoce, např. havárie, které jsme byli svědkem (Nakonečný 2015, s. 340).

Zapomínání znamená neschopnost vybavit si určité informace. Nové informace nahrazují staré, které pro nás ztratily význam. Zapomínání je přirozenou funkcí paměti, ale to, co bylo zapomenuto neznamená, že si to nemůžeme vybavit – výjimkou může být například hypnóza. Dle Petersonova principu můžeme zapomenout události, které nejsou spojeny s city či nám jsou lhostejné, ale stejně tak mohou být zapomenuty i události, které působily záporně, např. hrůzy z války. Nejčastější teorií zapomínání je ta, že je zapomenuto to, co se nepoužívalo či neopakovalo. Díky Ebbinghausově křivce zapomínání je dokázáno, že nejvíce se zapomíná v prvních hodinách po učení, poté míra zapomínání stále přibývá až do určité meze (Nakonečný 2015, s. 340-344).



Obrázek 1- Ebbinghausova křivka zapomínání (Nakonečný 2015, s. 340-344)

Paměť můžeme rozdělit dle časového hlediska na Ultrakrátkou paměť (někdy je označována za Sensorickou), Krátkodobou paměť a Dlouhodobou paměť.

Ultrakrátká paměť

Slouží k zapamatování malého množství informací po krátkou dobu, zhruba po dobu 90 sekund. Sensorickými orgány nemusí být pouze zrak, sluch, chuť, hmat a čich, ale třeba i receptory, které reagují na teplo, chlad, nebo dotyk a další... Kapacita Ultrakrátké paměti se udává jako tzv. Millerovo číslo a je (7 ± 2) . Typickým příkladem je hod kostkou a postup figurkou při hře Člověče nezlob se (Suchá 2012. s. 17).

Patří sem ale také krátkodobé zapamatování telefonního čísla nebo jeho části při vytáčení čísla na telefonu (Suchá 2012. s. 17).

Krátkodobá paměť

„Krátkodobá paměť se zabývá vědomými psychickými činnostmi a má pro naše vědomí a jeho obsah prvořadou důležitost.“ (Preiss, aj. 2009, s. 25) Probíhá pod šedou kůrou mozkovou a v její činnosti se objevují specifické vědomé mozkové činnosti.

Ve třech druzích lidské paměti, tedy paměti sensorické, krátkodobé a dlouhodobé je krátkodobá paměť uprostřed. Znamená to mimo jiné, že v ní probíhají děje, které jsou na jedné straně sensorické a přecházejí do paměti dlouhodobé. Kapacita krátkodobé paměti je vyjádřena v psychologii výrazem „ 7 ± 2 “, tedy 7 plus mínus 2.

Díky tomu, že jsou informace z ultrakrátké paměti rychle zpracovávány je tento druh paměti někdy označován jako paměť pracovní. Po zpracování jsou informace buď zapomenuty, nebo poslány do paměti dlouhodobé. Krátkodobá paměť má malou pojímací schopnost, to znamená, že má malou ukládací kapacitu (Buchvaldová, aj., 2003, s. 40-42).

Dlouhodobá paměť

Tento druh paměti je neobsažnější ze všech tří pamětí, nejlépe odolává narušení či ztrátě informací a v mnoha případech v ní zůstávají informace do konce života. Nevládne v ní chaos, ale řád a uspořádání. Je dokázáno, že pouze v mateřském jazyku využíváme zhruba přes 4000 slov. Při pasivní formě (tedy při čtení nebo slyšení daného slova) je to zhruba 40 000 slov. Je zastoupena ve všech oblastech mozku, což tedy znamená, že je kromě jiného funkcí celého mozku a není tak lokalizována pouze v jedné části.

Informace se snadněji ukládají, nežli se z dlouhodobé paměti vyvolávají. Doba ukládání je zhruba hodina, poté je možné hovořit o trvalém zaznamenání (Preiss, aj. 2009, s. 34).

Dlouhodobá paměť se dělí do tří druhů: Epizodické, Sémantické a Procedurální paměti.

Epizodická paměť

Zaznamenává osobní zkušenosti v časových nebo prostorových souvislostech, např. pamatování si toho, co se komu stalo a kdy. Jde o paměť osobních zážitků. V zážitcích je zachován i vlastní postoj k zážitku (Preiss, aj. 2009, s. 34).

Sémantická paměť

Někdy je zvaná též paměť lexikální neboli slovníková – zahrnuje všeobecné vzdělání. Sémantická paměť umožňuje vytvořit širokou základnu znalostí a vědomostí.

Procedurální paměť

Umožňuje nám řídit běh našich činností, nejčastěji zautomatizované činnosti. Příkladem je chůze či hraní na hudební nástroj. V mentální oblasti může být zmechanizováno cvičení a procvičování násobilky (Preiss, aj. 2009, s. 34).

Dle hlediska obsahu lze paměť rozdělit na:

Deklarativní paměť – sémantická paměť, pro vědění, propozice nebo fakta

Procedurální paměť – paměť, díky které si pamatujeme činnosti či úkony různého druhu, dalo by se říci, že se sem zařazuje i paměť pro psychomotorické dovednosti (např. jak řídit auto, hraní tenisu...)

Epizodická paměť – uchovává zapamatované životní události, pro významné osobní příběhy bývá označována jako autobiografická paměť (Nakonečný 2015, s. 327-328).

1.8 Trénování paměti

Trénink paměti provádí certifikovaný trenér paměti. Při svém vzdělávání získává různé poznatky, seznamuje se s mozkem, biologickou podstatou paměti, získává teoretické poznatky z oblasti kognitivní psychologie – učí se, jakou má paměť schopnost informací přijímat, zpracovat, uplatňovat. Také se seznámí s cílovými skupinami a jejich teoretickými poznatky (demence, různé poškození mozku, zdraví) (Preiss, aj. 2010, s. 18-20).

Získá poznatky o učení v dospělosti. „Certifikovaný trenér paměti je tak vybaven znalostmi a dovednostmi v užívání metod a technik, které mu umožňují realizovat komplexní aktivizační programy“ (Preiss, aj. 2010, s. 18). Dle možností zvládne identifikovat vzdělávací potřeby klientů a zvolit tak efektivní metody a techniky pro trénování paměti a také uplatnit mnemotechnické či koncentrační cvičení, která pomohou k efektivnějšímu zapamatování informací (Preiss, aj. 2010, s. 18-20).

1.9 Druhy mnemotechnik

Slovo mnemotechnika pochází z řeckého slova Mnemosyné, což byla Řecká bohyně paměti. Pojem mnemotechnika označuje paměťové techniky. Jsou založeny na tom, jak mozek a paměť funguje. Je obecně dokázáno, že naše paměť lépe reaguje na obrazy než na slova. Mozek si zapamatuje cokoliv, co je směšné, nenormální, absurdní či nechutné, prostě cokoliv, co je spojeno s emocemi (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

Právě toho mnemotechniky využívají a pracují s tím, že nezajímavé pojmy, např. čísla, slovíčka či jména spojí se zajímavými obrazy (ANON 2022).

Co mnemotechniky využívají:

1. Smysly

Bylo zjištěno, že k rozvíjení paměti je potřeba pravidelně zlepšovat smysly sluchu, čichu, zraku, chuti, hmatu, kinestézie (vnímání polohy a pohybu těla). Při propojení všech smyslu se jev nazývá synestézie (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

2. Asociace

Jsou jedním ze dvou základních stavebních kamenů paměti. Ať se snažíme zapamatovat si cokoliv, většinou to propojíme s něčím stabilnějším ve svém duševním světě. Jde o přiřazování – systém, kdy přiřadíme například číslo k věci, která se nám při číslu vybavila (1 = štětec) (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

3. Představivost

Je klíčovou složkou paměti. Čím více představivost využijeme, tím více si toho zapamatujeme (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

4. Pohyb

Do každého mnemotechnického obrazu přidává obrovské možnosti právě pohyb. Díky tomu může mozek vytvořit obraz, který se bude lépe pohybovat (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

Když se obrazy v mysli pohybují, můžeme přidat rytmus, protože čím více bude rytmu a změn v obraze, tím lépe se bude daná část pamatovat (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

5. Humor

Snáze se dá obraz zapamatovat, když si jej představíme co nejvíce bláznivější, směšnější ale i také nemožný. Ty věci, slova, která nám budou připadat vtipná a zábavná se vždy lépe pamatují (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

6. Čísla

Přidávají určitost a efektivitu pořadí či sledu (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

7. Pozitivní představa

Pozitivní nebo příjemné obrazy se dle výzkumů obvykle pamatují lépe, protože se k nim mozek rád vrací, naopak u negativních obrazů by se mohlo stát, že je mozek vytěsni nebo zablokuje, protože by shledal návrat k nim za nepříjemnou představu (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

8. Barva

Pokud je to možné, využívejte barvy – ideálně hodně zářivé barvy, když jsou totiž barvy barevnější, lépe se zapamatují (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

9. Přehánění

Při přehánění tvarů, velikosti a zvuků se zvyšuje jejich zapamatovatelnost (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

10. Symbolika

Pokud nahradíme nudný, normální či abstraktní koncept výstižnějším obrazem, můžeme například používat tradiční symboly – značka „Stop“ nebo žárovka – paměť si obrazy snáz zapamatuje (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

11. Pořadí a sled

Poskytují okamžité záchytné body a zvyšují tak schopnosti „náhodného přístupu“ mozku. Např. skupiny barev, třídění dle kategorií, pořadí od nejmenšího k největšímu (Buzan, aj. 2013, s. 58-61).

1.10 Podmínky cvičení

Než začneme s učením, je důležité si ujasnit, co v oblasti paměti a fungování kognitivních funkcí nefunguje dobře, správně, zkrátka tak, jak bychom si to představovali (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

Pro někoho může být problémem pamatování cizích slov, jmen či postupy logických dedukcí. Při výběru cíle je dobré se nejprve seznámit s celou oblastí témat, které se dají trénovat. Je to z toho důvodu, že pokud znáte celý celek, máte lepší podmínky k tomu, abyste se zaměřili na to podstatné. Umožňuje vám to také zároveň možnost správného stanovení rozsahu cvičení, díky tomu víte, kdy už cvičíte příliš, a kdy naopak by bylo potřeba ještě chvíli (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

Psychika

Pokud máme zájem se něco naučit záleží kromě jiného také na tom, jak se cítíme, jestli jsme dobře spali anebo jsme vyčerpaní. Klade se proto důraz na to, aby se k učení chodilo v psychicky uvolněném stavu – být dobře odpočatí a vyvarovat se všelijakých konfliktů. Člověk by se měl postarat o to, aby se učil v klidném prostředí, ve vyvětrané místnosti, správně dle odborníků seděl či dobře dýchal a byl tak připraven na soustředěnost při učení.

- Vědomé soustředění pozornosti (explicitní) – jde o vědomé soustředění, tedy ten, kdo se chce učit se rozhodne naplno věnovat zvolenému úkolu, či co si naplánoval, a to se naučí.
- Implicitní soustředění pozornosti – je tehdy, když se pozornost neřídí záměrnou motivací, a nesoustředí se plně na svůj úkol. Jeho paměť se pak místo úkolu soustředí na věci okolo, např. přímé světlo, neznámý pach, které ji rozptylují a výkon soustředěnosti na daný úkol klesá (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

Je tedy důležité, aby se při trénování paměti věnovalo oběma druhům pozornosti. V jejím řízení je důležité odstranit všechny možné zdroje ruchu v prostředí, kde bude cvičení probíhat, aby se účastníci mohli soustředit a nic je nerozptylovalo (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

Smysluplnost učené látky

Při prvních experimentech v oblasti paměti v psychologických laboratořích se nejprve používali slabiky, např. be-ji-pa, které ale nedávaly smysl a netvořily žádné slovo, daná osoba si je měla v deseti minutách zapamatovat a poté je reprodukovat.

Později se ale zjistilo, že naše paměť je výkonnější, pokud zná význam slov. Proto se doporučuje vždy zjistit význam u slov, které si chceme zapamatovat. (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

Spolupráce více smyslů

Když věci, které si potřebujeme zapamatovat, slyšíme a vidíme a také je můžeme ochutnat, nebo se jich dotknout, mnohem snáze se nám to pamatuje. Proto se při učení doporučuje se nejen dívat, ale také si to vyhledávat a zapisovat dle vlastních slov a opakovat si učivo nahlas.

Úprava a organizace materiálu

Pokud cvičíme svoji paměť a využíváme k tomu předlohy úkolů, které jsou vytištěné na papíře, je třeba si uvědomit, že efektivita učení závisí i na vizuální stránce předloh. Takže tam, kde se podaří udělat pořádek v materiálu, který si potřebujeme zapamatovat, můžeme zjistit, že z uspořádaného učiva se nám učí podstatně lépe, než je tomu tam, kde je učivo chaoticky rozházené a neuspořádané.

Barvy

Ukázalo se, že pokud jsou materiály k učení různobarevné, látka se zapamatovává snadněji a rychleji, než by tomu tak bylo u černobílých materiálů. Např. různobarevné reklamy či podtrhávání látky různobarevnými zvýrazňovači/tužkami.

Únava

Je důležité, aby byl člověk při učení odpočatý, dobře motivovaný a svěží, protože se může stát, že se po určité době unavíme a efektivita duševní práce klesá.

Pokud tato situace nastane, je vhodné učení ukončit a odpočinout si, např. jít na procházku, zacvičit si, zkrátka začít jinou aktivitu, než je učení. Po odpočinku můžeme opět pokračovat ve cvičení/učení, které jsme začali (Preiss, aj. 2009, s. 67-73).

1.11 Organizace cvičební hodiny

Halbachová (1995) se ve své učebnici trénování paměti a jiných kognitivních funkcí zabývá podrobněji otázkou organizace cvičební hodiny. V první části nejprve zmiňuje informace pro uspořádání takového cvičení, nejen pro mladší, ale i starší populaci. Ve druhé části zmiňuje 34 různých druhů cvičení a ve třetí části jsou zmíněná vzorová témata a programy, které se provádějí při skupinovém cvičení paměti.

Při organizaci cvičební hodiny by se nemělo zapomenout na to, že každá skupina by měla být do určité míry vyrovnaná, dle kognitivních či duševních schopností účastníků (Preiss, aj. 2009, s. 75-76).

Program by měl být zároveň zvolen tak, aby odpovídal úrovni skupiny, a to nejen v době trvání, ale i obtížností daných cvičení. Na cvičení by mělo být vždy dostatek času, aby se případně účastníci stihli zeptat na dané cvičení, pochopili ho, či aby si danou odpověď stihli rozmyslet a zapsat a ukončili aktivitu s pocitem radosti. Pro posílení sociálního kontaktu by se nemělo zapomenout na práci ve dvojicích, či v menších skupinkách. Je zároveň důležité, aby mezi jednotlivými úkoly měli účastníci kratší přestávky. V každé hodině by mělo být více druhů cvičení, ne však mnoho, ani málo, nic se nesmí přehánět.

Zároveň je důležité využívat více druhů pomůcek – práce s dataprojektorem, tabulí, hudebními nástroji, či projekce s připravenými texty a materiály. Po každé hodině by se měl věnovat čas i opakování (Preiss, aj. 2009, s. 75-76).

Podmínky učení

Podmínky lze rozdělit na vnitřní, vnější či výsledkové.

Vnitřní podmínky se týkají samotného učícího se jedince, jsou důležitými předpoklady pro učení – motivace, schopnosti. Do schopností se řadí inteligence jako obecná rozumová vlastnost ale i schopnosti dle druhu učení. „Kromě inteligence a dalších specifických schopností zde sehrává důležitou roli paměť“ (Paulík 2002, s. 62).

Do vnějších podmínek je řazena celá řada momentů, mezi které patří například klimatické, chemické nebo fyzické vlivy (hluk, teplota) a celkové uspořádání prostředí. Poté je to postup při učení, jeho složitost, množství a odlišnost učené látky. Motivace k učení je velmi důležitou vnitřní podmínkou, která závisí na potřebách, hodnotách i zájmech subjektu, což znamená, že souvisí s důležitostí látky (Paulík 2002, s. 62).

Moment, který daného jedince žene dál může být nejen potřeba dosáhnout něčeho žádoucího nebo příznivého – neboli pozitivní motivace, ale také snaha vyhnout se negativnímu či nežádoucímu – negativní motivace. Motivace je tedy proces, který vytváří složitý podsystém duševního života – má svou dynamiku i strukturu, různé úrovně seberegulace či řízení. Je součástí řídicí funkce psychiky a regulací určuje vztahy mezi jednotlivými složkami tohoto procesu. Výsledky učení jsou změny v rozsahu návyků, dovedností, nové zkušenosti či vědomostí. Velmi důležitým nástrojem je zpětná vazba, lze ji rozdělit na vazbu průběžnou a rezultativní (dle výsledků) a také vazbu anticipační – ta je založena na předvídání výsledku ještě před zahájením činnosti, uplatňuje se například v plánování aktivity, která bude po činnosti pokračovat (Paulík 2002, s. 58).

Druhy učení

Všeobecně je učení rozlišováno na bezděčné a záměrné, podobné je to u vnímání, zapamatování či pozornosti.

„Lidské učení je možno rozlišovat na:

- a) učení pohybovým dovednostem a pohybovým komplexům – učení senzomotorické nebo psychomotorické,
- b) učení se významu slov, učení se pojmům a slovně zprostředkovaných poznatkům a učení se slovním celkům (básně, vyprávění) = učení verbální,
- c) osvojování způsobů řešení problémů (strategie, algoritmy ap.), osvojování správného usuzování, chápání vztahů apod. = učení intelektuální, učení se společenským zvyklostem a pravidlům, jednání s lidmi souvisí s procesem socializace (osvojování sociálních rolí, plnění vývojových úkolů = učení sociální“ (Paulík 2002, s. 63).

1.12 Základní systémy trénování paměti

Systém spojování

Mnemotechnický systém, systém spojování nebo také metoda příběhu. Využívá se k naučení krátkých seznamů o několika položkách, např. nákupní seznam. Každá položka je spojena s položkou následující.

Příklad:

Máte za úkol nakoupit tyto věci:

- 1) stříbrná servírovací lžíce
- 2) šest skleniček na pití
- 3) banány
- 4) mýdlo bez příměsí
- 5) vajíčka
- 6) biologický prací prášek
- 7) dentální nit
- 8) celozrnný chléb
- 9) rajčata
- 10) růže

Vycházíte ze dveří a předvádíte artistický trik s balancováním. V puse držíte ohromnou servírovací lžici, její držadlo máte v puse a cítíte chuť kovu.

Na konci lžíce je šest krásných křišťálových skleniček na pití, díky kterým se vám do očí odráží sluneční paprsky. Když si skleničky se zálibou prohlížíte, slyšíte, jak o sebe cinkají.

Procházíte ulicí, když najednou šlápnete na obrovský banán, díky kterému uklouznete. Protože jste artistou, neupadnete, ale šlápnete na zem druhou nohou – avšak ne na zem, ale na bílé mýdlo bez příměsí. Toto už nezvládnete, upadnete na záda přímo na hromadu vajec. Jak se do nich propadáte – cítíte, jak vám jimi prosakují šaty a cítíte chuť žloutku.

Využijete svou představivost, zrychlíte čas a představíte si, jak jste se během chvíle vrátili domů, a vyprali ty špinavé šaty v biologickém pracím prášku, díky kterému bude vytékající voda z pračky čistá. Poté se opět vydáváte na cestu za nákupem (Buzan, aj. 2013, s. 67-70)

Protože jste po předchozí cestě unavení, tak se přitahujete podél obchodů na obrovském laně, které je spleteno z velkého množství dentální nitě, lano vede přímo k drogerii. Najednou ucítíte vůni čerstvě upečeného celozrnného chleba, a protože máte díky té vůli námaze obrovský hlad, cítíte, jak vám tečou sliny.

Když vejdete do pekárny, uvidíte, že bochníky jsou naplněny červenými rajčaty. Po nákupu čerstvého chleba s rajčaty uvidíte na ulici sexy osobu a napadne vás, že byste ji mohli koupit růže. Jdete tedy do květinářství a koupíte růže, cítíte jejich omamnou vůni.

V této části jste mohli vidět, že tato metoda propojuje každou položku přehnaným způsobem s položkou následující. Sled využívá všechny smysly. Pohyb, barva, humor, přitažlivost, pořadí a přehánění jsou spouštěče, které pomohou podnítit představivost, asociace a zapojit paměť (Buzan, aj. 2013, s. 67-70). Až budete mít tuto historku přečtenou, zavřete oči a projděte si detailně příběh, který jste právě teď četli. Dále můžete postupovat tak, že si zkusíte zapsat všechny položky, pokud si myslíte, že si je ještě nepamatujete, přečtete si historku ještě jednou (Buzan, aj. 2013, s. 67-70).

System římského pokoje (palác paměti/ metoda loci)

Je jednou z nejoblíbenějších metod uživatelů mnemotechnik. Jde o variaci na metodu umístění. Metoda spočívá v tom, že si představíte svůj dům a pokoj a poté naplníte pokoj tolika kusů nábytku, kolik je potřeba. Každý předmět slouží jako přihrádka, do které se roztřídí věci, které si chcete zapamatovat (Buzan, aj. 2013, s. 93-96).

Příklad:

Říman si chtěl zapamatovat tyto předměty:

1. Koupit sandály
2. Dát si nabrousit meč
3. Koupit nového sluhu
4. Ošetřit vinou révu
5. Vyleštit helmu
6. Koupit dárek pro své dítě

Představil by si tedy ve svém pokoji:

První sloup u dveří je obložený sandály, kůže se leskne a je z nich cítit příjemná vůně. Když si brousí meč o druhý pilíř, slyší praskání a skřipání kamene a ostří nože je stále ostřejší a ostřejší. Nový sluha jede na řvoucím lvu. Krásná socha obalená vinnou révou stojí u stěny a při pohledu na šťavnaté hrozny se mu sbíhají sliny. Místo své helmy má náhradní květináč pro květinu. Jak sedí na pohovce a drží dítě, chce koupit dárek (Buzan, aj. 2013, s. 93-96).

Tato metoda je vhodná pro využití levé a pravé poloviny mozku, protože vyžaduje organizaci a pořádek, ale také spoustu kreativity (Buzan, aj. 2013, s. 93-96). Je důležité zmínit, že váš pokoj může být zcela imaginární, vybaven spoustou úžasných předmětů, které se vám líbí, nebo které jste vždycky chtěli mít a vlastnit.

Výhodou využívání této metody je také to, že při používání představivosti a fantazie na vybavení vašeho pokoje, paměť a kreativní inteligence začne působit na způsobech, jak tyto objekty získat i ve skutečném světě a zvyšuje se tím pravděpodobnost, že se to někdy podaří získat (Buzan, aj. 2013, s. 93-96). Systém římského paláce nemá žádné omezení ve vaší představivosti, můžete si tak zapamatovat veliké množství předmětů. Stejně jako u předchozích kapitol je důležité cvičit. Na papír si nejprve nakreslete pokoj a vámi specifické předměty rozestavte do prostoru. Poté můžete rozšiřovat pokoj, jak budete potřebovat. Trénováním se z tohoto systému stane neomylně ovládaná technika (Buzan, aj. 2013, s. 93-96).

Kategorizace

Technika, která třídí informace do menších celků. Díky tomu si lze zapamatovat velké množství informací. Vychází z toho, že kdykoliv mozek dostane náhodnou informaci, chce ji dát nějaký význam a někam ji zařadit, protože právě díky tomu je schopen si informaci lépe zapamatovat.

Technika spočívá v tom, že si informace rozdělíme do skupin po 4-5 slovech. Prvním příkladem je 15 různých obrázků: pes, bota, láhev s alkoholem, kytara, ovce, kachna, opice, budík, pianino, žirafa, medvěd, cigarety, televize, slon, váza s květinami. Nejprve si můžeme zkusit obrázky zapamatovat bez jakékoliv paměťové techniky.

Když se poté vrátíme zpět na začátek, prvním obrázkem je pes, a pes je zvíře, a protože tam jsou ještě další zvířata, tedy ovce a kachna, dalo by se je zařadit jako zvířata domácí (Maryška 2022).

Díky první kategorii nám ale snadno dojde, že jsou tam i další zvířata neboli žirafa, opice a medvěd – tedy zvířata, která žijí v zoo. Možná by se dala využít i kategorie hudebních nástrojů, ale protože jsou jen dva, bude jednodušší, když se vytvoří kategorie předmětů, které vydávají nějaký zvuk – televize, kytara, budík, piano. Zbývá pár předmětů, které jsou různé, a vypadají, jako by neměly nic společného, ale mají. Jejich společným znakem je čich, ať už libě, nebo nelibě – bota, váza s květinami, cigarety, láhev alkoholu (Maryška 2022).

Poté si v paměti ověříme, zda si všechny zmíněné kategorie pamatujeme, a opravdu si díky nim můžeme vybavit plný počet objektů, nebo alespoň jejich většinu. Díky této technice si dokážeme do 30-60 minut zapamatovat například nákup o 75-100 položkách.

Druhým příkladem jsou slovíčka při výuce. Pokud se slovíčka zařadí do kategorií, pamatují se lépe, než když jsou pouze seřazené za sebou. Mezi slovíčka patří kůň – horse, prase - pig, kuře - chicken, krocán - turkey, liška - fox, vlk - wolf, kočka – cat, králík – rabbit, slon – elephant, opice – monkey (Maryška 2022).

Zvířata se dají rozdělit do kategorií zvířata v lese – vlk – wolf a liška – fox, domácí zvířata – králík – rabbit a kočka – cat, zvířata v zoo – slon – elephant a opice – monkey, zvířata na farmě – kůň – horse a prase – pig, a poslední kategorií bude krocán – turkey a kuře – chicken (Maryška 2022).

Po rozdělení to kategorií můžete ihned vidět rozdíl, že se slovíčka v kategoriích pamatujete lépe, než když byly zvlášť (Maryška 2022).

1.13 Jak si zapamatovat neznámá slova

Pokud si chceme zapamatovat pro nás neznámé slovo, mohlo by pomoci se nejprve seznámit s původním významem „kořene“ tohoto slova. Tento postup může pomoci při seznamování se s významy cizích slov, například anglické slovo „coping“ – neboli termín pro zvládání obtíží je odvozeno z řeckého slova „colaphus“ – neboli „přímá rána typu direkt“ v boxu. Díky tomu můžeme sloveso „to cope“ chápat jako „boxovat“ (Preiss, aj. 2009, s. 64-65).

Poznání významu jádra slova může pomoci odlišit smysl slov, které znějí podobně. Příkladem jsou slova akrofobie a agorafobie – mají společnou část „fobie“, neboli obavy a úplně odlišná jádra v první části slov. Abychom snáze pochopili význam slova a lépe odlišili je důležité pochopit jejich jádro. Zatímco „acro“ znamená „výška“, jádro „agro“ znamená „tržiště“. Acrofobie (počeštěné slovo „akrobat“) značí strach z výšek, slovo Agrofobie znázorňuje strach z otevřených prostorů (Preiss, aj. 2009, s. 64-65). Při učení cizího jazyka je důležité zmínit, že v daném jazyce je velké množství slov, která byla převzata z dalších jazyků. Příkladem je angličtina, ve které je zhruba 50% přejatých slov z francouzštiny a velké procento dalších, která byla přejata například z němčiny. Příkladem je anglické slovo „light“ – světlo, které v němčině zní „das Licht“, nebo německé slovo „das Haus“, neboli dům, je v angličtině jako „house“...

Při zapamatování neznámých slov může pomoci i akustická podoba, tedy slova, která znějí podobně, příkladem mohou být dvě Švýčarky, které se chtěly naučit česky říct slovo „na shledanou“ a pomohly si známými slovy „Nestlé“ a „Danó“ (Preiss, aj. 2009, s. 64-65).

1.14 Myšlenkové mapy

Je snadnější způsob, jak si věci zapamatovat a poté si je vybavit, je to nový způsob studia a opakování – je rychlý a funguje. Jde o způsob zapisování poznámek, který není nudný.

Díky myšlenkovým mapám můžeme přicházet na nové nápady. Skládá se ze slov, čar, obrázků a barev. Díky myšlenkovým mapám si můžeme snadněji pamatovat informace, přicházet na nové a geniální nápady, ušetřit čas, uspořádat své myšlenky a koníčky (Buzan 2013, s. 4-10).

Návod na myšlenkovou mapu

Připravte si čistý a nelinkovaný papír a barevné tužky, papír umístěte naležato. Doprostřed stránky namalujte obrázek, který znázorňuje hlavní téma (Buzan 2013, s. 10).

Pro každou myšlenku, která je v tématu hlavní se nakreslí dvě zakřivené čáry, které vycházejí z obrázku uprostřed stránky a jsou s ním spojené. Každou z myšlenek pojmenujte a pokud chcete, můžete dokreslit menší obrázek, čímž se propojí obě strany mozku, slova jsou v celé mapě podtržená, protože jsou to klíčová slova a tím jim ukazujeme jejich důležitost. I další kapitoly lze nakreslit jako větve, doplnit myšlenky u každého pojmu (Buzan 2013, s. 10).

2 PRAKTICKÁ ČÁST

Téma procvičování anglického jazyka pro děti se specifickými poruchami učení a chování s využitím paměťových technik jsem si vybrala z několika důvodů. Jednak moje mamka pracuje jako trenérka paměti 3. stupně. Trénuje paměť seniorům, dospělým i dětem již několik let a její práce se mi vždy velmi líbila. Za druhé jsem sama na základní a později na střední škole v angličtině zažívala neúspěch a díky mnemotechnikám se moje angličtina zlepšovala, a hlavně mě začala bavit. Proto jsem se rozhodla některé paměťové techniky naučit děti s poruchami učení a chování, a zjistit, zda i u nich dojde ke zlepšení v jazyce a k větší motivaci k učení. Předpokládám, že pro děti se specifickými potřebami budou mnemotechniky přínosem. Očekávám, že děti bude učení více bavit a zapamatují si učivo snadněji a delší dobu. Absolvováním výuky bych ráda dosáhla u dětí zvýšení sebedůvěry v sebe sama.

V teoretické části jsme se dozvěděli důležité informace, které souvisejí se specifickými poruchami učení a chováním, s paměti a jejími druhy. Mezi další informace patřilo také vysvětlení pojmu trénování paměti a druhy paměťových technik.

Praktická část obsahuje kazuistiky dětí, které se hodin zúčastnily. Kazuistiky, tedy případové studie, popisují způsob práce s dětmi a slouží k vysvětlení chování či problémů, se kterými se děti potýkají. Potřebná data byla získána pomocí individuálních rozhovorů s rodiči a použita s jejich souhlasem.

Najdeme zde také popis prostředí, ve kterém jednotlivé hodiny probíhaly a plán hodin, ve kterých jsem procvičovala s dětmi s poruchami učení a chování anglický jazyk s využitím paměťových technik. Vybrané paměťové techniky jsou rovněž popsány v teoretické části.

2.1 Stručná charakteristika místa

Centrum volného času je zrekonstruovaný Betlachův statek, nachází se v menší obci. V současné době se v centru nachází obecní úřad, Kavárna pro dříve narozené, což je prostor, ve kterém se každou středu scházejí místní seniorky, aby oslavily narozeniny, svátky či si jen tak popovídaly – v této místnosti probíhaly naše hodiny. Místnost je vybavena stoly a magnetickou tabulí, která byla v našich hodinách využívána.

Dále je v místnosti menší kuchyňka. Součástí Centra volného času je též dětský klub Rosnička, v horním patře pak můžeme najít velikou tělocvičnu s různými stroji k posilování a cvičení a také kadeřnictví či knihovnu. V okolí centra se nachází zahrada a blízký rybník.

2.2 Kazuistiky

Kazuistika č. 1

Dívka A, narozena roku 2009, narozena 36. týdnu těhotenství, ranný psychomotorický vývoj opožděn, hypotonická – chůze až ve dvou letech, neklidný kojenec, váhový přírůstek kolísavý.

Diagnóza: ADHD – porucha chování a emotivity, dysgrafie

Rodina obývá malý třípokojový byt v domku, vztahy v rodině občas narušuje dlouhodobá nemoc otce, matka pracuje v kuchyni, otec je v invalidním důchodu, má starší i mladší sestru.

Dívka je veselá, otevřená a komunikativní, vztahy s vrstevníky dobré, při zhoršené náladě sklony k provokacím a nadávkám. Zadané úkoly plní snaživě, ale po krátké zátěži její snaha i pozornost prudce klesá, často se ujišťuje, zda postupuje správně, nutno stále motivovat k práci. Limitovaná v psaném projevu, látku často po sobě nepřečte, nemá pak podklady k učení. Při konfliktech jedná impulsivně, později má snahu své chování napravit.

Kazuistika č. 2

Chlapec B, narozen roku 2009, z druhého nekomplikovaného těhotenství, protahovaný porod, měl novorozeneckou žloutenku, vývoj v normě.

Diagnóza: ADD – poruchy pozornosti, dyslexie a dysgrafie.

Rodina žije na vesnici v domku, má staršího bratra a mladší sestru z druhého vztahu matky, rodina se stěhovala z důvodu rozchodu rodičů. Vztah s vlastním otcem nepřerušen – žije na stejném místě. Vztah s otčímem chladný, upřednostňuje vlastní dceru.

Chlapec je sportovně nadán, sociální kontakt navazuje bez problému, v kolektivu oblíben. Při práci ve škole se špatně soustředí pro neklid ve třídě. Ačkoliv je umístěn v první lavici, jeho tempo i tak kolísá. Je snadno unavitelný a je těžké mu ve třídě nastavit správné podmínky k práci. Je rovněž limitován při čtení zadání úkolu a při psaném projevu.

Kazuistika č. 3

Dívka C, narozena roku 2009, narozena v termínu, porod bez komplikací, má mladší sestru. Jako kojeneček klidná, téměř žádná nemocnost.

Diagnóza: ADD, opožděný vývoj řeči.

Dívka žije v úplné rodině, matka i otec vyučeni, oba živnostníci. Vztahy v rodině jsou dobré, členové rodiny se navzájem podporují, často se stýkají s prarodiči z matčiny i otcovy strany. Dívka navazuje sociální kontakt bez problému, aktivně jej však nevyhledává. Respektuje řízenou činnost i autoritu, má však snížené sebevědomí, proto je citlivá na případnou nespravedlnost nebo případné nedůstojné chování ze strany spolužáků nebo učitelů. Je třeba ji při práci povzbuzovat a dodávat důvěru, dbát na odpočinek.

Kazuistika č. 4

Chlapec D, narozen roku 2009, z druhého nekomplikovaného těhotenství, vývoj normální, prodělal běžné dětské nemoci.

Od útlého věku problémy s chováním, neklidný, nezvládá vždy emoce.

Diagnóza: ADHD – poruchy chování

Matka pracuje jako dělnice v továrně, otec žije s druhou rodinou, má dvě sestry. Narušené rodinné vztahy, dítě bylo často trestáno pro své chování matkou i nevlastním otcem, se kterým matka žije. Vztah ke starší sestře konfliktní, sestra se vlivem situací začala pasovat do role matky a má sklony bratra vychovávat. Mladší sestru chlapec ochraňuje a má ji rád. Chlapec se v běžném životě chová přátelsky, je usměvavý, rád by se zavděčil, výkyvy chování si uvědomuje a trápí jej. Protože nezvládá emoce, v řadě situací neví, jak se zachovat, vše bere jako útok proti sobě a výsměch.

Ve škole je chlapec, pro jeho veselé chování, oblíbený. Snadno navazuje kontakty se spolužáky i s učiteli, pokud se však nechá vyprovokovat, mívá sklony k afektům. Při školní práci se špatně soustředí, do práce musí být pobízen a neustále motivován, snadno unavitelný. Vyžaduje neustálou pozornost, povzbuzování a individuální péči.

2.3 Plány jednotlivých hodin

Popis skupiny: Děti navštěvují 7. třídu základní školy a ve skupině byly 4, dva chlapci a dvě dívky. Každá hodina trvala zhruba 45 minut. Součástí první a poslední hodiny jsou testy, ty byly orientačně obodované, aby se lépe hodnotil konečný výsledek. Celkový možný počet bodů byl u obou testů 15 bodů, přičemž dolní hranice ke „splnění“ byla 9,5 bodů. Vše bylo uzpůsobeno tak, aby je žáci s poruchami učení a chování mohli zvládnout. Nejprve jsou popsány jednotlivé plány hodiny a na konci je vždy dopsána reflexe, ve které je popsáno, jak se žákům vedlo, co jim šlo více a co méně.

První hodina: seznámení s dětmi, krátký test, který sloužil k ověření znalostí anglického jazyka. Seznámení s první paměťovou technikou – Kategorizace.

Druhá hodina: procvičování Kategorizace

Třetí hodina: druhá technika – systém spojování či metoda příběhu

Čtvrtá hodina: procvičení techniky systému spojování a vysvětlení poslední paměťové techniky Loci.

Pátá hodina: procvičení techniky Loci a výstupní test

2.3.1 První hodina

1) Úvod – 5 minut

Nejprve se přivítáme a seznámíme. Vysvětlím žákům, co se bude dít, odevzdají mi informované souhlasy rodičů (vzor příloha č. 1). V následujících 5 hodinách se naučíme 3 paměťové techniky, které následně procvičíme v anglickém jazyce. Procvičování bude probíhat jednou týdně, 45 minut, v menším počtu dětí, kvůli soustředění, ve skupině jsou dva kluci a dvě holky. Všichni pocházejí ze stejné třídy.

2) Vstupní test – 25 minut

Dalším úkolem bude krátký test, který jsem sama vytvořila. Slouží ke zjištění, jak na tom žáci jsou, ověří jejich slabosti, znalosti, ale i dovednosti, dle toho budu moci vymýšlet plány hodin přímo na míru. Žákům ale sdělím, že jde o pracovní list, protože nechci, aby byli nervózní.

1) Put the words into the correct bag

~~Apple~~, airplane, bedroom, brother, beans, chocolate, bathroom, car, sister, ship, mother, kitchen

Rooms, People, Food, ~~Transport~~,

Transport	Apple
-----	-----
-----	-----
-----	-----

-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----

2) Write the words

1. rtoehrB _____
2. cta _____
3. gaB.... _____
4. oBartmho _____
5. doFo _____
6. Mhcar _____
7. esdyhuaT _____
8. hKtcnie _____

3) Doplň předložky a/an

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. _____ Car | 5. _____ Idea |
| 2. _____ Flower | 6. _____ Elephant |
| 3. _____ Umbrella | 4. _____ Actor |

4) Describe the picture (Popiš obrázek)



Obrázek 2 - obrázek ve vstupním testu (Kay, aj. 2016, s. 4)

5) Put the sentences together as they should be. (Poskládej věty, jak mají být správně)

1. Hradec I in Králové. live
2. sports My swimming are tennis. favourite and
3. eat mushrooms? you Do
4. guitar? play you Can the
5. name My is Kája

6) Napiš co nejvíce slov, které začínají na písmeno B,A,N,C

7) Describe yourself in five sentences (popiš se 5 větami)

3) Hlavní blok – seznámení s první paměťovou technikou – 10 minut

Základní informace o paměťové technice – Kategorizace

- Je to technika, která třídí informace do menších celků, je vhodná k zapamatování větších množství informací.
- Vychází z toho, že kdykoliv mozek dostane náhodnou informaci, a když má informace význam, lépe se pamatuje.

Tuto řadu slovíček: ham, cat, turkey, one, dog, milk, water, seven, pig, butter, five, eleven, si rozdělíme to tři skupin. Příští hodinu se této technice budeme věnovat více, tudíž teď zkusíme rozřadit pouze pár slovíček.

Řada slovíček bude rozdělena:

Animals: turkey, cat, dog, pig

Food: ham, milk, butter, water

Numbers: five, one, seven, eleven

4) Co žákům dělá v angličtině problémy? – 5 minut

Pokud zbyde čas, chtěla bych se jednotlivě zeptat každého žáka, co mu v angličtině dělá problém, nebo co by případně chtěl ve zbytku času v těchto hodinách vysvětlit či procvičit.

Reflexe

První hodina proběhla dne 4. 2. 2022. Probíhala dle předem stanoveného plánu. Nejprve jsem se s žáky přivítala, vysvětlila jim, co je čeká. Dále následoval krátký test, při kterém došlo pouze k problému ze strany některých pojmů u jednotlivých cvičení – ne každý věděl, co má v daném úkolu dělat, poradili si s tím ale sami, a to tak, že jeden z žáků druhému cvičení vysvětlil.

Paměťová technika je dle ohlasů bavila, předháněli se mezi sebou, kdo půjde dříve zapsat slovíčko ke správné kategorii. Techniku dle mého názoru pochopili ihned a nedělala jim velké problémy. Při poslední části naší hodiny, tedy rozpravě na téma, které jim v angličtině dělá problém, se většinou shodli na tom, že největším problémem je naučení slovíček. Tedy slovní zásoba, použití členů A a AN, some, any a všimla jsem si také problému ve výslovnosti.

Tabulka 1 - výsledky vstupního testu

Č. úkolu	Žák A	Žák B	Žák C	Žák D
1.	1,5	1	2	2
2.	2	2,5	2,5	1
3.	1	0,5	X	0,5
4.	X	X	2	0,5
5.	0,5	1	1,5	1
6.	1	1,5	1,5	1
7.	0,5	1	X	X
Celkem	6,5 bodů	7,5 bodů	7,5 bodů	6 bodů

2.3.2 Druhá hodina

1) Úvod + rozvíčka – 15-20 minut

Na úvod se nejprve přivítáme, domluvíme se na termínu další hodiny, následuje rozvíčka – pexeso s anglickými slovíčky (viz příloha 2). Slovíčka jsem vybírala náhodně tak, abych se dozvěděla, která jim dělají problémy, a která ne.

Na zelených kartičkách byly obrázky a na modrých jejich názvy: mouse (myš), bus (autobus), grapes (hroznové víno), train (vlak), pear (hruška), cat (kočka), plum (švestka), sheep (ovce), car (auto), elephant (slon), apple (jablko), airplane (letadlo).

2) Hlavní blok – opakování paměťové techniky Kategorizace – 20 minut

Následovalo opakování paměťové techniky Kategorizace z minulé úvodní hodiny. Nejdříve si s žáky zkusíme vzpomenout na to, jaká to byla technika a zda si ji pamatují, poté řadu slovíček zkusíme rozdělit do kategorií:

- Kategorie Fruit – grapes, plum, apple, pear
- Kategorie Transport – car, bus, airplane, train
- Kategorie animals – cat, mouse, elephant, sheep

3) Závěr – procvičení tématu, který jim v testu dělal problém – 5 minut

Ve zbývajících 5 minutách bych s dětmi chtěla probrat cvičení, které jim v testu všem dělala problém, a to napsat 5 vět o sobě, následně se rozloučíme, uklidíme místnost a mohou odejít domů.

Reflexe

Druhá hodina proběhla 4. 3. 2022. Pexeso se u žáků, ač jsem tomu nevěřila, stalo oblíbenou hrou, vydrželi ho hrát 20 minut a poté jsem musela další hru zarazit, protože jinak bychom se nikam nedostali. Po pexesu dostali všichni papír a jejich úkolem bylo napsat co nejvíce slov, která se ve hře objevila. Žák A měl 7 slov z pexesa, žák B měl 7 slov z pexesa, žák C měl 8 slov z pexesa a žák D měl 6 slov z pexesa. Následujícím úkolem bylo dle přípravy procvičování kategorizace. Původně jsem chtěla znovu vysvětlit, v čem technika spočívá, ale nebylo to potřeba, i když po první hodině uběhla delší doba, žáci si ji zapamatovali a neměli s ní problém. Slovíčka postupně všichni zapsali na tabuli, rozdělili sami do tří kategorií, tak jak jsem to měla v přípravě v plánu. Všimli si, že jde o stejná slova, která byla i v pexesu, tudíž po dopsání jsem tabuli smazala, opět měli za úkol zkusit přepsat slova do kategorií tak, jak je před chvílí zapsali. Po kategorizaci: žák A – 11 slov ze 12, žák B - 10 slov ze 12, žák C měl všechna slovíčka a žák D 10 slov ze 12. Posledním úkolem byly věty o sobě, které jim v testu dělali problémy.

Vysvětlila jsem jim, že zpočátku nemusí vůbec vymýšlet těžké věty, ale stačí jednoduché, jako například My name is..., I live in..., I have one brother, I like.... Poté jsem se s žáky rozloučila, uklidili jsme tabuli a mohli odejít domů. Časový harmonogram se vydařil, hodina opět trvala 45 minut.

2.3.3 Třetí hodina

1) Úvod – 5 minut

Po přivítání žákům nejprve sdělím, co nás dnes čeká. Po úvodu bude následovat seznámení s metodou příběhu, ve které se naučíme 11 slovíček formou různých krátkých vět, ve zbývajícím čase si zahrajeme hru Šibenice.

2) Hlavní blok – seznámení s druhou paměťovou technikou - 25 minut

Technika systém spojování, či metoda příběhu, se většinou využívá k naučení krátkých seznamů o několika položkách (např. nákupní seznam).

Tento systém se v češtině využívá tak, že je každá položka napojena s položkou, která následuje. Tím, že jsem to žáky budu učit s anglickými slovíčky, tak na sebe položky navazovat nebudou, ale budou mít samy o sobě svůj vlastní krátký příběh, větu. Rozhodla jsem se tak kvůli tomu, že anglická slovíčka jsou sama o sobě těžká, tak aby se žákům zbytečně nepletla.

Máme tedy 11 slov:

- | | |
|-------------|------------|
| 1) At least | 7) Anyone |
| 2) Bar | 8) Bottle |
| 3) Pocket | 9) Healthy |
| 4) Pot | 10) Spoon |
| 5) Tin | 11) Slice |
| 6) Almos | |

Nejprve na začátku věty překlad slovíčka, poté slovíčko tak, jak se vyslovuje:

- 1) At least – KONEČNĚ Etilen listuje (knihou).
- 2) Bar – TABULKA (čokolády) stojí na baru.

- 3) Pocket – dostala jsem BALÍČEK pěkných kyttek.
- 4) Pot – nesla jsem těžký HRNEC až mi z toho tekla pot.
- 5) Tin – KONZERVA je Tíniny kočky.
- 6) Almost – Alice TÉMĚŘ přešla most.
- 7) Anyone – NIKDO V ZÁPORNÉ VĚTĚ nenašel Anie a Vandu.
- 8) Bottle – LAHEV mi spadla na botu a leje.
- 9) Healthy – ZDRAVÁ Helena Filipová.
- 10) Spoon – LŽÍCÍ zastrkávám špunt, ale bez háčku a bez T.
- 11) Slice – PLÁTEK slaniny i sýru.

3) Závěr – Hra – Šibenice na anglická slova - 10-15 minut

Je to hádací hra, většinou se hraje s tužkou a papírem. Úkolem hráčů je hádat písmenko po písmenku, jeden hráč naznačí slovo a počet písmen vyznačí čárkou. Pokud hráč písmeno neuhádne, postupně se kreslí čára po čáře šibenice s oběšencem. Po uhádnutí celého slova se šibenice smaže a hra může pokračovat od začátku.

Reflexe

Třetí hodina se uskutečnila 9. 3. 2022. Seznámení s technikou spojování neboli metodou příběhu proběhlo bez problému, žáci rychle pochopili princip techniky, a věty, které souvisejí se slovíčky je velmi bavily. Nejprve se pozastavovali nad tím, že přece ne všechny věty dávají smysl a jsou dle jejich slov srandovní. Při vysvětlování vět a slov jsme se společně moc zasmáli při představě, že by se věty staly skutečností.

Po vysvětlení jsme s žáky několikrát věty prošli, bylo důležité, aby si všichni věty znovu představili a zapojili svou představivost a smysly. Dalším úkolem bylo, že jsem jim nadiktovala ta samá slovíčka, jejich úkolem bylo pokusit se napsat překlad na papír. Následně jsme si všichni zkontrolovali počet slov. Žák A si zapamatoval 7 slovíček z 11, žák B měl 8 slov z 11, žák C si vzpomněl na 10/11 a žák D si zapamatoval 9/11. Slovíčka, která si nezapamatovali, jsme probrali znovu, ale tuto kategorii budeme ještě v další hodině opakovat, takže si ji budou moci dostatečně procvičit.

Mezi slova, která se žákům špatně pamatovala patřila převážně tato: pot, spoon, a slice, protože se jim pletly, a také pocket. Poté jsme si zahráli hru Šibenici.

Tato hra žáky moc bavila, dohadovali se, kdo bude další na řadě, nakonec se během 13 minut stihli všichni vystřídat, tudíž se časový harmonogram naplnil tak, jak jsem si připravila v plánu hodiny. Rozloučili jsme se a uklidili místnost a mohli odejít domů.

2.3.4 Čtvrtá hodina

1) Úvod – 10 minut

V úvodu po přivítání nejprve zopakujeme techniku systém spojování, kterou jsme probírali minulou hodinu. Se zúčastněnými zkusíme dát dohromady věty, které jsme si říkali minule. Vybrala jsem 8 slovíček: bar, tin, pocket, pot, bottle, spoon, slice, healthy.

- 1) Bar – **tabulka** čokolády stojí na baru.
- 2) Pocket – dostala jsem **balíček** pěkných kyttek.
- 3) Pot – nesla jsem tak těžký **hrnec**, až mi z toho tekla pot.
- 4) Tin – **konzerva** je Tíniny kočky.
- 5) Bottle – **láhev** mi spadla na bot
- 6) Spoon – **lžící** zastrkávám špunt, ale bez háčku a T.
- 7) Slice – **plátek** slaniny a sýra.
- 8) Healthy – **zdravá** Helena Filipová.

2) Hlavní blok – seznámení s poslední technikou – Palác paměti/ metoda Loci - 20 minut

Nejprve vysvětlím, co to metoda Loci je. Jde o jednu z nejoblíbenějších metod uživatelů mnemotechnik, je to také variace na metodu umístění. Spočívá v tom, že si představíte svůj pokoj, dům a postavíte si tam postupně tolik věcí, kolik si potřebujete zapamatovat.

Potřebujete si zapamatovat tyto věci:

- 1) hroznové víno (grapes)
- 2) pytel rýže (bag of rice)
- 3) 3 plechovky s rajčaty (Three tins of tomatoes)
- 4) 2 sklenice vody (two glasses of water)
- 5) 2 láhve s vodou (two bottles of water)
- 6) hrnek s čajem (a cup of tea)

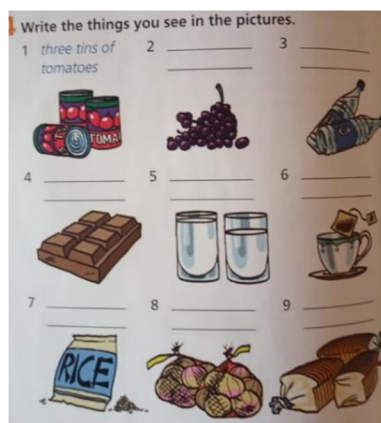
- 7) tabulka čokolády (bar of chocolate)
- 8) 3 bochníky chleba (Three loaves of bread)
- 9) 2 pytle s cibulí (two bags of onions)

Tyto věci si následně zkusíme zapamatovat pomocí metody Loci:

Představme si, že jdeme do centra do knihovny. Cestou k centru vidíme, jak se na nás valí dva obrovské pytle cibule (**two bags of onions**). Snažíte se cibulím vyhnout, zvolíte cestu po schodech, které jsou hned vedle cesty, po které jste měly jít. Jenže při zdolání druhého schodu se musíte zastavit, protože máte v cestě postavené dvě lahve s vodou (**two bottles of water**). Ty bez větší námahy přeskočíte, protože jste dnes měli tělocvik, a tak vám menší rozcvička nedělá problém. Dojdete až ke dveřím centra, kde uvidíte zavěšené hroznové víno (**grapes**) kolem kterého létají mouchy.

Skrčíte se a otevřete dveře, když tu najednou ucítíte, že jste do něčeho mezi dveřmi šláply. Ano, byly to 3 plechovky s rajčaty (**Three tins of tomatoes**), které se vám přilepily na boty. Všechna ta rajčata musíte otřít do koberce, vidíte, jak se to všechno vsakuje do koberce. Už jste skoro u dveří směrem ke schodům, když najednou vidíte něco neobvyklého – 3 bochníky chleba (**Three loaves of bread**), které jsou položené u dveří, děti se tak nemohou dostat do školky, která je v centru taky. Nemáte čas to řešit, takže se rychle vydáte po schodech nahoru.

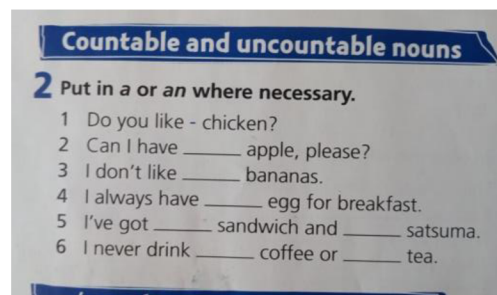
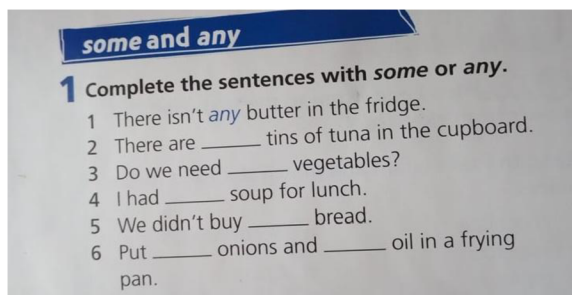
Musíte se ale držet zábradlí, protože všude po schodech je vysypaný pytel rýže (**a bag of rice**). Myslíte si, že už vás nic nepřekvapí, když tu najednou u dveří knihovny vidíte dvě rozbité sklenice vody (**two bottles of water**), chcete střepy posbírat, ale tlačí vás čas. Vběhnete tedy rychle do dveří knihovny, které jsou celé zapatlané od tabulky čokolády (**a bar of chocolate**) a knihovnice s čajem v ruce (**a cup of tea**) se na vás podívá a zeptá se, jakou knihu si dnes vyberete. Jednotlivé položky projdeme ještě jednou, pouze s anglickými slovíčky. Následně mám pro ně připravené cvičení, které jsem našla v jejich učebnici.



Obrázek 3 - cvičení č. 1 (Hutchinson 2014, s. 54)

4) Závěr – 10 minut

Ve zbývajících 10 minutách procvičíme věci, které budou mít žáci v testu. Minulou hodinu mě poprosili, zda bych jim nějaké cvičení nepřipravila a nevysvětlila jim to znovu. Šlo o cvičení na téma Some/Any a použití A/ AN. Nejprve jsem jim tedy vysvětlila, kdy a kde se používají. A následně jsem jim rozdala cvičení, které opět bylo v jejich učebnici (Hutchinson 2014, s. 54).



Obrázek 4 - cvičení č. 2, 3 (Hutchinson 2014, s. 54)

Reflexe

Čtvrtá hodina proběhla 14. 3. 2022. V první řadě jsme se hned po přivítání pustili do prvního úkolu, který jsem pro žáky měla připravený a sice tedy procvičení metody příběhu neboli systém spojování. Byla jsem zvědavá, zda si alespoň na nějaká slovíčka vzpomenou.

Společně jsme tedy danou techniku procvičili. Při tomto cvičení si zapamatovali následující:

Žák A – bar, pocket, tin, bottle, healthy (7/8)

Žák B – bar, pocket, tin, pot, bottle, slice healthy (8/8)

Žák C – pocket, bottle, healthy, tin, pot, bar (7/8)

Žák D – bar, pocket, bottle, tin, spoon (6/8)

Jsem moc ráda, že výsledky nedopadly špatně. Slova, která se pamatovala hůře, jsme prošli společně ještě jednou.

Dalším úkolem bylo seznámení s poslední technikou Loci. Mým cílem bylo jim ukázat, že vymyslet příběh, se dá na jakékoliv místo, jen je důležité, aby dotyčný místo dobře znal a věděl, co se kde nachází – proto byl náš příběh situovaný na centrum, kde probíhají i tyto hodiny.

Dle jejich slov je bavil příběh, který jsem vymyslela, a to kvůli tomu, že byl zajímavý, vtipný, i když občas trochu nemožný, snažila jsem se převážně o to, aby byl poutavý a žákům se lépe pamatoval. Po dalším přečtení si každý zkusil napsat co nejvíce slov, která se v příběhu objevila. Společně jsme si výsledky řekli a doplnili chybějící slova, poté následovalo cvičení, které bylo v jejich učebnici. Posledním úkolem bylo procvičit členy A/AN a využití Some a Any, které jim dělaly problém ve škole, ale i ve vstupním testu.

Upozornila jsem je na to, aby si pro jistotu doma ještě zkontrolovali jejich výpisky až se budou učit na test, který bude ve škole, protože bych je nerada učila něco, co není pravda. Znovu probranou látku si procvičili v posledních dvou cvičeních, které jsem jim opět připravila z jejich učebnice. Potěšilo mě, když mi řekli, že látku teď chápou daleko lépe než ve škole. Následovalo rozloučení a úklid prostoru a odchod domů.

2.3.5 Pátá hodina

1) Úvod – procvičování z minulé hodiny - 5 minut.

Nejprve se přivítáme na poslední hodině procvičování anglického jazyka. Následovalo procvičení poslední techniky Loci. S žáky jsme se nejprve snažili dát dohromady, kolik slov si pamatují z minulé hodiny, tedy z pondělí 14. 3. 2022.

2) Hlavní blok – procvičení nových slov pomocí Loci – 10 minut

Dalším úkolem bylo zapamatovat si:

- 1) Kolo – bike
- 2) Zahrada – garden
- 3) Vlák – train
- 4) Tužka – pencil
- 5) Citrony – lemons
- 6) Židle – chair
- 7) Kuře – chicken
- 8) Zelenina – vegetable
- 9) Knížka – book

Vše jsme si ukázali na příběhu: Představme si, že jedete na kole (**bike**) do kadeřnictví v naší vesnici. Jedete cestou okolo školní zahrady (**garden**). A přesně tam si všimnete něčeho, co tam včera rozhodně nebylo. Obrovská prolézačka ve tvaru vlaku (**train**), na ni si hrají děti a zmáčknou tlačítko na prolézačce, přičemž vlak dokonce zahouká. Dojedete až ke dveřím centra, odložíte kolo do stojanu a otevřete dveře. Ty jsou ale zaseklé a nejdou pořádně otevřít, až když se podíváte na zem vidíte, že se ve dveřích zasekla tužka (**pencil**), tu tedy odstraníte a pokračujete v cestě směr schody do patra. Když tu najednou, když už jdete po schodech nahoru se začnou kutálet tři citrony (**lemons**) a vy se jim musíte vyhnout.

U tělocvičny si všimnete, že jsou pootevřené dveře a v nich stojí červená židle (**chair**), nebylo by na tom nic zvláštního, kdyby na ni nebylo čerstvě upečené kuře (**chicken**) a zelenina (**vegetable**), z té vůně se vám začínají sbíhat sliny. Musíte se tedy pořádně nadechnout, abyste tu vůni necítili a jdete konečně do kadeřnictví. Tam si sednete do kadeřnického křesla a vytáhnete rozečtenou knihu (**book**).

3) **Výstupní test - 25 minut.**

1) **Describe yourself in 5 sentences**

2) **Put on line a or an**

_____ Bananas

_____ Egg

_____ Sandwich

_____ Grapes

_____ Coffee

_____ Onion

3) **Roztříd' slovíčka tak, jak si myslíš, že patří a přelož je.**

ham, one, dog, car, turkey, cat, milk, water, seven, pig, eleven, five, butter, sheep,
grapes, airplane

4) **Write the months**

eDcebrme _____

nurJaay _____

tAgusu _____

bmeSpetre _____

rtoOcbe _____

5) Translation of sentences.

Can you play the guitar?

I like a mushrooms

Do you have two tins of tomatoes?

Have you got brother or sister?

Moje nejoblíbenější zvíře je myš.

6) Podívej se na obrázek. Napiš věci, které dokážeš z obrázku pojmenovat.



Obrázek 5 - obrázek ve výstupním testu (Kay, aj. 2016, s. 63)

7) Describe the pictures.

a)



Obrázek 9 –
pytel (vlastní
tvorba)

b)



Obrázek 8 – balík
(vlastní tvorba)

c)



Obrázek 7 – tabulka
čokolády (vlastní
tvorba)

d)



Obrázek 6 –
bochník chleba
(vlastní tvorba)

e) _____



Obrázek 10 -
plechovka
(vlastní tvorba)

f) _____



Obrázek 11 -
hrnek s čajem
(vlastní tvorba)

8) Translate words

- | | |
|---------------|---------------|
| 1) Hrnc - | 7) Láhev |
| 2) At least - | 8) Židle |
| 3) Spoon - | 9) Book |
| 4) Plátek - | 10) Kolo |
| 5) Téměř - | 11) Kuře |
| 6) Healthy - | 12) Vegetable |

Co vám nejvíce v těchto hodinách pomohlo, či jaká paměťová technika se vám líbila nejvíce?

4) Závěr – tvorba myšlenkové mapy na téma Anglický jazyk - 5 minut.

Na závěr bych chtěla žákům ukázat skvělý prostředek, který mohou využít prakticky v každém předmětu, a tím je myšlenková mapa. Poté se s nimi rozloučím.

Reflexe

Poslední hodina se uskutečnila 18. 3.2022. V úvodní části jsme s žáky dali dohromady zhruba 6 slov z 9, od předposlední hodiny uběhly již 3 dny, tudíž se mi výsledek zdá dobrý. Následovalo samotné procvičení techniky na novém příběhu a s jinými slovíčky. Příběh jsme si přečetli hned několikrát, a poté si je měli za úkol zkusit všechny vyjmenovat. Společně jsme všechna slovíčka dali dohromady.

V krátkém testu, který následoval si žáci nevěděli rady pouze u třetího úkolu, protože si mysleli, že jsem ho zapomněla dopsat, hned jak jsem jim vysvětlila, že je na nich, jak slovíčka roztrídí se pustili do práce, protože jim došlo, že je to technika kategorizace.

Na dotaz v testu pod posledním cvičením byly odpovědi různé. Dva z nich odpověděli, že se jim nejvíce líbil Systém spojování a že jim zároveň nejvíce pomohl. Díky tomu přišli na to, jak si zapamatovat co nejvíce slovíček za kratší dobu. Třetímu žákovi, dívce, se líbila a nejvíce využije Kategorizaci. Čtvrtému se nejvíce zalíbila technika Loci, prý ho bavilo to, že je na každý seznam jiný příběh. Myšlenkové mapy jsem nakonec vysvětlovat nemusela, znali je, protože je často tvoří ve škole, například v dějepisu, proto jsme si smysl myšlenkové mapy nevysvětlovali, ale rovnou se pustili do práce, ukázka mé myšlenkové mapy se nachází v příloze č. 3.

Tabulka 2 - výsledky výstupního testu

Č. úkolu	Žák A	Žák B	Žák C	Žák D
1.	2	1	1,5	1,5
2.	X	1	X	1
3.	2	2	2	2
4.	1	0,5	1	1
5.	1	1	1,5	X
6.	2	2	2	1,5
7.	1,5	1	1,5	1
8.	1,5	1	1	1,5
Celkem	11 bodů	9,5 bodů	10,5 bodů	9,5 bodů

Hodnocení:

Dle tabulek si můžeme všimnout, že proběhlo menší zlepšení oproti minulému testu. Myslím si, že to může být nejen vlivem paměťových technik, které jsme se společně naučili, ale musím vzít v potaz také to, že by mohlo jít pouze o test, který respondentům vyhovoval více, ač šlo o podobná cvičení. Pro větší zlepšení by byla dle mého názoru potřeba delší doba. Zkoušení paměťových technik s dětmi mě ale obohatilo, zjistila jsem například, že moje slabá stránka je v tempu řeči. Většinou mluvím rychle a při těchto hodinách bylo třeba mluvit pomaleji a zřetelně, aby mi děti dobře rozuměly.

Zároveň jsem zjistila, že respondenti sami poznali, že jim techniky mohou pomoci a díky úspěchům odcházeli spokojení a s větším sebevědomím. Zpočátku jsem se obávala, jaká bude v hodinách pracovní morálka a soustředěnost, protože hodiny probíhaly odpoledne po škole. V prvních hodinách jsem také měla menší neshody, převážně s chlapci, kteří již byli unaveni po škole, ale nakonec jsme našli společnou řeč.

Závěr

Téma trénování paměti nabízí širokou škálu paměťových technik, díky kterým se mohou lidé naučit lépe si pamatovat čísla, jména, datace, ale třeba i slovíčka v cizích jazycích. Učení probíhá zábavně, využívá všechny smysly, barvy, vůně, sluchové vjemy, obrázky a fantazii. Vede k rozvoji sebevědomí i sebedůvěry, protože člověk zjistí, že jeho paměť je lepší, než si myslel.

V této práci jsme se v teoretické části zaměřili nejprve na pojmy, a sice na specifické poruchy učení a chování, jejich projevy a možnosti ve vzdělávání. Mezi další termíny patří paměť, její trénování a v neposlední řadě i mnemotechniky.

Součástí praktické části byly kazuistiky dětí, které se programu zúčastnily a popis prostředí, ve kterém hodiny probíhaly. Následně autorka bakalářské práce vytvořila plány hodin s využitím vybraných paměťových technik, které děti jistě využijí i v dalších předmětech. Součástí každého plánu hodin je také hodnocení, jak se plán hodiny vydařil v praxi. Dle výsledků z výstupních testů by se daly tyto plány považovat za dobrý začátek. Vyplývá z něj také, že se respondenti oproti vstupnímu testu mírně zlepšili, ať už vlivem paměťových technik, či pouhému intenzivnímu procvičování v jiném prostředí a s jinými spolužáky, než se kterými se setkávají ve škole.

Cílem této práce bylo v první řadě zjistit, zda jsou paměťové techniky pro děti se specifickými poruchami učení a chování vhodné, a následně vytvořit plán výuky s využitím paměťových technik. Oba tyto cíle se autorce podařilo splnit. Dokázala, že paměťové techniky pro děti se specifickými poruchami učení a chování jsou vhodné, a to nejen kvůli výsledkům. Díky technikám žáci odcházeli z poslední hodiny s většími znalostmi, se sebevědomím a se spokojeností, že „něco“ dokázali.

Plány hodiny, které byly druhým cílem, mohou využít nejen pedagogové ve svých hodinách, ale také rodiče, kteří chtějí své děti podpořit v učení i jiným způsobem.

Seznam použitých zdrojů

ANON, 2022. Paměťové techniky – základní principy ukládání informací do paměti. In: *Škola paměti* [online]. [vid. 30. 3. 2022]. Dostupné z: <https://www.skolapameti.cz/pametove-techniky>.

BUCHVALDOVÁ, M., KARSTEN, G., 2003. Úspěšná paměť: kniha o tréninku paměti od světových šampionů soutěží v paměťových schopnostech. Praha: Scientia. ISBN 80-7183-309-6.

BUZAN, T., 2013. Myšlenkové mapy pro děti: Rychlá cesta k úspěchu nejen ve škole. 1.vyd. Praha: BizBooks. ISBN 978-80-265-0121-3.

BUZAN, T., HARISSON, J., 2013. Trénink paměti: Jak si zapamatovat vše, co chcete. 1. vyd. Praha: BizBooks. ISBN 978-80-265-0057-5.

ČECHOVÁ V., ROZSYPALOVÁ, M., 2012. *Obecná psychologie*. 6. vyd. Brno: Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů. ISBN 978-80-7013-548-8.

HUTCHINSON, T., aj., 2014. *Project 2*. 4. vyd. Oxford: Oxford University Press. ISBN 978-01-947-6466-7.

JANDERKOVÁ D., aj., 2016. *SPU a ADHD*. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-215-8.

KAY, S., aj., 2016. *Maturita Focus Czech 3: Students book*. Harlow: Pearson. ISBN 978-12-921-3014-9.

KENDÍKOVÁ, J., 2019. *ADHD krok za krokem*. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-438-1.

MARYŠKA, M., 2022. Jak se učit slovíčka: 3) mnemotechniky a jiné metody učení slovíček. In: *výuka angličtiny Praha* [online]. [vid. 12. 8. 2011]. Dostupné z: https://www.vyukaanglictinypraha.cz/slovicka/zpusoby-uceni-a-opakovani?fbclid=IwAR2nWXz-mmEQc-JREheLDn310DV5hug9mk2ETFKtleHii_gp3cxjWJJr-Q

MICHALOVÁ, Z., 2016. *Specifické poruchy učení*. 1. vyd. Havlíčkův Brod: Tobiáš. ISBN 978-80-7311-166-3.

- MICHALOVÁ, Z., 2004. *Specifické poruchy učení na druhém stupni ZŠ a na školách středních*. 2. rozš. vyd. Havlíčkův Brod: Tobiáš. ISBN 80-7311-021-0.
- NAKONEČNÝ, M., 2015. *Obecná psychologie*. Praha: TRITON. ISBN 978-80-7387-929-7.
- PAULÍK, K., 2002. *Obecná psychologie*. Ostrava: Ostravská univerzita. ISBN 80-7042-201-7.
- PREISS, M., aj., 2010. *Efektivita trénování paměti: příručka pro zájemce trénování paměti*. 1. vyd. Praha: Psychiatrické centrum. ISBN 978-80-87142-10-3.
- PREISS, M., KŘIVOHLAVÝ, J., 2009. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2738-7.
- PŘINOSILOVÁ, D., 1998. *Přehled nejdůležitějších metod*. In: PIPEKOVÁ, J., aj. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido, s. 40-41. ISBN 80-85931-65-6.
- RENOTIÉROVÁ, M., LUDÍKOVÁ, M., 2004. *Speciální pedagogika*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 80-244-0873-2.
- SHAPIRO, L., E., 2020. *44 aktivit pro děti s ADHD: podpora sebevědomí, sociálních dovedností a sebekontroly*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1599-8.
- SUCHÁ, J., 2012. *Skupinové hry pro cvičení paměti v každém věku*. 1. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0059-8.
- ŠAFROVÁ, A., 1998a. *Definice specifických poruch učení*. In: PIPEKOVÁ, J., aj. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido, s. 100-103. ISBN 80-85931-65-6.
- ŠAFROVÁ, A., 1998b. *Etiologie specifických poruch učení*. In: PIPEKOVÁ, J., aj. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido, s. 105-106. ISBN 80-85931-65-6.
- ŠVAMBERK ŠAUEROVÁ, M., ŠPAČKOVÁ, K., NACHLEBOVÁ, E., 2012. *Speciální pedagogika v praxi: komplexní péče o děti se SPUCH*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4369-1.
- TRAIN, A., 1997. *Specifické poruchy chování a pozornosti: jak jednat s velmi neklidnými dětmi*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-131-2.

VÁGNEROVÁ, M., 2002. Psychopatologie pro pomáhající profese: variabilita a patologie lidské psychiky. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-678-0.

WOLFDIETER, J., 2013. ADHD, 100 tipů pro rodiče a učitele. 1. Vyd. Brno: Edika. ISBN 978-80-266-0158-6.

ZELINKOVÁ, O., 2001. *Pedagogická diagnostika a individuální vzdělávací program: nástroje pro prevenci, nápravu a integraci*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-544-X.

ZELINKOVÁ, O., 2015. Poruchy učení: dyslexie, dysgrafie, dysortografie, dyskalkulie, dyspraxie, ADHD. 12. vyd. Praha: Portál. ISBN:978-80-262-0875-4.

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Informovaný souhlas rodičů

Příloha č. 2 – Pexeso s anglickými slovíčky

Příloha č. 3 – Ukázka myšlenkové mapy

Příloha č. 1 – vzor informovaného souhlasu rodičů

✂----- **Souhlas rodičů** -----

Souhlasím s účastí svého syna/své dcery
.....ze třídy na
praktické části Bakalářské práce na téma: Procvičování anglického jazyka pro děti se
specifickými poruchami učení a chování s využitím paměťových technik. Data budou
zpracovávána anonymně, nikde nebudou uvedeny identifikační údaje.

Jméno a příjmení dítěte:

Telefon (či jiný kontakt na dítě):

Telefon zákonného zástupce:

V dne2022

.....

podpis rodičů

Příloha č. 2 – Pexeso (vlastní tvorba)



Příloha č. 3 – ukázka myšlenkové mapy (vlastní tvorba)

