

## **Sebehodnocení žáků: praktické tipy**

21.03.2021

Kristina Březinová, Marta Kozdas, Alena Rakoušová

Učitel/učitelka

Podpořte sebevědomí dětí tím, že je naučíte hodnotit sebe samé. Lépe dokážou sledovat vlastní pokroky a nebudou mít takovou potřebu srovnávat se s ostatními. Sebehodnotící techniky uvedené na konci textu můžete s úspěchem využít pro práci s žáky po jejich návratu do škol – doporučujeme například aktivitu sebehodnocení uplynulého školního roku.

*Zdroj fotky: Archív autorského týmu APIV B*

**Sebehodnocení dětí a žáků je důležitou dovedností, která má přímý vliv na sebepojetí a sebevědomí žáka i na jeho sociální dovednosti, asertivitu. Se sebehodnocením je proto vhodné pracovat už v předškolním věku, rozvíjet je nenásilnou formou pomocí jednoduchých otázek, které pomohou dítěti zhodnotit jeho pocit z dané aktivity, případně i jak vnímá svůj přínos. V průběhu povinné školní docházky se vyplatí postupně zařazovat komplexnější formy sebehodnocení, pracovat například se sebehodnotícími listy.**

Pedagog, který se rozhodne jít cestou rozvíjení sebereflexe u žáků, poskytuje svým žákům nejen cenné dovednosti, ale navíc pomáhá tímto způsobem budovat a upevňovat i jejich sebepojetí a sebevědomí. Pro další vzdělávání i v budoucím profesním a osobním životě dětí a žáků se jedná o zásadní formu podpory. Žák, který rozvíjí vlastní sebereflexi, pochopení a porozumění pro vlastní silné a slabé stránky, dokáže toto porozumění následně „aplikovat“ i vůči svému okolí, tedy vůči svým vrstevníkům. To může mít zásadní vliv i na klima školní třídy, na zvýšení tolerance vůči odlišnostem u žáků ve třídě, konkrétně vůči jejich odlišným vzdělávacím a dalším potřebám.

V sebehodnocení nedochází ke srovnávání dětí navzájem. Naopak je rozvíjena schopnost sebereflexe, zaznamenávání vlastních pokroků a sledování svého rozvoje. Zároveň žák přebírá spoluzodpovědnost za proces učení a s tím je do procesu učení také více aktivně zapojen. [1] Sebehodnocení tedy souhrnně mapuje cestu, kterou konkrétní dítě urazilo, než dospělo k cíli, a to, zda a do jaké míry splnilo úkol. [2]

### **Sebehodnocení vede žáka:**

- ke znovuvybavení a následné analýze provedené činnosti;
- ke zmapování získaných anebo ještě chybějících zkušeností/znalostí;
- ke zhodnocení příčin neúspěchu a přemýšlení nad tím, co by příště mohl udělat jinak;
- ke zhodnocení toho, co se mu povedlo [1];
- k hodnocení průběhu i výsledku jeho vlastní práce;
- k možnosti předejít chybám tím, že zmapuje příčiny chyb a promyslí jiný možný postup v budoucnu.

### **Jak posílit víru dětí ve vlastní schopnosti**

S žáky je vhodné ve výuce systematicky provádět sebereflexi, která zahrnuje sebehodnocení dosavadní činnosti, úspěchů i chyb, a také plánování. Pro to, aby žák mohl efektivně provádět sebehodnocení, je nezbytné, aby se učil znát sám sebe, vlastní silné a slabé stránky. Žák, který nezná sám sebe, nemá představu o svých dovednostech, schopnostech, povahových rysech apod., jen stěží dokáže provést efektivní sebehodnocení – tedy například pojmenovat, proč ho určitá aktivita bavila více než jiná, anebo proč mu některé aktivity připadají obtížné – například: hůře se mu pracuje ve skupině, protože je povahově uzavřený a nerad se mezi spolužáky projevuje.

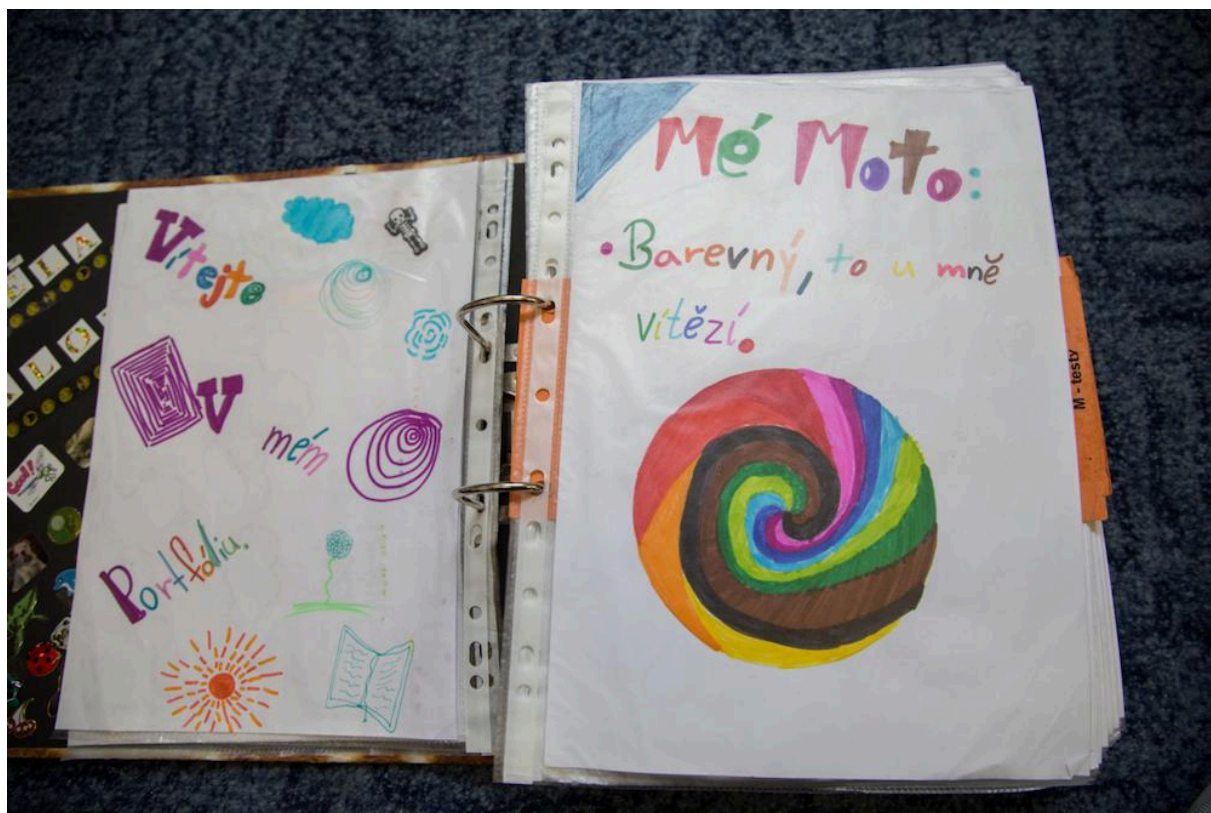
**Dobré vědět:** Od kvality sebehodnocení se odvíjí sebevědomí, víra ve vlastní schopnosti a možnosti. [1]

Pro efektivní sledování vlastního vývoje je vhodné pracovat u žáků se systémem školních portfolií, kam si žák v průběhu školního roku zakládá vlastní výtvary, ale i pracovní listy apod. K portfoliu se žák může kdykoliv vracet a lze jej využít s úspěchem i u tzv. pololetních triád, kde se schází žák, rodič a dítě na společné schůzce, aby v rámci pololetí zhodnotili výsledky za uplynulé období. V rámci triády má hlavní slovo žák, který prezentuje s pomocí portfolia, co vše si za uplynulé měsíce osvojil, co se naučil a co se mu podařilo, případně na čem by potřeboval a chtěl ještě pracovat.

<b>Sebehodnocení dílčí činnosti – otázky:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Co jsem se naučil?</i></li><li>• <i>Co se mi nejvíce líbilo? Co mě nejvíce bavilo? Co mě naopak nebavilo a proč?</i></li><li>• <i>Co můžu vylepšit?</i></li><li>• <i>Co mi dělá problémy? Co bych příště udělal jinak? Proč moje práce nedopadla dobře?</i></li><li>• <i>V jakých krocích jsem postupoval? Změnil bych pořadí kroků?</i></li><li>• <i>Byly některé kroky, které jsem udělal, chybné?</i></li></ul>
<b>Vhodné nástroje:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pracovní listy, kde je uvedeno správné řešení (zpětná vazba).</li><li>• Učebnice, kde je uvedeno řešení úkolů.</li><li>• Interaktivní výukové programy.</li><li>• Značky v učebních materiálech, pracovních listech: co už žák dobře ovládá, označí zvoleným grafickým symbolem – smajlíkem, hvězdičkou. Čemu žák nerozumí, označí odlišným symbolem.</li></ul>
<b>Průběžné sebehodnocení:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Co jsem se dnes / tento týden naučil?</i></li><li>• <i>Co mě dnes / tento týden nejvíce bavilo? Co mě dnes / tento týden naopak nebavilo a proč?</i></li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Rozuměl jsem dnes / tento týden učivu? Do jaké míry?</i></li> <li>• <i>Jaké učivo jsem si naopak dnes / tento týden neosvojil? Jak budu postupovat, abych se učivo naučil?</i></li> </ul>
<b>Vhodné nástroje:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hodnotící kruh žáků (program Začít spolu): zpravidla probíhá po skončení vyučování – hodnocení uplynulého dne, plány na další den.</li> <li>• Sebehodnotící listy s předem danou strukturou – hodnocení dne, týdne.</li> <li>• Deníky sebehodnocení – průběžné vedení si záznamů o úspěších, neúspěších, řešení neúspěchů.</li> </ul>
<b>Závěrečné sebehodnocení – otázky týkající se plánování/ budoucnosti:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Na co se chci tento školní rok soustředit?</i></li> <li>• <i>V čem se chci zlepšit?</i></li> <li>• <i>Co se chci letos naučit?</i></li> <li>• <i>Co mám udělat, abych měl lepší výsledky v...?</i></li> <li>• <i>Čeho bych chtěl příští školní rok dosáhnout?</i></li> <li>• <i>Co bych chtěl příští školní rok odložit / čeho bych se rád/a zbavil?</i></li> </ul>
<b>Vhodné nástroje:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práce s časovou osou.</li> <li>• Myšlenkové mapy.</li> <li>• Kreativní techniky: kresba, malba apod.</li> <li>• Práce se školním portfoliem.</li> <li>• Sebehodnotící archy/formuláře/grafy.</li> </ul>
<b>Závěrečné sebehodnocení – otázky týkající se Mapování vlastních</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Co se mi ve škole daří a proč?</i></li> <li>• <i>Co se mi tento školní rok/pololetí/měsíc...nejvíce povedlo?</i></li> <li>• <i>Jaký byl pro mě nejvýznamnější okamžik tento školní rok a proč?</i></li> </ul>

<b>silných a slabých stránek:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>V jakém předmětu jsem udělal největší pokrok a proč?</i></li><li>• <i>V jakém předmětu jsem udělal nejmenší pokrok a proč?</i></li><li>• <i>Co bych označil za svůj největší úspěch tento školní rok? Co vše jsem musel udělat pro to, abych tohoto úspěchu dosáhl? Jaké jsem vynaložil dovednosti a schopnosti?</i></li><li>• <i>Podařilo se mi tento školní rok překonat nějaký nezdár? Jaké jsem pro to vynaložil dovednosti a schopnosti?</i></li></ul>
<b>Vhodné nástroje:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Práce se školním portfoliem.</li><li>• Kreativní techniky: esej, úvaha, kresba, malba apod.</li><li>• Napsání dopisu sobě, učiteli, rodičům.</li><li>• Sebehodnotící archy/formuláře/grafy.</li><li>• Myšlenkové mapy.</li></ul>



Zdroj fotky: Archív autorského týmu APIV B

V tabulce uvádíme některé typy sebehodnotících otázek pro inspiraci. Při tvorbě otázek jsme se inspirovali typy v odborné publikaci Zdeňka Koláře a Renaty Šikulové Hodnocení žáků. [1] Ve třetím sloupci jsou zahrnuté otázky i pro mapování vlastních silných a slabých stránek:

## **Sebehodnocení v mateřské škole**

S nácvikem sebehodnocení je vhodné začít co nejdříve. Sebehodnocení může probíhat již v předškolním vzdělávání. K sebehodnotícím úkolům může být vedeno dítě na konci každé aktivity, kdy učitel vede děti ke sdílení pocitů a dojmů z aktivity, ze hry nebo z jiné činnosti. Tím se dítě naučí vyjadřovat svoje dojmy a pocity. Učitel vede děti k tomu, aby sdělily, co se jim líbilo, co by už opakovat nechtěly, co jim šlo, co nikoli a co příště udělají pro to, aby se jim dařilo lépe či byly spokojenější. Rozvoj sebehodnocení je vhodný v aktivitách jako např. výtvarná výchova, dramatická výchova, komunikační výchova, práce v komunitním kruhu apod.

**Tip:** V příloze 1 pod textem najdete manuál k aktivitě sebehodnocení pro předškolní děti.

## **Sebehodnocení na prvním stupni základní školy**

Nácvik sebehodnocení je možné zařadit například do hodin komunikační, dramatické a slohové výchovy či do třídnických hodin. V dramatické výchově žák například zkoumá témata a konflikty postav v porovnání s vlastním postojem. Na třídnických hodinách může probíhat sebehodnocení řízeně, může mít písemnou formu, anebo v rámci komunitního kruhu. Sebehodnocení ale můžete zařadit i do hodin českého jazyka: V rámci psaného projevu může žák například porovnávat napsaná písmena s předlohou a svoje vlastní písemné práce s pracemi, které odevzdával dříve.

**Aktivita:** V příloze 2 pod textem si můžete stáhnout manuál k aktivitě „Můj štít“. Aktivita je zaměřená na pozitivní sebehodnocení vlastních úspěchů žáka základní školy.

## **Sebehodnocení na druhém stupni základní školy**

Starší žáci již dokážou o svém výkonu soustředěně přemýšlet. Dokážou své sebehodnocení formulovat nejen ústně, ale i obsáhleji písemně. V písemném projevu jsou schopni užívat rozvinutější větný celek nebo souvětí. V takovém případě je možné žákům zadat sebehodnotící otázky písemně.

### **Aktivity:**

V příloze 3 pod textem si můžete stáhnout Manuál a pracovní list k aktivitě „Sebehodnotící tabulka pro 2. stupeň základní školy.“

V příloze 4 pod textem si můžete stáhnout Pracovní list k aktivitě „Můj školní rok... jak jsem ho prožil“. Aktivita je zaměřená na rozvíjení dovednosti v závěrečném sebehodnocení a plánování cílů.

## **Využijte sebehodnocení v projektech**

Více příležitostí k autentickému sebehodnocení mají žáci v rámci komplexních metod vyučování než v klasických modelech výuky. [2] Proto je vhodné rozvíjet dovednost sebehodnocení v rámci projektového vyučování, kde je možné klást otázky a dávat pokyny:

- *Co jsi o tématu před prací na projektu nevěděl a nyní víš?*
- *Co nového ses dále v projektu naučil?*
- *Která aktivita ti nejvíce utkvěla v paměti?*
- *Překvapilo anebo zarazilo tě něco? Co konkrétně?*
- *Co na tebe při práci na projektu nejvíce zapůsobilo?*



- *Který úkol tě nejvíce zaujal, který nejméně? Uveď proč.*
  - *Kterým úkolem by ses chtěl zabývat ještě jednou, pokračovat v něm?*
  - *Napiš, kterým úkolem by ses už zabývat nechtěl a proč.*
  - *Navrhni jednoduchý plán projektu, který by na tento projekt navazoval.*
  - *Přispíval jsi k diskusi ve skupinách? Kdy nejvíce?*
  - *Poskytoval jsi někomu pomoc při řešení úkolů projektu? Komu a kdy?*
  - *Je ještě něco, k čemu by ses chtěl vyjádřit?*
  - *Vypiš nejdůležitější informace o tématu (porovnej rozdíly v..., uvažuj o důvodech....).*
- 

#### **Ke stažení:**

**Příloha 1:** [„To jsem já! Jaký jsem?“ Manuál k aktivitě k rozvoji sebehodnocení v mateřské škole.](#)

**Příloha 2:** [„Můj štít“. Manuál k aktivitě zaměřené na mapování silných stránek u žáka základní školy.](#)

**Příloha 3:** [„Sebehodnoticí tabulka pro 2. stupeň základní školy“. Manuál a pracovní list k aktivitě.](#)

**Příloha 4:** [„Můj školní rok... jak jsem ho prožil“. Manuál a pracovní list k aktivitě.](#)

---

#### **Zdroje**

[1] KOLÁŘ, Z., a ŠIKULOVÁ, R. (2009). *Hodnocení žáků*. Praha: Grada. s. 151–155.

[4] PETTY, G. (1996). *Moderní vyučování*. Praha: Portál.