

**PONUPOVÝ LIST**  
**odborných aktivít v oblasti prevencie pre žiakov II.stupňa ZŠ**  
**na šk.rok 2024/2025**

**PREVENTÍVNO - VÝCHOVNÁ ČINNOSŤ – PREDNÁŠKY, BESEDY**

**Prevencia závislostí**

- problematika legálnych, nelegálnych drog a ostatných nelátkových závislostí

**Prevencia obchodovania s ľuďmi**

- ako sa nestat' obeťou obchodovania

**Prevencia šikanovania**

- ako sa ubrániť šikanovaniu a kyberšikanovaniu

**Záškoláctvo**

- klíma v triede, upevňovanie vzťahu v triede

**Bezpečne na sociálnej sieti**

- nástrahy internetu, kyberšikana, facebook

**Ako predchádzať konfliktom**

- komunikácia v konflikte

**Duševné zdravie a sebahodnotenie**

- poukázat' na zdravý duševný životný štýl rozborom desatora duševného zdravia, definovanie pojmu sebahodnotenie, podpora žiakov v budovaní zdravého sebahodnotenia, vysvetlenie dôsledkov extrémnych foriem sebahodnotenia v offíne a online prostredí
- self-care

**Hodnotová orientácia**

- životné ciele, poznanie seba samého

**PROFESIJNÁ ORIENTÁCIA (8.roč. – 9.roč.)**

- individuálne a skupinové poradenstvo z oblasti profesijného rozhodovania
- zisťovanie záujmov vo vzťahu k budúce mu povolaniu pomocou dotazníkov
- poradenský rozhovor – usmernenie pri výbere školy, možnosti uplatnenia sa vo svete práce

**Pozn: pred realizáciou profesijnej orientácie je potrebná žiadanka podpísaná zákonným zástupcom.**

**ADAPTAČNY PROGRAM – 4 hod. blok (stretnutia po dohode)**

**„Kto je kto v triede?“ – Adaptačný program pre 5.ročník ZŠ**

- adaptácia na nové podmienky v škole, v triede

- vytváranie tímu, empatia, ako spoznávať iných
- adaptácia na nových ľudí

### **STREDNODOBÉ PREVENTÍVNE PROGRAMY (5 – 8 stretnutí)**

#### **Ako predchádzať konfliktom**

- asertívne riešenie konfliktov, najčastejšie zdroje konfliktov medzi ľuďmi
- ukážky efektívnych spôsobov riešenia konfliktov
- zvládanie záťažových situácií

#### **Prevenca a eliminácia agresivity a šikanovania v školskom prostredí**

- čo je šikanovanie, príčiny šikanovania, prejavy šikanovania
- prevencia šikanovania, ozdravenie atmosféry a zlepšenie kvality vzájomných vzťahov v triede
- agresor verzus obeť

### **DLHODOBÉ PREVENTÍVNE PROGRAMY (9 a viac stretnutí)**

#### **Peer program (rovesnícky program)**

- formovanie pozitívnych postojov v skupine rovesníkov
- ovplyvňovanie ich správania v zmysle podpory zdravého spôsobu života
- správna organizácia kvalitného využívania voľného času