

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

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

**Hodnotová orientácia**

- poznanie seba samého

**Čo je závislosť a drogy?**

- úvod do drogovej problematiky

**Nie som ako ty!**

- prevencia rasizmu

**Ako hravo zvládnuť konflikty**

- komunikácia v konflikte

**Násilie a šikanovanie na školách**

- príčiny a prejavy šikanovania
- prevencia sociálno-patologických javov
- agresor verzus obeť

**Moderné komunikačné technológie a deti**

- prevencia ohrozenia detí vo virtuálnom svete

**Ja to dokážem**

- rozvoj sebadôvery dieťaťa, viera vo vlastné schopnosti pri dosahovaní cieľov
- rozvoj prosociálneho správania
- rozvoj empatie, spolupráce, etických noriem

**ADAPTAČNÝ PROGRAM – 3 hodinový blok (stretnutia po dohode)**

**„Poznáme sa? Zoznámme sa!“ – Adaptačný program pre 1.ročník ZŠ**

- adaptácia na nové podmienky v škole, v triede
- vytváranie novej skupiny

**KRÁTKODOBÉ PREVENTÍVNE PROGRAMY (2 - 4 stretnutia)**

**Filip a jeho dobrodružstvá**

- preventívny program zameraný na podporu zdravého životného štýlu, bezpečnosti a rozvoja sociálnych zručností u detí

**Čím chcem byť?**

- preventívny program zameraný na podporu osobnostného rozvoja, sebapoznávania a kariérneho orientovania detí

**Sebapoznanie a cesta za ním**

- kto som, aký som, prečo je to dôležité poznať

**Aby nám v triede bolo dobre...**

- blok prosociálnych aktivít

### **Prevenca rasovej neznášanlivosti**

- som inej farby, ale som človek

### **Nenič svoje múdre telo**

- formovanie pozitívneho postoja k zdravému telu a k zdravému životnému štýlu

### **Plávame na jednej lodi**

- verbálna, neverbálna komunikácia
- rešpektovanie sa navzájom

### **Ja a moje zdravie**

- čo je zdravie, ako predchádzať chorobám, posilnenie motivácie k dodržiavaniu hygienických návykov

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

### **Využitie skupinových foriem práce**

- súbor zážitkových aktivít a modelových situácií, ktoré pomáhajú žiakom uvedomiť si svoje kvality
- program zameraný na elimináciu a prevenciu sociálno-patologických javov so zameraním na prosociálne správanie, rozvoj a formovanie osobnosti

### **Ako si nenechať ubližovať**

- prevencia šikanovania
- kyberšikanovanie
- osvojenie si sociálnych zručností v prevencii šikanovania

### **Riešenie konfliktov formou zážitkových aktivít**

- zamyslieť sa nad koreňmi konfliktov
- poznávať seba samého
- uznať rozdielnosti

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

### **ZIPPYHO KAMARÁTI (24 stretnutí)**

Program učí deti:

- Ako identifikovať svoje pocity a hovoriť o nich
- Ako vyjadriť, čo chcú povedať
- Ako pozorne načúvať
- Ako požiadať o pomoc
- Ako vytvárať a udržiavať priateľstvá
- Ako sa vyrovnáť s osamelosťou a odmietnutím
- Ako sa ospravedlniť
- Ako sa vyrovnáť so šikanovaním
- Ako riešiť konflikty
- Ako sa vyrovnáť so zmenou a stratou, vrátane úmrtia
- Ako sa prispôbiť novým situáciám
- Ako pomáhať druhým

Program Zippyho kamaráti nehovorí deťom, čo majú robiť. Namiesto toho ich nabáda, aby prišli s vlastným riešením problémov. Deti sa učia vyberať riešenia, ktoré nielen pomôžu im, ale rešpektujú aj ostatných.