

PONUKA PREVENTÍVNYCH AKTIVÍT PRE MŠ, ZŠ, SŠ

Centrum poradenstva a prevencie Prievidzi ponúka v školskom roku 2025/2026 školám a školským zariadeniam vo svojej pôsobnosti preventívne či intervenčné programy určené pre deti v materských školách, žiakov základných a študentov stredných škôl, ako aj pedagogickým/odborným pracovníkom a školským podporným tímom.

Podľa novely Zákona č. 245/2008 o výchove a vzdelávaní (školský zákon), ktorá nadobudla účinnosť od 1. septembra 2024, vykonávajú **pedagogickí a odborní zamestnanci školy spolu so školskými podpornými tímami** činnosti súvisiace s univerzálnou a selektívnou prevenciou, teda s preventívnymi aktivitami na úrovni **prvého a druhého stupňa**. **V prípade, že v danej základnej škole/strednej škole nie je zriadený školský podporný tím, je možné zabezpečiť preventívne aktivity na týchto úrovniach prostredníctvom iných vhodných spôsobov alebo spolupráce.**

Centrum poradenstva a prevencie vykonáva podľa § 131 odsek (4) a (5) odbornú činnosť v súlade s výkonovými a obsahovými štandardmi výchovného poradenstva prostredníctvom podporných úrovní **tretieho a štvrtého stupňa**. Táto činnosť zahŕňa realizáciu selektívnej a indikovanej preventívnej činnosti, vrátane preventívnych programov na školách a v školských zariadeniach, ako aj sociálno-psychologický výcvik.

***Pozn.:** Vzhľadom na transformáciu poradenského systému a úrovně podpory pre žiakov, prosíme základné aj stredné školy okresu Prievidza, aby pri plánovaní preventívnych aktivít na svojich školách zohľadnili **počet** vypísaných Žiadostí o poskytnutie služieb z Ponukového listu. CPP prichádza do školy až v čase, keď je 1. a 2. úroveň podpory zo strany školy a školského podporného tímu nedostačujúca.*

PONÚKANÉ KRÁTKODOBÉ, STREDNODOBÉ A DLHODOBÉ PREVENTÍVNE ČINNOSTI A AKTIVITY:

BESEDY – ZÁŽITKOVÉ AKTIVITY

Rozsah: 1 x 90 minút (jedno stretnutie v priebehu dvoch vyučovacích hodín)

Majú informačný charakter, uskutočňujú sa jednorazovo, ich cieľom je oboznámenie sa s témou a informovanie o pozitívnych a negatívnych vplyvoch. Nemajú efekt na zmenu správania.

Témy
Podpora duševného zdravia (zdravý životný štýl)
Výchova k manželstvu a rodičovstvu / Sexuálna výchova
Šikana a kyberšikana
Empatia a asertivita
Prevenca užívania škodlivých návykových látok
Predchádzame segregácii a intolerancii
Adaptácia na strednú školu
Iné – podľa aktuálnych potrieb školy/triedy a dohody s CPP

SKUPINOVÁ PRÁCA SO ŽIAKMI

Ide o skupinovú aktivitu zážitkovou formou, stretnutia sú zamerané na sebaopoznávanie, sebarozvíjanie, na budovanie vlastných postojov a názorov, na zlepšenie sociálnej klímy v kolektíve, rešpekt a úctu voči sebe navzájom, lepšie vzájomné spoznávanie sa, na zlepšenie schopnosti riešenia konfliktov a motivovanie k preberaniu zodpovednosti za svoje činy. Cieľom skupinovej práce je dynamika skupiny, uvedomenie si svojich rolí a silných stránok v skupine rovesníkov, triedy či kolektívu.

Opakujúca sa aktivita, minimálne 3 x 90 minút (počet stretnutí podľa individuálnej dohody s triednym učiteľom, podľa potrieb skupiny).

Rozsah: 3 x 90 minút (minimálne 3 stretnutia v trvaní dvoch vyučovacích hodín)

Požiadavky na zabezpečenie zo strany školy: písomný informovaný súhlas zákonného zástupcu žiaka/študenta so skupinovými aktivitami <https://www.cpppap-pd.sk/inpage/skola-pz-oz/>, zoznam žiakov (meno, priezvisko, rodné číslo, adresa trvalého bydliska), miestnosť/trieda, kde sa dá sedieť v kruhu. Veľmi pozitívne vplýva aj **prítomnosť triedneho učiteľa**, prípadne školského psychológa či sociálneho pedagóga.

PREVENTÍVNE PROGRAMY

❖ Cesta k emocionálnej zrelosti

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 12- 15 rokov

Rozsah realizácie: 10 tém (počet stretnutí podľa dohody)

Popis programu: PP s cvičeniami a modelovými situáciami prispieva k postupnému uvedomovaniu si seba samého (sebauvedomeniu) a v nadväznosti na to ku skupinovému prežívaniu najpodstatnejších znakov emocionálnej zrelosti.

❖ Kozmo a jeho dobrodružstvá

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 4-7 rokov

Rozsah realizácie: 10 modulov (počet stretnutí podľa dohody)

Popis programu: PP vedie deti hravým spôsobom k empatii, vzájomnej spolupráci a rozvíja ich emocionálnu inteligenciu. Je budovaný na filozofii nenásilnej komunikácie, ktorá nikomu neublíži, neškátkuje a nikoho nestavia do role obeť ani agresora. Cez postavičku kozmonauta Kozma sa deti učia rozpoznávať nevhodné správanie. Ide o pôvodný slovenský preventívny program, ktorého autorom je Centrum Slniečko n. o.

❖ Vieme že

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 13-17 rokov

Rozsah realizácie: 5 – 10 stretnutí podľa potreby (minimálne 5 krát 90 minút)

Popis programu: PP boja proti zlu, násiliu, závislostiam, predsudkom, rasizmu a neproduktívnemu spôsobu života.

❖ Druhý krok

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 1.-3. ročník ZŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby a veku detí (možnosť 10 stretnutí)

Popis programu: PP je zameraný na 3 hlavné okruhy: nácvik empatie, ovládanie impulzivnosti a riešenia problémov a zvládanie hnevu. V rámci empatie sa žiaci učia rozpoznávať svoje emócie a emócie druhých ľudí. V druhej časti sa učia svoje emócie ovládať (napr. impulzivnosť, agresivitu) a v neposlednom rade ako zvládať hnev bez toho, aby ubližovali okoliu.

❖ Zippyho kamaráti

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 5 – 7 rokov

Rozsah realizácie: podľa potreby a veku detí (možnosť realizácie počas celého školského roku, 24 lekcií)

Popis programu: Program Zippyho kamaráti pozostáva zo šiestich modulov, každý modul má svoj vlastný príbeh. Zippy je lúčny koník a kamaráti sa so skupinou chlapcov a dievčat. Príbehy ukazujú, ako hlavné postavy čelia problémom, ktoré sú známe malým deťom – kamarátstvo, strata kamarátov, šikana, riešenie zmeny a straty, aj ako začať znovu. Každý príbeh je ilustrovaný farebnými obrázkami a spretrený aktivitami, ako je kreslenie, hranie rolí a rôzne

iné hry. Celý program bol špeciálne navrhnutý pre päť až sedemročné deti. Prev. program je zameraný na rozvoj sociálnych zručností.

❖ Kamaráti Jabĺčka

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 8 – 10 rokov

Rozsah realizácie: podľa potreby a veku detí (možnosť realizácie počas celého školského roku, 24 lekcií)

Popis programu: Ide o voľné pokračovanie programu Zippyho kamaráti. Je určený pre deti vo veku 8-10 rokov a pomáha deťom upevniť nadobudnuté vedomosti.

❖ Prevenca šikanovania na I. stupni ZŠ

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 1.-4. ročník ZŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 x 90 minút)

Popis programu: PP je špeciálnym programom vytvoreným OZ CPP pre skupinu detí v triede, kde sa už isté znaky šikanovania prejavujú.

❖ Prevenca šikanovania na II. stupni

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 5.-9. ročník ZŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 x 90 minút)

Popis programu: PP je špeciálnym programom vytvoreným OZ CPP pre skupinu detí v triede, kde sa už isté znaky šikanovania prejavujú.

❖ Program zlepšenia sociálnej klímy v triednom kolektíve

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 10 - 18 rokov

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 x 90 minút)

Popis programu: PP predstavuje súbor viacerých stretnutí so zážitkovými aktivitami, ktorých cieľom je zlepšenie sociálnej klímy v triede. Realizuje sa v triedach, kde sa už vyskytli problémy (napr. výrazne hlučná trieda, nespolupracujúca trieda, časté konflikty medzi žiakmi...).

❖ Chut' žiť

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 2. stupeň ZŠ, pre 1. a 2. ročník SŠ

Rozsah realizácie: minimálne 5 stretnutí (5 x po 60 minút)

Popis programu: Program sa skladá z 5 tematických modulov a úvodnej a záverečnej hodiny, ktorých súčasťou je diskusia, reflexia aj evaluácia. Metodiku programu vytváral tím odborníkov na základe moderných poznatkov o efektívnej prevencii porúch príjmu potravy – metodika adresuje rizikové faktory podporujúce vznik ochorenia a zároveň sa zameriava na posilňovanie protektívnych faktorov a zdrojov mladých ľudí tak, aby mali žiaci a žiačky vedomosti a nástroje, ktoré môžu dlhodobo používať.

❖ **Preventívny program zameraný na prevenciu pred obchodovaním s ľuďmi**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 8. a 9. ročník ZŠ, pre SŠ

Rozsah realizácie: minimálne 3 stretnutia (3 x po 90 minút)

Popis programu: Ide o vzdelávacie aktivity o rizikách obchodovania s ľuďmi, princípoch bezpečného cestovania a zásadách zodpovedného nakupovania. Obsahuje prehľad o problematike obchodovania s ľuďmi a konkrétne skupinové aktivity, ktoré môžete využiť v informovaní a vo vzdelávaní mládeže, ako sa nestáť obeťou obchodovania s ľuďmi.

❖ **Program riešenia konfliktných sociálno – patologických javov v triednom kolektíve**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: ZŠ, SŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 krát 90 minút)

Popis programu: je špecifickým programom, ktorý vytvára priestor na prácu s konfliktmi, s agresívnym reagovaním a s udrжанím pozornosti v prípade, keď je spúšťačom nežiadúceho správania skupina detí.

❖ **Preventívny program zameraný na zdravý životný štýl a primárnu prevenciu pred závislosťami**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 2. – 3. ročník ZŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 x po 90 minút)

Popis programu: Cieľom programu je prezentovať výchovu k zdravému životnému štýlu prostredníctvom edukačných aktivít, čím sa vytvára priestor pre poznávanie samého seba a svojich potrieb (čo je pre telo vhodné a čo nie), získavanie poznatkov o zdravom životnom štýle, podporovanie a rozvíjanie vhodných hodnôt a postojov zdravého spôsobu života, podporovanie ochrany svojho zdravia a zdravia iných, taktiež získanie základných poznatkov o drogách a ochrane pred ich vplyvom, riešenie modelových situácií ohrozujúcich zdravie a v neposlednom rade prostredníctvom zážitkovej činnosti rozvíjať osobnosť dieťaťa.

❖ **Preventívny program zameraný na rizikové správanie dospievajúcich vo vzťahu k sebaoponímaniu a body imidžu**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 7. – 9. ročník ZŠ, pre 1. a 2. ročník SŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 2 stretnutia (2 x po 90 minút)

Popis programu: Prostredníctvom preventívneho programu je možné sebakúsenosťou a edukatívnou formou pozitívne vplývať na budovanie zdravého sebaobrazu účastníkov a pozitívneho vnímania svojho tela. Ďalším cieľom je podpora kritického myslenia, čo podporí dospievajúcich byť viac kritickí voči tým aspektom, ktoré môžu negatívne vplývať na ich sebaoponímanie a body imidžu.

❖ **Adaptačno-preventívny program zameraný na predchádzanie šikanovaniu „Sme spolu a spolu sa akceptujeme“**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 5. – 7. ročník ZŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 x po 90 minút)

Popis programu: Hlavnou myšlienkou preventívneho programu je definovať ubližovanie, vymenovať jednotlivé znaky ubližovania/šikanovania, poznať možnosti ochrany proti šikanovaniu, prevziať zodpovednosť za svoje správanie a vedieť vyjadriť svoj postoj k šikanovaniu.

❖ **Program podľa aktuálnej potreby, požiadavky školy, „šitý“ priamo na danú skupinu**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: ZŠ, SŠ

Rozsah realizácie: podľa potreby najmenej 3 stretnutia (3 krát 90 minút)

Uvedené programy majú dva pôsobiace faktory:

Univerzálny – pôsobiaci v smere posilňovania vlastných osobnostných kapacít,

Špecifický – pôsobiaci v smere posilňovania kognitívno – behaviorálnych stratégií v oblastiach, na ktoré je program zameraný.

❖ **Program prevencie porúch príjmu potravy**

Forma realizácie: skupinová

Veková kategória: 8. – 9. roč. ZŠ, SŠ

Rozsah realizácie: 7 stretnutí (rozsah jedného stretnutia je 100 minút)

Popis programu: Je metodologicky postavený na komplexnom, holistickom uchopení problematiky porúch príjmu potravy. Päť zo stretnutí je tematicky zameraných na moduly práce so žiakmi a žiačkami a 2 stretnutia slúžia na otvorenie, uzatvorenie programu a jeho evalváciu.

Objednať preventívne aktivity je možné celoročne prostredníctvom **Žiadosti školy, školského zariadenia o poskytnutie služby z ponukového listu CPP** (príloha 1). Žiadosť je možné odovzdať osobne, odoslať poštou alebo mailovou formou na mail: bartova@cpp-pd.sk, tel.: [046/5199516](tel:0465199516)

Pozn.: Na jedno tlačivo žiadosti je možné uviesť iba jeden typ preventívnej aktivity, aj v prípade, že sa o jej realizáciu žiada pre viacero tried.

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

V prípade výskytu mimoriadnych a závažných udalostí (prírodné katastrofy, násilné incidenty, úmrtie člena školského spoločenstva (žiaka alebo učiteľa)), je možné realizovať odbornú krízovú intervenciu v školskom prostredí. Táto služba je štandardne plánovaná na tretí až štvrtý deň po udalosti, čím sa vytvára priestor na základnú stabilizáciu situácie a koordináciu potrebných krokov. Vzhľadom k uvedenému odporúčame, aby mala každá základná či stredná škola vypracovaný a dostupný *Krízový intervenčný plán*.

Krízová intervencia má podobu cieleného odborného zásahu, ktorý je zameraný na:

- koordinovanú spoluprácu s intervenčným (podporným) tímom školy,
- prácu so žiakmi v triedach a malých skupinách,
- psychoedukačné aktivity pre rodičov, pedagogický zbor a širšiu komunitu,
- efektívne využitie médií a komunikácie počas krízovej situácie.

Intervencia po samovražednom pokuse alebo dokonanej samovražde

V prípadoch samovražedného správania (vrátane pokusu alebo dokonanej samovraždy) žiaka alebo zamestnanca školy sa realizuje špecializovaná forma krízovej intervencie. Odporúčaný časový rámec je tretí až štvrtý deň po udalosti, pričom cieľom je odborne spracovať situáciu v kolektíve, minimalizovať riziko imitácie (tzv. Wertherov efekt) a ochrániť psychické zdravie zúčastnených.

Intervencia zahŕňa:

- skupinovú prácu so žiakmi, pedagógmi a zákonnými zástupcami,
- podporu bezpečnej atmosféry v škole,
- prevenciu retraumatizácie a ďalšieho rizikového správania.

Postup objednania intervencie

V prípade potreby krízovej intervencie je nevyhnutné kontaktovať naše CPP bezodkladne – najlepšie telefonicky alebo písomne prostredníctvom **Žiadosti školy, školského zariadenia o poskytnutie služby z ponukového listu CPP**. Vzhľadom na náročnosť prípravy a logistické zabezpečenie je nutné rezervovať si minimálne **dvojdňový prípravný čas**, aby intervencia mohla prebehnúť efektívne a v odporúčanom termíne (3. – 4. deň po udalosti).

KOORDINÁTORKY PRE KRÍZOVÚ INTERVENCIU V CPP PRIEVIDZA:

Mgr. Eva Bartová – bartova@cpp-pd.sk

PhDr. et. PaedDr. Barbora Katrenčíková – katrencikova@cpp-pd.sk
