

PONUKA WORKSHOPOV, PREDNÁŠOK a AKTIVÍT pre žiakov a žiačky stredných škôl v Banskobystrickom kraji v školskom roku 2021/2022

Verzia september 2021



Vážený pán riaditeľ, vážená pani riaditeľka, vážení pedagógovia,

dovoľujeme si Vám a Vaším žiakom ponúknuť nové aktivity, ktoré môžete využiť vo Vašom výchovno-vzdelávacom procese. Tieto aktivity môžu byť doplnením či spestrením vyučovania, je možné ich využiť ako suplované hodiny, prípadne ich môžete zaradiť ako mimoškolské vzdelávacie aktivity na rozvoj osobnosti Vašich žiakov a žiačok. Sú bezplatné a možno ich uskutočniť na Vašej škole alebo v našich priestoroch.

V prípade záujmu prosíme oslovte kontaktnú osobu, pracovníka CVČ, s ktorým dohodnete termín a podmienky aktivity.

Tešíme sa na stretnutie s Vami a Vašími žiakmi.

WORKSHOPY s interaktívnymi metódami	strana
Prevenia sociálno-patologických javov	2
Osobnostný rozvoj	3
Občiansky a spoločenský rozvoj	5
Náučno-poznávacie a zábavné aktivity	5
Športové inovatívne aktivity	7
Rozvoj triednych kolektívov a Žiackych školských rád	9
OCEP – Program olympijskej kultúry a vzdelávania	10
PREDNÁŠKY s interaktívnymi metódami	11
ONLINE aktivity	13
KONTAKTY	13

WORKSHOPY s interaktívnymi metódami a aktivitami

PREVENCIA SOCIÁLNO-PATOLOGICKÝCH JAVOV

HOVORME O INKLÚZII

CIEĽ: Poznať pojem inklúzia, uvedomiť si odlišnosti rovesníkov v spoločnosti a prostredníctvom tohto poznania zvyšovať toleranciu, rešpekt, empatiu a porozumenie v školskom kolektíve, vo svojej komunite a v spoločnosti.

METÓDY: práca v skupinách, individuálna práca, reflexia, diskusia, aktivity

ROZSAH: 90 minút

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Týmto poznaním podporíme u mladých ľudí odbúranie prejavov diskriminácie, odbúranie predsudkov a stereotypov voči inakosti rovesníkov. Zároveň podporíme vnímanie jedinečnosti každého mladého človeka cez jeho silné stránky. Workshop o inklúzii prispeje k vzdelávaniu uvedenej témy v širšej verejnosti. **Workshop je v ponuke od 1. 12. 2021. Možnosť facilitovať online.**

FACILITUJE: Mgr. Gabriela Selecká



INTERNET - DOBRÝ RADCA ČI ZLÝ PÁN?

CIEĽ: Rozšíriť vedomosti o kyberšikanovaní, vyvolať emocionálny zážitok prostredníctvom aktivít zameraných na tému kyberšikanovania, pochopiť prežívanie a správanie obete kyberšikanovania a/alebo sexuálneho obťažovania cez internet.

METÓDY: brainstorming, skupinová práca, premietanie filmu, diskusia, hranie rolí

ROZSAH: 120 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Žaneta Bursová



MÝTY A FAKTY... prečo často veríme neovereným informáciám

CIEĽ: uvedomovať si dôležitosť vzdelania, kritického myslenia a vnútornej integrity; uvedomovať si rozdiely medzi dezinformáciami, predsudkami a faktami; poznať nástroje a prístupy overovania si informácií; uvedomovať si, ako to, čomu veríme, ovplyvňuje náš život a svet

METÓDY: prezentácia informácií, video, diskusia, individuálna a skupinová práca

ROZSAH: 45 – 120 minút, podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: pre max. 25 člennú skupinu od 16 rokov, **možnosť facilitovať online**

FACILITUJE: Ing. Ondrej Strnád



NACIONALIZMUS – cesta porozumenia či násilia?

CIEĽ: chápať odlišnosť občianskeho vlastenectva od extrémnych foriem nacionalizmu, vnímať formy a následky extrémneho nacionalizmu, chápať dôležitosť občianskych princípov a ľudských práv pre mier a prosperitu spoločnosti, vnímať formy a následky radikalizácie, extrémneho nacionalizmu, fašizmu a podobných javov

METÓDY: prednáška, prípadová štúdia, skupinová práca, diskusia

ROZSAH: 60 – 120 minút, podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: pre max. 25 člennú skupinu od 17 rokov

FACILITUJE: Ing. Ondrej Strnád



NIKTO NIE JE NA PREDAJ

CIEĽ: Oboznámiť sa s mechanizmom a charakteristickými znakmi obchodovania s ľuďmi. Prostredníctvom interaktívnych aktivít sa dozvedieť ako predchádzať riziku stať sa obchodovanou osobou. Vedieť ako sa správať a kde hľadať pomoc, ak sa stanete obeťou.

METÓDY: premietanie filmu, diskusia, práca v menších skupinách.

ROZSAH: 90 – 120 minút, podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Žaneta Bursová



TOLERANCIA OKOLO NÁS

CIEĽ: Oboznámiť sa s pojmami multikultúrnej výchovy. Uvedomiť si, že základom netolerancie sú naše predsudky a nerešpektovanie rozdielov medzi predstaviteľmi rôznych sociálnych (etnických) skupín. Rozvíjať tolerantný postoj.

METÓDY: brainstorming, diskusia, práca v skupinách

ROZSAH: 90 – 120 min, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



OSOBNOSTNÝ ROZVOJ

KONFLIKTY V ŠKOLSKOM PROSTREDÍ **NOVINKA**

CIEĽ: Pochopiť pojem konflikt. Žiaci dokážu lepšie emočne spracovať a zvládnuť konfliktné situácie, budovať osobnú odolnosť, pochopiť priebeh konfliktu – jeho objektívne aj subjektívne prvky, voľbu stratégií a samotného procesu riešenia konkrétnych životných situácií v školskom prostredí.

METÓDY: prezentácia informácií, diskusia, individuálna a skupinová práca

ROZSAH: 60 – 90 minút, podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: pre max. 25 člennú skupinu, 1. a 2. ročník SŠ,

Workshop je v ponuke od 1. 1. 2022.

FACILITUJE: Mgr. Jana Hrabovská



EDUKAČNÝ PROGRAM OLYMPIJSKEJ VÝCHOVY

CIEĽ: Prostredníctvom kontextu olympijských športov a kľúčových hodnôt olympizmu rozvinúť pozitívne morálno-etické vlastnosti.

METÓDY: práca v skupinách, individuálna práca, reflexia, diskusia, aktivity

ROZSAH: 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: OVEP (Olympic Values Education Programme) je voľne dostupný výukový program vytvorený Medzinárodným olympijským výborom. Program zdôrazňuje prínosy športu a fyzickej aktivity, ktoré sú integrálnou súčasťou filozofie olympizmu a ich vplyv na zdravie, radosť a spoločenskú prospešnosť každého jednotlivca. Workshop ponúkame v spolupráci so Slovenským olympijským a športovým výborom.

Viac info: <https://www.olympic.sk/ovep>

FACILITUJE: Mgr. Julián Krull, PhD.



OBJAV SVOJ TALENT (celodenný workshop)

CIELE: spoznať svoje silné a slabé stránky; spoznať hodnoty, ktoré sú pre účastníkov dôležité; oboznámiť sa s osobným plánovaním a námetmi na plánovanie osobnostného rozvoja, či budúcnosti; uvedomenie si dôležitosti tímovej práce najmä v pracovnom živote; oboznámenie sa s tipmi ako uspieť na pracovnom pohovore, ako napísať netradičný životopis či motivačný list, vyhľadávať prácu v modernom svete

ROZSAH: 5 vyučovacích hodín, počet účastníkov: 25, vhodné pre zmiešané skupiny, t. j. žiaci z rôznych tried a ročníkov. **Vzhľadom na situáciu s COVID – 19 sa môže workshop realizovať po zrušení zákazu kontaktu žiakov rôznych tried.**

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Mgr. Žaneta Bursová



AKO KOMUNIKUJEME?

CIEĽ: Prakticky si vyskúšať rôzne spôsoby komunikácie, spoznať čo všetko tvorí a ovplyvňuje našu komunikáciu, pochopiť príčiny vzniku bariér v komunikácii.

METÓDY: brainstorming, diskusia, zážitkové a interaktívne metódy

ROZSAH: 90 - 120 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



NEVERBÁLNA KOMUNIKÁCIA, REČ TELA

CIEĽ: Poznať dôležitosť neverbálnej komunikácie a reči tela v prejave človeka. Rozlíšiť stimuly a bariéry neverbálnej komunikácie a reči tela vo vzájomnej komunikácii.

METÓDY: brainstorming, diskusia, skupinová práca, lámače ľadov

ROZSAH: 90 - 120 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



NFV – SKRATKA ALEBO VÝZVA

CIEĽ: Zažiť aktivity neformálneho vzdelávania (NFV), pochopiť prínos neformálneho vzdelávania pre osobnostný rast mladého človeka, oboznámiť sa s aktuálnymi príležitosťami neformálneho vzdelávania (rôzne ponuky aktivít NFV).

METÓDY: brainstorming, diskusia, zážitkové a interaktívne metódy

ROZSAH: 90 - 120 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



ŠKOLA KONČÍ, PRÁCA VOLÁ...alebo ako úspešne zvládnuť pracovný pohovor

CIEĽ: poskytnúť praktické rady na prípravu k pracovnému pohovoru, vedieť ako napísať životopis, motivačný list, vedieť sa pripraviť na rôzne druhy pohovorov, ovládať pravidlá business etikety...

METÓDY: prezentácia, diskusia, práca so životopisom a motivačným listom

ROZSAH: 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: vhodné pre žiakov 3. a 4. ročníkov SŠ

FACILITUJE: Mgr. Žaneta Bursová



OBČIANSKY A SPOLOČENSKÝ ROZVOJ

ABECEDA GENERÁCIÍ...dôvody rozdielov a ne/porozumenia medzi generáciami

CIEĽ: Chápať pojem generácia, porozumieť rozdielnosti generácií, uvedomovať si nutnosť a príčiny rozdielov, oceňovať generačné rozdiely v nazeraní na svet.

METÓDY: prezentácia informácií, video, diskusia, individuálna a skupinová práca

ROZSAH: 2 vyučovacie hodiny, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: workshop je **vhodný aj pre pedagógov, možnosť facilitovať online**

FACILITUJE: Ing. Ondrej Strnád



DOBROVOĽNÍCTVO – skúsenosť na nezaplatenie

CIEĽ: Spoznať dobrovoľníctvo ako nástroj pozitívnej zmeny a zároveň zdroj cenných skúseností pre život. Uvedomiť si hodnotu dobrovoľníckych aktivít pre mladých ľudí a spoločnosť. Oboznámiť sa s prínosom dobrovoľníctva pre budúce zamestnanie, štúdium, cestovanie či podnikanie.

METÓDY: diskusia, prezentácia informácií, individuálna a skupinová práca, rolové hry, rozprávanie

ROZSAH: 45 – 120 minút, podľa dohody

FACILITUJE: Ing. Ondrej Strnád



NÁUČNO-POZNÁVACIE A ZÁBAVNÉ AKTIVITY

NAJLEPŠÍ „SLOVENČINÁR / SLOVENČINÁRKA“ TRIEDY **NOVINKA**

CIEĽ: Preopakovať a precvičiť si učivo, resp. dozvedieť sa niečo nové zo slovenského jazyka a literatúry.

METÓDY: test zo slovenského jazyka a literatúry (individuálna práca žiaka)

ROZSAH: 2 vyučovacie hodiny (1. hodina písanie testu, 2. hodina vyhodnotenie)

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Vhodné pre kolektívy tried žiakov 1. až 2. ročníka gymnázií a SŠ.

Po vyhodnotení testov bude vyhlásený **NAJLEPŠÍ „SLOVENČINÁR/SLOVENČINÁRKA“ TRIEDY**, ktorý bude odmenený malou odmenou.

FACILITUJE: Mgr. Jana Hrabovská



KADE – TADE PO BYSTRICI...

CIEĽ: Spoznať najzaujímavejšie miesta historického centra Banskej Bystrice, prejsť trasu Barbakan – Matejov dom - Lazovná ulica – Horná Strieborná ulica – Námestie SNP a Areál Pamätníka SNP. Dozvedieť sa informácie o pamiatkach na uvedenej trase.

METÓDY: exkurzia, výklad, súťaž – kvíz, hra

ROZSAH: 120 min, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: V prípade záujmu sa môže po prehliadke uskutočniť kvíz o Banskej Bystrici. Aktivita môže byť súčasťou poznávania mesta pre nových žiakov na SŠ v Banskej Bystrici, alebo súčasťou exkurzie/výletu do Banskej Bystrice aj pre žiakov z iných okresov BBSK.

FACILITUJE: Mgr. Gabriela Selecká



MEDIÁLNA VÝCHOVA

CIEĽ: Pochopiť základné pojmy: mediálna výchova, mediálne kompetencie, reklama a slogan. Pochopiť rozdiel ako pracujú seriózne médiá a bulvár. Vytvoriť krátky reklamný text na základe vylosovaného obrázka, vytvoriť reklamný slogan, priradiť konkrétny reklamný slogan k danej reklame.

METÓDY: brainstorming, skupinová práca, krátke teoretické vstupy, prezentácia, aktivity

ROZSAH: jedna, resp. dve vyučovacie hodiny, max. 25 žiakov

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Vhodné pre 1. a 2. ročník SŠ.

FACILITUJE: Mgr. Jana Hrabovská



KVÍZ MAJSTER

CIEĽ: Rozšírenie všeobecného prehľadu žiakov z rôznych oblastí kultúrneho a spoločenského života prostredníctvom kvízových otázok.

METÓDY: práca v skupinách

ROZSAH: 60 - 90 minút

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Vyskúšajte poznatky svojich žiakov v zábavnom kvíze určenom pre celú triedu, v ktorom budú v družstvách hľadať správne odpovede v niekoľkých súťažných kolách, napr. obrázkové, hudobné, doplňovacie. Aktivita má zábavno-náučný charakter a možno ju využiť v prípade náhradného vyučovania.

FACILITUJE: Mgr. Žaneta Bursová



VIEŠ, NEVIEŠ? – zábavno-vedomostný kvíz

CIEĽ: Rozšírenie všeobecného prehľadu účastníkov z rôznych oblastí – história, geografia, chémia, biológia, jazyky, hudba, šport... prostredníctvom kvízových otázok v štyroch kolách – obrázkové, doplňovacie, hudobné, výber odpovedí.

METÓDY: práca v skupinách, súťaž, kvíz

ROZSAH: 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Aktivita má zábavno-náučný charakter, žiaci súťažajú v družstvách, družstvá odpovedajú písomne na vopred pripravené otázky.

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



ŠPORTOVÉ INOVATÍVNE AKTIVITY

ATLETICKÉ CVIČENIA PRE SŠ

NOVINKA

CIEĽ: Základná pohybová príprava vo vybraných atletických disciplínach.

METÓDY: praktické ukážky, napodobňovanie, demonštrácia

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Eva Murková



KOMPENZAČNÉ CVIČENIA PRI BEŽNÝCH ČINNOSTIACH

NOVINKA

CIEĽ: Odstránenie nesprávnych pohybových vzorov pomocou jednoduchých cvičení. Dosiahnutie stabilizácie pohybového aparátu počas bežných denných činností.

METÓDY: praktické ukážky, napodobňovanie, demonštrácia

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Ján Tomko



CVIČENIA PRE ZDRAVÝ CHRÁT

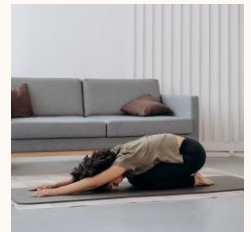
NOVINKA

CIEĽ: Praktické ukážky cvičebnej zostavy zameranej na uvoľnenie chrbtového svalstva.

METÓDY: demonštrácia, praktické ukážky

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Ján Tomko



POHYBOVÁ PRÍPRAVA VO VÝUČBE TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVY NA SŠ

CIEĽ: Identifikácia najčastejších chýb pri vyučovaní pohybových schopností žiakov a žiačok SŠ a ich následné odstraňovanie.

METÓDY: praktické ukážky, napodobňovanie, demonštrácia

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

FACILITUJE: Mgr. Eva Murková



ANTIDOPINGOVÉ VZDELÁVANIE V PRAXI

CIEĽ: Získanie uceleného prehľadu o vývoji dopingu a antidopingu vo svete, ale aj na území Slovenska. Oboznámenie sa s definíciou dopingu, so stručným zhrnutím ako sa doping, resp. antidoping vo svete vyvíjal.

METÓDY: prednáška, prezentácia, diskusia

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Tento workshop sa realizuje v spolupráci s Antidopingovou agentúrou Slovenskej republiky. Uvedená téma posúva riešenia problematiky do nižších vekových kategórií. Poukazuje

na skutočnosti, ako je objasňovanie problematiky dopingu v športe pre neregistrovaných rekreačných športovcov, problematiku užívania výživových doplnkov a konzumáciu

energetických nápojov mladými ľuďmi. Daná téma podporí verejné zdravie mladej generácie.

FACILITUJE: Mgr. Ján Tomko



PANNA - FOOTBALL

CIEĽ: Realizovať ukážky športovej hry PANNA - FOOTBALL, prípadne poskytnúť pomoc pri organizovaní turnajov tejto hry.

METÓDY: demonštrácia, ukážka hry, napodobňovanie

ROZSAH: cca 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: ukážka športu na <https://youtu.be/c-81PHUydMQ?t=116>

FACILITUJE: Mgr. Julián Krull, PhD.



SPIKEBALL

CIEĽ: Realizovať ukážky športovej hry SPIKEBALL, prípadne poskytnúť pomoc pri organizovaní turnajov tejto hry.

METÓDY: demonštrácia, ukážka hry, napodobňovanie

ROZSAH: cca 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: ukážka športu na <https://www.youtube.com/watch?v=mo4qTH-VYGM>

FACILITUJE: Mgr. Julián Krull, PhD.



KIN-BALL

CIEĽ: Realizovať ukážky športovej hry Kin-Ball, prípadne poskytnúť pomoc pri organizovaní turnajov tejto hry.

METÓDY: demonštrácia, ukážka hry, napodobňovanie

ROZSAH: cca 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: ukážka športu: https://www.youtube.com/watch?v=PvIrLdHpY_U

FACILITUJE: Mgr. Julián Krull, PhD.



FOOTDARTS

CIEĽ: Realizovať zábavné hry s využitím nafukovacieho terča FOOTDARTS, prípadne poskytnúť pomoc pri organizovaní turnajov tejto hry.

METÓDY: demonštrácia, ukážka hry, napodobňovanie

ROZSAH: cca 90 minút, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: ukážka športu na <https://www.youtube.com/watch?v=0xEiujjFMzc>

FACILITUJE: Mgr. Julián Krull, PhD.



ROZVOJ TRIEDNYCH KOLEKTÍVOV A ŽIACKYCH ŠKOLSKÝCH RÁD

DEŇ SO ŽIACKOU RADOU

CIEĽ: Oboznámiť sa s agendou a možnosťami žiackej školskej rady (ŽŠR), úlohami a rolami koordinátora ŽŠR – pedagóga. Zistiť situáciu v rade na škole, metodicky usmerniť jej činnosť a poskytnúť návody na efektívnu prácu v ŽŠR.

METÓDY: práca v skupinách, individuálna práca, diskusia, krátke teoretické vstupy, prezentácia

ROZSAH: 5 hodín, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Aktivita vhodná pre kolektív žiackej školskej rady na strednej škole.

Aktivitu je možné realizovať aj online, s členmi a koordinátorom ŽŠR, časová dotácia online aktivity je 3 hodiny, príp. podľa dohody.

FACILITUJE: Mgr. Gabriela Selecká



SPOZNAJME SA – adaptačno-zoznamovacie stretnutie

CIEĽ: Lepšie sa spoznať v novom triednom kolektíve, zažiť spoločne iné situácie než na vyučovacích hodinách. Posilniť triedny kolektív neformálnymi aktivitami, zapojiť triedneho učiteľa do vybraných aktivít, uľahčiť žiakom prechod zo ZŠ na SŠ.

METÓDY: brainstorming, diskusia, zoznamovacie aktivity, rolové hry, tímové aktivity

ROZSAH: minimálne 4 hodiny, podľa dohody aj dlhšie

FACILITUJE: Mgr. Zlata Trubanová



TEAMWORK „1 + 1 = 3“

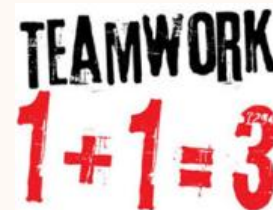
CIEĽ: Zažiť tímové aktivity s následnou aplikáciou zážitku a teórie v praxi – v žiackej školskej rade alebo v triednom kolektíve.

METÓDY: individuálna a skupinová práca, diskusia, brainstorming, krátke teoretické vstupy, aktivity

ROZSAH: 5 hodín, príp. podľa dohody

ĎALŠIE INFORMÁCIE: Aktivita vhodná aj pre kolektív žiackej školskej rady na SŠ, ale aj pre triedne kolektívy.

FACILITUJE: Mgr. Gabriela Selecká



OCEP - Program olympijskej kultúry a vzdelávania (OCEP - Olympic Culture Education Programme)

NOVINKA

V spolupráci so Slovenským olympijským a športovým výborom ponúkame unikátny celoročný program zameraný na vzdelávanie mládeže prostredníctvom športových, vzdelávacích a kultúrnych aktivít a zdieľanie poznatkov medzinárodnou výmenou informácií medzi partnerskými školami.

OCEP propaguje oblasť kultúry a športu medzi európskymi krajinami prostredníctvom vzdelávania mládeže o olympijských hodnotách a spája mladých ľudí naprieč Európou.



METÓDY: práca v skupinách, individuálna práca, reflexia, diskusia, aktivity, medzinárodná výmena informácií.

HARMONOGRAM:

Registrácia a výber partnerských škôl	(október 2021)
Vzdelávacie aktivity	(október 2021 – jún 2022)
Vylosovanie partnerských škôl zo zahraničia	(január 2022)
Komunikácia medzi partnerskými školami	(marec – máj 2022)
Príprava výstavných pavilónov OCEP	(jún 2022)
EYOF 2022	(25. – 29. júl 2022)
Najaktívnejšia škola – cesta do Lausanne – MOV, Olympijské múzeum	

KONTAKTNÁ OSOBA: Mgr. Julián Krull, PhD.

PREDNÁŠKY s interaktívnymi metódami a aktivitami

facilituje PhDr. Ľuba Danková



KRITICKÉ MYSLENIE

CIEĽ: Zlepšiť si kritické myslenie, precvičiť si reagovanie v rôznych situáciách, pochopiť hodnoty zmysluplného života, naučiť sa robiť lepšie rozhodnutia...

METÓDY: prezentácia, brainstorming, diskusia, individuálna práca, aktivity

ROZSAH: 45 – 90 minút, príp. podľa dohody

KOMUNIKAČNÉ ZRUČNOSTI – VERBÁLNA A NEVERBÁLNA KOMUNIKÁCIA

CIEĽ: Uvedomiť si komunikáciu ako prejav správania sa človeka. Prakticky si vyskúšať rôzne komunikačné polohy i bariéry v komunikácii. Názočne si vysvetliť porozumenie komunikácii, úrovne, druhy, štruktúry komunikácie. Teoretické vysvetlenie reči tela a následné praktické ukážky a vysvetlenie rôznych neverbálnych signálov tela.

METÓDY: prezentácia, diskusia, zážitkové a interaktívne metódy, test signálov tela

ROZSAH: 90 - 120 minút, príp. podľa dohody

ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL - PORUCHY PRÍJMU POTRAVY

CIEĽ: Správne pochopiť pojem „Zdravý životný štýl“. Vysvetliť pojem psychohygiena, naučiť sa zásadám zdravého stravovania, uvedomiť si dôležitosť pohybu a duševného zdravia, poukázať na poruchy príjmu potravy a ich vplyv na organizmus.

METÓDY: prezentácia, diskusia, individuálna a skupinová práca, kvíz

ROZSAH: 45 – 90 minút, príp. podľa dohody

ZDRAVIE A POČÍTAČ – OCHRANA ZDRAVIA

CIEĽ: Uvedomiť si hodnotu zdravia. Vedieť minimalizovať nepriaznivé vplyvy na zdravie pri práci na počítači, notebooku, či pri používaní mobilu.

METÓDY: prezentácia, diskusia, názorné ukážky

ROZSAH: 45 minút, príp. podľa dohody

DROGY, ALKOHOL, FAJČENIE

CIEĽ: Pochopiť základné pojmy: droga, toxikománia, drogová závislosť, abstinčný syndróm, tolerancia. Typológia drog – drogy, alkohol, cigarety, riziká a účinky užívania drog, drogová legislatíva, drogová prevencia.

METÓDY: prezentácia, diskusia, názorné a filmové ukážky

ROZSAH: 45 – 90 minút, príp. podľa dohody

ŠIKANOVANIE

CIEĽ: Vedieť rozlíšiť hranicu medzi žartom a šikanovaním. Spoznať druhy, znaky, vývojové stupne šikanovania. Pochopiť problémy v správaní sa agresora a prežívanie obete šikanovania. Návody, ako sa brániť pred šikanovaním, ako zvládať agresivitu, kde hľadať pomoc. Šikanovanie a zákon.

METÓDY: prezentácia, diskusia, test trestnoprávnej zodpovednosti v súvislosti so šikanovaním

ROZSAH: 45 – 60 minút, príp. podľa dohody

NE/BEZPEČNÝ INTERNET - KYBERŠIKANOVANIE

CIEĽ: Osvojiť si zručnosti správneho používania počítača a internetu. História internetu, výhody a nevýhody internetu, závislosti a riziká sociálnych sietí, ochrana osobných údajov, kyberšikanovanie.

METÓDY: prezentácia, diskusia, film

ROZSAH: 45 – 60 minút, príp. podľa dohody

KULTY A SEKTY

CIEĽ: Porozumieť pojmom sekta a kult. Oboznámiť sa so znakmi a typmi kultov a siekt. Vedieť rozoznať rozdiely medzi sektou a cirkvou. Prevencia kultových závislostí, psychickej manipulácie, deštruktívnych kultov, oboznámenie sa so štatistikami.

METÓDY: prezentácia, diskusia, filmová ukážka

ROZSAH: 60 – 90 minút, príp. podľa dohody

HOMOFÓBIA - PREVENCIA HOMOFÓBNEHO ŠIKANOVANIA V ŽIACKYCH KOLEKTÍVOCH

CIEĽ: Poznať pojmy súvisiace s homofóbiou, príčiny a prejavy homofóbneho obťažovania a šikanovania.

METÓDY: prezentácia, diskusia, živá kniha, kvíz

ROZSAH: 45 – 90 minút, príp. podľa dohody

KONTAKTY

V prípade záujmu o niektoré z aktivít prosíme oslovte kontaktnú osobu, pracovníka CVČ, s ktorým dohodnete termín a podmienky aktivity.

Tel: 048/415 31 11

Mgr. Žaneta Bursová	z.bursova@juniorbb.sk
PhDr. Ľuba Danková	dankova@juniorbb.sk
Mgr. Jana Hrabovská	hrabovska@juniorbb.sk
Mgr. Julián Krull, PhD.	krull@juniorbb.sk
Mgr. Eva Murková	murkova@juniorbb.sk
Mgr. Gabriela Selecká	selecka@juniorbb.sk
Ing. Ondrej Strnád	strnad@juniorbb.sk
Mgr. Ján Tomko	tomko@juniorbb.sk
Mgr. Zlata Trubanová	trubanova@juniorbb.sk

Tešíme sa na stretnutie s Vami a Vašími žiakmi.

+ ONLINE AKTIVITY +

Na webových stránkach nášho centra nájdete aj **online workshopy**, **online kvízy** a **online zostavy cvičení**, ktoré môžete využiť vo vašom výchovno-vzdelávacom procese:

<https://cvcjunior.sk/online-aktivity/>



JUNIOR

Centrum voľného času - Banská Bystrica