

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENČIE
VRANOV NAD TOPLŔOU
PONUPOVÝ LIST
PREVENTÍVNYCH AKTIVÍT PRE
ZŠ 2024/2025



P

**POVOLANIE - VÝBER
STREDNEJ ŠKOLY**

Možnosti štúdia na strednej škole, typy povolání, motivačné ciele, záujmové testy, kariérové poradenstvo.

R

**REZILIENCIA A ZVLÁDANIE
ZÁŤAŽE**

Psychická odolnosť a zvládanie záťažových situácií. Stratégie zvládania stresu.

E

EMÓCIE

Schopnosť rozpoznať a pomenovať vlastné emócie, vedieť s nimi pracovať a zvládať ich. Rozumieť emóciám iných ľudí.

V

VZŤAHY V TRIEDE

Klíma v triede, hodnota a význam priateľstva, moje miesto v triede, nebezpečenstvo zlých vzťahov v kolektíve, vytváranie tímu.

E

**EFEKTÍVNE ZVLÁDANIE
KONFLIKTOV**

Efektívne stratégie zvládania konfliktov, pomôcť zlepšiť kvalitu vzťahov, znížiť stres a napätie v náročných situáciách.



N

NAUČME SA SLUŠNE SPRÁVAŤ

Poznanie a dodržiavanie pravidiel slušného správania, čo o nás prezrádza správanie, rozvoj komunikácie, vytvorenie pozitívnych vzťahov v triede.

C

CYBERBULLING A ŠIKANA

Kyberšikana a šikana v školskom prostredí, agresivita u detí.

I

NE-TOLERANCIA

Prevenca intolerancie, xenofóbie, rasizmu, prevencia voči predsudkom.

A

AKO SA SPRÁVNE UČIŤ

Správne návyky učenia sa, učebné štýly a denný režim, typy pamäte, typy a triky ako sa lepšie učiť.

ZÁVISLOSTI

Látkové a nelátkové závislosti. Besedy so zameraním na vybranú závislosť.