CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

PONUKOVÝ LIST PREVENTÍVNYCH AKTIVÍT PRE MATERSKÉ ŠKOLY A ZÁKLADNÉ ŠKOLY

V ŠKOLSKOM ROKU 2026/2027

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

Cieľom preventívnych aktivít je poskytnúť žiakom interaktívnou formou informácie – charakter aktivity je edukatívny.
Témy preventívnych aktivít je možné dohodnúť si podľa potrieb danej školy/ triedy, môžu sa týkať rôznych oblastí podľa ponukového listu CPP na daný školský rok. Preventívne aktivity i programy je možné si vopred dohodnúť na tel. čísle: **0911 486 988** alebo emailovej adrese **prevenciaporadnanmnv@gmail.com**, vybavuje p.Zelenayová a p.Drobná.
Preventívne aktivity sú rozdelené na krátkodobé aktivity a dlhodobé preventívne programy. Škola informuje rodičov o realizácii týchto aktivít prostredníctvom EduPage

PREVENTÍVNE AKTIVITY REALIZUJÚ:

Mgr. Pavlína Zelenayová- psychologička,

Mgr. Katarína Drobná- sociálna pedagogička,

Mgr. Jana Klbíková- sociálna pedagogička.

PREVENTÍVNY PROGRAM PRE MATERSKÉ ŠKOLY



CESTA DO KRAJINY EMÓCIÍ

Preventívny program „Cesta do krajiny emócií“ je zameraný na posilňovanie vzťahov medzi deťmi, rozvoj empatie, podporu spolupráce a na učenie rozpoznávať a porozumieť vlastným emóciám aj emóciám druhých.
Program obsahuje množstvo zážitkových aktivít, napríklad bábkové divadlo, tvorivé „cukrárenské“ výtvarné dobrodružstvo a spoločný skupinový obrázok.
Jednotlivé stretnutia sa realizujú raz týždenne v trvaní približne 30 minút, v súlade s odporúčaniami Štátneho vzdelávacieho programu pre predprimárne vzdelávanie. Výhodou je, že ak sa program zaradí v prvých mesiacoch školského roka, prispeje k lepšej klíme v triede, podpore vzťahov a pozitívnemu prežívaniu samotného dieťaťa.

Cieľová skupina: žiaci materskej školy
Rozsah: 6 stretnutí /1 stretnutie = 30 min/

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

PREVENTÍVNE AKTIVITY PRE ZÁKLADNÉ ŠKOLY

KRÁTKODOBÉ PREVENTÍVNE AKTIVITY PRE I.STUPEŇ

ROZPOZNÁVANIE NEBEZPEČNÝCH SITUÁCIÍ A MOŽNOSTI POMOCI

Preventívna aktivita je zameraná na rozpoznávanie nebezpečných situácií a nácviku zručností, ktoré pomáhajú pri vyhľadávaní pomoci.

Cieľová skupina: žiaci 2., 3. ročníka
Rozsah: 90 minút

JA A MOJE EMÓCIE

Poznávanie základných ľudských emócií, ich vyjadrovanie, prežívanie. Nácvik empatie ako prevencia problémového správanie v triede.

Cieľová skupina: žiaci 2. - 4. ročníka
Rozsah: 90 minút

MOJE ZDRAVIE, MOJA VOĽBA

Rozpoznávanie toho, čo zdraviu prospieva a čo mu môže škodiť. Aktivity sa zameriavajú na schopnosť robiť bezpečné rozhodnutia a povedať nie v rizikovej situácii - návykovým látkam.

Cieľová skupina: žiaci 3.- 4. ročníka
Rozsah: 90 minút

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

KRÁTKODOBÉ PREVENTÍVNE AKTIVITY PRE II.STUPEŇ

EFEKTÍVNE UČENIE

Ako sa učiť a nezblázniť sa z toho! Správne nastavenie a zvolenie prístupu k učeniu a skutočnému porozumeniu.

Cieľová skupina: žiaci 5.ročníka
Rozsah: 90 minút

BEZPEČNE NA SIETI

Kritické filtrovanie pravdivosti na sociálnych sieťach, ktorý influencer je bezpečný, ochrana súkromia na internete, ako sa rozprávať s rodičmi o technológiách.

Cieľová skupina: žiaci II.stupňa
Rozsah: 90 minút

NÁVYKOVÉ LÁTKY – LEGÁLNE I NELEGÁLNE DROGY A ZÁVISLOSŤ

Prevencia škodlivého užívania legálnych návykových látok (alkohol, nikotín, kofeín, lieky), rozlišovanie a nebezpečie nelegálnych látok, zvýšenie povedomia o ich negatívnych účinkoch, zváženie dôsledkov a bezpečnosť pri kontakte s danými látkami

Cieľová skupina: žiaci II. stupňa
Rozsah: 90 minút

DOSPIEVANIE AKO OBDOBIE VEĽKÝCH ZMIEN

Fyzické i psychické zmeny, o sexualite, túžba po partnerstve, komunikácia s dospelým.

Cieľová skupina: žiaci 8. a 9.ročníka
Rozsah: 90 minút

OBCHODOVANIE S ĽUĎMI

Novodobé otroctvo, možné riziká pri práci nielen v zahraničí, kde nájsť informácie o bezpečnom cestovaní za prácou, ako sa chrániť a pripraviť.

Cieľová skupina: žiaci 8. a 9.ročníka
Rozsah: 90 minút

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

PREVENTÍVNE PROGRAMY PRE I.STUPEŇ



SPOLU RASTIEME

Adaptačný program „Spolu rastieme“ je program univerzálnej prevencie určený pre žiakov 1. ročníka základnej školy. Jeho cieľom je uľahčiť žiakom prechod z materskej školy do školského prostredia, znížiť stres a obavy spojené s novým prostredím, pravidlami, podporiť psychickú pohodu, sebadôveru, komunikačné, emocionálne a sociálne zručnosti, posilniť triednu spolupatričnosť, pocit bezpečia a istoty.

Cieľová skupina: žiaci 1. ročníka
Rozsah: 6 stretnutí (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)



ROZPRÁVKA O ZATÚLANOM MEDVIEĎATKU

Cieľom programu „Rozprávka o zatúlanom medvieďatku“ je podporiť sebapoznanie a sebauvedomenie žiakov, rozvíjať schopnosť identifikovať, pomenovať a porozumieť vlastným emóciám, ako aj emóciám iných. Žiaci sa oboznamujú so základnými emóciami (strach, smútok, radosť, prekvapenie, znechutenie a hnev) a zároveň si osvojujú stratégie, ako zvládať náročné emócie počas ťažkých situácií. Súčasťou programu je posilniť vedomie, že v zložitej situácii nie sú sami a učiť ich vyhľadávať pomoc a využívať dostupné zdroje podpory.

Cieľová skupina: žiaci 2. až 4. ročníka
Rozsah: 6 stretnutí (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

DRUHÝ KROK

„Druhý krok“ je preventívny program zameraný na sociálno-emocionálny rozvoj detí, základy zdravého životného štýlu, ide o prevenciu rizikového správania a vzniku závislostí.

Cieľová skupina: žiaci 2. až 4. ročníka
Rozsah: 6 stretnutí (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)



ABY NÁM V TRIEDE BOLO SPOLU DOBRE

Program zameraný na posilnenie triedneho kolektívu, posilnenie vzťahov, rozpoznanie konfliktov a možnosti zvýšiť empatiu medzi žiakmi. Súčasťou preventívneho programu je aj účasť triedneho učiteľa na aktivitách.

Cieľová skupina: žiaci 2. až 4. ročníka
Rozsah: 3 stretnutia (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)



ŠKOLA - MIESTO KAM PATRÍM

Preventívna aktivita je zameraná na podporu pozitívneho vzťahu ku škole, pocitu bezpečia a spolupatričnosti, posilniť schopnosť hovoriť o svojich pocitoch a problémoch a naučiť ich, že ak sa im v škole niečo nepáči alebo sa niečoho boja, môžu vyhľadať pomoc.

Cieľová skupina: žiaci 2. - 3. ročníka
Rozsah: 3 stretnutia /jedno stretnutie = 2 vyučovacie hodiny/

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

PREVENTÍVNE PROGRAMY PRE II.STUPEŇ



CHCEM SA V TRIEDE DOBRE CÍTIŤ

Program je určený pre prácu s problémovým triednym kolektívom, kde sú napäté alebo narušené vzťahy medzi učiteľom a žiakmi, medzi žiakmi navzájom, prípadne sa objavujú rôzne druhy prejavov násilia, agresie, šikanovania alebo inej formy nevhodného správania. Súčasťou preventívneho programu je aj účasť triedneho učiteľa na aktivitách.

Cieľová skupina: žiaci II. stupňa
Rozsah: 5 stretnutí (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny) - realizuje sa raz za dva týždne



ONLINE BEZ MASKY

Preventívny program Online bez Masky je zameraný na prevenciu problematického používania digitálnych technológií (napr. nadmerné hranie online hier, virálne výzvy a online trendy na sociálnych sieťach) a na prevenciu rizikového správania v online priestore so zameraním na kyberšikanu, kybergrooming a ochranu súkromia.

Cieľová skupina: žiaci II. stupňa
Rozsah: 4 stretnutia (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

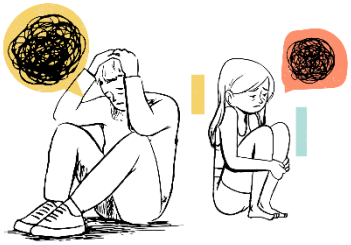
CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom



CESTA K EMOCIONÁLNEJ ZRELOSTI

Kto som, kam smerujem, poznávam svoju osobnosť, moje silné a slabé stránky, ja ako jednotlivec, ja ako člen skupiny. Program sa zameriava na techniky zamerané na vzájomnú spoluprácu, komunikáciu.

Cieľová skupina: žiaci II. stupňa
Rozsah: 3 stretnutia (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)



OD ZÁBAVY K NEBEZPEČENSTVU – ŠIKANA

Čo znamená šikanovať, kedy a kde je hranica srandy. Riziká, dôsledky a riešenia. Rozdiel medzi šikanou a kyberšikanou.

Cieľová skupina: žiaci II. stupňa
Rozsah: 3 stretnutia (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)



SAMA SEBOU

Preventívny program pre dievčatá 8. a 9. ročníka ZŠ je zameraný na podporu duševného zdravia a zdravého vzťahu k vlastnému telu. Prostredníctvom diskusií a zážitkových aktivít pomáha dievčatám budovať si odolnosť voči nerealistickým ideálom krásy na sociálnych sieťach, učí ich čeliť body shamingu a prináša citlivú osvetu v oblasti prevencie porúch príjmu potravy. Program vedie žiačky k sebprijatiu, zdravému životnému štýlu a vzájomnej podpore.

Cieľová skupina: žiačky 8. a 9. ročníka
Rozsah: 4 stretnutia (1 stretnutie = 2 vyučovacie hodiny)

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom



MOJA VOĽBA – MOJA BUDÚCNOSŤ - 1. smerová voľba = výber správnej SŠ

Preventívny program je zameraný na podporu sebapoznania žiakov a rozvoj ich schopnosti uvažovať o vlastnej budúcnosti, ďalšom vzdelávaní a profesijnom smerovaní. Vytvára priestor na poznávanie vlastných **záujmov, osobnostných charakteristík, schopností, silných stránok a preferencií**, ktoré môžu byť významným podkladom pri rozhodovaní o ďalšom štúdiu a profesijnej orientácii. Súčasťou programu je administrácia a interpretácia **záujmových dotazníkov** prostredníctvom ktorých žiak získava spätnú väzbu o svojich preferenciách. Výsledky sú následne využívané na riadený rozhovor a diskusiu so žiakmi o ich možnostiach, záujmoch a predstavách o budúcnosti.

Cieľová skupina: žiaci 8. alebo 9.ročníka
Rozsah: 5 vyučovacích hodín

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

PONUKA DOPLNKOVÝCH AKTIVÍT



PEDAGOGICKÝ ASISTENT AKO OPORA ŽIAKA
PODPORNÝ PROGRAM PRE PEDAGOGICKÝCH ASISTENTOV

Program je zameraný na každodenné situácie, s ktorými sa pedagogickí asistenti stretávajú pri práci so žiakmi so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami.:

- lepšie porozumieť tomu, čo znamenajú ŠVVP v praxi a ako sa môžu prejavovať potreby žiakov s rôznymi diagnózami,
- rozpoznávať potreby žiaka a vhodne na ne reagovať,
- využívať konkrétne stratégie pri komunikácii, zadávaní úloh a podpore pozornosti a samostatnosti,
- vhodne reagovať na náročné správanie a podporovať reguláciu emócií,
- nastaviť si funkčnú a zdravú spoluprácu s učiteľom,
- hľadať riešenia konkrétnych situácií z tried, v ktorých pedagogickí asistenti pôsobia.

Program má praktický charakter – vychádza z reálnych situácií zo školského prostredia a ponúka stratégie využiteľné priamo v každodennej práci pedagogického asistenta.

Cieľová skupina: pedagogickí asistenti
Rozsah: 3 stretnutia (1 stretnutie= 90 minút)

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk

CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE
Športová ulica 496/40, Nové Mesto nad Váhom

MATERSKÁ ŠKOLA

PREVENTÍVNE PROGRAMY
Cesta do krajiny emócií

ZÁKLADNÁ ŠKOLA – I. STUPEŇ

PREVENTÍVNE AKTIVITY	PRVENTÍVNE PROGRAMY
Rozpoznávanie nebezpečných situácií a možnosti pomoci	Spolu rastieme
Ja a moje emócie	Rozprávka o zatúlanom medvieďatku
Moje zdravie, moja voľba	Druhý krok
	Aby nám v triede bolo spolu dobre

ZÁKLADNÁ ŠKOLA – II. STUPEŇ

PREVENTÍVNE AKTIVITY	PRVENTÍVNE PROGRAMY
Efektívne učenie	Chcem sa v triede dobre cítiť
Bezpečne na sieti	Online bez masky
Návykové látky – legálne i nelegálne drogy a závislosť	Cesta k emocionálnej zrelosti
Dospievanie ako obdobie veľkých zmien	Od zábavy k nebezpečenstvu – šikana
Obchodovanie s ľuďmi	Sama sebou
	Škola – miesto kam patrím
	Moja voľba – moja budúcnosť

PONUKA DOPLNKOVÝCH AKTIVÍT

„Pedagogický asistent ako opora žiaka“ – podporný program pre pedagogických asistentov

0911 486 988 prevenciaporadnanmnv@gmail.com www.cpapnmv.sk