



Ponuka psychologických  
špeciálnopedagogických  
a poradenských služieb

**školský rok 2018/2019**

[www.centrumtvrdosin.sk](http://www.centrumtvrdosin.sk)

sme tu,  
pre vás ...

# Centrum pedagogicko - psychologického poradenstva a prevencie Tvrdošín



***Sme tu pre Vás každý pracovný deň***

***Pondelok: 7.30 - 15.00***

***Streda: 7.30 - 16.00***

***Utorok: 7.30 - 15.00***

***Štvrtok: 7.30 - 15.00***

***Piatok: 7.30 - 14.00***

Nachádzame sa v Tvrdošíne na Medvedzí č.132, v budove ÚPSVaR Tvrdošín  
na 7.poschodí

Kontaktujte nás osobne, telefonicky na číslach: **043/5391 116, 0911 539 116**

mailom: **centrumtvrdošin@centrumtvrdošin.sk**

Sledujte nás: na facebooku: **www.facebook.com/centrumtvrdošin.sk**

na webe: **www.centrumtvrdošin.sk**

***Všetky naše služby sú bezplatné!***

# OBSAH

<b>1. DIAGNOSTIKA</b> .....	04
1.1 INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA .....	04
1.2 SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA .....	04
<b>2. SKUPINOVÉ PROGRAMY A AKTIVITY</b> .....	05
2.1 SKUPINOVÉ AKTIVITY PRE MŠ .....	05
2.2 SKUPINOVÉ AKTIVITY PRE ZŠ A SŠ .....	06
2.3 AKTIVITY PRE PEDAGÓGOV.....	10
<b>3. PODPORA, POMOC A REEDUKAČNÁ ČINNOSŤ</b> .....	12
3.1 REEDUKAČNÁ ČINNOSŤ .....	12
3.2 STIMULAČNÉ A PODPORNÉ REEDUKAČNÉ PROGRAMY .....	12
3.3 ČINNOSTI PODPORY A POMOCI .....	13
<b>4. PREDNÁŠKOVÁ ČINNOSŤ</b> .....	14
<b>5. DEPISTÁŽNA A SKRÍNINGOVÁ ČINNOSŤ</b> .....	14

Milí kolegovia, kolegyne,  
naše zariadenie CPPPaP v Tvrdošíne poskytuje diagnostické, poradenské a preventívne činnosti, ktorých kompletnú ponuku pre školský rok 2018/2019 nájdete v tejto brožúrke.



# 1. DIAGNOSTIKA

## 1.1 INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA

Odborní pracovníci nášho centra poskytujú rodičom a školám možnosť individuálneho vyšetrenia dieťaťa v nasledujúcich oblastiach:

- poruchy učenia
- poruchy správania
- poruchy aktivity a pozornosti
- poruchy reči a komunikačných schopností
- diagnostika úrovne intelektu
- diagnostika intelektového nadania
- diagnostika žiakov zo sociálne znevýhodneného prostredia (SZP)
- posúdenie úrovne jednotlivých rozumových schopností v porovnaní s populačnou normou
- posúdenie osobnosti, záujmov a motivácie
- posúdenie predpokladov pri nástupe povinnej školskej dochádzky
- posúdenie predpokladov pred nástupom na osemročné gymnázium, príp. bilingválne gymnázium
- posúdenie predpokladov pre výber strednej a vysokej školy
- posúdenie rizika vzniku porúch učenia
- posúdenie čitateľských zručností, čítania s porozumením (čitateľskej gramotnosti)
- vyšetrenie laterality dieťaťa

### **Následne ponúkame (na základe diagnostiky):**

- vyjadrenie o vhodnosti výberu SŠ
- vyjadrenie o neklasifikácii z cudzieho jazyka
- odporúčanie k maturitným skúškam
- odporúčanie na pridelenie asistenta učiteľa
- poradenstvo pre učiteľov pri tvorbe individuálneho výchovno - vzdelávacieho programu
- poradenstvo pre asistentov učiteľa, pedagógov, špeciálnych pedagógov, rodičov

## 1.2 . SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA

Na základe požiadavky školy a súhlasu zákonného zástupcu naši pracovníci navštívia Vašu školu v dopredu dohodnutom termíne a realizujú skupinové vyšetrenie (súčasne všetci žiaci) zamerané na nasledovné oblasti:

### ***Sociálna atmosféra a klíma v triednom kolektíve***

Zistenie sociálnej atmosféry, klímy, vzťahov v triede a rizika výskytu šikanovania v triednych kolektívoch, prípadne na škole (podľa požiadaviek triedneho učiteľa príp. podľa potreby pred realizáciou aktivít s triednym kolektívom), realizované v priestoroch školy počas vyučovania.

### ***Školská spôsobilosť***

Zistenie všeobecných predpokladov dieťaťa pred nástupom povinnej školskej dochádzky, t. j. diagnostika školskej spôsobilosti - podľa požiadavky MŠ a žiadosti zákonného zástupcu, s optimálnym počtom detí max.10 v jednej skupine, v doobedňajších hodinách zvyčajne v priestoroch MŠ. Keďže ide o objektívnu psychologickú diagnostiku je nevyhnutné zabezpečiť sedenie a rozmiestnenie detí tak, aby mali možnosť pracovať samostatne. Diagnostiku je možné realizovať v dvoch skupinách súčasne, v oddelených miestnostiach (dvaja odborní zamestnanci – psychologovia), prípadne podľa dohody a priestorových možností MŠ.

Interpretácia výsledkov zákonným zástupcom prebieha zvyčajne v poobedňajších hodinách v priestoroch MŠ. Je potrebné zo strany MŠ zabezpečiť vhodnú miestnosť a spísať predbežný časový rozpis, v akom čase si budú rodičia prichádzať na interpretáciu výsledkov svojho dieťaťa (časový interval potrebný pre interpretáciu výsledkov jedného dieťaťa je 10-15 minút).

## **Profesijná orientácia**

Skupinová diagnostika profesijnej orientácie pre žiakov 9. ročníkov príj. 2. - 4. ročníkov SŠ a gymnázií, nadväzujúca v prípade záujmu na skupinový program Poradenstvo hrou – Spoznaj samého seba. Pozostáva z diagnostiky úrovne kognitívnych schopností, záujmov, profesijných preferencií vo vzťahu k ďalšiemu životnému smerovaniu a výberu SŠ, príp. VŠ. Diagnostika je realizovaná priamo v škole, počas vyučovania, najlepšie počas prvých 3 vyučovacích hodín (v skupine max. 30 žiakov, diagnostika môže prebiehať v dvoch skupinách súčasne).

Výsledky z diagnostiky profesijnej orientácie v prípade, že je realizované aj Poradenstvo hrou – Spoznaj samého seba, je súčasťou výsledkov aj interpretácia výstupov z týchto stretnutí ( sú interpretované individuálne každému žiakovi a zákonnému zástupcovi v priestoroch školy ). Je potrebné, aby výchovný poradca zabezpečil vhodnú miestnosť a spísal predbežný časový rozpis, v akom čase si budú žiaci, príp. rodičia prichádzať na interpretáciu výsledkov (časový interval potrebný pre interpretáciu výsledkov jedného žiaka je 10-15 minút).

# 2. SKUPINOVÉ PROGRAMY A AKTIVITY

## 2.1. SKUPINOVÉ AKTIVITY PRE MŠ

### **Nezbedná opička Kika**

**Cieľ:** Podnietiť záujem dieťaťa o vlastné vnímanie seba samého, svoje pocity, prežívanie, zvládanie negatívnych emócií, osvojenie si dôležitých pravidiel správania cez príbehy.

**Cieľová skupina:** predškóláci

**Trvanie:** 4 stretnutia po 45 min.

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov  
**preventívny program**

### **Zdravý životný štýl**

**Cieľ:** Prístupnou formou poukázať na zdravý životný štýl, poukázať na prevenciu škodlivosti nadmerného používania niektorých návykových látok a činností, ktoré nepriaznivo ovplyvňujú zdravý vývin človeka (lieky, čaj, káva, nadmerné sledovanie TV, hranie hier na počítači, tablety a mobile). Deti, cez zážitkové aktivity a prostredníctvom rozprávania príbehov sami nachádzajú poučenie a bližšie sa oboznámi s tým, ako zdravo žiť. Zároveň si osvoja vhodné spôsoby správania (návčik odmietania - ako hovoriť nie, a pod.).

**Cieľová skupina:** predškóláci

**Trvanie:** 3 stretnutia po 45 min.

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov  
**výcviková skupina**

### **Filipkove dobrodružstvá**

**Cieľ:** Formovať postoje vo vzťahu k návykovému a rizikovému správaniu. Dieťa sprevádzame príbehom Filipka, v ktorom sa cez identifikáciu hlavného hrdinu naučí ako si počínať v: Krajine zdravia na Zlovestnom ostrove v Tajomstve delfínov ako Zachraňuje kráľa Sáma pred zlými vplyvmi až sa dostane k Pánovi premiérovi Výživa.

**Cieľová skupina:** predškóláci

**Trvanie:** 4-8 stretnutí po 45 min.

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov a rizikového správania  
**preventívny program**

## **Smiať sa dovolené**

**Cieľ:** Posilňovanie zdravého psychického vývinu s dôrazom na emocionálny rozvoj prostredníctvom zážitkových aktivít a hier (napr. usmerňovanie vlastnej agresivity, primerané vyjadrenie emócií, rozvoj empatie, tolerancie a pod.).

**Cieľová skupina:** predškoláci

**Trvanie:** 4 stretnutia po 45 min.

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov  
**preventívny program**

## **Kuprev**

**Cieľ:** Uľahčiť deťom vymedzenie vlastnej osobnosti i vstup do spoločenského života. Cieľom preventívneho programu je zabrániť vzniku rizikovej skupiny, v tomto prípade skupiny detí s adaptačnými problémami. Program rešpektuje špecifiká vekových skupín pre ktoré je určený (4 – 8 rokov) a vychádza z predpokladu, že dieťa správne orientované, ktoré má základné vedomosti a vie, čo robí v problémových situáciách, je s vysokou pravdepodobnosťou dieťaťom kľudným a bez adaptačných ťažkostí. Umožňuje mu to nielen bezproblémový štart školskej dochádzky, ale aj bezproblémové začlenenie do ľudskej spoločnosti všeobecne a ďalší zdravý rozvoj jeho osobnosti. Program sa zaoberá témami, s ktorými sa deti bežne v živote stretávajú napr.: telefonovanie; pozdravy, tykanie, vykkanie; kúzelné slovička; oblečenie; obchod, nákupy, povolanie; návšteva u lekára; šport; rastliny, zvieratá; bývanie; ročné obdobia; prázdniny, cestovanie.

**Cieľová skupina:** deti od 4 do 8 rokov

**Trvanie:** 4-6 stretnutí (1 stretnutie v rozpätí 45 minút)

**Miesto realizácie:** MŠ, ZŠ, príp. CPPPaP

**Zameranie:** **stimulačný preventívny program**

## **Stimuláčik**

**Cieľ:** komplexný rozvoj schopností dieťaťa s odloženou povinnou školskou dochádzkou, z dôvodu školskej nezrelosti nielen fyzickej a sociálnej (deti bývajú ešte „hravé“, nedokážu sa odpútať od rodičov, nejavia záujem o školu), ale tiež psychickej, kde sú nezrelé hlavne funkcie dôležité pre výučbu čítania, písania a počítania. Program je zameraný na rozvoj zmyslového vnímania (zrakového, sluchového), priestorovej a pravoľavej orientácie, pamäti a pozornosti, reči a myslenia, matematických predstáv, motorických a senzomotorických funkcií, motorickej koordinácie a rytmu.

**Cieľová skupina:** deti od 5 rokov, deti s OPŠD

**Trvanie:** 5-7 stretnutí (1 stretnutie v rozpätí 45 minút)

**Miesto realizácie:** materská škola, príp. CPPPaP (v rámci MŠ je potrebné vytvorenie skupiny 4 a viac detí)

**Zameranie:** stimulačný program, **primárna prevencia porúch učenia**

## **2.2 SKUPINOVÉ AKTIVITY PRE ZŠ A ŠŠ**

### **Emka to vie...**

**Cieľ:** Rozvíjanie prosociálneho správania a predchádzanie sociálno-patologickým javom prostredníctvom videí, rozprávok, hier, zážitkových aktivít a diskusií zameraných na rôzne oblasti rizikového správania. Primárne ide o prevenciu šikanovania a agresívnych prejavov s dôrazom na posilnenie primeraných spôsobov riešenia agresívneho správania a osvojenie si adekvátnych spôsobov ako chrániť seba i ostatných.

**Cieľová skupina:** žiaci 1. stupňa ZŠ

**Trvanie:** 2-3 stretnutia po 2 vyuč. hodiny, príp. 4 stretnutia po 1 vyučovacej hodine (podľa dohody)

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov  
**preventívny program**

## **Druhý krok**

- Cieľ:** Rozvíjanie emocionálnych a sociálnych zručností prostredníctvom zážitkových, aktivít, hier a príbehov, pomáha tak predchádzať vzniku emocionálnych a sociálnych problémov u detí. Deti postupne získavajú zručnosti v troch hlavných oblastiach: empatia, regulácia emócií (napr. impulzivnosť, hnev a pod.) a riešenie problémov v medziľudských vzťahoch. Program kladie dôraz na pochopenie emócií a správne narábanie s nimi, na vyjadrenie emócií spoločensky akceptovateľným spôsobom, na konštruktívne riešenie sociálnych situácií a na morálne prosociálne správanie.
- Cieľová skupina:** Žiaci 1. stupňa ZŠ
- Trvanie:** 3-5 stretnutí
- Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program
- 

## **Filipkove dobrodružstvá**

- Cieľ:** Formovanie postojov vo vzťahu k návykovému a rizikovému správaniu. Dieťa sprevádzame príbehom Filipka, v ktorom sa cez identifikáciu hlavného hrdinu naučí ako si počínať v: Krajine zdravia na Zlovestnom ostrove v Tajomstve delfínov ako Zachraňuje kráľa Sáma pred zlými vplyvmi až sa dostane k Pánovi premiérovi Výživa.
- Cieľová skupina:** žiaci 1. až 3. ročníkov ZŠ
- Trvanie:** 4-8 stretnutí po 45 min.
- Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov rizikového správania, preventívny program
- 

## **Keď dinosaurom niekto umrie**

- Cieľ:** Spracovanie zážitku konečnosti ľudského bytia príp. aktivity pre trúchliace deti po úmrtí niekoho blízkeho. Prostredníctvom aktivít a spoločných rozhovorov o dôležitých veciach v živote poskytujeme deťom vhodný spôsob ako ventilovať svoj strach a obavy zo smrti, ako ich pomenovať a zvládnuť.
- Cieľová skupina:** žiaci ZŠ
- Trvanie:** podľa potreby, min. 1 stretnutie v rozsahu 2 vyučovacích hodín
- Zameranie:** prevencia sociálno-patologických javov, preventívne aktivity
- 

## **Bezpečný internet I.**

- Cieľ:** Naučiť žiakov prvého stupňa ZŠ prostredníctvom interaktívnych príbehov a iných interaktívnych aktivít o bezpečnom využívaní internetu, osvojiť si základné pravidlá bezpečného a zodpovedného využívania moderných komunikačných technológií s ohľadom na vek a vývinovú úroveň detí.
- Cieľová skupina:** žiaci 3. až 4. ročníkov ZŠ
- Trvanie:** min. 1 stretnutie v rozsahu 2 vyučovacích hodín
- Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívne aktivity
- 

## **Bezpečný internet II.**

- Cieľ:** Naučiť žiakov druhého stupňa ZŠ ako používať moderné technológie bezpečne a zodpovedne, zdôrazniť možnosti ako sa môžu chrániť pred ohrozeniami moderných informačných a komunikačných technológií (najmä internet a mobilné telefóny) a kam sa môžu obrátiť o pomoc.
- Cieľová skupina:** žiaci 5. až 8. ročníka ZŠ, žiaci osemročných gymnázií
- Trvanie:** min. 2 stretnutia v rozsahu 2 vyučovacích hodín
- Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program
- 

## **Obchodovanie s ľuďmi (Rozpoznávanie nebezpečenstiev a rizík pri hľadaní práce v zahraničí)**

- Cieľ:** Žiaci a študenti si prostredníctvom tohto programu môžu osvojiť dôležité zručnosti a schopnosti,

ktoré im umožnia zmenšiť riziko toho, aby sa v budúcnosti stali obeťami obchodovania s ľuďmi, resp. dostali do rizikovej situácie pri hľadaní práce nielen v zahraničí. Súčasťou je aj nácvik základných zručností pri prezentácii seba v situácii prijímacieho pohovoru do zamestnania, rozvoj základných komunikačných zručností so zameraním na asertívne sebahpresadenie.

**Cieľová skupina:** žiaci 9. ročníkov ZŠ, SŠ a gymnázií  
**Trvanie:** minimálne 2 stretnutia v rozsahu 2 vyučovacích hodín  
**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---

### **Akí sme?**

**Cieľ:** Rozvoj sociálnych kompetencií žiakov, umožňuje žiakom dozvedieť sa viac o nich samých, o ich spolužiakoch, dáva im priestor rozmyšľať a diskutovať na rôzne témy:

1. Učitelia a žiaci
2. Vzťahy s rodičmi
3. Kamarátstvo
4. Chlapci a dievčatá
5. Ako si nenechať ubližovať
6. Sexualita
7. Riešenie konfliktov
8. Komunikácia
9. Pocity
10. Stres
11. Šikanovanie
12. Intolerancia, extrémizmus, radikalizmus

V prípade záujmu vyberte prosím 2-4 konkrétne témy pre triedny kolektív žiakov.

**Cieľová skupina:** žiaci 6. až 8. ročníkov ZŠ, osemročné gymnáziá, 1.roč. SŠ  
**Trvanie:** minimálne 4 stretnutia  
**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---

### **Ako sa správne učiť**

**Cieľ:** Oboznámiť žiakov so správnymi návykmi a zásadami efektívneho učenia a sebazvedelávania s cieľom uľahčenia ďalšieho štúdia, rozvoja zručností a schopností potrebných pre vytváranie správnych študijných návykov. Pomôcť žiakom nájsť si účinný a adekvátny spôsob prípravy na vyučovanie.

**Cieľová skupina:** žiaci 5. ročníkov ZŠ, žiaci prvého ročníka osemročných gymnázií  
**Trvanie:** min. 2 vyučovacie hodiny  
**Zameranie:** interaktívna preventívna prednáška

---

### **Vplyv médií**

**Cieľ:** Rozvoj sociálnych kompetencií žiakov cielene zameraných na uvedomenie si vplyvu médií na životný štýl žiakov. Žiaci sa prostredníctvom diskusie, interaktívnych rozhovorov a aktivít dozvedia o tom ako médiá ovplyvňujú myslenie a konanie, a to nielen pozitívne, ale i negatívne.

**Cieľová skupina:** žiaci 7. až 9. ročníkov ZŠ, žiaci sekundy - kvarty osemročných gymnázií  
**Trvanie:** min. 2 vyučovacie hodiny  
**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívne aktivity

---

### **Prečo povedať „NIE“ alkoholu a tabaku**

**Cieľ:** Oboznámiť žiakov so škodlivými následkami užívania alkoholu a tabaku (nielen zdravotnými, ale aj psychickými, sociálnymi a materiálnymi) prostredníctvom interaktívnych metód skupinovej práce v triednych kolektívoch založených na vzájomnej spolupráci, interakcii, výmene nápadov a názorov. Zároveň má zreálniť názory a predstavy žiakov o tom, čo je normálne vo vzťahu k najčastejšie zneužívaným legálnym drogám v našej spoločnosti.

**Cieľová skupina:** žiaci 6. až 8. ročníka ZŠ, žiaci osemročných gymnázií  
**Trvanie:** min. 3-4 stretnutia  
**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---



### **Peer program: Pomáhame si navzájom**

**Cieľ:** viesť skupinu dobrovoľníkov - žiakov, ktorí budú aktívne pôsobiť v oblasti prevencie rizikového správania na školách, prispievať k zlepšovaniu vzťahov v triednych kolektívoch. Program rovesníckej podpory realizujú mladí dobrovoľníci, tým, že počúvajú, prejavujú porozumenie, ponúkajú svoje priateľstvo na podporu iných, vytvárajú priaznivú atmosféru v triede, v prípade potreby aj s pomocou dospelých. Na začiatku prebehne jednoduché školenie, kde sa „peeráci“ naučia dobre načúvať, vnímať reč tela a neverbálne signály. Osvoja si efektívne komunikačné zručnosti, schopnosti odhaľovania a riešenia rizikových situácií a konfliktov.

**Cieľová skupina:** žiaci II. stupňa ZŠ

**Trvanie:** jednoduché školenie + pravidelné skupinové stretnutia, 1 krát mesačne v rozsahu 2 vyučovacích hodín

**Miesto realizácie:** škola

**Zameranie:** rovesnícky program podpory rovesníckych vzťahov na školách, primárna prevencia rizikového správania

---

### **Poradenstvo hrou - Spoznaj samého seba pre ZŠ a SŠ**

**Cieľ:** Zlepšiť orientáciu žiakov na trhu práce pri voľbe povolania, sebazpoznanie s dôrazom na poznanie svojich osobnostných predpokladov pre budúce povolanie, spoznanie svojho hodnotového systému a uvedomenie si životných priorít pri voľbe „ako ďalej“, zorientovanie sa v štruktúre stredných a vysokých škôl na Slovensku. Na program nadväzuje testovanie profesijnej orientácie žiakov, s individuálnou interpretáciou výsledkov a poradenstvom pre žiakov a rodičov.

**Cieľová skupina:** žiaci 8. ročníka ZŠ, 2. ročníkov SŠ a gymnázií, 6. ročníkov osemročných gymnázií

**Trvanie:** 3-4 stretnutia

**Zameranie:** preventívny program, kariérne poradenstvo

---

### **Eliminácia užívania alkoholu u žiakov SŠ**

**Cieľ:** Vedieť a poznať riziká užívania alkoholu a následkov s tým spojených. Program využíva interaktívne metódy skupinovej práce v triednych kolektívoch založené na vzájomnej spolupráci, interakcii, výmene nápadov a názorov.

**Cieľová skupina:** žiaci SŠ a gymnázií

**Trvanie:** min. 2-3 stretnutia

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---

### **Program adaptácie žiakov na SŠ**

**Cieľ:** Eliminovať možné adaptačné ťažkosti pri prechode na strednú školu. Vytvoriť priaznivú sociálnu atmosféru v nových triednych kolektívoch založenú na primeraných interpersonálnych vzťahoch a rozvoji efektívnej komunikácie. Možno zaradiť tematiku zvládania stresu a záťaže vo všeobecnosti príp. vo vzťahu k skúškovým situáciám.

**Cieľová skupina:** žiaci 1. ročníka SŠ, gymnázií, osemročných gymnázií

**Trvanie:** min. 4 stretnutia

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---

### **Duševné zdravie pre SŠ**

**Cieľ:** Oboznámiť žiakov diskusnou a interaktívnou formou s problematikou duševného zdravia a duševných chorôb, naučiť sa hovoriť o tom ako sa cítim, čo je ešte normálne a čo už nie. Na priblíženie problematiky hovoríme o najčastejšom duševnom ochorení - depresii a nakoniec o medzigeneračných rozdieloch, ako reagovať na inakosť a tolerovať odlišnosti.

**Cieľová skupina:** žiaci SŠ

**Trvanie:** min. 3 stretnutia

**Zameranie:** primárna prevencia sociálno-patologických javov, preventívny program

---

## **Stretnutia s triednymi kolektívmi zamerané na konkrétny problém**

**Cieľ:** Odvíja sa od konkrétnych problémov vyskytujúcich sa v triednom kolektíve, napr. výrazne hlučná trieda, nespolupráca, výskyt šikanovania v triednom kolektíve, časté kolektívne konflikty a pod. Zvyčajne sa realizujú opakované stretnutia zážitkového charakteru s triednym kolektívom, zamerané na zlepšenie sociálnej atmosféry v triede. V rámci týchto stretnutí zaraďujeme aktivity zamerané na rozvoj komunikačných zručností, interpersonálnej citlivosti a vzťahov, empatie, spolupráce, na riešenie konfliktov a pod.

Po niekoľkých úvodných zážitkových skupinových stretnutiach, realizovaných našimi odbornými pracovníkmi, môže triedny učiteľ (príp. iný učiteľ) v súčinnosti s koordinátorom prevencie resp. výchovným poradcom pokračovať v skupinovej práci so žiakmi, na základe nami poskytnutých materiálov.

## **2.3 AKTIVITY PRE PEDAGÓGOV**

### ***Cesta k emocionálnej zrelosti - zaškolenie pedagógov***

**Cieľ:** Naučiť pedagógov využívať preventívny program, ktorého cieľom je zážitkovými aktivitami a modelovými situáciami prispieť k postupnému uvedomeniu si seba samého, i k pozvoľnému rozvíjaniu a prežívaniu najpodstatnejších znakov emocionálnej zrelosti žiaka (nezávislosť, schopnosť ťažiť z minulosti a predvídať budúcnosť, potešenie z duševnej činnosti, socializácia, schopnosť sympatie a súcitu apod.).

**Cieľová skupina:** triedni učitelia, koordinátori prevencie, výchovní poradcovia, učitelia náboženskej a etickej výchovy pedagógovia podľa individuálneho záujmu

**Trvanie:** 3-5 hodín

**Zameranie:** vzdelávací program , výcviková skupina

### ***Antistresový program***

***(pedagogický zamestnanec má nárok na tréningový program podľa zák. 317/2009 §55)***

**Cieľ:** Lepšie spoznať seba, riešiť konflikty a rozvíjať komunikačné zručnosti. Program je venovaný nácviku základných zručností asertívneho správania, zvládania agresivity, riešenia konfliktov a nácviku relaxácie.

**Cieľová skupina:** pedagogickí zamestnanci MŠ, ZŠ, SŠ

**Trvanie:** min. 3 - 4 stretnutia

**Zameranie:** tréningový preventívny program, výcviková skupina

### ***Predchádzanie stresu a zvládanie záťaže***

**Cieľ:** Oboznámenie sa s problematikou stresu a záťaže, ako im predchádzať a ako ich zvládať. Aké sú príznaky syndrómu vyhorenia a ako mu predchádzať. Odhaľovanie individuálnych stratégií zvládania záťaže a možností ich rozvoja.

**Cieľová skupina:** pedagogickí zamestnanci MŠ, ZŠ, SŠ

**Trvanie:** min. 3 - 4 stretnutia

**Zameranie:** tréningový preventívny program, výcviková skupina

### ***Metodické stretnutia koordinátorov prevencie***

**Cieľ:** Pravidelné stretnutia koordinátorov prevencie ZŠ a SŠ okresu Tvrdošín, ktorých náplňou je metodické usmernenie a oboznámenie s postupmi a novinkami v oblasti prevencie sociálno-patologických javov a výchovno-vzdelávacích problémov. Obsahom našich stretnutí sú nielen nové poznatky a vedomosti v oblasti preventívnych programov, ale aj nové zážitkové aktivity. Stretnutia sa konajú v klubovni CPPPaP Tvrdošín zvyčajne od 8:00 hod.

#### Harmonogram stretnutí koordinátorov prevencie v školskom roku 2018/2019:

- 12.9.2018 (streda)
  - 11.12.2018 (utorok)
  - 13.02.2019 (streda)
  - 14.05.2019 (utorok)
- 

#### **Supervízne stretnutia školských špeciálnych pedagógov**

**Cieľ:** Pravidelné stretnutia špeciálnych pedagógov ZŠ a SŠ okresu Tvrdošín zamerané na problematiku intervencií, metód a postupov práce so žiakmi s ŠVVP. Na každom stretnutí je možnosť otvorenej diskusie, výmeny skúseností, príp. individuálnej konzultácie.

#### Harmonogram stretnutí špeciálnych pedagógov v školskom roku 2018/2019:

- 02.10.2018 (utorok)
  - 06.02.2019 (streda)
  - 30.04.2019 (utorok) Individuálne konzultácie pre špeciálnych pedagógov budú: každý utorok od 12:00 do 14:30.
- 

#### **Stretnutia pre riaditeľov MŠ prípadne ZŠ**

**Cieľ:** Výmena pracovných skúseností, oboznámenie sa s rôznymi odbornými témami, s postupmi a obsahom našich odborných intervencií. Stretnutia prebiehajú v uvoľnenej atmosfére a sme otvorení diskutovať na akékoľvek témy, ktoré prinesú účastníci stretnutia.

**Harmonogram:** bude zverejnený na našej web stránke podľa záujmu účastníkov

---

#### **Stretnutia pre asistentov učiteľov zamerané na supervíziu a poradenstvo.**

**Cieľ:** Rozvoj profesijných kompetencií asistentov učiteľa pri individuálnej práci so žiakmi s rôznymi druhmi zdravotných znevýhodnení. Stretnutia budú obsahovo zamerané podľa aktuálnych požiadaviek skupiny. Na každom stretnutí je možnosť otvorenej diskusie, výmeny skúseností, príp. individuálnej konzultácie.

**Harmonogram:** bude zverejnený na našej web stránke podľa záujmu účastníkov

---

#### **Metodické stretnutia a návštevy na školách pre výchovných poradcov**

**Cieľ:** Metodické konzultácie pre výchovných poradcov ZŠ a SŠ okresu Tvrdošín zabezpečujeme prostredníctvom pravidelných stretnutí u nás v CPPP a zároveň v prípade potreby aj formou individuálnych metodických návštev na školách. Ich cieľom je nielen výmena skúseností a oboznámenie sa s novými poznatkami v oblasti výchovného poradenstva, ale aj poskytnutie aktuálnych informácií a noviniek z oblasti výchovného poradenstva, metodické a informačné materiály pre výchovných poradcov, organizovanie exkurzií, spolupráca so zainteresovanými inštitúciami (napr. ÚPSVaR, SŠ, inštitúcie zabezpečujúce duálne vzdelávanie, Výpočtové stredisko Liptovský Mikuláš, Asociácia VP). Na každom stretnutí je vytvorený priestor na otázky týkajúce sa kariérneho poradenstva, profesijnej orientácie a iných tém a oblastí súvisiacich s výchovným poradenstvom.

V tomto školskom roku plánujeme dve odborné exkurzie na SŠ pre výchovných poradcov (podľa záujmu).

#### Harmonogram stretnutí výchovných poradcov v školskom roku 2018/2019:

- 18.09.2018 (utorok)
- 19.02.2019 (utorok)
- 04.06.2019 (utorok)

**23.10.2018 (utorok) – Burza povolání v Nižnej (OcÚ Nižná Rotunda)**

Termíny jednotlivých stretnutí budú zverejnené na našej webovej stránke: [www.centrumtvrdozin.sk](http://www.centrumtvrdozin.sk)

## 3. PODPORA, POMOC A REEDUKAČNÁ ČINNOSŤ

### 3.1 REEDUKAČNÁ ČINNOSŤ

#### **Individuálna reedukačná činnosť:**

- reedukačné cvičenia zamerané na rozvoj oslabených kognitívnych funkcií a čiastkových schopností
- reedukácia základných školských zručností (čítanie, písanie, počítanie)
- reedukácia reči, reedukačné cvičenia zamerané na rozvoj komunikačných zručností
- reedukačná práca s deťmi MŠ zameraná na rozvoj zručností potrebných pri nástupe do školy
- terapeuticko-korekčné cvičenia pre žiakov s poruchou aktivity a pozornosti
- využitie špeciálnych pomôcok (POLIFORMES, LOGIFORMES a pod.)

#### **Špeciálne reedukačné počítačové programy:**

- špeciálny reedukačný program DYSKOM, ŽIAČIK
- reedukácia kognitívnych funkcií využitím programu COGNIPLUS Schuhfried (pre žiakov s ADHD, oslabeným priestorovým vnímaním a pod.).
- biofeedback terapia so zameraním na zlepšenie vnútornej koherencie organizmu, zosúladenia jednotlivých funkčných systémov v organizme a psychickú harmonizáciu (pre žiakov s ADHD).

#### **Metóda splývavého čítania:**

Ide o metódu korekcie nesprávne naučenej techniky čítania (napr. dvojité, neplynulé čítanie), ktoré realizujeme hrovou formou. Využívame rôzne metódy multisenzorickej a pohybovej stimulácie. Metóda je účinná pri:

- odstraňovaní dvojitého čítania
- neporozumení zmyslu prečítaného textu
- komolení slov
- nesprávnych očných pohyboch pri čítaní
- chýbajúcej intonácii

### 3.2 STIMULAČNÉ A PODPORNÉ REEDUKAČNÉ PROGRAMY

#### **Kupoz**

**Cieľ:** Rozvoj pozornosti u detí s ADHD, s pomalším psychomotorickým tempom, neurotickými ťažkosťami a dyslexiou je vhodný aj pre deti s hraničným intelektom. Na stretnutiach sa realizuje nácvik a usmerňujú sa ďalšie postupy rodiča a špeciálneho pedagóga. Program KUPOZ umožňuje:

- zrýchlenie psychomotorického (pracovného) tempa,
- ustálenie pozornostného výkonu,
- zlepšenie komunikácie medzi dieťaťom a rodičom,
- stanovenie pravidelného pracovného režimu,
- zlepšenie emocionálneho naladenia a zmena prístupu k práci,
- zážitok úspechu a zvýšenie vedomia vlastnej ceny u dieťaťa,
- odbúranie časového stresu,
- celkové zlepšenie školského výkonu.

**Cieľová skupina:** mladší školský vek, deti zo sociálne znevýhodneného prostredia

**Trvanie:** 15 týždňov (5-6 stretnutí s našim odborným zamestnancom)

**Miesto realizácie:** CPPPaP, doma, škola

**Zameranie:** stimulačný program

#### **El'konin**

**Cieľ:** Výučba, prípadne korekcia čítania a písania na základe fonemického uvedomovania. Jazyk sa predstavuje dieťaťu ako zvukový systém, ktorý má svoju grafemovú podobu v písanej reči. Takto dieťa ľahko porozumie prečo sa vlastne napísané slová skladajú z určitých reťazcov jednotlivých písmen.

Cieľová skupina: predškóľáci, nultý a prípravný ročník, 1. a 2. ročník ZŠ  
Trvanie: 15 stretnutí (1 stretnutie v rozpätí 90 minút)  
Miesto realizácie: škola, CPPPaP  
Zameranie: špeciálny reedukačný program

## 3.3 ČINNOSTI PODPORY A POMOCI

### *Starostlivosť o nadaných žiakov*

Cieľ: Stimulácia a rozvoj jednotlivých kognitívnych schopností formou individuálnej, prípadne skupinovej práce. Program sleduje osobnostný rozvoj nadaných žiakov ich emocionalitu, sociabilitu, tvorivosti a iných osobnostných charakteristík.

Cieľová skupina: nadaní žiaci ZŠ, SŠ

Trvanie: podľa potreby

Miesto realizácie: CPPPaP

Zameranie: stimulačný program

### *Podpora odolnosti*

Cieľ: Podpora a rozvoj zručností potrebných pre zvládnutie neočakávaných životných situácií, záťaže a stresu. Program smeruje k podpore psychickej odolnosti detí prostredníctvom zážitkových aktivít, príbehov a práce s obrázkami potenciálne náročných situácií vyvolávajúcich strach a obavy.

Cieľová skupina: žiaci ZŠ (individuálna aj skupinová realizácia)

Trvanie: podľa potreby, min. 1-2 stretnutia v rozsahu 2 vyuč. hodín

### *Krízová intervencia*

Cieľ: Krátkodobá, priama a asertívna psychologická prvá pomoc dieťaťu, žiakovi, jeho blízkym v prípade náhle zmeny životnej situácie kedy sa ocitá v tzv. krízovej životnej situácii (napr. úmrtie blízkej osoby, spolužiaka, učiteľa, hromadné nešťastie a pod.). Cieľom krízovej intervencie je pomôcť vysporiadať sa a konštruktívne zvládnuť bolestné životné okolnosti a opäť sa otvoriť svetu.

Cieľová skupina: žiaci ZŠ (individuálna aj skupinová realizácia)

Trvanie: podľa potreby, min. 1-2 stretnutia v rozsahu 2 vyuč. hodín

### *Konziliárne stretnutia*

Cieľ: Spoločné stretnutia odborníkov, rodičov a pedagógov zainteresovaných na probléme dieťaťa alebo žiaka, ktoré smerujú k riešeniu problémov, zjednoteniu výchovných a vzdelávacích postupov.

### *Rodičovské stretnutia*

Cieľ: Spoločné stretnutia rodičov vedené odbornými zamestnancami CPPPaP, s cieľom zdokonalenia rodičovských zručností, nácviku nových zručností potrebných pri výchove a oboznámenia sa s efektívnymi spôsobmi riešenia úskalí vo výchove a vzdelávaní. Skupinová činnosť prebieha v uvoľnenej atmosfére s možnosťou otvorenej diskusie na rôzne témy, ktoré zaujímajú rodičov.

Cieľová skupina: rodičia

Termíny: **26.9. o 15.00 hod.**

**07.11. o 15.00 hod.**

**12.12. o 15.00 hod.**

Termíny rodičovských stretnutí v roku 2019 budú zverejnené na našej webovej stránke [www.centrumtvrdosin.sk](http://www.centrumtvrdosin.sk)

## 4. PREDNÁŠKOVÁ ČINNOSŤ

- účasť na rodičovských združeníach podľa požiadaviek MŠ, ZŠ a SŠ na rôzne témy:
  - školská pripravenosť
  - nebezpečenstvá internetu
  - efektívne učenie
  - informácie o teste rizika porúch učenia a pod.
- prednášky pre žiakov ZŠ, SŠ a gymnázií podľa požiadaviek škôl s rôznym tematickým zameraním

## 5. DEPISTÁŽNA A SKRÍNINGOVÁ ČINNOSŤ

### **Test rizika porúch čítania a písania**

**Cieľ:** Individuálna skrínigová činnosť v nultých a prvých ročníkoch ZŠ so zameraním na podchytenie a prevenciu špecifických porúch učenia a reči. Cieľom včasného skrínigu rizík porúch učenia je odhaliť možné problémy v jednotlivých predpokladoch pre čítanie a písanie, a následne zvoliť správne pedagogické vedenie, prípadne podporné programy formou reedukácií zameraných na tréning oslabených oblastí.

Včasným odhalením detí, ktoré by mohli mať problémy v čítaní a písaní môžeme prispieť k minimalizácii ich ťažkostí. Umožní nám to cielene sa zamerať na ich špecifické potreby, a tým zároveň predídeme traumatizácii, frustrácii a školským neúspechom žiakov. Individuálna diagnostika v priestoroch ZŠ počas vyučovania (potrebne zabezpečiť vhodnú nerušenú miestnosť).

Interpretácia výsledkov zákonným zástupcom prebieha zvyčajne v poobedňajších hodinách v priestoroch ZŠ. Je potrebné zo strany ZŠ zabezpečiť vhodnú miestnosť a spísať predbežný časový rozpis, v akom čase si budú rodičia prichádzať na interpretáciu výsledkov svojho dieťaťa (časový interval potrebný pre interpretáciu výsledkov jedného žiaka je 10-15 minút).

**Cieľová skupina:** žiaci nultých a 1. ročníkov ZŠ

**Trvanie:** podľa počtu žiakov (20 minút 1 žiak)

**Zameranie:** skrínig a prevencia špecifických porúch učenia

### **Čitateľské zručnosti**

**Cieľ:** Včasné zachytenie možných ťažkostí s čítaním, ktoré môžu byť v niektorých prípadoch aj prejavom dyslexie. V prípade potreby vieme efektívne pomôcť následným poradenstvom, prípadne špecificky cieleňou špeciálnopedagogickou intervenciou.

**Cieľová skupina:** žiaci 2.-3. ročníkov ZŠ

**Trvanie:** podľa počtu žiakov (20 minút 1 žiak)

**Zameranie:** skrínig a prevencia špecifických porúch učenia

### **Čitateľská gramotnosť**

**Cieľ:** Skrínigová skupinová diagnostika zameraná na zistenie schopnosti čítať s porozumením u žiakov. Diagnostiku realizujeme ako službu školám pre potreby učiteľov s cieľom zistenia úrovne čítania s porozumením, identifikáciu následných krokov a možnosti nápravy.

**Cieľová skupina:** žiaci ZŠ, SŠ a gymnázií

**Trvanie:** 1 vyučovaciu hodinu (v skupine max. 30 žiakov)

**Zameranie:** skrínig schopnosti čítať s porozumením

## ĎALEJ PONÚKAME

- prezentačná akcia stredných odborných škôl a gymnázií pre žiakov 9. ročníka ZŠ a rodičov „Burza povolání“
- individuálne konzultácie a poradenstvo pre rodičov, učiteľov
- účasť pri zápisoch detí do 1. ročníka ZŠ

Realizácia programov a aktivít z ponuky služieb je **limitovaná** reálnymi personálnymi a organizačnými možnosťami CPPPaP Tvrdošín.

V prípade **akútneho problému** alebo **krízovej intervencie** školu s daným problémom uprednostníme pred plánovanými preventívnymi aktivitami.

Realizácia iných úloh podľa aktuálnych potrieb škôl a plánu činností CPPPaP.

## SLOVO NA ZÁVER

- Ak Vás zaujali preventívne programy a aktivity z našej ponuky je potrebné nám zasláť poštou, mailom príp. osobne písomnú žiadosť s konkrétnym názvom programu, uvedením triedy a počtu žiakov, meno a kontakt na triedneho učiteľa. Na základe žiadosti Vás budeme späťne kontaktovať a dohodneme termín realizácie.
- Aktuálne informácie nájdete na našej webovej stránke: [www.centrumtvrdosin.sk](http://www.centrumtvrdosin.sk), príp. nás kontaktujte telefonicky na tel. č. 043 / 5391 160, 0911 539 116, resp. e-mailom na adrese: [centrumtvrdosin@centrumtvrdosin.sk](mailto:centrumtvrdosin@centrumtvrdosin.sk)
- Na našej webovej stránke v záložke Dokumenty – Tlačivá nájdete žiadosti, školské záznamy, pozorovacie schémy, súhlasy zákonného zástupcu a ďalšie potrebné dokumenty.

## ODBORNÍ PRACOVNÍCI CPPPaP TVRDŠÍN

**Mgr. Adriána Kajanová**

riaditeľka, psychológ  
[kajanova@centrumtvrdosin.sk](mailto:kajanova@centrumtvrdosin.sk)

**PhDr. Katarína Kocianová**

psychológ  
[kocianova@centrumtvrdosin.sk](mailto:kocianova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Agáta Maderová (Bartošová)**

psychológ  
[bartosova@centrumtvrdosin.sk](mailto:bartosova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Gabriela Mišeková**

špeciálny pedagóg  
[misekova@centrumtvrdosin.sk](mailto:misekova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Margita Páneková**

špeciálny pedagóg  
[panekova@centrumtvrdosin.sk](mailto:panekova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Denisa Šálková**

sociálny pedagóg  
[salkova@centrumtvrdosin.sk](mailto:salkova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Eva Tyrolová**

sociálny pedagóg  
[tyrolova@centrumtvrdosin.sk](mailto:tyrolova@centrumtvrdosin.sk)

**Mgr. Gabriela Kapalová**

**Mgr. Miroslava Hucíková**

špeciálny pedagóg - logopéd

**Máte v triede žiaka s problémami v čítaní,  
písaní alebo počítaní?**

**Máte problémové triedne kolektívy?**

**Čo ďalej s problémovým správaním žiaka?**

**Chcete predísť prejavom rizikového správania  
u vašich žiakov?**

**Chcete pomôcť vašim žiakom pri výbere správnej  
SŠ alebo VŠ?**

**Alebo vy potrebujete nabráť nové sily,  
zrelaxovať, prípadne poradiť ako ďalej?**

Tieto a mnoho ďalších otázok Vám pomôže zodpovedať  
kolektív zamestnancov CPPPaP v Tvrdošíne.

Tešíme sa na Vás...

**naše služby sú  
BEZPLATNÉ**

Autori: kolektív zamestnancov CPPPaP Tvrdošín.  
Text neprešiel jazykovou úpravou!

Vydané pre vnútornú potrebu škôl  
a školských zariadení v okrese Tvrdošín.

