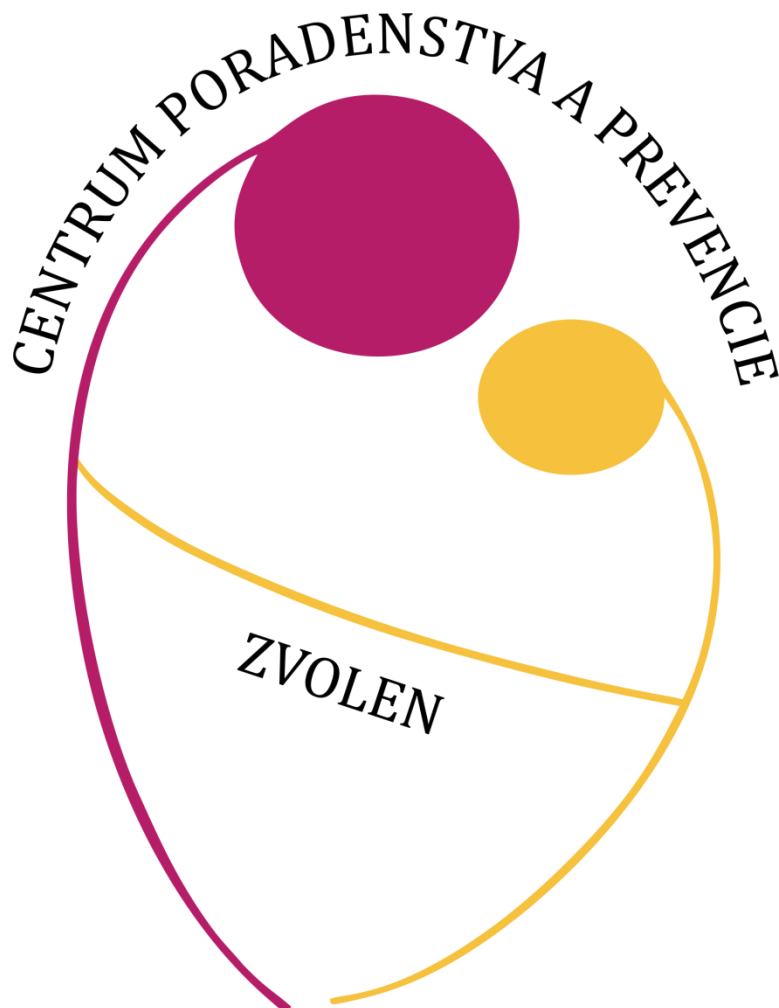




**"Je ľahšie budovať silné deti
ako opravovať zlomených ľudí".**

F. Douglass

ŠKOLSKÝ ROK 2026/2027

/PONUKA PRE MATERSKÉ, ZÁKLADNÉ A STREDNÉ ŠKOLY/

Hlavné sídlo:

Dukelských hrdinov 44, 960 01 Zvolen, 045/ 533 55 02

Elokované pracoviská:

Kuzmányho nábrežie 18, 960 01 Zvolen, 045/ 547 95 90

I. Lihoveckého 1805/12, 960 01 Zvolen,, 045/545 93 87

Bočkayho námestie 10, 963 01 Krupina, 045/ 551 24 93

Mail: cppzvolen@gmail.com / Web: www.cppzvolen.sk



[sledujte nás](#)

Obrázok z www.freepik.com

OBSAH

KONTAKTY	2
CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE - ZVOLEN	3
MATERSKÉ ŠKOLY.....	6
INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA.....	6
SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA.....	6
KRÍZOVÁ INTERVENCIA	7
TERAPIE A PODPORA	8
STIMULAČNÉ PROGRAMY	9
PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA.....	10
PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV	13
ZÁKLADNÉ ŠKOLY	17
INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA.....	17
SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA.....	17
KRÍZOVÁ INTERVENCIA	19
TERAPIE A PODPORA:	19
PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA.....	22
KARIÉROVÁ VÝCHOVA A PORADENSTVO	30
PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV	33
STREDNÉ ŠKOLY.....	38
INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA.....	38
SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA.....	38
KRÍZOVÁ INTERVENCIA	40
TERAPIE A PODPORA	40
PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA.....	42
KARIÉROVÁ VÝCHOVA A PORADENSTVO	50
PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV	51
NAŠI NAJBLIŽŠÍ SPOLUPRACOVNÍCI - ZVOLEN	56
NAŠI NAJBLIŽŠÍ SPOLUPRACOVNÍCI - KRUPINA	57
PLÁN REALIZÁCIE AKTIVÍT	58
TERMÍNOVNÍK.....	59

KONTAKTY

Riaditeľka

PhDr. Mgr. BEATA GRASSL. tel.: 045/547 95 90, email: beatagrassl@gmail.com,
web: www.cppzvolen.sk

Hlavné sídlo Dukelských hrdinov 44, 960 01 ZVOLEN

tel.: 045/533 55 02, e-mail: cppzvolen@gmail.com, web: www.cppzvolen.sk

Mgr. Elena Sládeková	špeciálna pedagogička/ zástupkyňa riaditeľky
Mgr. Ema Prostináková	špeciálna pedagogička
Mgr. Katarína Borecká	špeciálna pedagogička
Mgr. Petra Patúšová	psychologička
Mgr. Mariana Klimová	sociálna pedagogička
Mgr. Matej Almáši, PhD.	sociálny pedagóg
Mgr. Martina Ďarmatiová	kariérová poradkyňa
Anna Majerová	administratívna pracovníčka

Elokované pracovisko Kuzmányho nábrežie 18, 960 01 ZVOLEN

tel.: 045/547 95 90, e-mail: cppzvolen@gmail.com, web: www.cppzvolen.sk

PhDr. Mgr. Beata Grassl	psychologička/riaditeľka
Mgr. Vивиána Murin	psychologička
Mgr. Jana Hossová	psychologička
Mgr. Petra Gajdošová	psychologička
Mgr. Klaudia Vojtková	psychologička
Gabriela Mikulčíková	ekonómka

Elokované pracovisko I. Lihoveckého 1805/12, 960 01 ZVOLEN

tel.: 045/545 93 87, e-mail: cppzvolen@gmail.com, web: www.cppzvolen.sk

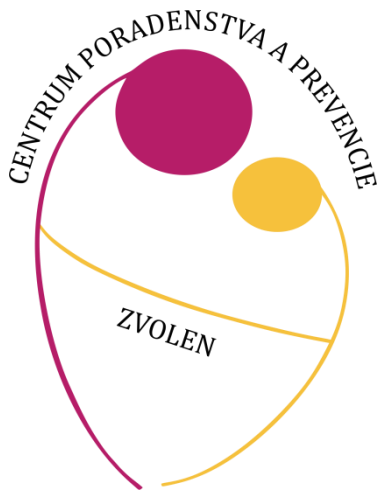
Mgr. Ivana Kučerová	psychologička
Mgr. Natália Papúchová	psychologička
Mgr. Maroš Mlynárik	psychológ
Mgr. Lucia Luptáková	špeciálna pedagogička
Mgr. Monika Mikušinec Grmanová	logopedička
Mgr. Barbora Hricová	liečebná pedagogička
PhDr. Katarína Kurčíková, PhD.	arteterapeutka

Elokované pracovisko Bočkayho námestie 10, 963 01 KRUPINA

tel.: 045/551 24 93, e-mail: cppzvolen@gmail.com, web: www.cppzvolen.sk

Mgr. Jana Vretničková	špeciálna pedagogička
Mgr. Veronika Kohútová	psychologička
Mgr. Zuzana Strhárska	sociálna pedagogička

Materská dovolenka: Mgr. V. Schmidtová a Mgr. M. M. Kučerová



CENTRUM PORADENSTVA A PREVENCIE - ZVOLEN

Centrum poradenstva a prevencie (CPP) Zvolen v zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130, ods. 1), ods. 2), ods. 3), ods. 4) a ods. 5) vykonáva **odbornú činnosť**, ktorou je **poradenská činnosť**, **psychologická činnosť**, **pedagogická činnosť**, **špeciálno-pedagogická činnosť**, **logopedická činnosť**, **liečebno-pedagogická činnosť**, **sociálno-pedagogická a sociálna činnosť** zameraná na optimalizáciu osobnostného, intelektuálneho, psychického, sociálneho a

kariérového vývinu detí od narodenia až po ukončenie prípravy na povolanie. CPP poradenskú činnosť poskytuje aj zákonným zástupcom detí alebo žiakov, zástupcom zariadenia, pedagogickým zamestnancom alebo odborným zamestnancom. CPP spolu so pedagogickými zamestnancami, školským podporným tímom alebo odbornými zamestnancami škôl v školách tvorí systém poradenstva a prevencie. **CPP a ďalšie subjekty systému poradenstva a prevencie multidisciplinárne spolupracujú** najmä so zákonnými zástupcami, zástupcami zariadenia, školami, zamestnávateľmi, orgánmi verejnej správy a ďalšími subjektami, ktoré sa zaoberajú výchovou a vzdelávaním. V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 131, ods. 1) a ods. 4) **CPP uskutočňuje odbornú činnosť v súlade s výkonovými a obsahovými štandardmi výchovného poradenstva prostredníctvom podporných úrovní tretieho stupňa:**

PODPORNÁ ÚROVEŇ TRETIEHO STUPŇA:

Činnosti podpornej úrovne tretieho stupňa vykonáva odborný zamestnanec CPP. Činnosti podpornej úrovne tretieho stupňa zahŕňajú:

- základnú diagnostiku, čiastkovú diagnostiku, komplexnú diagnostiku, špecializovanú diagnostiku a diferenciálnu diagnostiku,
- špecializované odborné činnosti,
- poradenstvo,
- prevenciu,
- intervenciu,
- krízovú intervenciu,
- terapiu,
- rehabilitáciu a reedukáciu,
- zabezpečovanie kompenzačných, reedukačných a špeciálnych edukačných pomôcok,
- metodickú činnosť a supervíznu činnosť pre školský podporný tím, pedagogických zamestnancov, odborných zamestnancov a zákonných zástupcov alebo zástupcov zariadenia.

V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130, ods. 4), § 132, ods. 1) CPP poskytuje činnosti podpornej úrovne tretieho stupňa **deťom a žiakom najmä v oblasti ich osobnostného, vzdelávacieho a kariérového rozvoja.**

V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 131 ods. 2) a ods.3) činnosti podpornej úrovne prvého stupňa vykonáva pedagogický zamestnanec, odborný zamestnanec školy a školský podporný tím. Činnosti podpornej úrovne druhého stupňa vykonáva školský špeciálny pedagóg a odborný zamestnanec školy v spolupráci so zariadením poradenstva a prevencie a ďalší členovia školského podporného tímu okrem pedagogického asistenta. Viac nájdete v zákone č. 245/2008 Z. z., § 131 ods. 2) a ods.3).

V Teoretickom a praktickom sprievodcovi: Školský podporný tím z dielne Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie Bezáková et al. (2022, s. 21) uvádza: „**V prípade, že podpora na úrovni prvého stupňa nie je postačujúca**, triedny učiteľ, pedagogický asistent s podporou školského podporného tímu **navrhne**, aby sa danému dieťaťu/žiakovi či skupine (triednemu alebo inému kolektívu a pod.) **poskytovala podpora na úrovni druhého stupňa podpory**.“ Pokračuje, že **v prípade, že podpora na podpornej úrovni druhého stupňa nie je dostačujúca škola navrhne podporu v CPP** (Bezáková et al., 2022). Avšak Bezáková et al. (2022, s. 22) dodáva, že: „Prechod medzi 2. a 3. stupňom je mimoriadne dôležitý a prepája sa najmä v práci s komplexnými prípadmi, keď dieťa/žiak a jeho rodina alebo trieda/škola vyžaduje multidisciplinárnu až medzirezortnú spoluprácu. Takáto spolupráca je nevyhnutná a nemožno ju realizovať bez prepojenia práce školského podporného tímu a odborného zamestnanca CPP. Ak sa aj preklopí priestorovo nejaká časť práce do CPP, musí byť prepojená s prirodzeným prostredím školy a rodiny. To je základná zmena prístupu k odbornej práci v kontexte podpornej úrovne – **neustále smerovať podporu späť na prvý stupeň podpornej úrovne, do bežného prostredia dieťaťa/žiaka**.“

V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4), ods. 9) a ods.10) CPP vykonáva odbornú činnosť pre dieťa **na základe vopred udeleného informovaného súhlasu zákonného zástupcu alebo zástupcu zariadenia**, ak ide o **plnoletú fyzickú osobu, na základe jej vopred udeleného informovaného súhlasu**. Informovaný súhlas **sa nevyžaduje**:

- ak ide o poskytnutie informácií **orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately** o vykonanej odbornej činnosti okrem informácií o zdravotnom stave.
- v rámci **prevencie** alebo **krízovej intervencie** v škole alebo v školskom zariadení v rozsahu podľa výkonových a obsahových štandardov výchovného poradenstva,
- na základe rozhodnutia **súdu alebo orgánu sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately**,
- na **žiadosť dieťaťa**.

V súlade s touto zákonnou výnimkou Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach výslovne stanovuje, že pri preventívnych aktivitách realizovaných CPP v oblasti šikanovania sa informovaný súhlas zákonného zástupcu nevyžaduje (Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky, 2025).

Avšak v rámci prevencie v prípade spracúvania osobných údajov pri realizácii preventívno-výchovnej činnosti zabezpečí odborný zamestnanec **informovaný súhlas rodičov alebo zákonných zástupcov so spracúvaním osobných údajov detí** („Výkon odbornej činnosti prevencia“, 2024–2025).

Zdroj:

Bezáková, J., Vančová, A., Gmitrová, E., Kolarovičová, M., Lednická, L., Majzlanová, K., Sopková, E., Špotáková, M., & Vancu, M. (2022). *Školský podporný tím: Teoretický a praktický sprievodca*. Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie. https://vudpap.sk/wp-content/uploads/2023/01/MANUAL_SPT_web.pdf

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2025). *Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach*. <https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf>

Výkon odbornej činnosti prevencia. (2024–2025). In Z. Vojtová, J. Malík, M. Uríková, L. Lenická, & E. Lazová (Zost.), *Výkonové štandardy odborných činností*. Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. <https://www.minedu.sk/vykonove-standardy-odbornych-cinnosti/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbierky/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

MATERSKÉ ŠKOLY



Ak nie je uvedený pri činnosti konkrétny okres, činnosť sa vykonáva spravidla v oboch okresoch.

INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA

- vyšetrenie školskej spôsobilosti
- poruchy správania
- poruchy pozornosti
- intelektové schopnosti
- všeobecné intelektové nadanie
- zdravotné postihnutie (mentálne, sluchové, zrakové, telesné, viacnásobné)
- narušená komunikačná schopnosť
- autizmus alebo ďalšie pervazívne vývinové poruchy

Individuálna diagnostika môže pozostávať zo psychologickej, špeciálno-pedagogickej a logopedickej diagnostiky. Spoločne s individuálnou diagnostikou poskytujeme následne poradenstvo či konzultácie, v prípade potreby psychologickú starostlivosť, špeciálno-pedagogické reedukácie alebo logopedické intervencie. **Individuálne logopedické intervencie sa realizujú iba v CPP.**

Prihlášky možno zasielať priebežne počas celého školského roka poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA

- depistážne vyšetrenie v MŠ pre deti predškolského veku
- depistážne logopedické vyšetrenie pre deti predškolského veku

NOVÁ FORMA PRETESTOVANIA ŠKOLSKEJ ZRELOSTI V ŠK. ROKU 2026/2027

Bude prebiehať podľa aktuálneho školského zákona a rešpektovania stupňov podpory 1.-5. stupeň. Depistážneho vyšetrenia sa zúčastnia len nezrelé a otázne deti, ďalej deti, ktoré pokračujú v plnení povinného predprimárneho vzdelávania a deti so ŠVVP. Zrelé deti sa depistážneho vyšetrenia v šk. roku 2026/2027 nezúčastňujú. Pretestovanie sa bude realizovať po dohode s MŠ v termínoch január – marec 2027. **Prihlášku na depistáž posilať do 09. 11. 2026.**

INDIVIDUÁLNE VYŠETRENIA

Školskej spôsobilosti, všeobecného intelektového nadania a posúdenia vhodnosti výnimočného prijatia dieťaťa na plnenie PŠD prebiehajú v mesiacoch február - máj.

DEPISTÁŽNE LOGOPEDICKÉ VYŠETRENIE

Sa realizuje v prvom polroku školského roka po dohode s MŠ. **Prihlášku na depistáž posielat' do 07. 11. 2026** s počtom predškolákov. Logopedická depistáž je zameraná dominantne pre predškolákov, kedy majú deti ukončené fonematické uvedomovanie a autokorekcia výslovnosti je pravdepodobne ukončená. Pri mladších deťoch sledujte len výrazné problémy – kedy do 3-4 rokov absolútne nerozprávajú, prípadne povedia len 10-15 slov, nerozumejú inštrukciám, v reči sú prítomné výrazné dysgramatizmy. Deti do 4,5 roku majú predpoklad na autokorekciu reči a výslovnosti.

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

CPP poskytuje odbornú činnosť – krízová intervencia – v začiatku mimoriadnej udalosti s traumatickým potenciálom v škole:

- **Niektó zomrie (nehoda, vražda, samovražda), alebo je nezvestný.**
- **Niektó utrpí vážne zranenie, vážne ochorenie, alebo je inak poškodený, tiež ak náhle umrie pedagóg. Niektó spôsobí smrť alebo vážne zranenie.**
- **Školská komunita je ohrozená prírodnou katastrofou, pandémiou, teroristickým útokom, výbuchom, požiarom.**

Zasiiahnuté sú deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy. Ich rodina, alebo blízki. Mimoriadna udalosť sa môže stať v škole, alebo v školskom zariadení, na školskej akcii, aj mimo školského prostredia.

Určené pre: zasiahnutí mimoriadnou udalosťou: deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy, ich rodina, alebo blízki

Trvanie: podľa potreby

Šikanovanie v školách a v školských zariadeniach nie je predmetom krízovej intervencie. Tento problém riešia odborní zamestnanci CPP v spolupráci so školou prostredníctvom druhej a tretej úrovne podpory (selektívna a indikovaná prevencia).

Žiadosť o krízovú intervenciu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TERAPIE A PODPORA

V prípade potreby na základe výsledkov z individuálnej alebo skupinovej diagnostiky okrem inej intervencie ponúkame aj terapie a podporu.

NOVINKA

TERAPIA HROU A FILIÁLNA TERAPIA

Pre deti je hra oveľa viac než len zábava. Je to ich prirodzený jazyk. Zatiaľ čo dospelí o svojich trápeniach hovoria, deti ich prehrávajú. Prostredníctvom hračiek vyjadrujú svoj strach, hnev, smútok, ale aj radosť a túžby. Ak dieťa prechádza náročným obdobím (rozvod rodičov, nástup do škôlky, narodenie súrodenca, úzkosti či výbuchy hnevu), tieto dve metódy mu dokážu hlboko pomôcť. Terapeut poskytuje bezpečné prostredie, prijatie a empatiu. Reflektuje pocity dieťaťa a pomáha mu pomenovať to, čo prežíva. Cieľom je podporiť sebadôveru dieťaťa, jeho vnútornú silu a schopnosť riešiť problémy.

Je určená pre: deti od 3-10 rokov.

Filiálna terapia je forma rodinnej terapie a tréningu zručností, kde sa terapeutom svojho dieťaťa stáva sám rodič. Cieľom je hlboko prepojiť vzťah medzi rodičom a dieťaťom, posilniť vzájomnú dôveru a zlepšiť správanie dieťaťa v domácom prostredí.

ARTETERAPIA

Využíva prvky psychoterapie prostredníctvom rôznych foriem umenia ako spôsob komunikácie. Zmyslové podnety v nej slúžia ako prostriedok sebvýjadrenia. Cieľom arteterapie je naštartovať u človeka sebaliečebný proces a umožniť mu objaviť spôsob vyjadrenia emócií, psychických procesov a vzťahov, ktoré nie vždy možno vyjadriť slovne. Zároveň tento druh terapie umožňuje spoznať vlastný potenciál a zvýšiť sebauvedomenie, sebaopoznanie a podporuje rast osobnosti. Arteterapia pracuje s predstavivosťou, ponúka iný pohľad na svet a samých seba. Učí nás viac precitovať, vnímať, premýšľať, tvoriť, reflektovať. Podnetom pre prácu arteterapeutky s klientom je kresba, práca s hlinou aj tvorivé písanie. Cieľom stretnutia je lepšie pochopenie vlastného vnútra, vyjadrenie a poznávanie svojich pocitov. Výsledné dielo sa neanalyzuje ani nehodnotí z výtvarného hľadiska, ide o uvedomenie si svojich emócií, rozvoj tvorivosti, relaxáciu, sebaopoznávanie.

Ponuka:

- **individuálna arteterapia**
- **individuálna artefiletika**
- **skupinová arteterapia**
- **rodinná arteterapia**
- **podporná arteterapeutická skupina pre rôzne cieľové skupiny**

Viac informácií na [TU](#)

PODPORNÁ SKUPINA PRE RODIČOV

Cieľom stretnutí je podporiť rodičov vo výchove svojich detí, poskytnúť im bezpečný priestor, kde môžu otvorene diskutovať a vymieňať si svoje skúsenosti, porozumieť správaniu svojich detí; posilniť ich vo vyjadrovaní vlastných pocitov, očakávaní

a potrieb; získavať nové podnety a ventilovať svoje problémy. Témy vieme prispôbiť záujmu rodičov

Určené pre : zákonných zástupcov detí a žiakov

Trvanie: počas školského roka (1 stretnutie trvá 1,5 hodiny)

EDUKÁCIA RODIČOV NA RODIČOVSKÝCH ZDRUŽENIACH

Cieľom stretnutia je priblížiť zákonným zástupcom žiakov témy prevencie rizikového správania, ktoré vyberie rodič, pedagogický zamestnanec, odborný zamestnanec školy alebo odborný zamestnanec CPP na základe anamnestických údajov žiaka/situácie/skupiny. Stretnutie sa realizuje na pôde školy počas rodičovského združenia.

Určené pre : zákonných zástupcov detí, zamestnancov školy

Trvanie: podľa dohody

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

STIMULAČNÉ PROGRAMY

TRÉNING FONEMATICKÉHO UVEDOMOVANIA PODĽA EL'KONINA

Stimulačný program pre predškolákov, deti s odloženou školskou dochádzkou, žiakov 1.roč, ktorí nemajú zvládnuté fonemické uvedomovanie - spolu s deťmi navštívime Krajinu slov a hlások, kde vládne Kráľovná Grafia, býva Majster Slabika, Majster Dížeň, nezbedný Bacil Omyl a ďalší dôležitý občania. Hravou formou rozvíjame fonemické uvedomovanie, ktoré je dôležité pre úspešný nácvik čítania v škole. Trénujeme tiež grafomotorické, sociálne a ďalšie školské zručnosti.

Cena potrebného šlabikára je cca 16 euro.

Určené pre: predškoláci a deti po OPŠD, žiakov 1.roč

Trvanie: 1x týždeň x 60 min. (medzi stretnutiami deti spolu s rodičmi vypracujú úlohy na doma). Program je dlhodobý, počas väčšej časti školského roka.

Realizované v CPP.

STIMULAČNÝ PROGRAM OVEČKY

Metodika je určená pre deti predškolského veku až pre žiakov 1. ročníka, ktorí nemajú zvládnutú analýzu a syntézu hlások, rozvinuté fonemické uvedomovanie, majú problémy s pozornosťou, prípadne si potrebujú rozvíjať slovnú zásobu v oblastiach, ktoré má mať predškolák zvládnuté. Stimulačný program sa skladá zo 16 lekcií, ktoré sú dominantne zamerané na rozvíjanie všeobecných vedomostí predškoláka, vzájomne sa prelínajú a v rámci jednej lekcie sú rozvíjané 3 zložky:

- **rozvíjanie čiastkových funkcií – pozornosť, figúra -pozadie, pravo-ľavá orientácia ...**
- **rozvíjanie všeobecných vedomostí potrebných pre predškoláka – meno, adresa, ročné obdobia, oblečenie, jedlo, zvieratá, športy, povolania, zdravie ...**
- **rozvíjanie fonemického uvedomovania, nácvik analýzy a syntézy, pojmy samohlásky, spoluhlásky, dvojhlásky**

Určené pre: (vid'. úvodný text programu)

Trvanie: Počet vzdelávacích hodín 8h – 4x2h

Prihlásenie účastníkov: **najneskôr do 15. 11. 2026**

Realizované v CPP

KOMPLEXNÝ STIMULAČNÝ PROGRAM MIRABILIS

Má za cieľ naštartovať a rozvíjať schopnosti a zručnosti, ktoré sú kľúčové pre úspešné napredovanie dieťaťa v učení. Hry a činnosti sú zamerané na rozvíjanie grafomotoriky, priestorovej orientácie, zrakového a sluchového vnímania, pamäti, pozornosti a záujmu o učenie. Práca v MŠ alebo v CPP v skupine 6-12 detí.

Určené pre: predškolační a deti po OPŠD

Trvanie: 5 x 1 hod., realizované v MŠ (PP je vhodné absolvovať v období do max. 2 týždňov)

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

DÔLEŽITÉ!

Podľa dokumentu [Pedagogicko-organizačných pokynov na školský rok 2026/2027](#) ktorý vydalo Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky ([MŠVVaM SR], 2026), prvý stupeň podporných úrovní ustanovuje, že **univerzálne preventívne aktivity sú vykonávané už na úrovni triedneho učiteľa. Realizáciou preventívnych programov sa napĺňa aj štátny vzdelávací program.** Odborná činnosť „prevencia rizikového správania“ je vykonávaná v súlade s obsahovým štandardom. Priority a odporúčania:

- Pri realizácii preventívnych činností **spolupracovať so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4) a s Policajným zborom.
- Uprednostnenie **dlhodobých a overených** preventívnych programov a strategický výkon prevencie.
- Posilnenie preventívnych aktivít zameraných na **posilňovanie vzťahov, prijímanie inakosti a toleranciu a psychickú odolnosť**. Ako napríklad zavedenie pravidelných “Ranných kruhov” a “Hodín duševnej pohody”
- **Aktívna spolupráca so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4), sociálnou kuratelou a Policajným zborom v prípade **žiacov, u ktorých sa vyskytli pretrvávajúce alebo kritické prejavy násilia, ktorí sa stali obeťami násilia alebo prejavujú suicidálne tendencie, alebo majú iný problém.**

Pri realizácii preventívnych činností sa **školám dôrazne odporúča vopred preverovať externé subjekty a nimi ponúkané programy**. Na tento kritický postup dlhodobo apeluje Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej

republiky (MŠVVaM SR, 2023), pričom v prípade pochybností je žiaduce overiť ich kredibilitu na cirkevnom odbore Ministerstva kultúry Slovenskej republiky (MK SR, 2024b) alebo prostredníctvom organizácie Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou (Integra, n.d.). Táto inštrukcia zostáva v platnosti aj pre aktuálne obdobie, čo potvrdzujú najnovšie *Pedagogicko-organizačné pokyny na školský rok 2026/2027* (MŠVVaM SR, 2026, s. 29 - 30), ktoré školám priamo odporúčajú metodickú príručku „Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí“ (MK SR, 2024a) a „Pozor. Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov.“ (MK SR, 2024c).

Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou. (n.d.). *Hlavný cieľ a zameranie občianskeho združenia*. <https://oz-integra.sk/>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024a). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí: Metodicko-informačná príručka*. <https://www.culture.gov.sk/storage/2024/01/AkoRozoznatBezpecneSpolocenstvo-FINALNA.pdf>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024b, 9. január). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline priestore*. <https://www.culture.gov.sk/sk/aktualita/ako-rozpoznať-bezpecne-spolocenstvo-v-online-a-offline-priestore>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024c, 12. marec). *Pozor Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov*. <https://oz-integra.sk/letak-podozrive-spolocenstva-ako-rozoznas-nebezpecnu-skupinu-pomoze-ti-tychto-15-znakov/>

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2023, 31. máj). *Sprievodca školským rokom 2023/2024*. <https://www.minedu.sk/data/att/008/27223.19e68d.pdf>

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2026, 29. máj). *Pedagogicko-organizačné pokyny na školský rok 2026/2027*. <https://www.minedu.sk/pedagogicko-organizacne-pokyny-na-skolsky-rok-20262027/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbierky/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

ROZVOJ ŽIVOTNÝCH ZRUČNOSTÍ

/Preventívne programy: /

DRUHÝ KROK

Preventívny program zameraný na sociálny a emocionálny rozvoj detí v materských školách a na 1. stupni základných škôl. V rámci programu sa deti učia byť empatickými, dobre komunikovať s inými, správne riešiť konflikty, neubližovať iným a zvládať agresiu a hnev.

Určené pre: predškoláci, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 5 stretnutí (jedno stretnutie trvá 45 min.)

EQ VÝCHOVA - HRAVÝ SPRIEVODCA ZLOŽITÝM SVETOM DETSKÝCH EMÓCIÍ

Program, ktorý vznikol s cieľom oboznámiť deti s prežívaním. Program rozvíja emocionálnu inteligenciu. Program pracuje s knihou príbehov o malom opičiakovi Edovi, ktorý sa borí s najrôznejšími problémovými situáciami, od narodenia súrodenca až po hnev, strach, smútok. Pomocou príbehov, pexesa a spoločenskej hry sa predškolák postupne učí svoje emócie spoznávať a zvládať. Program je určený deťom od 3 do 8 rokov, no najmä predškolákom. Program je pomocníkom ako pre deti, tak aj pre dospelých, pretože zobrazuje, ako sa dajú ťažké životné situácie zvládnuť.

Určené pre: predškoláci, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 5 stretnutí

PREVENCIA NÁSILNÉHO SPRÁVANIA (ŠIKANOVANIE, PREJAVY AGRESIVITY) A PREVENCIA RADIKALIZÁCIE A EXTREMIZMU

/Preventívne programy: /

KOZMO A JEHO DOBRODRUŽSTVÁ

Program je určený pre deti od 3 do 8 rokov. Hlavný hrdina kozmonaut Kozmo pochádza z planéty Zem. Veľmi rád lieta vesmírom a objavuje nové planéty. Na nich vždy nájde niečo nové a zaujímavé, spoznáva nových kamarátov. Zvláda aj nečakané stretnutia s mimozemšťanmi, ktorí ubližujú slabším alebo sa druhým posmievajú. Kozmonaut Kozmo našťastie zlé správanie vždy rozpozná a vie, ako sa správa dobrý pozemšťan. Príbehy, ktoré zažíva vo vesmíre prináša k deťom. Deti zážitkovou formou spoznávajú želané správanie medzi spolužiakmi. Hravou formou s deťmi preventívne hovoríme o ochrane ľudských práv a slobôd, snažíme sa predchádzať všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie.

Určené pre: deti od 3 do 8 rokov

Trvanie: 5 stretnutí (jedno stretnutie trvá 30 minút), **okres Zvolen**

SELEKTÍVNA/INDIKOVANÁ PREVENCIA

/Krátkodobá intervencia: /

NOVINKA

SKUPINOVÁ INTERVENCIA

Na základe analýzy situácie v triede odborný zamestnanec CPP za aktívnej spolupráci pedagogického/odborného zamestnanca školy realizuje v triednom kolektíve intervenciu ušitú na mieru potrebám triedy. Táto intervencia reaguje na konkrétny identifikovaný problém s cieľom stabilizovať situáciu a obnoviť bezpečné prostredie pre všetkých žiakov. Na rozdiel od preventívnych programov ide v tomto prípade o časovo ohraničený, krátkodobý zásah.

Určené pre: žiaci MŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: maximálne 3 x 2 vyučovacie hodiny

DÔLEŽITÉ!

Informovaný súhlas zákonného zástupcu sa pri **preventívnych aktivitách CPP v školách nevyžaduje**, ak činnosť neprekračuje rámec výkonových a obsahových štandardov výchovného poradenstva (§ 130 ods. 4) a 10) zákona č. 245/2008 Z. z.). V zmysle § 131 ods. 1) a 4) tohto zákona CPP uskutočňuje túto odbornú činnosť v súlade s výkonovými a obsahovými štandardmi výchovného poradenstva prostredníctvom podporných úrovní tretieho stupňa. Túto výnimku aplikuje aj *Smernica č. 1/2025* na preventívne aktivity v oblasti šikanovania (Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky, 2025).

Avšak **v prípade spracúvania osobných údajov** pri realizácii preventívno-výchovnej činnosti **CPP zabezpečí odborný zamestnanec informovaný súhlas rodičov alebo zákonných zástupcov so spracúvaním osobných údajov detí** („Výkon odbornej činnosti prevencia“, 2024–2025). Súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Zdroj:

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2025). *Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach*. <https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf>

Výkon odbornej činnosti prevencia. (2024–2025). In Z. Vojtová, J. Malík, M. Uríková, L. Lenická, & E. Lazová (Zost.), *Výkonové štandardy odborných činností*. Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. <https://www.minedu.sk/vykonove-standardy-odbornych-cinnosti/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbiery/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

Počas realizácie preventívnej činnosti/intervencie je potrebná prítomnosť jedného pedagogického alebo odborného zamestnanca školy, prípadne školského podporného tímu (člen) alebo triedneho učiteľa, ak o to realizátor preventívnej činnosti/intervencie požiada, v opačnom prípade sa preventívna činnosť/intervencia nebude dať zrealizovať.

Prihlášky na PREVENTÍVNU ČINNOSŤ/INTERVENCIU možno posilať priebežne počas školského roka.

Prihlášky možno zasilať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>). **O každej žiadosti o preventívnu aktivitu/intervenciu prebehne zo strany odborného zamestnanca CPP konzultácia, ktorá je zameraná na analýzu javu.**

Témy prevencie rizikového správania vieme priblížiť aj zákonným zástupcom vid'. [TERAPIE A PODPORA](#).

PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

KONZULTAČNO-PORADENSKÁ ČINNOSŤ

- individuálne poradenstvo pre rodičov/pedagógov
- účasť na rodičovských združeniach
- adaptácia v MŠ
- zameranie na zvládnutie vzťahov rodič-dieťa, dieťa-kolektív

WORKSHOP PRE UČITEĽKY MŠ:

Stimulačný program Ovečky: Metodika je určená pre deti predškolského veku až pre žiakov 1. ročníka, ktorí nemajú zvládnutú analýzu a syntézu hlások, rozvinuté fonematické uvedomovanie, majú problémy s pozornosťou, prípadne si potrebujú rozvíjať slovnú zásobu v oblastiach, ktoré má mať predškolák zvládnuté. Stimulačný program sa skladá zo 16 lekcí, ktoré sú dominantne zamerané na rozvíjanie všeobecných vedomostí predškoláka, vzájomne sa prelínajú a v rámci jednej lekcie sú rozvíjané 3 zložky:

- a) rozvíjanie čiastkových funkcií – pozornosť, figúra -pozadie, pravo-ľavá orientácia...
- b) rozvíjanie všeobecných vedomostí potrebných pre predškolača – meno, adresa, ročné obdobia, oblečenie, jedlo, zvieratá, športy, povolania, zdravie....
- c) rozvíjanie fonematického uvedomovania, nácvik analýzy a syntézy, pojmy samohlásky, spoluhlásky, dvojhlásky

Trvanie: Počet vzdelávacích hodín 8h – 4x2h

WORKSHOPY/METODICKÉ SEMINÁRE PRE: PEDAGÓGOV MŠ, PEDAGOGICKÝCH ASISTENTOV MŠ, VYCHOVÁVATEĽOV MŠ, ŠKOLSKÝCH ŠPECIÁLNYCH PEDAGÓGOV, ŠKOLSKÝCH PSYCHOLÓGOV A SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Workshopy/metodické semináre sú zamerané na podporu duševného zdravia, rozvoj vlastných zdrojov zvládania záťažových situácií, na témy, s ktorými denne pracujú pedagogickí zamestnanci/odborní zamestnanci. Hlavným cieľom metodickej podpory je skompetentnenie zamestnancov v školách, aby dokázali naplňovať úlohy na prvom a druhom stupni podpory. Workshopy budú fungovať **na dobrovoľnej báze v uzavretých skupinách s maximálnym počtom účastníkov 15**. O mieste realizácie Vás budeme informovať pred samotným začatím daného workshopu. Na dané témy sa môžete individuálne prihlasovať **do konca októbra 2026**. Podmienkou realizácie workshopov je minimálny počet účastníkov 8. V prípade, ak sa na danú tému prihlási väčší počet záujemcov, vytvoria sa dve uzavreté skupiny na jednu tému.

Témy:

- **Rešpektujúca komunikácia** – rešpektovať druhých, správať sa k nim s úctou, znamená správať sa k nim tak, aby to nezraňovalo ich ľudskú dôstojnosť, teda nedovoliť si k nim nič, čo nechceme, aby si oni dovolili k nám. „Byť rešpektovaný“. Toto a iné zručnosti budú obsahom vzdelávania zamerané na vyjadrenie porozumenia a empatie. – **okres Zvolen**
- **Prokrastinácia** - Program vám ukáže možnosti a cesty ako predísť prokrastinácii (odkladanie či odsúvanie úloh a povinností na neskôr), prevedie vás zážitkovými metódami k úspešnému nastaveniu sa a tiež ukáže možnosti ako začať žiť naplno! – **okres Krupina**

Trvanie: podľa dohody

SEMINÁR: RIZIKÁ DIGITÁLNYCH TECHNOLOGIÍ

Účelom seminára je: Absolvent seminára nadobudne vedomosti vo vybratej téme rizík digitálnych technológií alebo v konkrétnej oblasti týchto rizík (riziká sociálnych médií, kyberšikanovanie, sexuálni predátori na internete, influenceri na sociálnych médiách, závislosť od videohier a závislosť od internetu). Seminár je doplnený aj zážitkovou aktivitou.

Určené pre: pedagogický zamestnanec, odborný zamestnanec, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

Kapacita workshopov/ metodických seminárov je obmedzená v záujme zachovania kvality workshopu/metodického seminára. Vopred ďakujeme za pochopenie.

Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshopy/ metodické semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg MŠ + Zvolen. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Prihlasovanie pre okres Krupina - Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshop/metodické semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo na e-mail cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg MŠ + Krupina. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

ODBORNO-METODICKÉ STRETNUTIA PRE SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Odborno-metodické stretnutie sa realizujú štyrikrát počas školského roka (2 v prvom pol roku, 2 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú prípadové štúdie, ktoré vyplývajú z odbornej činnosti sociálnych pedagógov. CPP o realizácii stretnutia včas informuje emailom.

Určené pre: sociálny pedagóg, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 hodiny

STRETNUTIA OHL'ADOM PREVENIE V MATERSKEJ ŠKOLE

Stretnutie sa realizujú dvakrát počas školského roka (1 v prvom pol roku, 1 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú: organizácia, zabezpečenie a realizácia prevencie v materskej škole; legislatíva; informácie a zaujímavosti z oblasti prevencie; beseda na vybranú tému. CPP o realizácii stretnutia včas informuje emailom.

Určené pre: osoba zodpovedná za prevenciu v materskej škole, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 x 2 hodiny

SUPERVÍZIE PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

- Individuálne / skupinové / tímové (napr. školské podporné tímy)
- Opakovane / jednorázovo

Hlavné ciele supervízie v školstve sú podpora profesionálneho rastu a rozvoja zamestnancov, zlepšenie ich pracovných zručností a zvládanie náročných situácií, ale aj podpora celkovej tímovej spolupráce a efektívnej komunikácie v rámci školy. Supervízia slúži aj ako prevencia syndrómu vyhorenia, posilňuje vnútorné bezpečie zamestnancov a pomáha pri hľadaní nových riešení a postupov pri práci s deťmi a klientmi. Slúži na verifikovanie správnosti postupov, hľadanie efektívnejších spôsobov práce a riešenie neistôt spojených s náročnými situáciami.

Supervízia ponúka:

- Overovanie efektívnosti vlastných postupov pri svojej práci
- Korigovanie stereotypov
- Uvedomenie a riešenie dlhodobých problémov
- Pomenovanie a hľadanie možností ďalších riešení
- Znižovanie emočného napätia
- Podporu a prevenciu vyhorenia pracovníka
- Zvyšovanie profesionality
- Zlepšenie vzťahov

- Stanovenie cieľov a priorít

Prihlášky na supervíziu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TVORBA METODICKÝCH MATERIÁLOV

Na základe vzájomnej konzultácie môže odborný zamestnanec CPP v **odôvodnených prípadoch** vypracovať pre pedagogického/odborného zamestnanca školy metodický materiál šitý na mieru pre preventívnu činnosť, ako aj pre skupinovú či individuálnu intervenciu.

Určené pre: pedagogickí/odborní zamestnanci školy

Trvanie: podľa potreby

CPP tiež ponúka metodickú činnosť, ktorú vykonáva odborný zamestnanec pre školský podporný tím, pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov školy, a to formou konzultácií.

ZÁKLADNÉ ŠKOLY



Ak nie je uvedený pri činnosti konkrétny okres, činnosť sa vykonáva spravidla v oboch okresoch.

INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA

- poruchy učenia
- poruchy správania
- poruchy pozornosti
- intelektové schopnosti
- osobnosť, záujmy a motivácia
- profesijná orientácia a kariérové poradenstvo
- všeobecné intelektové nadanie
- logopedické oslabenia
- zdravotné postihnutie (mentálne, sluchové, zrakové, telesné, viacnásobné)
- narušená komunikačná schopnosť
- autizmus alebo ďalšie pervazívne vývinové poruchy

Individuálna diagnostika môže pozostávať zo psychologickej, špeciálno-pedagogickej, sociálno-pedagogickej a logopedickej diagnostiky. Spoločne s individuálnou diagnostikou poskytujeme následne poradenstvo či konzultácie, v prípade potreby pokračujúcu psychologickú starostlivosť, špeciálno-pedagogické reedukácie alebo logopedické intervencie. **Individuálne logopedické intervencie sa realizujú iba v CPP.**

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA

- profesijná orientácia
- výber do jazykovej triedy
- výber do športovej triedy
- sociometria

Skupinová diagnostika môže pozostávať zo psychologickej, logopedickej a sociálno-pedagogickej diagnostiky. V prípade potreby sa na základe výsledkov určí intervencia.

PROFESIJNÁ ORIENTÁCIA

Prihlášky na vyšetrenie profesijnej orientácie pre 8. ročník ZŠ posielat' do **konca marca**. Realizácie týchto vyšetrení budú prebiehať v období máj-jún. Analýzy výsledkov ďalší školský rok, september-november.

SOCIOMETRIA

Sociálno-pedagogická diagnostika triedy prostredníctvom on-line diagnostickej metódy „Socioklima“. Je overenou diagnostickou metódou. Sleduje ciele správania žiakov a ich skutočné dôsledky. Pomocou on-line dotazníkov zisťuje komplexný pohľad na štruktúru triedy z hľadiska výskytu deviatich kategórií správania (tzv. socio-behaviorálnych komponentov klímy školských tried).

V rámci tejto metódy používame adresný dotazník „Sociálna klíma“ (SOKL), ktorý ponúka výstup na dvoch úrovniach – sebahodnotenie a popis prejavov správania z pohľadu spolužiakov. Mapuje štruktúru správania žiakov z pohľadu žiakov, vzťahy v triede, popisuje sociálne roly a pozície. Poskytuje včasnú detekciu potenciálneho rizikového správania (je možné včas zistiť rizikové faktory života skupiny a predchádzať tak nepriaznivému vývoju nežiaduceho správania), ale aj správanie, ktoré má prosociálny charakter a je teda základom sebauzdravujúceho mechanizmu života celej skupiny (triedy).

Určené pre: 3. – 9. ročník (v prípade novo vytvorených tried môže snímanie prebehnúť až po zadaptovaní žiakov – napr. 5. ročník najskôr od novembra).

Trvanie snímania sociometrie: 2 vyučovacie hodiny

Podmienky pre realizáciu sociometrie:

- Potrebne je zabezpečiť pre každého žiaka PC/notebook s pripojením na internet.
- Následne po vyhodnotení sú realizované **individuálne pohovory so žiakmi, v prípade záujmu aj s ich zákonnými zástupcami**.
- Pre školu je vypracovaná písomná správa.
- **Na realizáciu sociometrie je potrebný súhlas zákonného zástupcu žiaka (je potrebné, aby triedny učiteľ motivoval zákonných zástupcov všetkých žiakov danej triedy).** Súhlas sa nachádza tu: <https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>.
- Odborný zamestnanec CPP Zvolen posúdi nutnosť realizácie sociometrie ako metódy – v niektorých prípadoch je postačujúca pedagogická charakteristika alebo diagnostika triedy od triedneho učiteľa/školského podporného tímu/ odborného zamestnanca školy/výchovného poradcu.

Prihlášky na SOCIOMETRIU možno posielat' priebežne počas celého školského roka **najneskôr však do konca marca 2027**.

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

CPP poskytuje odbornú činnosť – krízová intervencia – v začiatku mimoriadnej udalosti s traumatickým potenciálom v škole:

- **Nieko zomrie (nehoda, vražda, samovražda), alebo je nezvestný.**
- **Nieko utrpí vážne zranenie, vážne ochorenie, alebo je inak poškodený, tiež ak náhle umrie pedagóg. Nieko spôsobí smrť alebo vážne zranenie.**
- **Školská komunita je ohrozená prírodnou katastrofou, pandémiou, teroristickým útokom, výbuchom, požiarom.**

Zasiahnuté sú deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy. Ich rodina, alebo blízki. Mimoriadna udalosť sa môže stať v škole, alebo v školskom zariadení, na školskej akcii, aj mimo školského prostredia.

Trvanie: podľa potreby

Určené pre: zasiahnutí mimoriadnou udalosťou: deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy, ich rodina, alebo blízki

Šikanovanie v školách a v školských zariadeniach nie je predmetom krízovej intervencie. Tento problém riešia odborní zamestnanci CPP v spolupráci so školou prostredníctvom druhej a tretej úrovne podpory (selektívna a indikovaná prevencia).

Žiadosť o krízovú intervenciu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TERAPIE A PODPORA

V prípade potreby na základe výsledkov z individuálnej alebo skupinovej diagnostiky okrem inej intervencie ponúkame aj terapie a podporu.

NOVINKA

KOGNITÍVNO-BEHAVIORÁLNE PORADENSTVO (KBT)

Kognitívno-behaviorálna terapia (KBT) je vedecky overený psychologický prístup zameraný na porozumenie vzťahu medzi myšlienkami, emóciami a správaním. Pomáha klientom identifikovať nepresné alebo neprospešné spôsoby myslenia, ktoré môžu prispievať k psychickým ťažkostiam, a postupne ich nahrádzať realistickejšími a funkčnejšími spôsobmi uvažovania a konania.

V rámci terapie sa klient učí lepšie zvládať stresové situácie, rozvíjať zručnosti regulácie emócií, riešiť problémy a posilňovať svoje adaptačné schopnosti. Terapia je orientovaná na konkrétne ciele a aktívnu spoluprácu klienta.

Určené pre: deti a žiakov od 10 rokov s emočnými a behaviorálnymi ťažkosťami, úzkostnými a depresívnymi prejavmi, nízkym sebavedomím, problémami vo

vzťahoch, pri zvládání stresu, záťažových situácií a ďalších psychických ťažkostí ovplyvňujúcich ich fungovanie v škole a v bežnom živote.

Trvanie: individuálne podľa potrieb klienta, spravidla 45 – 60 minút na jedno stretnutie.

Realizované v CPP.

NOVINKA

TERAPIA HROU A FILIÁLNA TERAPIA

Pre deti je hra oveľa viac než len zábava. Je to ich prirodzený jazyk. Zatiaľ čo dospelí o svojich trápeniach hovoria, deti ich prehrávajú. Prostredníctvom hračiek vyjadrujú svoj strach, hnev, smútok, ale aj radosť a túžby. Ak dieťa prechádza náročným obdobím (rozvod rodičov, nástup do škôlky, narodenie súrodenca, úzkosti či výbuchy hnevu), tieto dve metódy mu dokážu hlboko pomôcť. Terapeut poskytuje bezpečné prostredie, prijatie a empatiu. Reflektuje pocity dieťaťa a pomáha mu pomenovať to, čo prežíva. Cieľom je podporiť sebadôveru dieťaťa, jeho vnútornú silu a schopnosť riešiť problémy.

Je určená pre: deti od 3-10 rokov.

Filiálna terapia je forma rodinnej terapie a tréningu zručností, kde sa terapeutom svojho dieťaťa stáva sám rodič. Cieľom je hlboko prepojiť vzťah medzi rodičom a dieťaťom, posilniť vzájomnú dôveru a zlepšiť správanie dieťaťa v domácom prostredí.

KOMENTOVANÝ DIKTÁT

Táto metóda buduje a rozvíja špecifické funkcie mozgu potrebné pre správne písanie a vie dieťa s dysgrafiou a dysortografiou naučiť pri písaní myslieť. Zlepšenie nastáva do 3-4 mesiacov, kedy sa žiaci naučia správne a krajšie písať. Program je dlhodobý, potrebná pravidelnosť stretnutí (min. 1x týždenne).

Určená pre: žiakov ZŠ 1. – 4. ročníka, pre žiakov so ŠVVP, s vyvíjajúcimi alebo už vyvinutými poruchami učenia-dysgrafia a dysortografia, s logopedickými diagnózami napr. NKS.

Realizované v CPP (Zvolen a Krupina)

BIOFEEDBACK A NEUROFEEDBACK TERAPIA

Biofeedback je použitie prístrojovej techniky na zobrazenie psychofyziologických procesov, ktoré si jedinec obvykle neuvedomuje, a ktoré môže dostať pod vôľovú kontrolu. Metóda Biofeedback umožňuje zistenie stresového profilu klienta, teda zhodnotenie jeho typického vzorca reaktivity počas stresu a zotavenia sa po strese. Biofeedback je súčasne terapeutická metóda, vďaka ktorej sa môže klient podľa individuálne nastaveného tréningu naučiť čiastočne ovládať svoje fyziologické reakcie v strese.

Neurofeedback je veľmi špecializovaný typ biofeedbacku. Počas neurofeedback terapie sa vaše vzorce mozgových vln prenášajú do softvéru, ktorý ich vyhodnocuje a pravidelne vysiela mozgu signál na jeho resetovanie. Cieľom je „preškoliť“ abnormálne vzorce mozgových vln a zmeniť svoj psychologický stav. Počas neurofeedback terapie robí softvér väčšinu práce za nás, zatiaľ čo my buď relaxujeme, alebo komunikujeme s prostredím, aby sme získali rôzne vzorce mozgových vln.

Oblasť využitia:

- **poruchy aktivity a pozornosti**
- **poruchy učenia: dyslexia, dysgrafia, dyskalkúlia**

- poruchy správania
- úzkosť
- depresia
- poruchy spánku
- stres
- psychosomatické poruchy atď.

Realizované v CPP.

ARTETERAPIA

Využíva prvky psychoterapie prostredníctvom rôznych foriem umenia ako spôsob komunikácie. Zmyslové podnety v nej slúžia ako prostriedok sebvýjadrenia. Cieľom arteterapie je naštartovať u človeka sebaliečebný proces a umožniť mu objaviť spôsob vyjadrenia emócií, psychických procesov a vzťahov, ktoré nie vždy možno vyjadriť slovne. Zároveň tento druh terapie umožňuje spoznať vlastný potenciál a zvýšiť sebauvedomenie, sebaopoznanie a podporuje rast osobnosti. Arteterapia pracuje s predstavivosťou, ponúka iný pohľad na svet a samých seba. Učí nás viac precítiť, vnímať, premýšľať, tvoriť, reflektovať. Podnetom pre prácu arteterapeutky s klientom je kresba, práca s hlinou aj tvorivé písanie. Cieľom stretnutia je lepšie pochopenie vlastného vnútra, vyjadrenie a poznávanie svojich pocitov. Výsledné dielo sa neanalyzuje ani nehodnotí z výtvarného hľadiska, ide o uvedenie si svojich emócií, rozvoj tvorivosti, relaxáciu, sebaopoznávanie.

Ponuka:

- **individuálna arteterapia**
- **individuálna artefietika**
- **skupinová arteterapia**
- **rodinná arteterapia**
- **podporná arteterapeutická skupina pre rôzne cieľové skupiny**

Viac informácií na [TU](#)

PODPORNÁ SKUPINA PRE RODIČOV

Cieľom stretnutí je podporiť rodičov vo výchove svojich detí, poskytnúť im bezpečný priestor, kde môžu otvorene diskutovať a vymieňať si svoje skúsenosti, porozumieť správaniu svojich detí; posilniť ich vo vyjadrovaní vlastných pocitov, očakávaní a potrieb; získavať nové podnety a ventilovať svoje problémy.

Témy vieme prispôbiť záujmu rodičov

Určené pre : zákonných zástupcov detí a žiakov

Trvanie: počas školského roka (1 stretnutie trvá 1,5 hodiny)

EDUKÁCIA RODIČOV NA RODIČOVSKÝCH ZDRUŽENIACH

Cieľom stretnutia je priblížiť zákonným zástupcom žiakov témy prevencie rizikového správania, ktoré vyberie rodič, pedagogický zamestnanec, odborný zamestnanec školy alebo odborný zamestnanec CPP na základe anamnestických údajov žiaka / situácie / skupiny. Stretnutie zrealizujeme na pôde školy počas rodičovského združenia.

Určené pre : zákonných zástupcov žiakov a zamestnancov školy

Trvanie: podľa dohody

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

DÔLEŽITÉ!

Podľa dokumentu [Pedagogicko-organizačných pokynov na školský rok 2026/2027](#) ktorý vydalo Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky ([MŠVVaM SR], 2026), prvý stupeň podporných úrovní ustanovuje, že **univerzálne preventívne aktivity sú vykonávané už na úrovni triedneho učiteľa. Realizáciou preventívnych programov sa napĺňa aj štátny vzdelávací program.** Odborná činnosť „prevencia rizikového správania“ je vykonávaná v súlade s obsahovým štandardom. Priority a odporúčania:

- Pri realizácii preventívnych činností **spolupracovať so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4) a s Policajným zborom.
- Uprednostnenie **dlhodobých a overených** preventívnych programov a strategický výkon prevencie.
- Posilnenie preventívnych aktivít zameraných na **posilňovanie vzťahov, prijímanie inakosti a toleranciu a psychickú odolnosť**. Ako napríklad zavedenie pravidelných “Ranných kruhov” a “Hodín duševnej pohody”
- **Aktívna spolupráca so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4), sociálnou kuratelou a Policajným zborom v prípade **žiakov, u ktorých sa vyskytli pretrvávajúce alebo kritické prejavy násillia, ktorí sa stali obeťami násillia alebo prejavujú suicidálne tendencie, alebo majú iný problém.**

Pri realizácii preventívnych činností sa **školám dôrazne odporúča vopred preverovať externé subjekty a nimi ponúkané programy.** Na tento kritický postup dlhodobo apeluje Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky (MŠVVaM SR, 2023), pričom v prípade pochybností je žiaduce overiť ich kredibilitu na cirkevnom odbore Ministerstva kultúry Slovenskej republiky (MK SR, 2024b) alebo prostredníctvom organizácie Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou (Integra, n.d.). Táto inštrukcia zostáva v platnosti aj pre aktuálne obdobie, čo potvrdzujú najnovšie *Pedagogicko-organizačné pokyny na školský rok 2026/2027* (MŠVVaM SR, 2026, s. 29 - 30), ktoré školám priamo odporúčajú metodickú príručku „Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí“ (MK SR, 2024a) a „Pozor. Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov.“ (MK SR, 2024c).

Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou. (n.d.). *Hlavný cieľ a zameranie občianskeho združenia.* <https://oz-integra.sk/>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024a). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí: Metodicko-informačná príručka.* <https://www.culture.gov.sk/storage/2024/01/AkoRozoznatBezpecneSpolocenstvo-FINALNA.pdf>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024b, 9. január). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline priestore.* <https://www.culture.gov.sk/sk/aktualita/ako-rozpoznať-bezpečne-spolocenstvo-v-online-a-offline-priestore>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024c, 12. marec). *Pozor Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov.* <https://oz-integra.sk/letak-podozrive-spolocenstva-ako-rozoznas-nebezpecnu-skupinu-pomoze-ti-tychto-15-znakov/>

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2023, 31. máj). *Sprievodca školským rokom 2023/2024.* <https://www.minedu.sk/data/att/008/27223.19e68d.pdf>

ROZVOJ ŽIVOTNÝCH ZRUČNOSTÍ

/Preventívna aktivita/

TRIEDNICKÁ HODINA SO SOCIÁLNYM PEDAGÓGOM CPP

Táto aktivita v rámci univerzálnej prevencie vytvára bezpečný priestor na realizáciu preventívnych tém podľa aktuálnych potrieb školy a triedy, od rozvoja medziľudských vzťahov a komunikácie až po prevenciu rôznych druhov rizikového správania. Stretnutie slúži ako priama podpora pre žiakov, ako aj pre triedneho učiteľa pri vedení triednickej hodiny. Hlavným cieľom je rozvíjať sociálno-emocionálne zručnosti žiakov, posilňovať ich schopnosť konštruktívne vyjadriť svoje hranice a zvyšovať informovanosť, čím stretnutie pôsobí ako včasná univerzálna prevencia pred rizikovým správaním.

Určené pre: všetky ročníky, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: podľa dohody

/Preventívne programy:/

NOVINKA

JA – TY – MY

Preventívny program, ktorý učí deti porozumieť sebe aj druhým. Je určený na sebaopoznávanie seba, spoznávanie iných, spoznávanie svojich pocitov, tvorenie svojich názorov a učenie sa tolerancii, budovanie spolupráce a vzájomnej spolupatričnosti. Vychádza z princípov zážitkového učenia a skupinovej dynamiky.

Určené pre: druhý stupeň ZŠ, špeciálne základné školy, **okres Zvolen**

Rozsah programu: 5 stretnutí (1. stretnutie – 45 minút)

ZIPPYHO KAMARÁTI

Cieľ: Preventívny program zameraný na rozvoj sociálnych a emocionálnych zručností. Deti sa učia rozpoznať a zvládať svoje emócie, zlepšiť schopnosť komunikácie a osvojiť si efektívne stratégie riešenia problémov a záťažových situácií. Program je rozdelený na 6 modulov, ktoré obsahujú nasledujúce témy: pocity, komunikácia, vytváranie a strata priateľstiev, riešenie konfliktov, vyrovnávanie sa so zmenou a stratou, zvládanie naučených zručností.

Určené pre: 1. ročník ZŠ, **okres Krupina**

Dĺžka programu: 6 modulov, 24 stretnutí

Dĺžka trvania: 45 minút

NOVINKA

KAMARÁTI JABLČKA

Cieľ: Preventívny program nadväzujúci na program Zippyho kamaráti. Cieľom je prehĺbenie sociálno-emocionálnych zručností, zvládanie zložitejších životných zmien, medziľudských vzťahov a začlenenie sa do kolektívu. Program je rozdelený na 6 modulov, ktoré obsahujú nasledujúce témy: pocity, komunikácia, vytváranie a strata

priateľstiev, riešenie konfliktov, vyrovňovanie sa so zmenou a stratou, zvládanie naučených zručností.

Určené pre: 3. ročník ZŠ, **okres Krupina**

Dĺžka programu: 6 modulov, 24 stretnutí

Dĺžka trvania: 45 minút

NOVINKA

EFEKTÍVNE UČENIE: ŠKOLA BEZ STRESU

(Krátkodobý preventívny program)

Cieľ programu: Vybaviť žiakov 5. ročníka praktickými zručnosťami v oblasti efektívneho učenia, organizácie času, koncentrácie pozornosti a využívania pamäťových techník prostredníctvom hravých a zážitkových aktivít.

Určené pre: Žiaci 5. ročníka základných škôl, **okres Zvolen, okres Krupina**

Dĺžka programu: 4 vyučovacie hodiny (spolu 180 minút).

Dĺžka trvania: 2 stretnutia × 90 minút (2× 2 vyučovacie hodiny).

NOVINKA

S CHLADNOU HLAVOU NA STREDNÚ ŠKOLU: AKO OVLÁDNUŤ STRES, ČAS A OČAKÁVANIA

(Krátkodobý preventívny program)

Cieľ programu: Komplexne pripraviť deviatakov na záťažové obdobie prijímacích skúšok. Poskytnúť im praktické nástroje na identifikáciu a zvládanie stresu, odbúranie strachu zo zlyhania, prekonanie prokrastinácie, efektívne plánovanie času a posilnenie duševnej odolnosti (reziliencie) a sebadôvery.

Určené pre: Žiaci 9. ročníka základných škôl, **okres Zvolen, okres Krupina**

Dĺžka programu: 4 vyučovacie hodiny (spolu 180 minút).

Dĺžka trvania: 2 stretnutia × 90 minút (2× 2 vyučovacie hodiny).

BALANS – ROVESNÍCKY PROGRAM PODPORY DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

Cieľom programu je osvojiť si a vedieť uplatniť nadobudnuté vedomosti a zručnosti na podporu duševného zdravia u seba a aj u rovesníkov v triede a mimoškolskom prostredí. Zvýšiť povedomie účastníkov o dôležitosti duševného zdravia, posilniť u účastníkov schopnosť zvládania stresu, podporiť zdravé sociálne vzťahy, zvýšiť úroveň poznania o zdravom životnom štýle. Získané zručnosti a vedomosti môžu účastníci aplikovať na svojej škole v rámci osvetu širokému spektru mladých ľudí. Program je rozdelený do 4 blokov. Bloky sú zamerané: sebaopoznanie, sebadôvera, sebaaprijatie, základné piliere zdravého životného štýlu, nácvik efektívnej komunikácie, riešenie konfliktov, zvládanie záťaže a stresu, stratégie sebaregulácie. Výcviková skupina bude vyskladaná z počtu prihlásených žiakov z jednotlivých ZŠ.

Určené pre: 8 ZŠ (pri výbere žiakov zvážiť zrelosť a komunikačné zručnosti), **okres Zvolen, okres Krupina**

Realizácia: CVC Domino Zvolen 1x mesačne, podľa dohody okres Krupina

ADAPTAČNÉ VZDELÁVANIE PRVÁKOV

Aktivity sú zamerané na pomoc pri adaptácii žiakov v súvislosti s prechodom z MŠ na ZŠ. Na základe aktuálnych legislatívnych zmien v súvislosti so stupňami podpory je primárne v réžii **triednych učiteľov** (prípadne v réžii školských podporných tímov alebo odborných zamestnancov školy v spolupráci s triednym učiteľom).

Určené pre: 1. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**
Počet stretnutí: 4 stretnutia

ADAPTAČNÉ VZDELÁVANIE PIATAKOV

Aktivity sú zamerané na pomoc pri adaptácii žiakov v súvislosti s prechodom na 2. stupeň ZŠ. Na základe aktuálnych legislatívnych zmien v súvislosti so stupňami podpory, ak pri prechode žiakov zo štvrtého ročníka do piateho nedošlo k výraznej zmene v triednom kolektíve žiakov, je realizácia adaptácií v 5. ročníkoch v réžii **triednych učiteľov** (prípadne v réžii školských podporných tímov alebo odborných zamestnancov školy v spolupráci s triednym učiteľom). Adaptačný program, ktorý je možno využiť v rámci podpornej úrovne prvého stupňa je umiestnení na www.eporadenstvo.sk. V prípade realizácie adaptácie CPP je potrebná účasť triedneho učiteľa/odborného zamestnanca školy/člena školského podporného tímu na stretnutiach.

Určené pre: 5. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**
Počet stretnutí: 4 x 2 vyučovacie hodiny

DRUHÝ KROK

Preventívny program zameraný na sociálny a emocionálny rozvoj detí v materských školách a na 1. stupni základných škôl. V rámci programu sa deti učia byť empatickými, dobre komunikovať s inými, správne riešiť konflikty, neubližovať iným a zvládať agresiu a hnev.

Určené pre: 1. stupeň, **okres Zvolen, okres Krupina**
Trvanie: minimálne 5 stretnutí (každé trvá aspoň 45 minút)

PREVENCIA NÁSILNÉHO SPRÁVANIA (ŠIKANOVANIE, PREJAVY AGRESIVITY) **/Besedy:**

/

ŠIKANOVANIE /3. – 6. ročník/

Cieľom besedy je: Oboznámiť účastníkov besedy so šikanovaním a tak budovať u nich negatívne postoje k tomuto nevhodnému správaniu a tiež pôsobiť na mlčiacu väčšinu – svedkov. Je realizovaná informatívnou a interaktívnou metódou.

Určená pre: 3. - 6.ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**
Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

ŠIKANOVANIE /7. – 9. ročník/

Beseda je zameraná na šikanovanie – na popis, prejavy obete, agresora, aktivizovanie svedkov - mlčiacu väčšinu, predchádzanie šikanovania, pomoc pre obeť, pomoc pre agresora, pomoc pre svedkov, linky pomoci a na legislatívu. Je realizovaná informatívnou a interaktívnou metódou.

Určené pre: 7. – 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**
Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA RADIKALIZÁCIE A EXTRÉMIZMU **/Preventívne programy:/**

ROZMANITOSŤ ĽUDÍ

Hlavným cieľom programu je scitlivovať žiakov voči členom rôznych sociálnych skupín a odbúravanie predsudkov a stereotypov. Ide o primárnu – univerzálnu prevenciu rasizmu, xenofóbie, radikalizácie a extrémizmu. Program je rozdelený na

štyri na seba nadväzujúce stretnutia, ktoré obsahujú nasledujúce témy: postoje, predsudky, stereotypy, rozmanitosť/inakosť ľudí, subjektívne vnímanie reality a následky netolerance/neakceptovania rozmanitosti ľudí (sociálne vylúčenie). V programe sú použité informatívne a interaktívne metódy. Tento program sa nachádza na www.eporadenstvo.sk.

Určené pre: 7. – 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTOK

/Besedy:/

ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL A PREVENCIA UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTOK

Zamerané na zdravý spôsob života. Prečo je dôležité zdravo sa stravovať, venovať sa pohybovým aktivitám, dostatočne a dobre sa vyspať, vedieť si správne rozvrhnúť denný režim ako i relaxovať? Poskytnúť žiakom prvotné informácie v oblasti prevencie fajčenia, pitia energetických a alkoholických nápojov.

Určené pre: 2. – 4. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 1. vyučovacia hodina

PREVENCIA UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTOK

Cieľom besedy je informovať žiakov o nebezpečenstve, o rizikách, následkoch užívania legálnych drog (fajčenie, žuvací tabak, lieky, energetické nápoje, alkohol).

Určené pre: 5. – 8. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2. vyučovacie hodiny

PREVENCIA UŽÍVANIA NELEGÁLNYCH DROG

Cieľom besedy je informovať žiakov o nebezpečenstve, o rizikách, následkoch užívania nelegálnych drog.

Určené pre: 8.- 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 1. vyučovacia hodina

PREVENCIA RIZIKOVÉHO SEXUÁLNEHO SPRÁVANIA

/Besedy:/

DOSPIEVANIE - PRVÉ PRIATEĽSTVÁ

Cieľom besedy je poukázať na fyzické ako psychické zmeny organizmu v období puberty. Význam pojmu zamilovanosť a láska. Vytváranie prvých priateľstiev, prvé rande ale i prvé sklamanie.

Určené pre: 7.- 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 1 vyučovacia hodina

PREVENCIA ZAMERANÁ NA PROBLEMATICKÉ POUŽÍVANIE DIGITÁLNYCH TECHNOLOGIÍ

/Preventívne programy:/

RIZIKÁ DIGITÁLNYCH TECHNOLOGIÍ

Program je zameraný na analýzu štyroch rizík digitálnych technológií: kyberšikanovanie, závislosť od internetu, sexuálni predátori na internete a influenceri na sociálnych médiách. Cieľom je oboznámiť s uvedenými rizikami formou informatívnej metódy a interaktívnych metód v práci so skupinou. Program je zložený

zo štyroch stretnutí. Každé stretnutie obsahuje len jedno z uvedených rizík. Predpokladom je, že u účastníkov dôjde k zmene alebo upevneniu postoja voči uvedeným rizikám v súlade s ich zdravým vývinom.

Určené pre: 7. – 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

/Besedy: /

SIETOVANÉ KAMARÁTSTVO

Beseda je zameraná na zverejňovanie osobných informácií na internete a na následné možné zneužitie. Tiež sa zameriava na dve nebezpečenstvá, ktoré vyplývajú zo zverejňovania osobných informácií na internete: zoznamovanie sa s cudzími ľuďmi na internete (kybergrooming) a ubližovanie cez internet alebo mobil (kyberšikanovanie). Je realizovaná informatívnou a interaktívnou metódou.

Určené pre: 4. – 6. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

ZÁVISLOSŤ OD VIDEOHIER

Beseda je zameraná na základný popis nelátkových závislostí a na popis závislosti od videohier. Je zameraná na popis videohier, príčiny, prejavy a následky závislosti od videohier a na možnosti predchádzania závislosti od videohier. Je realizovaná informatívnou a interaktívnou metódou.

Určené pre: 5. – 6. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA ZAMERANÁ NA ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL

/Preventívne programy: /

ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL VERZUS PORUCHY PRÍJMU POTRAVY

Preventívny program je zameraný na správne poňatie vzťahu k jedlu, k zdravej výžive, riziká diét, ideál krásy a sociálne siete, racionálne stravovanie, pozitívny vzťah k svojmu telu.

Určené pre: 7.- 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2. stretnutia (1. stretnutie 45 minút)

NOVINKA

MOJE ZDRAVIE A MOJA POHODA

Cieľom programu je podpora zdravého životného štýlu u žiakov s mentálnym postihnutím, so zameraním na rozvoj fyzického zdravia, správnej životosprávy, vyváženého denného režimu, emocionálnej odolnosti, duševného zdravia a kvalitných medziludských vzťahov.

Určené pre: žiaci s mentálnym postihnutím, 2. stupeň ŠZŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 5. stretnutí (1. stretnutie 45 minút)

PREVENCIA ZAMERANÁ NA PODPORU DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

/Besedy: /

NOVINKA

DUŠEVNÉ ZDRAVIE MLADÉHO ČLOVEKA

Cieľom besedy je poukázať na psychickú, emocionálnu, sociálnu pohodu. Poukázať na to, ako sa starať o svoje duševné zdravie. Ako zvládať bežný denný stres, záťažové situácie, rozvíjať pozitívne vzťahy, dokázať vyjadriť svoje emócie, rozvíjať komunikačné schopnosti. Celková pohoda mladého človeka ako myslí, ako sa správa a ako reaguje na rôzne situácie a zmeny.

Určené pre: 5. – 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 1 vyučovacia hodina

SELEKTÍVNA/INDIKOVANÁ PREVENCIA

/Preventívne programy:/

CHCEM SA V TRIEDE DOBRE CÍTIŤ

Vytvorený pre triedy, v ktorých sú narušené vzťahy medzi žiakmi, prípadne sú prítomné rôzne formy šikanovania. Cieľom programu je zlepšiť sociálnu klímu v triednom kolektíve žiakov a optimalizovať narušené sociálne vzťahy tak, aby sa trieda stala miestom, ktoré poskytuje všetkým bezpečné prostredie. Špecifickým cieľom je rozvíjať sociálne a emocionálne zručnosti žiakov, rozvíjať emočnú reguláciu, učiť žiakov tolerancii a vzájomného rešpektu, nácvik zručnosti konštruktívnej diskusie, učiť žiakov riešiť konflikty pokojnou cestou ako i asertívnej komunikácii.

Určené pre: druhý stupeň ZŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Rozsah programu: 7 stretnutí (1. stretnutie - 45 minút)

ROZVOJ A POSILŇOVANIE VZŤAHOV V TRIEDE

Cieľom programu je posilnenie triednej skupiny, podpora vzťahov medzi žiakmi cez zážitkové aktivity a vzájomné spoznávanie sa, podpora komunikácie a vzájomnej súdržnosti a tvorba bezpečného prostredia v triede. Program nastavujeme na konkrétne potreby triedneho kolektívu. Podľa toho určíme aj počet stretnutí.

Určené pre: 3. – 9. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

/Krátkodobá intervencia:/

NOVINKA

SKUPINOVÁ INTERVENCIA

Na základe analýzy situácie v triede odborný zamestnanec CPP za aktívnej spolupráci pedagogického/odborného zamestnanca školy realizuje v triednom kolektíve intervenciu ušitú na mieru potrebám triedy. Táto intervencia reaguje na konkrétny identifikovaný problém s cieľom stabilizovať situáciu a obnoviť bezpečné prostredie pre všetkých žiakov. Na rozdiel od preventívnych programov ide v tomto prípade o časovo ohraničený, krátkodobý zásah.

Určené pre: žiaci ZŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: maximálne 3 x 2 vyučovacie hodiny

DÔLEŽITÉ!

Informovaný súhlas zákonného zástupcu sa pri **preventívnych aktivitách CPP v školách nevyžaduje**, ak činnosť neprekračuje rámec výkonových a obsahových štandardov výchovného poradenstva (§ 130 ods. 4) a 10) zákona č. 245/2008 Z. z.). V zmysle § 131 ods. 1) a 4) tohto zákona CPP uskutočňuje túto odbornú činnosť v súlade s výkonovými a obsahovými štandardmi výchovného poradenstva prostredníctvom podporných úrovní tretieho stupňa. Túto výnimku aplikuje aj *Smernica č. 1/2025* na preventívne aktivity v oblasti šikanovania (Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky, 2025).

Avšak **v prípade spracúvania osobných údajov** pri realizácii preventívno-výchovnej činnosti **CPP zabezpečí odborný zamestnanec informovaný súhlas rodičov alebo zákonných zástupcov so spracúvaním osobných údajov detí** („Výkon odbornej činnosti prevencia“, 2024–2025). Súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Zdroj:

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2025). *Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach*. <https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf>

Výkon odbornej činnosti prevencia. (2024–2025). In Z. Vojtová, J. Malík, M. Uríková, L. Lenická, & E. Lazová (Zost.), *Výkonové štandardy odborných činností*. Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. <https://www.minedu.sk/vykonove-standardy-odbornych-cinnosti/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbierky/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

Počas realizácie preventívnej činnosti/intervencie je potrebná prítomnosť jedného pedagogického alebo odborného zamestnanca školy, prípadne školského podporného tímu (člen) alebo triedneho učiteľa, ak o to realizátor preventívnej činnosti/intervencie požiada, v opačnom prípade sa preventívna činnosť/intervencia nebude dať zrealizovať.

ODPORÚČANIA OHĽADOM PREVENTÍVNEHO PROGRAMU

Vážení pedagógovia a odborní zamestnanci, našim cieľom je, aby preventívne programy, ktoré realizujeme pre žiakov vašej školy, boli zmysluplné a efektívne.

Kritériá efektivity preventívnych programov sú:

- program **zodpovedá veku** žiaka,
- efektívnejšia je realizácia interaktívneho programu v **malých** než vo veľkých skupinách,
- efektívnejší je **špecificky orientovaný** program,
- efektívnejšie sú **dlhodobejšie** než krátkodobejšie preventívne programy,
- efektívnejšie sú programy, ktorých sa frekventanti zúčastňujú **dobrovoľne**.

Preventívne programy určené pre žiakov ZŠ sú interaktívne, vyžadujú si aktivitu žiakov, prijatie spôsobu obsahu a vedenia programu.

Pred výberom programu rešpektujte naše odporúčania:

- ideálny počet žiakov v skupine je **15, max.20** (ak je to vhodné, pri vyššom počte žiakov budeme pracovať v dvoch skupinách),
- nakoľko pracujeme s rôznymi vekovými skupinami, čas trvania aktivít sa môže pohybovať od 45 do 90 minút,

- ak plánujete realizovať tému rizikového správania pre žiakov, nemusí byť realizovaný v každej triede alebo celom ročníku, vyberte len motivovaných žiakov z tried alebo ročníkov, ktorí o program majú skutočný záujem,
- účasť na programe by mala byť dobrovoľná, žiaci by mali vedieť, o čom program bude,
- žiaci by mali byť otvorení, ochotní diskutovať, ochotní podeliť sa so svojimi pocitmi, názormi a skúsenosťami,
- pri výbere programu spolupracujte viacerí (napr. triedny učiteľ, výchovný poradca, školský psychológ...)
- **počas trvania preventívneho programu je potrebná spolupráca s triednym učiteľom,**
- **pre jednu skupinu, resp. jednu triedu vyberte prosím jeden preventívny program na aktuálny školský rok,**
- **počas realizácie preventívneho programu (na stretnutiach) je potrebná prítomnosť jedného pedagogického alebo odborného zamestnanca školy, prípadne školského podporného tímu (člen) alebo triedneho učiteľa, ak o to realizátor preventívneho programu požiada, v opačnom prípade sa preventívny program nebude dať zrealizovať.**

Prihlášky na ADAPTAČNÉ VZDELÁVANIE PRVÁKOV/PIATAKOV posielajte najneskôr **do konca mája 2027**.

Prihlášky na BESEDU možno posielать priebežne počas celého školského roka, **minimálne však 2 mesiace pred plánovanou realizáciou.**

Prihlášky na PREVENTÍVNY PROGRAM realizovaný:

1. v prvom polroku posielать **do konca septembra 2026;**
2. v druhom polroku posielать **najneskôr do konca januára 2027.**

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>). **O každej žiadosti o preventívnu aktivitu/intervenciu prebehne zo strany odborného zamestnanca CPP konzultácia, ktorá je zameraná na analýzu javu.**

Témy prevencie rizikového správania vieme priblížiť aj zákonným zástupcom vid'. [TERAPIE A PODPORA.](#)

KARIÉROVÁ VÝCHOVA A PORADENSTVO

NOVINKA

PONUKA ČINNOSTÍ pre ZŠ V OBLASTI KARIÉROVEJ VÝCHOVY A KARIÉROVÉHO PORADENSTVA (KVAKP)

(V súlade s § 131 zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní a výkonovými štandardami odborných činností)

Kompletná ponuka KVaKP platí pre okres Zvolen a okres Krupina.

INDIVIDUÁLNE KARIÉROVÉ PORADENSTVO

Individuálne kariérové poradenstvo poskytujeme žiakom ZŠ a ich zákonným zástupcom na základe odporúčania či konzultácie s kariérovým poradcom školy a záujmu zákonných zástupcov. Na individuálne stretnutie je vhodné priniesť si kariérové portfólio žiaka zo školy.

SKUPINOVÉ PROGRAMY KARIÉROVEJ VÝCHOVY A KARIÉROVÉHO PORADENSTVA

Skupinové programy kariérovej výchovy a kariérového poradenstva realizujeme pre žiakov štvrtého, šiesteho, siedmeho a ôsmeho ročníka ZŠ. Cieľové skupiny a ich potreby mapujeme v spolupráci s poverenými zamestnancami na školách. V príslušnom školskom roku uskutočníme stanovený počet stretnutí, pričom každé stretnutie trvá dve vyučovacie hodiny. Z kapacitných dôvodov si vyhradzuje právo počet stretnutí upraviť alebo skrátiť v závislosti od množstva požiadaviek. V súlade s transformáciou systému poradenstva (1. a 2. stupeň podpory) je počas aktivít potrebná prítomnosť kariérového poradcu alebo iného zamestnanca školy. Výstupy z jednotlivých stretnutí slúžia ako podklad do osobných kariérových portfólií žiakov.

Podmienky realizácie a žiadosti o poskytnutie programov KVaKP:

Nevyhnutnou podmienkou pre realizáciu skupinových aktivít v triedach je oficiálna žiadosť školy o realizáciu skupinových programov v oblasti KVaKP a písomný informovaný súhlas zákonného zástupcu každého žiaka.

- Žiadosti o poskytnutie programov možno posilať priebežne počas školského roka, najneskôr však **do januára 2027**.
- Žiadosti o komplexný program pre 8. ročník – *Križovatka rozhodnutí* je z organizačných dôvodov potrebné zaslať **do konca septembra 2026**.

Žiadosti môžete zasielať poštou alebo e-mailom na adresu: **cppzvolen@gmail.com**. Všetky potrebné tlačivá (žiadosť o realizáciu skupinových programov v oblasti KVaKP a informované súhlasy) nájdete na našej webovej stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

ANOTÁCIE PONÚKANÝCH SKUPINOVÝCH PROGRAMOV

DETEKTÍVI POVOLANÍ HL'ADAJÚ SUPERHRDINOV

Cieľom programu kariérovej výchovy a kariérového poradenstva je hravou a zážitkovou formou rozvíjať u žiakov kariérové povedomie a predstaviť im pestrosť tradičných i moderných profesií. Program búra rodové stereotypy o povolaniach, citlivo otvára tému spoločenskej hodnoty remesiel a učí žiakov prostredníctvom sebaexplorácie objavovať vlastné talenty a osobné „superschopnosti“. Zároveň rozvíja ich mäkké zručnosti (soft skills), ako sú tímovosť a prezentácia, a pomáha im vytvoriť si úctu k prvej reálnej práci.

Súčasť programu: Domáca príprava pred aktivitou – vypracovanie protokolu z tajnej misie: *Agent v teréne* (podklady a inštrukcie pre žiakov zašle CPP škole vopred).

Výstup do portfólia: Kreatívny hárok z aktivít (Moja karta superhrdinu).

Trvanie: 1 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 4. ročník ZŠ.

ŠTARTUJEME KARIÉRU

Cieľom programu kariérovej výchovy a kariérového poradenstva je hrovou a zážitkovou formou naštartovať u žiakov proces sebaexplorácie a prebudiť ich zdravú zvedavosť voči svetu práce. Program búra rodové a spoločenské stereotypy o povolaniach, citlivo otvára tému inovácií či digitálnej budúcnosti a učí žiakov spoznávať svoje aktuálne záujmy. Rozvíja ich mäkké zručnosti (soft skills) a formuje ich prvú predstavu o tom, ako funguje moderný svet práce. Program pozostáva z dvoch nadväzujúcich stretnutí: *Kto som a kam patrím* a *Kam kráčam a ako tam dôjdem*.

Výstup do portfólia: Kreatívne hárky z jednotlivých blokov (Štartovacia kariérová mapa, Most k cieľu).

Trvanie: 2 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 6. ročník ZŠ.

MOJA BUDÚCNOSŤ ZAČÍNA NÁPADOM

Cieľom programu kariérovej výchovy a kariérového poradenstva je prostredníctvom zážitkových aktivít systematicky pripravovať žiakov na profesijnú dráhu cez sebaexploráciu. Program rozvíja inovatívne myslenie transformáciou problémov na príležitosti a pomáha žiakom identifikovať ich silné stránky i rolu v tíme. Zároveň formuje základy projektového myslenia, posilňuje kooperačné a prezentačné zručnosti a buduje psychickú odolnosť učením, že chyba je prirodzenou súčasťou procesu vzdelávania.

Výstup do portfólia: Kreatívny hárok (Môj kariérový denník).

Trvanie: 2 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 7. ročník ZŠ.

KRIŽOVATKA ROZHODNUTÍ (KOMPLEXNÝ PROGRAM)

Cieľom programu kariérovej výchovy a kariérového poradenstva je prostredníctvom zážitkových aktivít systematicky pripraviť žiakov na vedomú, flexibilnú a realistickú voľbu ďalšej vzdelávacej a kariérovej dráhy s ohľadom na dynamické zmeny na trhu práce v 21. storočí. Program u žiakov rozvíja kariérovú adaptabilitu, pomáha im porozumieť procesu voľby, znižuje úzkosť z rozhodovania a posúva ich do roly aktívnych tvorcov svojej budúcnosti. Žiakom prináša sebaopoznanie, informovanosť o trendoch a zanikajúcich profesiách, ako aj sociálny kapitál – identifikáciu bariér, mapovanie osobnej siete podpory a akčné plánovanie pre rozhodovanie v 9. ročníku.

Výstup do portfólia: Súbor kreatívnych hárkov (Moje doterajšie križovatky, Detektívny protokol riešení, Môj neviditeľný štít, Moja mapa križovatky).

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny (alebo flexibilný výber samostatných modulov, vid' nižšie).

Určené pre: 8. ročník ZŠ.

Poznámka pre školy: Na základe analýzy potrieb konkrétnej triedy je možné program Križovatka rozhodnutí skrátiť a zrealizovať len jeden vybraný tematický workshop:

A) Moja sociálna sieť v kariére: Zameriava sa na sociálny aspekt kariéry: uvedomenie si vlastných zdrojov podpory, prekonávanie vonkajších tlakov a identifikáciu soft skills. Rozvíja dimenzie CMS (Spoznanie príležitostí a Riadenie vzťahov).

Výstup do portfólia: Mapa kariérových zdrojov, reflexný list.

Trvanie: 1 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 8. ročník ZŠ.

B) Môj neviditeľný štít: Využíva princíp rovesníckeho učenia (peer feedback) a pomáha žiakom pomenovať svoje talenty bez toho, aby museli sami seba verejne vychvalovať. Učí ich prepojiť silné stránky s reálnym výberom školy.

Výstup do portfólia: Kreatívny hárok (Môj neviditeľný štít).

Trvanie: 1 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 8. ročník ZŠ.

PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

WORKSHOP PRE

ŠPECIÁLNYCH PEDAGÓGOV A LOGOPÉDOV:

Stimulačný program Ovečky: Metodika je určená pre deti predškolského veku až pre žiakov 1. ročníka, ktorí nemajú zvládnutú analýzu a syntézu hlások, rozvinuté fonematické uvedomovanie, majú problémy s pozornosťou, prípadne si potrebujú rozvíjať slovnú zásobu v oblastiach, ktoré má mať predškolák zvládnuté. Stimulačný program sa skladá zo 16 lekcí, ktoré sú dominantne zamerané na rozvíjanie všeobecných vedomostí predškoláka, vzájomne sa prelínajú a v rámci jednej lekcie sú rozvíjané 3 zložky:

- **rozvíjanie čiastkových funkcií – pozornosť, figúra -pozadie, pravo-ľavá orientácia ...**
- **rozvíjanie všeobecných vedomostí potrebných pre predškoláka – meno, adresa, ročné obdobia, oblečenie, jedlo, zvieratá, športy, povolania, zdravie ...**
- **rozvíjanie fonematického uvedomovania, nácvik analýzy a syntézy, pojmy samohlásky, spoluhlásky, dvojhlásky**

Trvanie: Počet vzdelávacích hodín 8h – 4x2h

WORKSHOPY/METODICKÉ SEMINÁRE PRE:

PEDAGÓGOV ZŠ, PEDAGOGICKÝCH ASISTENTOV ZŠ, VYCHOVÁVATEĽOV ZŠ, ŠKOLSKÝCH ŠPECIÁLNYCH PEDAGÓGOV, ŠKOLSKÝCH PSYCHOLÓGOV A SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Workshopy/metodické semináre sú zamerané na podporu duševného zdravia, rozvoj vlastných zdrojov zvládania záťažových situácií, na témy, s ktorými denne pracujú pedagogickí zamestnanci/odborní zamestnanci. Hlavným cieľom metodickej podpory je skompetentnenie zamestnancov v školách, aby dokázali naplňovať úlohy na prvom a druhom stupni podpory. Workshopy budú fungovať **na dobrovoľnej báze v uzavretých skupinách s maximálnym počtom účastníkov 15**. O mieste realizácie Vás budeme informovať pred samotným začatím daného workshopu. Na dané témy sa môžete individuálne prihlasovať **do konca októbra 2026**. Podmienkou realizácie workshopov je minimálny počet účastníkov 8. V prípade, ak sa na danú tému prihlási väčší počet záujemcov, vytvorí sa dve uzavreté skupiny na jednu tému.

Témy:

NOVINKA

▪ **Prehľad generácií X, Y a Snehové vločky**

Určené pre: Pedagogických a odborných zamestnancov ZŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Cieľ programu: Beseda analyzuje pohľad do rôznych generácií, či už v spoločenských normách, vzdelávaní a hodnotách. Workshop je obohatený o aktivity a praktické cvičenia.

Dĺžka besedy: 90 minút

Dĺžka trvania: 3 stretnutia

- **Rešpektujúca komunikácia** – rešpektovať druhých, správať sa k nim s úctou, znamená správať sa k nim tak, aby to nezraňovalo ich ľudskú dôstojnosť, teda nedovoliť si k nim nič, čo nechceme, aby si oni dovolili k nám. „Byť rešpektovaný“. Toto a iné zručnosti budú obsahom vzdelávania zamerané na vyjadrenie porozumenia a empatie. - **okres Zvolen**
- **Prokrastinácia** - Program vám ukáže možnosti a cesty ako predísť prokrastinácii (odkladanie či odsúvanie úloh a povinností na neskôr), prevedie vás zážitkovými metódami k úspešnému nastaveniu sa a tiež ukáže možnosti ako začať žiť naplno! - **okres Krupina**

Trvanie: podľa dohody

SEMINÁR: INFLUNCERI NA SOCIÁLNYCH MÉDIÁCH

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej a selektívnej) prevencii besedu na tému: Influenceri na sociálnych médiách (2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu rizík zo sledovania influencerov na sociálnych médiách. Obsahuje teoretický základ: sociologicko-psychologické základy atraktívnosti sledovania influencerov na sociálnych médiách, popis influencerov, spojitosť medzi mladými ľuďmi a influencermi, riziká pre mladých ľudí, ktoré môžu zo sledovania influencerov vyplývať a na predchádzanie týchto rizík. Seminár je doplnený aj interaktívnou aktivitou.

Určené pre: odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: SEXUÁLNI PREDÁTORI NA INTERNETE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej a selektívnej) prevencii besedu na tému: Sexuálni predátori na internete (2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu rizík sexuálnych predátorov na internete. Obsahuje teoretický základ: zoznamovanie cez internet, kybergrooming, sexuálni predátori a jeho taktika, fázy kybergroomingu a predchádzanie kybergroomingu. Seminár je doplnený aj interaktívnou aktivitou.

Určené pre: odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: ŠIKANOVANIE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej) prevencii besedu na tému: Šikanovanie (1. a 2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu šikanovania. Obsahuje teoretický základ: popis javu, prejavy obeť, prejavy agresora,

aktivizovanie svedkov - mlčiacu väčšinu, pomoc pre obeť, pomoc pre agresora, pomoc od svedkov, linky pomoci a legislatívu. Seminár je doplnený aj interaktívnou aktivitou.

Určené pre: pedagogický zamestnanec (triedny učiteľ), odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: KYBERŠIKANOVANIE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej) prevencii besedu na tému: Kyberšikanovanie (1. a 2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu kyberšikanovania. Obsahuje teoretický základ: popis javu, prejavy obete, prejavy páchatel'a, následky, dôležité informácie, aktivizovanie svedkov - mlčiacu väčšinu, pravidlá ochrany, legislatívu a na linky pomoci. Seminár je doplnený aj interaktívnou aktivitou.

Určené pre: pedagogický zamestnanec (triedny učiteľ), odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

Kapacita workshopov/ metodických seminárov/vzdelávaní je obmedzená v záujme zachovania kvality workshopu/metodického seminára/vzdelávania. Vopred ďakujeme za pochopenie.

Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshopy/metodické semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg ZŠ+ Zvolen. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Prihlasovanie pre okres Krupina - Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshop/metodické semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo na e-mail cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg ZŠ + Krupina. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

ODBORNO-METODICKÉ STRETNUTIA PRE SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Odborno-metodické stretnutie sa realizujú štyrikrát počas školského roka (2 v prvom pol roku, 2 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú prípadové štúdie, ktoré vyplývajú z odbornej činnosti sociálnych pedagógov. CPP o realizácii stretnutia včas informuje emailom.

Určené pre: sociálny pedagóg v škole (prípadne odborný zamestnanec školy s pracovnými úlohami, ktoré má sociálny pedagóg v škole), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4x 2 hodiny

STRETNUTIA OHĽADOM PREVENČIE V ŠKOLE

Stretnutie sa realizujú dvakrát počas školského roka (1 v prvom pol roku, 1 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú: organizácia, zabezpečenie a realizácia prevencie v materskej škole; legislatíva; informácie a zaujímavosti z oblasti prevencie; beseda na vybranú tému. CPP o realizácii stretnutia včas informuje emailom.

Určené pre: osoba zodpovedná za prevenciu v škole, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 x 2 hodiny

ODBORNO-METODICKÉ A SUPERVÍZNE STRETNUTIA PRE KARIÉROVÝCH PORADCOV

(Odborná činnosť podľa § 131 písm. j) školského zákona – metodická a supervízna činnosť)

Cieľom odborno-metodických a supervíznych stretnutí je systematicky zvyšovať kvalitu kariérovej výchovy a poradenstva na školách, rozvíjať kompetencie školských kariérových poradcov, prostredníctvom prípadových supervízií riešiť profesijné situácie z praxe a zároveň poskytnúť oporu pri zvládaní záťaže.

Stretnutia sa realizujú minimálne trikrát počas školského roka (jeseň, zima, jar) s cieľom zabezpečiť kontinuálnu podporu a reflexiu práce. Obsahom stretnutí je metodické usmerňovanie, informovanie o legislatívnych zmenách, zjednocovanie metodík, zdieľanie dobrej praxe, ako aj rozbor prípadových štúdií. CPP o realizácii stretnutia včas informuje e-mailom.

Určené pre: kariérový poradca v škole (prípadne zamestnanec školy poverený pracovnými úlohami, ktoré má kariérový poradca v škole), **okres Zvolen, okres Krupina.**

Trvanie: 3 x 2 hodiny (stretnutia v závislosti od obsahu môžu byť aj dlhšie).

SUPERVÍZIE PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

- Individuálne / skupinové / tímové (napr. školské podporné tímy)
- Opakovane / jednorázovo

Hlavné ciele supervízie v školstve sú podpora profesionálneho rastu a rozvoja zamestnancov, zlepšenie ich pracovných zručností a zvládanie náročných situácií, ale aj podpora celkovej tímovej spolupráce a efektívnej komunikácie v rámci školy. Supervízia slúži aj ako prevencia syndrómu vyhorenia, posilňuje vnútorné bezpečie zamestnancov a pomáha pri hľadaní nových riešení a postupov pri práci s deťmi a klientmi. Slúži na verifikovanie správnosti postupov, hľadanie efektívnejších spôsobov práce a riešenie neistôt spojených s náročnými situáciami.

Supervízia ponúka:

- Overovanie efektívnosti vlastných postupov pri svojej práci
- Korigovanie stereotypov
- Uvedomenie a riešenie dlhodobých problémov
- Pomenovanie a hľadanie možností ďalších riešení
- Znižovanie emočného napätia
- Podporu a prevenciu vyhorenia pracovníka
- Zvyšovanie profesionality
- Zlepšenie vzťahov
- Stanovenie cieľov a priorít

Prihlášky na supervíziu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TVORBA METODICKÝCH MATERIÁLOV

Na základe vzájomnej konzultácie môže odborný zamestnanec CPP v **odôvodnených prípadoch** vypracovať pre pedagogického/odborného zamestnanca školy metodický materiál šitý na mieru pre preventívnu činnosť, ako aj pre skupinovú či individuálnu intervenciu.

Určené pre: pedagogickí/odborní zamestnanci školy

Trvanie: podľa potreby

CPP tiež ponúka metodickú činnosť, ktorú vykonáva odborný zamestnanec pre školský podporný tím, pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov školy, a to formou konzultácií.

STREDNÉ ŠKOLY



Ak nie je uvedený pri činnosti konkrétny okres, činnosť sa vykonáva spravidla v oboch okresoch.

INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA

- poruchy učenia
- poruchy správania
- poruchy pozornosti
- intelektové schopnosti
- osobnosť, záujmy a motivácia
- profesijná orientácia a kariérové poradenstvo
- všeobecné intelektové nadanie
- zdravotné postihnutie (mentálne, sluchové, zrakové, telesné, viacnásobné)
- narušená komunikačná schopnosť
- autizmus alebo ďalšie pervazívne vývinové poruchy

Individuálna diagnostika môže pozostávať zo psychologickej, špeciálno-pedagogickej a sociálno-pedagogickej diagnostiky. Spoločne s individuálnou diagnostikou poskytujeme následne odborné poradenstvo či konzultácie, v prípade potreby pokračujúcu psychologickú starostlivosť či špeciálno-pedagogické reedukácie.

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/prihlasky.html>).

SKUPINOVÁ DIAGNOSTIKA

- profesijná orientácia
- sociometria

Skupinová diagnostika môže pozostávať zo psychologickej a sociálno-pedagogickej diagnostiky. V prípade potreby sa na základe výsledkov sa určí intervencia.

PROFESIJNÁ ORIENTÁCIA

Prihlášky na vyšetrenie profesijnej orientácie pre žiakov, ktorí si v nasledujúcom školskom roku volia voliteľné predmety **posielať do konca mája**, aby bolo možné vyšetrenie realizovať na začiatku ďalšieho školského roka.

Prihlášky na vyšetrenie profesijnej orientácie pre žiakov, ktorí sa rozhodujú pre budúce povolanie, resp. VŠ **posielat' najneskôr do konca marca**. Realizácie týchto vyšetrení budú prebiehať v období máj-jún. Analýzy výsledkov ďalší školský rok, september-november.

SOCIOMETRIA

Sociálno-pedagogická diagnostika triedy prostredníctvom on-line diagnostickej metódy „Socioklima“. Je overenou diagnostickou metódou. Sleduje ciele správania žiakov a ich skutočné dôsledky. Pomocou on-line dotazníkov zisťuje komplexný pohľad na štruktúru triedy z hľadiska výskytu deviatich kategórií správania (tzv. socio-behaviorálnych komponentov klímy školských tried).

V rámci tejto metódy používame adresný dotazník „Sociálna klíma“ (SOKL), ktorý ponúka výstup na dvoch úrovniach – sebahodnotenie a popis prejavov správania z pohľadu spolužiakov. Mapuje štruktúru správania žiakov z pohľadu žiakov, vzťahy v triede, popisuje sociálne roly a pozície. Poskytuje včasnú detekciu potenciálneho rizikového správania (je možné včas zistiť rizikové faktory života skupiny a predchádzať tak nepriaznivému vývoju nežiaduceho správania), ale aj správanie, ktoré má prosociálny charakter a je teda základom sebauzdravujúceho mechanizmu života celej skupiny (triedy).

Určené pre: 1. – 4. (posledný) ročník (v prípade novo vytvorených tried môže snímanie prebehnúť až po zadaptovaní žiakov – napr. 1. ročník najskôr od novembra).

Trvanie snímania sociometrie: 2 vyučovacie hodiny

Podmienky pre realizáciu sociometrie:

- Potrebne je zabezpečiť pre každého žiaka PC/notebook s pripojením na internet.
- Následne po vyhodnotení sú realizované **individuálne pohovory so žiakmi, v prípade záujmu aj s ich zákonnými zástupcami**.
- Pre školu je vypracovaná písomná správa.
- **Na realizáciu sociometrie je potrebný súhlas od zákonných zástupcov všetkých žiakov triedy (je potrebné, aby triedny učiteľ motivoval zákonných zástupcov všetkých žiakov danej triedy)/v prípade plnoletosti žiakov, stačí od všetkých žiakov triedy.** Súhlas sa nachádza tu: <https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>.
- Odborný zamestnanec CPP Zvolen posúdi nutnosť realizácie sociometrie ako metódy – v niektorých prípadoch je postačujúca pedagogická charakteristika alebo diagnostika triedy od triedneho učiteľa/školského podporného tímu/odborného zamestnanca školy/výchovného poradcu.

Prihlášky na SOCIOMETRIU možno posielat' priebežne počas celého školského roka **najneskôr však do konca marca 2027**.

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

KRÍZOVÁ INTERVENCIA

CPP poskytuje odbornú činnosť – krízová intervencia – v začiatku mimoriadnej udalosti s traumatickým potenciálom v škole:

- **Niektó zomrie (nehoda, vražda, samovražda), alebo je nezvestný.**
- **Niektó utrpí vážne zranenie, vážne ochorenie, alebo je inak poškodený, tiež ak náhle umrie pedagóg. Niektó spôsobí smrť alebo vážne zranenie.**
- **Školská komunita je ohrozená prírodnou katastrofou, pandémiou, teroristickým útokom, výbuchom, požiarom.**

Zasiahnuté sú deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy. Ich rodina, alebo blízki. Mimoriadna udalosť sa môže stať v škole, alebo v školskom zariadení, na školskej akcii, aj mimo školského prostredia.

Trvanie: podľa potreby

Určené pre: zasiahnutí mimoriadnou udalosťou: deti, žiaci, učitelia, zamestnanci školy, ich rodina, alebo blízki

Šikanovanie v školách a v školských zariadeniach nie je predmetom krízovej intervencie. Tento problém riešia odborní zamestnanci CPP v spolupráci so školou prostredníctvom druhej a tretej úrovne podpory (selektívna a indikovaná prevencia).

Žiadosť o krízovú intervenciu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TERAPIE A PODPORA

V prípade potreby na základe výsledkov z individuálnej alebo skupinovej diagnostiky okrem inej intervencie ponúkame aj terapie a podporu.

NOVINKA

KOGNITÍVNO-BEHAVIORÁLNE PORADENSTVO (KBT)

Kognitívno-behaviorálna terapia (KBT) je vedecky overený psychologický prístup zameraný na porozumenie vzťahu medzi myšlienkami, emóciami a správaním. Pomáha klientom identifikovať nepresné alebo neprospešné spôsoby myslenia, ktoré môžu prispievať k psychickým ťažkostiam, a postupne ich nahrádzať realistickejšími a funkčnejšími spôsobmi uvažovania a konania.

V rámci terapie sa klient učí lepšie zvládať stresové situácie, rozvíjať zručnosti regulácie emócií, riešiť problémy a posilňovať svoje adaptačné schopnosti. Terapia je orientovaná na konkrétne ciele a aktívnu spoluprácu klienta.

Určené pre: deti a žiakov od 10 rokov s emočnými a behaviorálnymi ťažkosťami, úzkostnými a depresívnymi prejavmi, nízkym sebavedomím, problémami vo

vzťahoch, pri zvládání stresu, záťažových situácií a ďalších psychických ťažkostí ovplyvňujúcich ich fungovanie v škole a v bežnom živote.

Trvanie: individuálne podľa potrieb klienta, spravidla 45 – 60 minút na jedno stretnutie.

Realizované v CPP.

BIOFEEDBACK A NEUROFEEDBACK TERAPIA

Biofeedback je použitie prístrojovej techniky na zobrazenie psychofyziologických procesov, ktoré si jedinec obvykle neuvedomuje, a ktoré môže dostať pod vôľovú kontrolu. Metóda Biofeedback umožňuje zistenie stresového profilu klienta, teda zhodnotenie jeho typického vzorca reaktivity počas stresu a zotavenia sa po strese. Biofeedback je súčasne terapeutická metóda, vďaka ktorej sa môže klient podľa individuálne nastaveného tréningu naučiť čiastočne ovládať svoje fyziologické reakcie v strese.

Neurofeedback je veľmi špecializovaný typ biofeedbacku. Počas neurofeedback terapie sa vaše vzorce mozgových vĺn prenášajú do softvéru, ktorý ich vyhodnocuje a pravidelne vysiela mozgu signál na jeho resetovanie. Cieľom je „preškoliť“ abnormálne vzorce mozgových vĺn a zmeniť svoj psychologický stav. Počas neurofeedback terapie robí softvér väčšinu práce za nás, zatiaľ čo my buď relaxujeme, alebo komunikujeme s prostredím, aby sme získali rôzne vzorce mozgových vĺn.

Oblasť využitia:

- poruchy aktivity a pozornosti
- poruchy učenia: dyslexia, dysgrafia, dyskalkúlia
- poruchy správania
- úzkosť
- depresia
- poruchy spánku
- stres
- psychosomatické poruchy atď.

Realizované v CPP.

ARTETERAPIA

Využíva prvky psychoterapie prostredníctvom rôznych foriem umenia ako spôsob komunikácie. Zmyslové podnety v nej slúžia ako prostriedok sebavyjadrenia. Cieľom arteterapie je naštartovať u človeka sebaliečebný proces a umožniť mu objaviť spôsob vyjadrenia emócií, psychických procesov a vzťahov, ktoré nie vždy možno vyjadriť slovne. Zároveň tento druh terapie umožňuje spoznať vlastný potenciál a zvýšiť sebauvedomenie, sebaopoznanie a podporuje rast osobnosti. Arteterapia pracuje s predstavivosťou, ponúka iný pohľad na svet a samých seba. Učí nás viac precíťovať, vnímať, premýšľať, tvoriť, reflektovať. Podnetom pre prácu arteterapeutky s klientom je kresba, práca s hlinou aj tvorivé písanie. Cieľom stretnutia je lepšie pochopenie vlastného vnútra, vyjadrenie a poznávanie svojich pocitov. Výsledné dielo sa neanalyzuje ani nehodnotí z výtvarného hľadiska, ide o uvedomenie si svojich emócií, rozvoj tvorivosti, relaxáciu, sebaopoznávanie.

Ponuka:

- individuálna arteterapia
- individuálna artefiletika
- skupinová arteterapia
- rodinná arteterapia

- **podporná arteterapeutická skupina pre rôzne cieľové skupiny**

Viac informácií na [TU](#)

PODPORNÁ SKUPINA PRE RODIČOV

Cieľom stretnutí je podporiť rodičov vo výchove svojich detí, poskytnúť im bezpečný priestor, kde môžu otvorene diskutovať a vymieňať si svoje skúsenosti, porozumieť správaniu svojich detí; posilniť ich vo vyjadrovaní vlastných pocitov, očakávaní a potrieb; získavať nové podnety a ventilovať svoje problémy.

Témy vieme prispôbiť záujmu rodičov

Určené pre : zákonných zástupcov detí a žiakov

Trvanie: počas školského roka (1 stretnutie trvá 1,5 hodiny)

EDUKÁCIA RODIČOV NA RODIČOVSKÝCH ZDRUŽENIACH

Cieľom stretnutia je priblížiť zákonným zástupcom žiakov témy prevencie rizikového správania, ktoré vyberie rodič, pedagogický zamestnanec, odborný zamestnanec školy alebo odborný zamestnanec CPP na základe anamnestických údajov žiaka / situácie / skupiny. Stretnutie zrealizujeme na pôde školy počas rodičovského združenia.

Určené pre : zákonných zástupcov, zamestnancov školy

Trvanie: podľa dohody

Prihlášky možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

PREVENCIA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA A PODPORA DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

DÔLEŽITÉ!

Podľa dokumentu [Pedagogicko-organizačných pokynov na školský rok 2026/2027](#) ktorý vydalo Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky ([MŠVVaM SR], 2026), prvý stupeň podporných úrovní ustanovuje, že **univerzálne preventívne aktivity sú vykonávané už na úrovni triedneho učiteľa. Realizáciou preventívnych programov sa naplňa aj štátny vzdelávací program.** Odborná činnosť „prevencia rizikového správania“ je vykonávaná v súlade s obsahovým štandardom. Priority a odporúčania:

- Pri realizácii preventívnych činností **spolupracovať so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4) a s Policajným zborom.
- Uprednostnenie **dlhodobých a overených** preventívnych programov a strategický výkon prevencie.
- Posilnenie preventívnych aktivít zameraných na **posilňovanie vzťahov, prijímanie inakosti a toleranciu a psychickú odolnosť**. Ako napríklad zavedenie pravidelných “Ranných kruhov” a “Hodín duševnej pohody”
- **Aktívna spolupráca so zariadeniami poradenstva a prevencie** (aj CPP V zmysle zákona č. 245/2008 Z. z., § 130 ods. 4), sociálnou kuratelou a

Policajným zborom v prípade **žakov, u ktorých sa vyskytli pretrvávajúce alebo kritické prejavy násilia, ktorí sa stali obeťami násilia alebo prejavujú suicidálne tendencie, alebo majú iný problém.**

Pri realizácii preventívnych činností sa **školám dôrazne odporúča vopred preverovať externé subjekty a nimi ponúkané programy.** Na tento kritický postup dlhodobo apeluje Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky (MŠVVaM SR, 2023), pričom v prípade pochybností je žiaduce overiť ich kredibilitu na cirkevnom odbore Ministerstva kultúry Slovenskej republiky (MK SR, 2024b) alebo prostredníctvom organizácie Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou (Integra, n.d.). Táto inštrukcia zostáva v platnosti aj pre aktuálne obdobie, čo potvrdzujú najnovšie *Pedagogicko-organizačné pokyny na školský rok 2026/2027* (MŠVVaM SR, 2026, s. 29 - 30), ktoré školám priamo odporúčajú metodickú príručku „Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí“ (MK SR, 2024a) a „Pozor. Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov.“ (MK SR, 2024c).

Integra Občianske združenie – Informačné centrum s poradňou. (n.d.). *Hlavný cieľ a zameranie občianskeho združenia.* <https://oz-integra.sk/>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024a). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline prostredí: Metodicko-informačná príručka.* <https://www.culture.gov.sk/storage/2024/01/AkoRozoznatBezpecneSpolocenstvo-FINALNA.pdf>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024b, 9. január). *Ako rozpoznať bezpečné spoločenstvo v online a offline priestore.* <https://www.culture.gov.sk/sk/aktualita/ako-rozpoznať-bezpecne-spolocenstvo-v-online-a-offline-priestore>

Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky. (2024c, 12. marec). *Pozor Podozrivé spoločenstvá. Ako rozoznáš nebezpečnú skupinu? Pomôže ti týchto 15 znakov.* <https://oz-integra.sk/letak-podozrive-spolocenstva-ako-rozoznas-nebezpecnu-skupinu-pomoze-ti-tychto-15-znakov/>

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2023, 31. máj). *Spríevodca školským rokom 2023/2024.* <https://www.minedu.sk/data/att/008/27223.19e68d.pdf>

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2026, 29. máj). *Pedagogicko-organizačné pokyny na školský rok 2026/2027.* <https://www.minedu.sk/pedagogicko-organizacne-pokyny-na-skolsky-rok-20262027/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbierky/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

ROZVOJ ŽIVOTNÝCH ZRUČNOSTÍ

/Preventívna aktivita:/

TRIEDNICKÁ HODINA SO SOCIÁLNYM PEDAGÓGOM CPP

Táto aktivita v rámci univerzálnej prevencie vytvára bezpečný priestor na realizáciu preventívnych tém podľa aktuálnych potrieb školy a triedy, od rozvoja medziľudských vzťahov a komunikácie až po prevenciu rôznych druhov rizikového správania. Stretnutie slúži ako priama podpora pre žiakov, ako aj pre triedneho učiteľa pri vedení triednickej hodiny. Hlavným cieľom je rozvíjať sociálno-emocionálne zručnosti žiakov, posilňovať ich schopnosť konštruktívne vyjadriť svoje hranice a zvyšovať informovanosť, čím stretnutie pôsobí ako včasná univerzálna prevencia pred rizikovým správaním.

Určené pre: všetky ročníky, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: podľa dohody

NOVINKA

CESTA K ZRELOSTI: KOMPLEXNÝ PROGRAM OSOBNOSTNÉHO, SOCIÁLNEHO A DUŠEVNÉHO ROZVOJA ŽIAKOV STREDNÝCH ŠKÔL

(Dlhodobý preventívny program)

Cieľ programu: Komplexne rozvíjať osobnostnú, sociálnu a duševnú zrelosť žiakov strednej školy – od bezproblémovej adaptácie na nové prostredie, cez vybudovanie zdravých medziľudských vzťahov, vlastnej identity, kritického myslenia a zodpovedného samostatného rozhodovania, až po posilnenie duševnej odolnosti a zvládanie záťažových situácií spojených s prechodom do dospelosti a budúcim smerovaním.

Určené pre: Žiaci stredných škôl, stredných odborných škôl (SOŠ) a gymnázií, **okres Zvolen, okres Krupina**

Dĺžka programu: 2 stretnutia × 90 minút v každom ročníku.

Dĺžka trvania: Program prebieha kontinuálne počas celých 4 (resp. 5) rokov stredoškolského štúdia (celkovo 8 až 10 stretnutí / 16 až 20 vyučovacích hodín).

V školskom roku 2026/2027 sa do tejto preventívnej aktivity zapojí iba 1. ročník, a to z dôvodu plynulej nadväznosti preventívnej aktivity až po záverečný ročník.

/Preventívne programy: /

NOVINKA

POKROK- KRÁČAM CESTOU K SEBE A K DRUHÝM

Cieľom programu je podporiť rozvoj protektívnych faktorov u žiakov a motivovať ich k aktívnej účasti na zlepšení a udržiavaní svojho duševného zdravia. Pomôcť žiakom lepšie porozumieť sebe samému, podporiť sebahodnotu, sebadôveru, naučiť žiakov efektívne budovať medziľudské vzťahy, rozvíjať schopnosť aktívneho počúvania, naučiť žiakov efektívne zvládať konflikty, prijímať kritiku, lepšie porozumieť svojim pocitom, potrebám, vedieť ich vyjadrovať adekvátnym spôsobom, budovanie reziliencie.

Určené pre: 2.- 5. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 5 stretnutí (1. stretnutie 90 minút)

BALANS – rovesnícky program podpory duševného zdravia

Cieľom programu je osvojiť si a vedieť uplatniť nadobudnuté vedomosti a zručnosti na podporu duševného zdravia u seba a aj u rovesníkov v triede a mimoškolskom prostredí. Zvýšiť povedomie účastníkov o dôležitosti duševného zdravia, posilniť u účastníkov schopnosť zvládania stresu, podporiť zdravé sociálne vzťahy, zvýšiť úroveň poznania o zdravom životnom štýle. Získané zručnosti a vedomosti môžu účastníci aplikovať na svojej škole v rámci osvetu širokému spektru mladých ľudí. Program je rozdelený do 4 blokov. Bloky sú zamerané: sebaopoznanie, sebadôveru, seba prijatie, základné piliere zdravého životného štýlu, nácvik efektívnej komunikácie, riešenie konfliktov, zvládanie záťaže a stresu, stratégie sebaregulácie. Výcviková skupina bude vyskladaná z počtu prihlásených žiakov z jednotlivých stredných škôl.

Určené pre: 1. - 3. ročník (pri výbere žiakov zväžiť komunikačné zručnosti), **okres Zvolen, okres Krupina**

Realizácia: 8 stretnutí - CVČ Domino Zvolen 1x mesačne, podľa dohody okres Krupina

ADAPTAČNÉ VZDELÁVANIE PRVÁKOV

Aktivity sú zamerané na pri adaptácii žiakov v súvislosti s ich prechodom na strednú školu. Na základe aktuálnych legislatívnych zmien v súvislosti so stupňami podpory, je realizácia adaptácií v 1. ročníkoch v réžii **triednych učiteľov** (prípadne v réžii školských podporných tímov alebo odborných zamestnancov školy v spolupráci s triednym učiteľom). Adaptačný program, ktorý je možno využiť v rámci podpornej úrovne prvého stupňa je umiestnení na www.eporadenstvo.sk. V prípade realizácie adaptácie CPP je potrebná účasť triedneho učiteľa/odborného zamestnanca školy/člena školského podporného tímu na stretnutiach.

Určené pre: 1. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 stretnutia

KRITICKÉ MYSLENIE

Program je zameraný na rozvíjanie kritického myslenia. Cieľom je osvojiť si kritické myslenie pri práci s informáciami formou informatívnych a interaktívnych metód v práci so skupinou. Predpokladom je, že účastníci programu si uvedomia aké kontroverzné témy „hýbu“ spoločnosťou a ju polarizujú; osvoja si základy kritického myslenia a terminológiu v tejto oblasti; zistia ako internet – sociálne média živia dezinformačnú sféru; osvoja si spôsoby ako pracovať s relevantnými informáciami a relevantnými zdrojmi a ako odhaľovať a zastaviť šírenie dezinformácií.

Určené pre: 3. – 4. ročník (posledný), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

/Besedy:/

AKO SPRÁVNE KOMUNIKOVAŤ A VEDIEŤ SA OSPRAVEDLNIŤ

Vždy si môžeme vybrať, ako budeme s danou osobou komunikovať, keď sú naše emócie vyburcované. Nech je to akokoľvek, dôležité je naučiť sa správne vedieť komunikovať aj v takejto situácii a za svoje nevhodné správanie sa vedieť aj ospravedlniť. To je aj obsahom ponúkanej besedy.

Určené pre: 1. – 3. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 1 x 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA NÁSILNÉHO SPRÁVANIA (ŠIKANOVANIE, PREJAVY AGRESIVITY)

/Besedy:/

ŠIKANOVANIE

Beseda je zameraná na prevenciu šikanovania – na popis, prejavy obete, agresora, aktivizovanie svedkov - mlčiaku väčšinu, predchádzanie šikanovania, pomoc pre obeť, pomoc pre agresora, pomoc pre svedkov, linky pomoci a na legislatívu. Je realizovaná informatívnou a interaktívnou metódou.

Určené pre: 1. – 4. ročník (posledný), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA RADIKALIZÁCIE A EXTRÉMIZMU

/Preventívne programy:/

ROZMANITOSŤ ĽUDÍ

Program je zameraný na rozmanitosť ľudí. Cieľom je scitlivovať účastníkov programu k rôznym skupinám ľudí (napr. ľudia so zdravotným postihnutím, migranti, Rómovia ...) formou informatívnych a interaktívnych metód v práci so skupinou. Predpokladom je, že účastníci si uvedomia vlastné predsudky a stereotypy, uvedomia si, ako predsudky a stereotypy vplyvajú na životy určitých skupín ľudí. Tiež je predpokladom, že budú ďalej pracovať s vlastnými predsudkami a stereotypmi a dôjde tak k rozvoju tolerantného správania (v najlepšom prípade akceptácii) voči rozmanitým ľuďom.

Určené pre: 1. – 2. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTOK

/Besedy:/

LÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI

Prevenca užívania legálnych a nelegálnych drog, mýty a postoje k drogám.

Určené pre: 1.-2.ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2. vyučovacie hodiny

PREVENCIA RIZIKOVÉHO SEXUÁLNEHO SPRÁVANIA

/Besedy:/

VIAC AKO PORNOGRAFIA

Vid'. Prevenca zameraná na problematické používanie digitálnych technológií

LÁSKA A PARTNERSKÉ VZŤAHY

Cieľom besedy je poukázať na význam slova láska, na správanie sa v partnerskom vzťahu, možné riziká, súčasné trendy vo vzťahoch, dôležitosť komunikácie vo vzťahu.

Určené: 1.-2. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2. vyučovacie hodiny

PREVENCIA ZAMERANÁ NA PROBLEMATICKÉ POUŽÍVANIE DIGITÁLNYCH TECHNOLOGIÍ

/Preventívne programy:/

RIZIKÁ DIGITÁLNYCH TECHNOLOGIÍ

Program je zameraný na analýzu štyroch rizík digitálnych technológií: kyberšikanovanie, závislosť od internetu, sexuálni predátori na internete a influenceri na sociálnych médiách. Cieľom je oboznámiť s uvedenými rizikami formou informatívnej metódy a interaktívnych metód v práci so skupinou. Program je zložený zo štyroch stretnutí. Každé stretnutie obsahuje len jedno z uvedených rizík. Predpokladom je, že u účastníkov dôjde k zmene alebo upevneniu postoja voči uvedeným rizikám v súlade s ich zdravým vývinom.

Určené pre: 1. – 3 ročník (predposledný), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

/Besedy:/

VIAC AKO PORNOGRAFIA

Cieľom preventívnej aktivity je 1.: Poukázať na nebezpečenstvo spojené so sledovaním pornografie, ktoré môže viesť k poškodeniu prirodzenej intimity človeka – až k závislosti; 2.: Vysvetliť, čo je to zvládacia stratégia a ako vzniká závislosť. 3.: Inšpirovať žiakov k premýšľaniu o budovaní zdravo fungujúcich dlhodobých vzťahov (bez pornografie). 4.: Posilniť sebaobraz/sebahodnotu žiaka. Tento preventívny program vytvoril Tlakový hrniec, n. o. (viac na: <https://tlakovyhrniec.sk/>) a s tvorbou pomáhali NePorno. z. s. (viac na : <https://nepornu.cz/>).

▪ **Určené pre:** 2. – 3 ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

ZÁVISLOSŤ OD INTERNETU

Beseda je zameraná na základný popis nelátkových závislostí a na popis závislosti od internetu. Tiež je zameraná na príčiny, prejavy a následky závislosti od internetu a na možnosti predchádzania závislosti od internetu. Je realizovaná informatívnu a interaktívnu metódou.

Určené pre: 4. ročník (posledný), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA ZAMERANÁ NA ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL

/Besedy:/

ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL VERZUS PORUCHY PRÍJMU POTRAVY

Beseda je zameraný na správne poňatie vzťahu k jedlu, k zdravej výžive, riziká diét, ideál krásy a sociálne siete, racionálne stravovanie, pozitívny vzťah k svojmu telu.

Určené: 1.-3. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

PREVENCIA ZAMERANÁ NA PODPORU DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

/Preventívne programy:/

NÁJDI SVOJU SILU

Program je primárne zameraný na podporu duševného zdravia a prevenciu sebapoškodzujúceho správania. Cieľom je vybaviť žiakov nástrojmi, ktoré im pomôžu zvládať stres, emocionálne výzvy a potencionálne rizikové situácie, predchádzať sebapoškodzovaniu a podporiť ich schopnosť reagovať na náročné životné udalosti zdravým spôsobom. Tematické okruhy programu: sebaopoznanie a zvládanie emócií, zvládanie stresu, budovanie odolnosti, vzťahy a komunikácia, sebareflexia a budovanie sebadôvery, rozvoj odolnosti prostredníctvom emocionálnej regulácie a vďačnosti, rozvoj sociálnych zručností a riešenie konfliktov.

Určené pre: 1. -3. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Realizácia: 5 stretnutí (1 stretnutie 90 min.)

/Besedy:/

NOVINKA

DUŠEVNÉ ZDRAVIE MLADÉHO ČLOVEKA

Cieľom besedy je poukázať na psychickú, emocionálnu, sociálnu pohodu. Poukázať na to, ako sa starať o svoje duševné zdravie. Ako zvládať bežný denný stres, záťažové situácie, rozvíjať pozitívne vzťahy, dokázať vyjadriť svoje emócie, rozvíjať komunikačné schopnosti. Celková pohoda mladého človeka ako myslí, ako sa správa a ako reaguje na rôzne situácie a zmeny.

Určené pre: 1. – 2. ročník, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 vyučovacie hodiny

SELEKTÍVNA/INDIKOVANÁ PREVENCIA

/Preventívne programy:/

ROZVOJ A POSILŇOVANIE VZŤAHOV V TRIEDE

Cieľom programu je posilnenie triednej skupiny, podpora vzťahov medzi žiakmi cez zážitkové aktivity a vzájomné spoznávanie sa, podpora komunikácie a vzájomnej súdržnosti a tvorba bezpečného prostredia v triede. Program nastavujeme na konkrétne potreby triedneho kolektívu. Podľa toho určíme aj počet stretnutí.

Určené pre: 1. – 4.ročník (posledný), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 4 x 2 vyučovacie hodiny

/Krátkodobá intervencia:/

NOVINKA

SKUPINOVÁ INTERVENCIA

Na základe analýzy situácie v triede odborný zamestnanec CPP za aktívnej spolupráci pedagogického/odborného zamestnanca školy realizuje v triednom kolektíve intervenciu ušitú na mieru potrebám triedy. Táto intervencia reaguje na konkrétny identifikovaný problém s cieľom stabilizovať situáciu a obnoviť bezpečné prostredie pre všetkých žiakov. Na rozdiel od preventívnych programov ide v tomto prípade o časovo ohraničený, krátkodobý zásah.

Určené pre: žiaci SŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: maximálne 3 x 2 vyučovacie hodiny

DÔLEŽITÉ!

Informovaný súhlas zákonného zástupcu sa pri **preventívnych aktivitách CPP v školách nevyžaduje**, ak činnosť neprekračuje rámec výkonových a obsahových štandardov výchovného poradenstva (§ 130 ods. 4) a 10) zákona č. 245/2008 Z. z.). V zmysle § 131 ods. 1) a 4) tohto zákona CPP uskutočňuje túto odbornú činnosť v súlade s výkonovými a obsahovými štandardmi výchovného poradenstva prostredníctvom podporných úrovní tretieho stupňa. Túto výnimku aplikuje aj *Smernica č. 1/2025* na preventívne aktivity v oblasti šikanovania (Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky, 2025).

Avšak **v prípade spracúvania osobných údajov** pri realizácii preventívno-výchovnej činnosti **CPP zabezpečí odborný zamestnanec informovaný súhlas rodičov alebo zákonných zástupcov so spracúvaním osobných údajov detí**

(„Výkon odbornej činnosti prevencia“, 2024–2025). Súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Zdroj:

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2025). *Smernica č. 1/2025 k prevencii a riešeniu šikanovania detí a žiakov v školách a v školských zariadeniach*. <https://www.minedu.sk/data/att/d76/32441.fb1a83.pdf>

Výkon odbornej činnosti prevencia. (2024–2025). In Z. Vojtová, J. Malík, M. Uríková, L. Lenická, & E. Lazová (Zost.), *Výkonové štandardy odborných činností*. Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. <https://www.minedu.sk/vykonove-standardy-odbornych-cinnosti/>

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. <https://www.slov-lex.sk/ezbierky/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/245/20260901.html>

Počas realizácie preventívnej činnosti/intervencie je potrebná prítomnosť jedného pedagogického alebo odborného zamestnanca školy, prípadne školského podporného tímu (člen) alebo triedneho učiteľa, ak o to realizátor preventívnej činnosti/intervencie požiada, v opačnom prípade sa preventívna činnosť/intervencia nebude dať zrealizovať.

ODPORÚČANIA OHĽADOM PREVENTÍVNEHO PROGRAMU:

Vážení pedagógovia a odborní zamestnanci, našim cieľom je, aby preventívne programy, ktoré realizujeme pre žiakov vašej školy boli zmysluplné a efektívne.

Kritériá efektivity preventívnych programov sú:

- program **zodpovedá veku** žiaka,
- efektívnejšia je realizácia interaktívneho programu v **malých** než vo veľkých skupinách,
- efektívnejší je **špecificky orientovaný** program,
- efektívnejšie sú **dlhodobejšie** než krátkodobejšie preventívne programy,
- efektívnejšie sú programy, ktorých sa frekventanti zúčastňujú **dobrovoľne**.

Preventívne programy určené pre žiakov sú interaktívne, vyžadujú si aktivitu žiakov, prijatie spôsobu obsahu a vedenia programu.

Pred výberom programu rešpektujte naše odporúčania:

- ideálny počet žiakov v skupine je **15, max.20** (ak je to vhodné, pri vyššom počte žiakov, budeme pracovať v dvoch skupinách),
- nakoľko pracujeme s rôznymi vekovými skupinami, čas trvania aktivít sa môže pohybovať od 45 do 90 minút,
- ak plánujete realizovať tému rizikového správania pre žiakov, nemusí byť realizovaný v každej triede alebo celom ročníku, vyberte len motivovaných žiakov z tried alebo ročníkov, ktorí o program majú skutočný záujem,
- účasť na programe by mala byť dobrovoľná, žiaci by mali vedieť o čom program bude,
- žiaci by mali byť otvorení, ochotní diskutovať, podeliť sa so svojimi pocitmi, názormi a skúsenosťami,
- pri výbere programu spolupracujte viacerí (napr. triedny učiteľ, výchovný poradca, školský psychológ...)
- **počas trvania preventívneho programu je potrebná spolupráca s triednym učiteľom,**
- **pre jednu skupinu, resp. jednu triedu vyberte prosím jeden preventívny program na aktuálny školský rok,**

- počas realizácie preventívneho programu (na stretnutiach) je potrebná prítomnosť jedného pedagogického alebo odborného zamestnanca školy, prípadne školského podporného tímu (člen) alebo triedneho učiteľa, ak o to realizátor preventívneho programu požiada, v opačnom prípade sa preventívny program nebude dať zrealizovať.

Prihlášky na ADAPTAČNÉ VZDELÁVENIE PRVÁKOV posilať najneskôr **do 14. 6. 2027**.

Prihlášky na BESEDU možno posilať priebežne počas celého školského roka, **minimálne však 2 mesiace pred plánovanou realizáciou**.

Prihlášky na PREVENTÍVNY PROGRAM realizovaný:

1. v prvom polroku posilať **do konca septembra 2026**;
2. v druhom polroku posilať **najneskôr do konca januára 2027**.

Prihlášky možno zasilať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>). **O každej žiadosti o preventívnu aktivitu/intervenciu prebehne zo strany odborného zamestnanca CPP konzultácia, ktorá je zameraná na analýzu javu.**

Témy prevencie rizikového správania vieme priblížiť aj zákonným zástupcom vid'. [TERAPIE A PODPORA](#).

KARIÉROVÁ VÝCHOVA A PORADENSTVO

NOVINKA

PONUKA ČINNOSTÍ pre SŠ V OBLASTI KARIÉROVEJ VÝCHOVY A KARIÉROVÉHO PORADENSTVA (KVAKP)

(V súlade s § 131 zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní a výkonovými štandardami odborných činností)

Kompletná ponuka KVAKP platí pre okres Zvolen a okres Krupina.

INDIVIDUÁLNE KARIÉROVÉ PORADENSTVO

Individuálne kariérové poradenstvo poskytujeme študentom SŠ a ich zákonným zástupcom (respektíve plnoletým študentom) na základe odporúčania či konzultácie s kariérovým poradcom školy a záujmu študentov alebo ich zákonných zástupcov. Na individuálne stretnutie je vhodné priniesť si kariérové portfólio študenta zo školy.

SKUPINOVÉ PROGRAMY KARIÉROVEJ VÝCHOVY A KARIÉROVÉHO PORADENSTVA

Skupinové programy kariérovej výchovy a kariérového poradenstva realizujeme pre študentov stredných škôl. Cieľové skupiny a ich potreby mapujeme v spolupráci s poverenými zamestnancami na školách.

V príslušnom školskom roku uskutočníme stanovený počet stretnutí, pričom každé stretnutie trvá dve vyučovacie hodiny. Z kapacitných dôvodov si vyhradzuje právo počet stretnutí upraviť alebo skrátiť v závislosti od množstva požiadaviek. V súlade s transformáciou systému poradenstva (1. a 2. stupeň podpory) je počas aktivít potrebná prítomnosť kariérového poradcu alebo iného zamestnanca školy. Výstupy z jednotlivých stretnutí slúžia ako podklad do osobných kariérových portfólií študentov.

Podmienky realizácie a žiadosti o poskytnutie programov KVaKP:

Nevyhnutnou podmienkou pre realizáciu skupinových aktivít v triedach je oficiálna žiadosť školy o realizáciu skupinových programov v oblasti KVaKP a písomný informovaný súhlas (zákonného zástupcu u nepĺnoletého študenta alebo súhlas pĺnoletého študenta).

- Žiadosti o poskytnutie programov možno posilať priebežne, najneskôr však **do decembra 2026**.

Žiadosti môžete zasilať poštou alebo e-mailom na adresu: cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné tlačivá (žiadosť o realizáciu skupinových programov v oblasti KVaKP a informované súhlasy) nájdete na našej webovej stránke v sekcii tlačivá a prihlášky (<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

ANOTÁCIA PONÚKANÉHO SKUPINOVÉHO PROGRAMU

DOSPELOSŤ BEZ CENZÚRY

Cieľom programu kariérovej výchovy a kariérového poradenstva je komplexná príprava študentov na prechod do praxe prostredníctvom série cielených zážitkových aktivít. Program rozvíja finančnú gramotnosť a buduje psychickú odolnosť búraním strachu z neúspechu. Študentov učí kriticky hodnotiť štruktúru životopisov z pohľadu zamestnávateľa, trénuje ich argumentačné schopnosti a zvládanie stresu pri náročných otázkach. Na vlastnej koži si vyskúšajú pozíciu uchádzača aj personalistu, čím odbúrajú komunikačné bariéry a spoja svoje silné stránky s požiadavkami trhu práce.

Výstup do portfólia: Osobná nákladová minianalýza, zoptimalizovaný audit životopisu a osobný pohovorový ťahák.

Trvanie: 2 x 2 vyučovacie hodiny.

Určené pre: 3. ročník SŠ (respektíve predposledný ročník SŠ).

PONUKA PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

WORKSHOPY PRE:

PEDAGÓGOV SŠ, PEDAGOGICKÝCH ASISTENTOV SŠ, ŠKOLSKÝCH ŠPECIÁLNYCH PEDAGÓGOV, ŠKOLSKÝCH PSYCHOLÓGOV A SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Workshopy/metodické semináre sú zamerané na podporu duševného zdravia, rozvoj vlastných zdrojov zvládania záťažových situácií, na témy, s ktorými denne pracujú pedagogický zamestnanci/odborný zamestnanci. Hlavným cieľom metodické podpory je skompetentnenie zamestnancov v školách, aby dokázali naplňovať úlohy na prvom a druhom stupni podpory. Workshopy budú fungovať **na dobrovoľnej báze v uzavretých skupinách s maximálnym počtom účastníkov 15**. O mieste realizácie Vás budeme informovať pred samotným začatím daného workshopu. Na dané témy sa môžete individuálne prihlasovať **do konca októbra 2026**. Podmienkou realizácie workshopov je minimálny počet účastníkov 8. V prípade, ak sa na danú tému prihlási väčší počet záujemcov, vytvoria sa dve uzavreté skupiny na jednu tému.

Témy:

NOVINKA

- **Prehľad generácií X, Y a Snehové vločky**
Určené pre: Pedagogických a odborných zamestnancov SŠ, **okres Zvolen, okres Krupina**
Cieľ programu: Beseda analyzuje pohľad do rôznych generácií, či už v spoločenských normách, vzdelávaní a hodnotách. Workshop je obohatený o aktivity a praktické cvičenia.
Dĺžka besedy: 90 minút
Dĺžka trvania: 3 stretnutia
- **Rešpektujúca komunikácia** – rešpektovať druhých, správať sa k nim s úctou, znamená správať sa k nim tak, aby to nezraňovalo ich ľudskú dôstojnosť, teda nedovoliť si k nim nič, čo nechceme, aby si oni dovolili k nám. „Byť rešpektovaný“. Toto a iné zručnosti budú obsahom vzdelávania zamerané na vyjadrenie porozumenia a empatie. - **okres Zvolen**
- **Prokrastinácia** - Program vám ukáže možnosti a cesty ako predísť prokrastinácii (odkladanie či odsúvanie úloh a povinností na neskôr), prevedie vás zážitkovými metódami k úspešnému nastaveniu sa a tiež ukáže možnosti ako začať žiť naplno! - **okres Krupina**

Trvanie: podľa dohody

SEMINÁR: INFLUNCERI NA SOCIÁLNYCH MÉDIÁCH

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej a selektívnej) prevencii besedu na tému: Influenceri na sociálnych médiách (2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu rizík zo sledovania influencerov na sociálnych médiách. Obsahuje teoretický základ: sociologicko-psychologické základy atraktívnosti sledovania influencerov na sociálnych médiách, popis influencerov, spojitosť medzi mladými ľuďmi a influencermi, riziká pre mladých ľudí, ktoré môžu zo sledovania influencerov vyplývať a na predchádzanie týchto rizík. Seminár je doplnený aj interaktívnou aktivitou.

Určené pre: odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: SEXUÁLNI PREDÁTORI NA INTERNETE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej a selektívnej) prevencii besedu na tému: Sexuálni predátori na internete (2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu rizík sexuálnych predátorov na internete. Obsahuje teoretický základ:

zoznamovanie cez internet, kybergrooming, sexuálni predátor a jeho taktika, fázy kbergroomingu a predchádzanie kybergroomingu. Seminár je doplnený aj interkatívnu aktivitou.

Určené pre: odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: ŠIKANOVANIE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej) prevencii besedu na tému: Šikanovanie (1. a 2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu šikanovania. Obsahuje teoretický základ: popis javu, prejavy obete, prejavy agresora, aktivizovanie svedkov - mlčiaca väčšinu, pomoc pre obeť, pomoc pre agresora, pomoc od svedkov, linky pomoci a legislatívu. Seminár je doplnený aj interaktívnu aktivitou.

Určené pre: pedagogický zamestnanec (triedny učiteľ), odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

SEMINÁR: KYBERŠIKANOVANIE

Účelom seminára je: absolventi seminára by mali vedieť realizovať v primárnej (univerzálnej) prevencii besedu na tému: Kyberšikanovanie (1. a 2. stupeň podpory). Seminár je zameraný na všeobecnú realizáciu besedy a na prevenciu kyberšikanovania. Obsahuje teoretický základ: popis javu, prejavy obete, prejavy páchatela, následky, dôležité informácie, aktivizovanie svedkov - mlčiaca väčšinu, pravidlá ochrany, legislatívu a na linky pomoci. Seminár je doplnený aj interaktívnu aktivitou.

Určené pre: pedagogický zamestnanec (triedny učiteľ), odborný zamestnanec školy, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

Kapacita workshopov/metodických seminárov/vzdelávaní je obmedzená v záujme zachovania kvality workshopu/metodického seminára/vzdelávania. Vopred ďakujeme za pochopenie.

Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshopy/semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg SŠ+ Zvolen. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

Prihlasovanie pre okres Krupina - Prosíme, aby ste sa v prípade záujmu prihlasovali na workshop/semináre **do konca októbra 2026** poštou alebo na e-mail cppzvolen@gmail.com. Do predmetu uveďte názov workshopu/seminára/vzdelávania pedagóg SŠ + Krupina. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

ODBORNO-METODICKÉ STRETNUTIA PRE SOCIÁLNYCH PEDAGÓGOV

Odborno-metodické stretnutie sa realizujú štyrikrát počas školského roka (2 v prvom pol roku, 2 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú prípadové štúdie, ktoré vyplývajú z odbornej činnosti sociálnych pedagógov.

Určené pre: sociálny pedagóg v škole (prípadne odborný zamestnanec školy s pracovnými úlohami, ktoré má sociálny pedagóg v škole), **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

STRETNUTIA OHLADOM PREVENIE V ŠKOLE

Stretnutie sa realizujú dvakrát počas školského roka (1 v prvom pol roku, 1 v druhom pol roku). Témami stretnutí sú: organizácia, zabezpečenie a realizácia prevencie v materskej škole; legislatíva; informácie a zaujímavosti z oblasti prevencie; beseda na vybranú tému.

Určené pre: osoba zodpovedná za prevenciu v škole, **okres Zvolen, okres Krupina**

Trvanie: 2 hodiny

ODBORNO-METODICKÉ A SUPERVÍZNE STRETNUTIA PRE KARIÉROVÝCH PORADCOV

(Odborná činnosť podľa § 131 písm. j) školského zákona – metodická a supervízna činnosť)

Cieľom odborno-metodických a supervíznych stretnutí je systematicky zvyšovať kvalitu kariérovej výchovy a poradenstva na školách, rozvíjať kompetencie školských kariérových poradcov, prostredníctvom prípadových supervízií riešiť profesijné situácie z praxe a zároveň poskytnúť oporu pri zvládaní záťaže.

Stretnutia sa realizujú minimálne trikrát počas školského roka (jeseň, zima, jar) s cieľom zabezpečiť kontinuálnu podporu a reflexiu práce. Obsahom stretnutí je metodické usmerňovanie, informovanie o legislatívnych zmenách, zjednocovanie metodík, zdieľanie dobrej praxe, ako aj rozbor prípadových štúdií. CPP o realizácii stretnutia včas informuje e-mailom.

Trvanie: 3 x 2 hodiny (stretnutia v závislosti od obsahu môžu byť aj dlhšie).

Určené pre: kariérový poradca v škole (prípadne zamestnanec školy poverený pracovnými úlohami, ktoré má kariérový poradca v škole), **okres Zvolen, okres Krupina**

SUPERVÍZIE PRE PEDAGOGICKÝCH A ODBORNÝCH ZAMESTNANCOV

Individuálne / skupinové / tímové (napr. školské podporné tímy)

Opakovane / jednorázovo

Hlavné ciele supervízie v školstve sú podpora profesionálneho rastu a rozvoja zamestnancov, zlepšenie ich pracovných zručností a zvládanie náročných situácií, ale aj podpora celkovej tímovej spolupráce a efektívnej komunikácie v rámci školy. Supervízia slúži aj ako prevencia syndrómu vyhorenia, posilňuje vnútorné bezpečie zamestnancov a pomáha pri hľadaní nových riešení a postupov pri práci s deťmi a klientmi. Slúži na verifikovanie správnosti postupov, hľadanie efektívnejších spôsobov práce a riešenie neistôt spojených s náročnými situáciami.

Supervízia ponúka:

- Overovanie efektívnosti vlastných postupov pri svojej práci
- Korigovanie stereotypov
- Uvedomenie a riešenie dlhodobých problémov
- Pomenovanie a hľadanie možností ďalších riešení
- Znižovanie emočného napätia

- Podporu a prevenciu vyhorenia pracovníka
- Zvyšovanie profesionality
- Zlepšenie vzťahov
- Stanovenie cieľov a priorít

Prihlášky na supervíziu možno zasielať poštou alebo mailom na cppzvolen@gmail.com. Všetky potrebné prihlášky a súhlasy nájdete na našej web stránke v sekcii tlačivá a prihlášky(<https://www.cppzvolen.sk/ponuka/tlaciva-a-prihlasky.html>).

TVORBA METODICKÝCH MATERIÁLOV

Na základe vzájomnej konzultácie môže odborný zamestnanec CPP **v odôvodnených prípadoch** vypracovať pre pedagogického/odborného zamestnanca školy metodický materiál šitý na mieru pre preventívnu činnosť, ako aj pre skupinovú či individuálnu intervenciu.

Určené pre: pedagogickí/odborní zamestnanci školy

Trvanie: podľa potreby

CPP tiež ponúka metodickú činnosť, ktorú vykonáva odborný zamestnanec pre školský podporný tím, pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov školy, a to formou konzultácií.

NAŠI NAJBLIŽŠÍ SPOLUPRACOVNÍCI - ZVOLEN

OKRES ZVOLEN

Materské školy: MŠ Budča; MŠ Bystrický rad; MŠ Centrum; MŠ Cikkera Sliach; MŠ Dobrá Niva; MŠ Dubové; MŠ Ďatelinka; MŠ Fullu; MŠ Hrnčiarska; MŠ Imatra; MŠ Kováčová; MŠ Lieskovec; MŠ Malinovského; MŠ Očová; MŠ Pliešovce; MŠ Prachatická; MŠ Rybárska Sliach; MŠ Sása; MŠ Sielnica; MŠ SNP Sliach; MŠ Tehelná; MŠ Trnie; MŠ Turová; MŠ Veľká Lúka; MŠ Voljanského; MŠ Zvolenská Slatina; MŠ 1. mája; SMŠ Blooming Kids; SMŠ Domček; SMŠ Dúha; SMŠ Happy town Sliach; SMŠ Montessori; SMŠ Slniečko; MŠ Železná Breznica

Základné školy: Súkromná škola ALMA; ŠZŠ Zvolen; ZŠ A. Ostrolúckej v Budči; ZŠ A. Sládkoviča, Sliach; ZŠ Hrnčiarska 1; ZŠ J. Alexyho 1; ZŠ M. Rázusa 3; ZŠ Námestie mládeže 17; ZŠ P. Jilemnického 2; ZŠ s MŠ J. S. Neresnického, Dobrá Niva; ZŠ s MŠ Kováčová; ZŠ s MŠ M. B. Funtíka, Očová; ZŠ s MŠ T. Vansovej Zvolenská Slatina; ZŠ s MŠ Sielnica; ZŠ s MŠ Školská 4, Pliešovce; ZŠ Stredisková 5, Lieskovec; ZŠ sv. Dominika Sáva

Stredné školy: Gymnázium L. Štúra; PinkHarmony Zvolen; Stredná odborná škola drevárska; Stredná odborná škola hotelových služieb a obchodu; Gymnázium, obchodná akadémia a stredná odborná škola technická; Stredná priemyselná škola dopravná; Súkromná stredná odborná škola podnikania; Súkromná škola umeleckého priemyslu a vizuálneho umenia; Stredná zdravotnícka škola; Súkromná stredná odborná škola obchodu a služieb, Očová

NAŠI NAJBLIŽŠÍ SPOLUPRACOVNÍCI - KRUPINA

OKRES KRUPINA

Materské školy: MŠ Babiná; MŠ Bzovík; MŠ Cerovo; MŠ Čabradský Vrbovok; MŠ Čekovce; MŠ Dudince; MŠ Hontianske Moravce; MŠ Hontianske Nemce; MŠ Hontianske Tesáre; MŠ Krupina, I. Krasku; MŠ Krupina, Malinovského; MŠ Krupina; súkromná; MŠ Litava; MŠ Sebechleby; MŠ Senohrad; MŠ Terany.

Základné školy: Spojená ZŠ Dudince; Spojená ZŠ Hontianske Moravce; ŠZŠ Krupina; ZŠ Bzovík; ZŠ Cerovo; ZŠ Dolný Badín; ZŠ Hontianske Nemce; ZŠ Hontianske Tesáre; ZŠ Krupina E. M. Šoltésovej; ZŠ Krupina J. C. Hronského; ZŠ Litava; ZŠ Sebechleby; ZŠ Senohrad.

Stredné školy: Gymnázium A. Sládkoviča a Stredná odborná škola obchodu a služieb.

PLÁN REALIZÁCIE AKTIVÍT

Individuálne vyšetrenia	priebežne počas celého školského roka
Adaptácie na ZŠ a SŠ	september – október
Konzultácie Analýza profesijnej orientácie ZŠ a SŠ	september – december
Logopedická depistáž	prvý polrok školského roka prihlášky posielat' do 09.11.2026
Depistážne vyšetrenia školskej spôsobilosti	január – marec 2027 prihlášky posielat' do 09.11.2026
Vyšetrenia školskej spôsobilosti Výnimočné prijatie na plnenie PŠD Vyšetrenia do Aprogen tried	február – máj prihlášky posielat' do 30.04.2027
Testovanie žiakov profesijnej orientácie (ZŠ, SŠ)	máj – jún prihlášky posielat' do marca 2027
Workshop Stimulačný program Ovečky v priestoroch CPP Zvolen	november – december 2026 (podľa nahlásenia účastníkov)
Skupinové aktivity a programy	priebežne počas školského roka

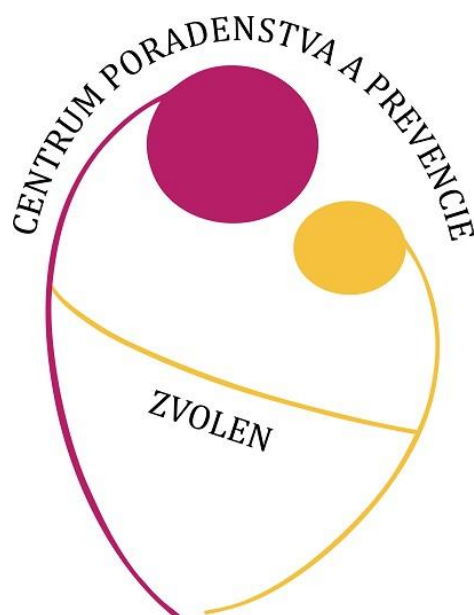
TERMÍNOVNÍK

Porada špeciálnych pedagógov	september, január, apríl
Stretnutie školských psychológov	4 x v priebehu školského roka
Stretnutie sociálnych pedagógov	4 x v priebehu školského roka
Stretnutia ohľadom prevencie	2 x v priebehu školského roka
Pracovné stretnutia kariérových poradcov	3 x v priebehu školského roka
Workshopy/semináre/vzdelávania pre učiteľov MŠ, ZŠ, SŠ, špeciálnych pedagógov, školských psychológov ... a pedagogických asistentov pre okres Zvolen	prihlášky posielat' do konca októbra 2026, stretnutie podľa dohody
Workshopy/semináre/vzdelávania pre učiteľov MŠ, ZŠ, SŠ, špeciálnych pedagógov, školských psychológov ... a pedagogických asistentov a pedagogických asistentov pre okres Krupina – realizácia v elok. pracovisku Krupina	

„Cieľom vzdelávania nie je zvyšovať množstvo vedomostí, ale vytvárať pre deti možnosti, kedy môžu vymýšľať a objavovať, vytvárať ľudí schopných robiť nové veci.“

Jean Piaget

Ponúkame Vám profesionalitu, odbornosť, diskretnosť, no najmä pomocnú ruku a empatiu.



Ďakujeme za Vašu dôveru.

Ponuku zostavil tím Centra poradenstva a prevencie Zvolen
Editor: Mgr. Matej Almáši, PhD.
Zvolen, 2026, Centrum poradenstva a prevencie Zvolen
Ponuku nájdete na našom webovom sídle: www.cppzvolen.sk



[sledujte nás](#)

Obrázok z www.freepik.com