**Preventívny program realizovaný v šk. roku 2019/2020 u žiakov štvrtých ročníkov**

**„Cesta pozitívnej zmeny“**

**4. A, 4. B**

Cieľom programu je pozitívne ovplyvniť hodnotovú orientáciu, postoje, správanie a rozvíjať komunikačné a sociálne zručnosti žiakov. Program je zameraný predovšetkým na vytvorenie a vzdelávanie rovesníckej skupiny žiakov, ktorí svojou angažovanosťou, pozitívnym správaním, dobrými komunikačnými schopnosťami by sa mali stať príkladom pre rovesníkov. Cesta na dosiahnutie cieľa je založená na prežívaní spoločných zážitkov, kde sa žiaci naučia pracovať na sebe. Program využíva situačné a inscenačné metódy, prvky techník asertívnej komunikácie, nácvik komunikačných zručností, diskusiu, brainstorming, sebapoznávacie a sebahodnotiace techniky. Je realizovaný formou zážitkových aktivít, didaktických hier, hrania rolí.

 Cez tieto a ďalšie netradičné formy práce sa žiaci učia:

* spoznať sami seba, svojich priateľov,
* rozvíjať a posilniť svoje kladné osobnostné kvality,
* budovať sebavedomie,
* znášať zodpovednosť za vlastné správanie a konanie,
* budovať správny hodnotový systém,
* vyjadriť svoj názor,
* správne a úspešne komunikovať,
* zvyšovať odolnosť voči stresu a zvládať konflikty,
* rozvíjať pozitívne vzťahy, prosociálne spávanie, empatiu a kooperáciu,
* správne a zmysluplne využívať voľný čas.

Program pozostáva z nasledujúcich 10 tém, pričom každej téme sú venované dve vyučovacie hodiny, t.j. celkom 20 vyučovacích hodín v období november 2019 - jún 2020

1. Téma – Zoznámenie sa, interpersonálna percepcia

2. Téma – Kto som?

3. Téma – Aký som? Aká som?

4. Téma – Komunikácia v skupine

5. Téma – Empatia v skupine

6. Téma – Rodina a drogy

7. Téma – Nácvik odmietania škodlivín

8. Téma – Zdravý životný štýl

9. Téma – Šikanovanie v škole

10. Téma – Sebahodnotenie, ukončenie programu