**A k t i v i t y**

**1.ročník**

- Adaptačný program / dvojdňový /– vzájomné spoznávanie sa, svojich záľub, záujmov, sebahodnotenie žiakov, budovanie priateľskej atmosféry v triede, postoj k učniu a škole, príprava na vyučovanie, pomoc pri adaptácii na nové prostredie,

- psychohygienické zásady správneho režimu dňa a týždňa - prednáška spojená s besedou na tému „ Naučím sa učiť „

- psychologické poradenstvo pre žiakov v oblasti vzdelávacieho vývinu

/ diagnostika mentálnej úrovne, problémy koncentrácie, adaptačné problémy

a pod./

- psychologické poradenstvo pre rodičov pri vzdelávacích ťažkostiach ich detí

-autogénny tréning na odbúranie strachu a trémy

**besedy na tému** :

-Šikanovanie

-Seba hodnota

-Prevencia voči rasizmu, xenofóbii a intolerancií

-Láska a vzťah

-Prevencia násilia,týrania

**2.ročník**

- psychologické poradenstvo zamerané na pomoc pri optimalizácii osobnostného vývinu rozvíjaním osobnostných dispozícii zvládnuť úlohy v škole

- ujasňovanie si životných cieľov a hodnôt na základe sebahodnotenia a

sebapoznávania

- poradenstvo pri aktuálnych krízových situáciách / konflikty so spolužiakmi,

zmeny v rodine – rozvod , zmeny zdravotného stavu /

- autogénny tréning – nácvik relaxácie ako prevencie trémy a strachu

- pokračovanie v realizácii kariérového programu

- beseda o násilí a šikanovaní v rodine i na školách

**3.ročník**

- psychologická diagnostika a poradenstvo v oblasti profesijného rozhodovania

- využívanie počítačových programov „Cesta k povolaniu“ a „ Sprievodca

svetom práce “

- individuálna i skupinová práca s nerozhodnými žiakmi z hľadiska profesijnej

orientácie

- poradenstvo pre rodičov o možnostiach štúdia na VŠ a nadstavbového štúdia

- exkurzie na vysoké školy, besedy s pracovníkmi VŠ na škole

- poradenstvo pri riešení osobnostných problémov, problémov vo vzťahu žiak – žiak, žiak – učiteľ, dieťa – rodič

- poradenstvo pre rodičov v popoludňajších hodinách

- návšteva veľtrhu vzdelávania Akadémia a veľtrhu práce Vapac v Bratislave

4.ročník

- odborné poradenské aktivity pre žiakov i rodičov

- vypracovanie prehľadu o prijatí maturantov na vysoké školy alebo nadstavbové

štúdium, prípadne o ich uplatnení sa v pracovnom procese

- besedy o efektívnej príprave na maturitné skúšky – „ Maturita bez popravy „

- besedy s pracovníkmi Úradu práce v Michalovciach

- besedy o možnostiach využívania konzultácií na jednotlivých VŠ, ktoré

organizuje Slovenský inštitút vzdelávania, vysoké školy alebo iné inštitúcie

- beseda na tému „ Riziká práce v zahraničí ako súčasť sociálnej prípravy

v kariérnom smerovaní študentov končiacich ročníkov

**4.ročník**

- odborné poradenské aktivity pre žiakov i rodičov

- vypracovanie prehľadu o prijatí maturantov na vysoké školy alebo nadstavbové

štúdium, prípadne o ich uplatnení sa v pracovnom procese

- besedy o efektívnej príprave na maturitné skúšky – „ Maturita bez popravy”

- besedy s pracovníkmi Úradu práce v Michalovciach

- besedy o možnostiach využívania konzultácií na jednotlivých VŠ, ktoré

organizuje Slovenský inštitút vzdelávania, vysoké školy alebo iné inštitúcie

- beseda na tému „ Riziká práce v zahraničí ako súčasť sociálnej prípravy“

v kariérnom smerovaní študentov končiacich ročníkov