

PROJEKTOVÝ DEŇ: 23.6.2025

- **4 zóny** – 1. KOMUNIKAČNÁ (chodba 2. posch. + učebne podľa potreby + príp. školská záhrada)
 - 2. VÝTVARNÁ (chodba 1. posch. + učebne podľa potreby)
 - 3. HUDOBNO-DRAMATICKÁ (konf. miestnosť + študovňa + 1 trieda prízemie)
 - 4. RELAXAČNÁ (školská záhrada + príp. v prípade zlého počasia učebne podľa potreby)

- **v každej zóne pripraviť 4 stanovištia** (spolu bude 16 stanovišť) - žiakov rozdeliť po ročníkoch:

I. roč. + V.OG (rozdeliť do iných tried) = 4 triedy

II. roč. + VI.OG (rozdeliť do iných tried) = 4 triedy

III. roč. = 4 triedy

I. – IV.OG = 4 triedy

- program v zónach: v niektorých zónach 4 stanovištia, na každom sa trieda zdrží 10-15 min. / príp. 50 min. v 1 zóne (len 1 stanovište v zóne)

1. KOMUNIKAČNÁ zóna (Rozprávajme sa a premýšľajme o sebe) (50 min.)

1 stanovište: Sebaregulácia a sebaopoznanie – silné a slabé stránky, zdravé sebavedomie, sebadôvera, sebauvedomenie, stres, frustrácia, konflikt, zvládanie záťažových situácií, efektívna komunikácia – asertivita, nenásilná komunikácia, „ja výrok“...

- interaktívna komunikácia, zážitkové metódy, riešenie problémových situácií, situačné / inscenačné metódy, (vzťahy s rodičmi, spolužiakmi...)...

Prezentácia a úlohy (Klárka + 7 žiakov) + 4 uč. dozor (1 uč. do každej triedy) - rovesnícke vzdelávanie

2. VÝTVARNÁ zóna (50 min.)

1 stanovište: **IDEÁL KRÁSY** (film, diskusia, aktivity)

Verbálna a neverbálna komunikácia (ako navzájom komunikujeme), komunikácia cez výtvarné umenie

komunikácia na soc. sieťach, ako komunikujem ja? - sebauvedenie

- interaktívna komunikácia, rozprávanie vlastných príbehov, prepojenie výtvarného umenia a komunikácie – rozhovor o umel. dielach, zážitkové aktivity – kreslenie, maľovanie...

- 8 žiakov (2 žiaci na triedu) + 4 uč. dozor (1 uč. do každej triedy) - rovesnícke vzdelávanie

3. HUDOBNO-DRAMATICKÁ zóna

(50 min.)

1 stanovište: **1. Krátky film zo života**

2. Diskusia k filmu

Hudba a ja (Vplyv hudby na to ako sa cítim)

Film a ja (Vplyv masmédií na to ako sa cítim, podprahové podnety, kritické myslenie)

- 8 žiakov (2 žiaci na triedu) + 4 uč. dozor (1 uč. do každej triedy)

- rovesnícke vzdelávanie

4. RELAXAČNÁ zóna

(50 min.)

4 stanovištia v školskej záhrade (v prípade dobrého počasia):

Psychické zdravie a psychohygienu – manažment stresu, potreba mobilného detoxu... - zážitkové aktivity (pripraviť viacero aktivít), zamerané na:

1. **Pohybové aktivity** (relaxácia – uvoľnenie + teambuilding)
2. **Relaxačné hudobné nástroje**
3. **Maľovanie podľa hudby**
4. **Mindfulness aktivity**

- 8 žiakov (2 žiaci na 1 stanovišti) + 4 uč. dozor (1 uč. do každej triedy)

- rovesnícke vzdelávanie