



**Stredná odborná škola drevárska a stavebná
Krásno nad Kysucou**

Plán práce výchovného poradenstva 2019/2020

Vypracovala: Ing. Jana Majtanová
výchovný poradca

schválil: PaedDr. Ján Palko
riaditeľ školy

V Krásne nad Kysucou, 28. august 2019

SOŠ drevárska a stavebná Krásno nad Kysucou a jej zložka

výchovné poradenstvo

Krédo pre žiakov :

„Študovať na našej škole, je Tvoja profesijná príprava pre život“!

Výchovný poradca je osoba, ktorá je tu pre každého žiaka .

Výchovný poradca je ochranca a poradca pri príprave a štúdiu na povolanie

Výchovný poradca školy : Ing. Jana Majtanová

Jej úlohou je :

- poskytovať poradenský servis v oblastiach výchovy, vzdelávania a osobnostného rastu
- poskytovať konzultácie žiakom, ich zákonným zástupcom v otázkach výchovy, vzdelávania
- rieši problémy výchovného a vzdelávacieho charakteru
- osobitnú pozornosť venuje žiakom zo sociálnych pomerov
- pozornosť venuje žiakom s výnimočnými schopnosťami
- starostlivosť venuje individuálne začleneným žiakom
- robí prieskumy, prieskumové štúdiá a vyhodnotenia
- podieľa sa na adaptácii žiakov
- sprostredkováva prepojenie medzi školou, poradenskými a inými odbornými zariadeniami
- motivuje žiakov pre vyššie študijné ciele
- rieši prípady a problémy v oblasti záškoláctva, šikanovania, zvýšenej agresivity, zneužívanie a týranie žiakov
- pripravuje a organizuje výchovné podujatia, besedy
- spolupracuje s triednymi učiteľmi, majstrami OV a vedením školy
- poskytuje odbornú, metodickú, konzultačnú a informačnú pomoc
- vedie kabinet výchovného poradenstva.

Možnosť kontaktu :

- osobne
- prostredníctvom triedneho učiteľa
- telefonicky : 0905 752 687, 4385 337

e-mailom : majtanova@sosdskrasno.sk

Konzultačné hodiny výchovného poradenstva:

Utorok :

od 09.00 hod. – 14.00 hod.

Každý pracovný deň pred vyučovaním :

07.00 hod. - 07.30 hod.

po vyučovaní

13.45 hod. - 14.15 hod.

Zákonní zástupcovia po predchádzajúcom telefonickom alebo e-mailovom dohovore.

Problémy, s ktorými sa môže žiak alebo rodič obrátiť na výchovnú poradkyňu :

- zlý prospech na teoretickom i praktickom vyučovaní
- problémy žiaka so správaním v škole alebo mimo nej
- vzťahy medzi spolužiakmi
- vzťahy medzi učiteľom a žiakom
- šikanovanie, týranie, drogová závislosť, obťažovanie, zneužívanie
- problémy pri vzdelávaní žiakov s poruchami učenia - dyslexia, dysgrafia, dysortografia v bežnej triede
- problémy žiaka s telesným, zdravotným postihnutím
- iné problémy výchovného charakteru.

Počas celého školského roka hlavný dôraz bude kladený na konzultácie s:

- ❖ triednymi učiteľmi, rodičmi a vedením školy pri hľadaní a odstraňovaní problémov v triednych kolektívoch
- ❖ žiakmi so ŠVVP a vyučujúcimi týchto žiakov
- ❖ žiakmi, ktorí dosahujú veľmi dobré výchovno – vyučovacie výsledky a žiakmi, ktorí sú talentovaní.
- ❖ žiakmi, ktorí dosahujú veľmi slabé výchovno – vyučovacie výsledky

Plán práce je otvorený a v priebehu školského roka sa môže doplniť o ponúkané, alebo žiadané akcie.

PLÁN PRÁCE VÝCHOVNÉHO PORADENSTVA v školskom roku 2019/2020

sa riadi

Zákonom č. 245/2008 o výchove a vzdelávaní (školský zákon), pedagogicko-organizačné pokyny MŠ SR pre školský rok 2019/2020.

1. Dbáť o odborný rast, vzdelávanie a sebvzdelávania účasť na poradách, seminároch a školeniach
2. Zatiať pracovať v Asociácii výchovných poradcov
3. Viest' dokumentáciu výchovného poradcu
4. Vo všetkých ročníkoch sa zameriavať na žiakov s problémami v učení a vzdelávaní, v osobnostnom a sociálnom vývine, žiakov s problémami v rodine či v kolektíve
5. Osobitnú pozornosť venovať žiakom 1. ročníka, predovšetkým otázkam učenia sa a adaptácie na nový kolektív a nové prostredie
6. Na rodičovských združeniach alebo prostredníctvom triednych učiteľov informovať rodičov o postavení výchovného poradcu na škole, o jeho poradenskej práci, o konzultačných hodinách pre rodičov aj v popoludňajších hodinách
7. Spolupracovať s triednymi učiteľmi pri zabezpečovaní systematickej starostlivosti o problémových žiakov, podchytiť a sledovať zaostávajúcich a prepadajúcich žiakov, pomôcť im riešiť problémové situácie
8. Zvýšenú pozornosť a starostlivosť venovať žiakom so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami, viesť ich evidenciu, sledovať platnosť odborných správ z psychologického a špeciálno-pedagogického vyšetrenia, zabezpečiť ich aktualizáciu, vedenie a pravidelné doplnenie dokumentácie
9. Zabezpečiť lektorov na besedy pre pedagógov podľa aktuálnej potreby /integrácia, šikanovanie na školách a pod./
10. Spolupracovať s CPPP a P Čadca, Kysucké Nové Mesto, Žilina /využívať ich poznatky v oblasti výchovno-vzdelávacieho procesu
11. Viest' evidenciu žiakov nadaných a talentovaných, žiakov s problémami v učení, v správaní a dochádzke, žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami
12. Podieľať sa na príprave, priebehu výchovných akcií na škole
13. Spolupracovať s rôznymi inštitúciami, ZŠ, SŠ, lekármi, lektormi, Úradom práce a sociálnych vecí a rodiny, Políciou, Mestským úradom Krásno nad Kysucou
14. Zabezpečovať odborné poradenstvo pri výbere metód a postupov vo výchove a ovplyvňovaní osobnostného, vzdelávacieho a sociálneho vývinu žiakov
15. Pravidelne mesačne za prítomnosti člena žiackej rady venovať pozornosť „skrinke dôvery“ a spísať zoznam požiadaviek
16. Aktualizovať oznamy pre žiakov z výchovného poradenstva, www stránku výchovného poradcu.

ČASOVÝ HARMONOGRAM

plnenia úloh a podujatí výchovného poradenstva v školskom roku 2019/2020

Aktivity výchovného poradenstva podľa ročníkov:

1. ročník

- spoznávanie žiakov, pomoc pri adaptácii,
- riešenie problémov, vyplývajúcich z prechodu na iný typ školy,
- oboznámenie žiakov s náplňou práce výchovného poradcu,
- zabezpečiť psychologické poradenstvo pre rodičov pri vzdelávacích ťažkostiach ich detí.

2. ročník

- zabezpečiť psychologické poradenstvo zamerané na pomoc pri optimalizácii osobnostného vývinu rozvíjaním osobnostných dispozícií 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),

3.ročník

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

4. ročník

- odborné poradenské aktivity pre žiakov i rodičov,

Časový harmonogram plánu práce v školskom roku 2019/2020

September 2019

1/

Pripraviť podmienky pre prácu VP – zaviesť konzultačné hodiny skoordinať prácu VP s triednymi učiteľmi, koordinátormi, zabezpečiť potrebné materiály pre prácu so žiakmi

2/

Prvé vstupy do tried prvých ročníkov.

3/

Zorganizovať v spolupráci s triednymi učiteľmi besedu so žiakmi prvých ročníkov na tému „Zvládame nové zmeny, nové prostredie, nových pedagógov, spolužiakov, nové nároky na osvojovanie vedomostí?“

4/

Zistiť žiakov so ŠVVP, zabezpečiť spoluprácu so žiakmi, rodičmi a triednymi učiteľmi. Hodnotiť študijné výsledky raz štvrťročne.

5/

Pripraviť podmienky pre prácu so žiakmi pod názvom „SME TU PRE VÁS“.

Október 2019

1/

Zvýšenú pozornosť naďalej venovať žiakom 1. ročníka s dôraz na adaptáciu a problémy s učením. S triednym učiteľom zabezpečiť otvorenú triednickú hodinu na tému adaptácia.

2/

V rámci individuálnych konzultácií usmerniť žiakov starších ročníkov o osvojenie si etických noriem správania sa.

3/

Príprava adaptačného dotazníka pre žiakov 1. ročníkov.

November 2019

1/

U prvých ročníkov zistiť prostredníctvom dotazníka prvé dojmy a skúsenosti z pobytu na našej škole. S výsledkami oboznámiť pedagogický zbor a triednych učiteľov.

2/

Prijať opatrenia na zníženie adaptačných problémoch žiakov prvých ročníkov, v ojedinelých prípadoch zabezpečiť poradenstvo a odbornú pomoc.

3/

Zabezpečiť poradenstvo a pomoc žiakom s problémami v učení u 1. – 2. ročníkov.

4/

Zorganizovať besedy psychológa so žiakmi 3. a 4. ročníkov „Umenie komunikácie“ na získanie zručností pre úspešnosť komunikačného kanálu na našej škole.

5/

Zabezpečiť pre všetkých triednych učiteľov pracovný materiál o spôsoboch odhalenia a o zamedzení možného šikanovania v triede a v škole.

6/

Sledovať neprospievajúcich žiakov, poskytnúť im odbornú pomoc.

December 2019

1/

Poskytnúť triednym učiteľom spoluprácu na zlepšenie vzťahov medzi učiteľmi a žiakmi, využiť na to výchovné akcie / Mikuláš, športové súťaže, Vianoce sviatky domova../

2/

Zistiť u žiakov 1. a 2. ročníkov o autogénny tréning na odbúranie strachu.

Besedu podľa záujmu a potreby „Tréma a zvládanie záťažových situácií“.

3/

Zorganizovať pre žiakov 3. a 4. ročníkov besedu „Nástrahy extrémizmu a radikalizmu“ s cieľom predísť týmto prejavom správania sa našej spoločnosti.

4/

Zabezpečiť pre žiakov školy psychologické poradenstvo zamerané na optimalizáciu osobnostného vývinu žiakov /externý psychológ/.

Január 2020

1/

Zorganizovať pre žiakov vyšších ročníkov otvorenú hodinu spojenú s besedou „Duševné zdravie mladých“, zamerané na ochranu duševného zdravia, jeho najčastejšími problémami, príčinami vzniku ochorení a ich dôsledkami na ďalší život.

2/

Zabezpečiť pre žiakov pri riešení záťažových a krízových situáciách odbornú pomoc.

3/

Začať s realizáciou životných zručností v slušnom správaní sa a formovania charakteru človeka – beseda pre 1. ročníky „Zmysel života, je jedna z ciest k úspechu“.

4/

Zvýšenú pozornosť venovať aj naďalej otázkam šikanovania a rasovej diskriminácie medzi mladými ľuďmi /nástenky s touto tematikou /.

5/

Zorganizovať besedu so žiakmi 2. ročníkov „Výchova k manželstvu, rodičovstvu, sexuálna zodpovednosť“ s cieľom rozvíjať poznatky o význame manželstva, rodiny a rodičovstva, formovania zodpovedného prístupu k manželstvu a rodičovstvu.

Február 2020

1/

Pokračovať s realizáciou autogénneho tréningu na odbúravanie strachu žiakov, formou zážitkovej situácie.

2/

Poskytnúť neprospievajúcich žiakom odbornú pomoc v spolupráci s pedagogickým zborom.

3/

Uskutočniť podľa záujmu žiakov otvorenú hodinu na tému „Obchodovanie s ľuďmi“ s cieľom prevencie sociálno-patologických javov v spoločnosti.

4/

Pre žiakov 1. a 2. ročníkov zrealizovať stretnutie na tému „Hovoríme o právach a zodpovednosti“ s cieľom zážitkovej besedy zodpovednému spôsobu života, vlastné správanie a postoj ku komunikačnému riešeniu problémov mladých.

Marec 2020

1/

Realizovať v spolupráci s CPPPaP - rozvoj životnej zručnosti v oblasti odhalenia reality mediálneho sveta a jej vplyvu na mladých ľudí pod názvom „Média a ich vplyv na sebaúctu mladých ľudí“ v triedach s odborom grafik digitálnych médií.

2/

Mapovať žiakov s výskytom zmien v rodine, v zdravotnom stave, problémov s rodičmi, so spolužiakmi a pod.

3/

Uskutočniť podľa záujmu zážitkovú besedu na tému „Medzigeneračné vzťahy“ s cieľom hľadania spoločnej úspešnej komunikácie.

4/

Príprava dotazníka na zhodnotenie adaptačného procesu u žiakov prvých ročníkov.

Apríl 2020

1/

Zabezpečiť v spolupráci s triednymi učiteľmi pre žiakov 3. ročníkov besedu „Seba hodnotenie a sebadôvera“ s cieľom formovania pozitívneho vzťahu k sebe samému, poznaniu svojich silných a slabých stránok, dôvere k sebe samému a jej významu v prekonávaní životných prekážok a pri napĺňaní životných cieľov.

2/

Uskutočniť priamy vstup do „sviatkov jari“ s jednotlivými prvkami každej triedy, s témou „Príroda mladými očami“.

3/

Hľadáme garantov pre prácu s problematickou mládežou. Tréningy, ako odolávať záškoláctvu, šikane, agresorovi..

4/

Realizovať obhliadku mesta Krásno nad Kysucou a mapovať hlavné skvosty najmladšieho mesta na Slovensku.

Máj 2020

1/

Analyzovať a vyhodnotiť adaptačný proces šk.r.2019/2020 s cieľom úspešných krokov adaptácie žiakov, pripravujúcich sa na povolania.

2/

Naďalej venovať pozornosť žiakom s rôznymi ťažkosťami a problémami.

3/

V predstihu v úzkej spolupráci triednych učiteľov, majstrov OV prehodnotiť a riešiť problémových žiakov, žiakov so ŠVVP.

4/

Uskutočniť zážitkovú besedu so žiakmi, podľa záujmu na tému „Produktívna práca, zručnosti a ja“.

Jún 2020

1/

Ukončiť poradenskú činnosť, dokumentáciu žiakov, tried s cieľom hľadať optimalizáciu prospešnú pre žiakov v budúcom školskom roku 2020/2021.

2/

Analyzovať a vyhodnotiť celoročnú prácu výchovného poradcu na škole.

K uvedeným úlohám smeruje ich praktické naplnenie.

KONZULTÁCIE:

1. Úloha rodičov pri rozhodovaní sa žiakov, zabrániť negatívnym vplyvom rodiny
2. Poradenstvo pre rodičov žiakov s poruchami učenia a správania

INFORMÁCIE:

1. Prehľad o žiakoch s výborným prospechom
2. Prehľad o žiakoch so slabým prospechom
3. Prehľad o talentovaných žiakoch

BESEDY:

1. Omamné látky a ich zneužívanie
2. Zdravá výživa a zdravý životný štýl
3. Úrad práce a zamestnanosť
4. Tolerancia a diskriminácia
5. Šikanovanie

EVIDENCIA:

1. Evidencia žiakov so zníženou pracovnou schopnosťou- zdravotným znevýhodnením
2. Evidencia žiakov s poruchami správania
3. Evidencia žiakov s poruchami učenia

Plán práce výchovného poradcu má pracovný charakter a môže byť počas školského roka podľa potreby doplnený, pozmenený.

Materiál pre žiakov „Ako sa učiť“

Učenie niekomu nejde, ale možno len preto, že nenad'abil na správnu alchýmiu svojej hlavy. Ak naozaj hľadáš metódy ako si uľahčiť naberanie informácií, tak toto je pár informácií pre teba ...

Úvodné myšlienky:

Až cca 80% z toho, čo sa naučíme, vnímame zrakom. No a v škole prebieha väčšina vyučovania vo forme rozprávania. Inak povedané - verbálne, teda prostredníctvom slov. Klasické školské vyučovanie teda vôbec neberie do úvahy skutočnosť, že ľudia tzv. akustického typu sú v menšine.

V živote ide o presadenie vedomostí do praxe a o použitie získaných vedomostí v živote. Vedomosti ako také sú len tzv. mŕtvym kapitálom, ak chýba schopnosť využiť ich správnym spôsobom.

Inteligencia je osobitná duševná schopnosť, ktorá umožňuje človeku získavať vedomosti a zaobchádzať s nimi. Školský prospech umožňuje robiť len relatívne závery o duševnej výkonnosti v neskoršom živote. Mnohí géniovia boli v škole zlými žiakmi.

1. Aj učiť sa treba naučiť

Využite čas svojho optimálneho výkonu. Dôležitý faktor, ktorý by nemal uniknúť vašej pozornosti, je optimálny čas na učenie. V priebehu dňa sa totiž individuálna schopnosť učiť sa výrazne mení. Sú hodiny, keď sme schopní vrcholových výkonov a sú momenty, ktoré sú vhodné len na vybavovanie rutinných záležitostí.

Ak teda premárnime časový interval svojho optimálneho výkonu nepodstatnými činnosťami alebo opačne, ak sa pokúšame v obdobiach zníženej výkonnosti robiť náročné veci, naše výsledky nebudú adekvátne.

Prečo sa vlastne v škole neučíme ekonomicky narábať s časom? A pritom je táto schopnosť aspoň taká dôležitá, ako hociktorý iný, v škole učení, predmet.

Starajte sa o to, aby vás nikto neokrádal o čas. Zapamätajte si, že peniaze možno nahradiť omnoho ľahšie ako premrhaný čas. "Nevyužitý čas", t.j. čas, ktorý ste premrhali, je nenávratne stratený. Lebo čas nie sú len peniaze, ako sa zvykne hovoriť, čas je vlastne **váš život**.

2. Čo sťažuje učenie?

K ľahkému učeniu patrí príjemná izbová teplota.

Plný žalúdok sa nerád učí.

Dôležitú úlohu hrá aj vhodné osvetlenie.

Mimoriadne dôležitý je dostatok kyslíka. Napriek tomu, že ľudský mozog je v porovnaní s celkovou hmotnosťou človeka relatívne malý, spotrebuje až 20% z celkového množstva kyslíka. **Ak pri učení zívate**, môže to byť príznakom nedostatku kyslíka alebo pohybu. Vtedy si treba okamžite urobiť krátku prestávku. Mnohí ľudia trpia nedostatkom pohybu.

3. Význam pozitívnych emócií

Ukázalo sa, že citová účasť a viacnásobné uskladnenie uľahčujú učenie. Čo to znamená? Keď sa učíte, mali by ste vniesť do tohto procesu pozitívne emócie. Ako to urobiť? Skúste prebudiť svoju zvedavosť, radosť alebo nadšenie! Vložte do svojej práce pozitívne emócie aj napriek tomu, že ide o povinnú učebnú látku.

Klad'te si otázky:

Videl som už niečo také? Pripomína mi to niečo?

Na čo sa to podobá? Ako to súvisí s tým, čo už poznám?

Čo si zapamätáte najľahšie?

Ako ukázali psychologické výskumy priemerný dospelý človek si pamätá:

20% z toho, čo počul,

30% z toho, čo videl,

50% z toho, čo počul a videl,

90% z toho, čo sám vyskúšal.

Tento výsledok výskumu, samozrejme, nezohľadňuje to, či testovaná osoba patrí k opticky, akusticky alebo kineticky orientovanému typu.

Najlepšie si zapamätáte to, čo ste kedysi robili.

4. Význam správneho stravovania

Ak má niekto prácu s malými možnosťami pohybu, teda aj učiaci sa, mal by sa vyhýbať príliš mastnej strave. Duševne pracujúcim sa odporúčajú šaláty, zelenina a ovocie.

5. Čo uľahčuje učenie sa

Vizuálne - motorické typy si uľahčujú učenie tak, že si dôležité miesta textu podčiarknu, napríklad širokým svetlofarebným značkovačom (fix) a robia si poznámky, čo im neskôr slúži ako účinná opora.

Ak ste si dali učebné ciele náročné na čas a sily, napr. diaľkovo študujete, navštevujete nejaký účtovnícky kurz alebo sa učíte cudzí jazyk, mali by ste si nájsť priateľov, ktorí sa radi učia a sledujú ten istý cieľ, čo vy. Nie je nutné, aby boli títo priatelia "chodiace encyklopédie". Postačí, ak majú radosť z učenia a ak sa budete vzájomne povzbudzovať, aby ste sa čím viac a rýchlejšie všetko naučili.

Predovšetkým skupinová práca je veľmi prospešná. Učenie touto formou spôsobuje radosť, aj keď u väčšiny učiacich sa si to spája s námahou a prácou. Okrem toho, nič tak nepovzbudzuje ako zdravé súťaženie.

6. Motivácia

Ak chcete niečo v živote dosiahnuť, mali by ste sa vopred adekvátne motivovať. Kto presne vie, čo chce a prečo to chce, ten svoj cieľ aj dosiahne. Takýto človek sa bude snažiť nájsť si cestu k úspechu. Má totiž svoju motiváciu!

Tak, veľa chuti do učenia!

