

ZÁKLADNÁ ŠKOLA HOLČÍKOVCE 44, 09405 HOLČÍKOVCE**Program aktualizačného vzdelávania**

Názov programu: Prevencia vyhorenia a zvládanie záťažových situácií

Školský rok: 2021/2022

Druh kontinuálneho vzdelávania: aktualizačné

Forma kontinuálneho vzdelávania: prezenčná

Rozsah vzdelávacieho programu: 5 hodín

Kategória: učiteľ 1. stupňa ZŠ

učiteľ 2. stupňa ZŠ

vychovávateľ

pedagogický asistent

Kariérový stupeň: začínajúci pedagogický zamestnanec

samostatný pedagogický zamestnanec

pedagogický zamestnanec s 1. atestáciou

pedagogický zamestnanec s 2. atestáciou

Trvanie vzdelávacieho programu: prezenčne 28.10.2021 od 8.00 do 13.00

Spôsob ukončenia a požiadavky na ukončenie programu:

absolvovanie 100 % hodín z celkového rozsahu prezenčnej časti

Materiálno- technické vybavenie :

Materiálne: študijné texty, metodické materiály, podklady na vypracovanie úloh

Technické: notebook a dataprojektor pre lektora s pripojením na internet. Potreby pre výcvik (flipchart, fixy – hrubé, farebný papier, menovky, kancelárske nožnice, lepidlo, lepiaca guma, lepiaca páska, index úzky kombinácia 4 neónových farieb, pastelová kocka, samolepiace bločky, špagát, zvýrazňovač so zrezaným hrotom, grafitové ceruzy s gumou, samolepiace etikety ...).

Získané profesijné kompetencie absolventa programu vzdelávania:

- Identifikovať najčastejšie chyby v sociálnej percepcii
- Aplikovať vybrané formy a druhy verbálnej a neverbálnej komunikácie na riešenie záťažových situácií a konfliktov
- Identifikovať záťažové situácie vo vlastnej pedagogickej alebo odbornej praxi
- Uplatňovať vhodné stratégie riešenia záťažových a konfliktných situácií vo vlastnej pedagogickej a odbornej praxi

Personálne zabezpečenie a garant vzdelávacieho programu:

Autor: Mgr. Ing. Ivana Lacušová – CPPPaP Vrannov nad Topľou

Garant programu: Mgr. Janka Takáčová

Lektor vzdelávacieho programu: Mgr. Ing. Ivana Lacušová – CPPPaP Vrannov nad Topľou

Hlavný cieľ:

Rozšíriť a inovovať profesijné kompetencie pedagogických zamestnancov a zamerané na zvládanie konfliktov a stresových situácií.

Špecifické ciele:

- Identifikovať najčastejšie chyby v sociálnej percepcii
- Aplikovať vybrané formy a druhy verbálnej a neverbálnej komunikácie na riešenie záťažových situácií a konfliktov
- Uplatniť efektívne techniky kladenia otázok (otvorené a zatvorené otázky v súvislosti s ich vplyvom na priebeh riešenia a zvládanie konfliktnej/ záťažovej situácie)
- Identifikovať záťažové situácie vo vlastnej pedagogickej alebo odbornej praxi
- Navrhnuť na základe sebapoznania vybrané stratégie na riešenie záťažových a konfliktných situácií a simulovať riešenia na konkrétnych ukážkach z vlastnej pedagogickej a odbornej praxe

Obsah a rozsah vzdelávacieho programu:

Téma	Dotácia hodín
1.Syndróm vyhorenia	1
2.Odlišnosti medzi stresom a vyhorením	1
3. Ako rozpoznať burn-out symptómy	1
4. Prevencia zo strany jednotlivca	1
5. Relaxačné techniky	1

Mgr. Janka Takáčová (garant)
ZŠ Holčíkovce

Mgr. Ing. Ivana Lacušová (autor, lektor)
CPPP a P Vranov nad Topľou