

## Správa o činnosti pedagogického klubu

1. Prioritná os	Vzdelávanie
2. Špecifický cieľ	1.2.1 Zvýšiť kvalitu odborného vzdelávania a prípravy reflektujúc potreby trhu práce
3. Prijímateľ	Obchodná akadémia Liptovský Mikuláš
4. Názov projektu	Zvýšenie kvality odborného vzdelávania a prípravy na Obchodnej akadémii Liptovský Mikuláš
5. Kód projektu ITMS2014+	312011AGY1
6. Názov pedagogického klubu	Klub vychovávateľov školského internátu
7. Dátum stretnutia pedagogického klubu	19.3.2021
8. Miesto stretnutia pedagogického klubu	Obchodná akadémia L. Mikuláš
9. Meno koordinátora pedagogického klubu	Ing. Anna Gajancová
10. Odkaz na webové sídlo zverejnenej správy	<a href="http://www.oalm.edupage.org">www.oalm.edupage.org</a>

### 11. Manažérske zhrnutie :

Na siedmom stretnutí členovia klubu vychovávateľov preberali podľa programu klubu: Zvládnutie stresu a záťaže . Členovia klubu si navzájom odovzdali pedagogické skúsenosti z praxe na stanovenú tému Zvládnutia stresu a záťaže v školskom prostredí resp. pôsobenie na školskom internáte.

### Kľúčové slová :

Čo je stres ? Aké sú najčastejšie príčiny a príznaky stresu? Stres rozdeľujeme na 3 fázy? Vyrovnávajú sa ženy iným spôsob ako muži? Môže mať stres vplyv na moje zdravie? Ako môžem zdravo zvládnuť svoj stres? Osvojte si techniky znižujúce stres ? Starajte sa o svoje telo? Podelte sa o svoj stres? Ochorenia zo stresu? Rebríček stresorov? Relaxačné techniky – meditácia, bránicové dýchanie, relaxačná masáž, muzikoterapia, aromaterapia, športovanie: jazda na bicykli, chôdza, jóga, plávanie, dychové cvičenia , cvičenia doma .

## 12. Hlavné body, témy stretnutia, zhrnutie priebehu stretnutia:

Hlavné témy stretnutia:

Zvládnutie stresu a psychickej záťaže - má vplyv na základné využitie práce vychovávateľov v školskom prostredí, kde sa žiaci po vyučovaní nachádzajú, a to je školský internát, kde fungujú interné pravidlá práce žiakov a ich vzťah k prostrediu, kde sa nachádzajú, ale hlavne s kým prichádzajú do kontaktu- spolužiaci, spolubývajúci a ich vychovávateľa. Na tieto základné kľúčové otázky si členovia klubu ŠI počas stretnutia vymenili svoje skúsenosti a názory, ale aj dali návrhy na riešenia, aby sme predchádzali vzniku problémov, ako zabrániť – predchádzať a zvládnuť stresové situácie na pracovisku, v rodine aj spoločnosti, v každodennom živote.

P. Olšovská : riešiť individuálny prístup k žiakom, vplyv zmena prostredia hlavne u prvákov, škola aj šk.internát, Zlepšiť formu, formy komunikácie, venovať pozornosť prechodu ZŠ do SŠ. P.Gajancová – formy na odbúranie stresov – antistresové krížovky, omaľovanky, počúvanie hudby, spev, vychádzky do prírody. P. Chovanec –súčasná spoločenská a zdravotná situácia v spoločnosti negatívne vplyva na nás všetkých, preto je potrebné proti tomu spoločné aj individuálne bojovať a chrániť sa aj celú svoju rodinu.

Po vzájomnej diskusii sa členovia klubu zjednotili na postupe, ako pracovať so žiakmi pri zavádzaní danej témy do praxe. Poukázali na problémy a dôsledky riešenia v praxi ako predchádzať stresovým situáciám v škole, na šk.internáte, v rodine aj v spoločnosti resp. medzi rovesníkmi, ale aj vo vzťahu k dospelým.

Členovia klubu sa zhodli, že každý vychovávateľ má svoj spôsob práce, či je to osobný resp. individuálny prístup na riešenie daných problémov, ktoré vzniknú počas školského roka v ŠI.

Pravidelne v každom školskom roku máme nastavený program prednášok na dané témy, v spolupráci s inými organizáciami resp.inštitúciami, preto bude potrebné doplniť o reálne možnosti, ktoré sa naskytnú v rámci MŠ SR.

Možnosti využitia IKT k danej téme sú rôzne, podľa aktivity všetkých členov klubu ŠI. V súčasnej dobe je naša školská klubovňa v prestavbe a prezentácia IKT v klubovniach na poschodí je na zvážení vychovávateľov./doplnenie MTZ pre školský internát resp. pre jednotlivé výchovné skupiny /.

V záverečnej časti stretnutia každý člen klubu na základe doterajších skúseností podal návrh na riešenie aktuálnej témy v pedagogickej praxi – použiť dotazníkovú metódu medzi žiakmi a hľadať problémy na riešenie aktuálnych problémov, ktoré majú ubytovaní žiaci, individuálny prístup k žiakom, osobný pohovor, pohovor s rodičom resp. so zástupcom riaditeľa školy pre školský internát.

### 13. Závěry a doporučení:

Členovia klubu vychovávateľov školského internátu odporúčajú :

- Pravidelne usmerňovať žiakov na dodržiavanie zásad spoločenského správania medzi rovesníkmi ,ale aj dospelými
- Dodržiavať jednotný postup pri ukladaní výchovných opatrení
- Po rekonštrukcii internátnej klubovne plne využívať IKT v práci s výchovnými skupinami resp. žiakmi podľa škôl, ročníkov
- Neustále zvyšovať a zlepšovať komunikáciu na pracovisku/žiaci- žiaci, žiaci – vychovávateľa, vychovávateľa – vychovávateľa ,aj kolegovia /.
- Zlepšiť spoluprácu s organizáciami a inštitúciami, ktoré ponúkajú prednášky k danej téme.
- Eliminácia stresu organizovaním aktivít a podujatí , ktoré prispievajú k šíreniu pohody, optimizmu a dobrej nálady v ŠI

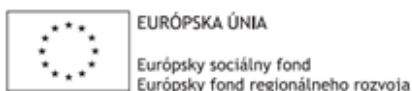
14. Vypracoval (meno, priezvisko)	PhDr. Ján Chovanec
15. Dátum	19.3.2021
16. Podpis	
17. Schválil (meno, priezvisko)	Ing. Anna Gajancová
18. Dátum	19.3.2021
19. Podpis	

### Príloha:

Prezenčná listina zo stretnutia pedagogického

,

## Príloha správy o činnosti pedagogického klubu



Prioritná os:	Vzdelávanie
Špecifický cieľ:	1.2.1 Zvýšiť kvalitu odborného vzdelávania a prípravy reflektujúc potreby trhu práce
Prijímateľ:	Obchodná akadémia Liptovský Mikuláš
Názov projektu:	Zvýšenie kvality odborného vzdelávania a prípravy na Obchodnej akadémii Liptovský Mikuláš
Kód ITMS projektu:	312011AGY1
Názov pedagogického klubu:	Klub vychovávateľov školského internátu

### PREZENČNÁ LISTINA

Miesto konania stretnutia: Obchodná akadémia Liptovský Mikuláš

Dátum konania stretnutia: 19.3.2021

Trvanie stretnutia: od 15.00 hod. - do 18.00 hod.

Zoznam účastníkov/členov pedagogického klubu:

č.	Meno a priezvisko	Podpis	Inštitúcia
1.	PhDr. Ján Chovanec		Obchodná akadémia
2.	Ing. Anna Gajancová		Obchodná akadémia
3.	Ing. Ľubica Maceková		Obchodná akadémia
4.	Bc. Janka Olšavská		Obchodná akadémia
5.	Mgr. Miroslav Socháň		Obchodná akadémia

Meno prizvaných odborníkov/iných účastníkov, ktorí nie sú členmi pedagogického klubu a podpis/y:

č.	Meno a priezvisko	Podpis	Inštitúcia

