**Preventívny program realizovaný v školskom roku 2019/2020 u žiakov 2. ročníkov**

**„Zippyho kamaráti“**

**2.A, 2.B**

Zippyho kamaráti je preventívny program pre žiakov II. ročníkov zameraný na podporu emocionálneho zdravia detí. Cieľom programu je pomôcť deťom vyrovnať sa s problémami a ťažkosťami každodenného života. Program nehovorí deťom, čo majú robiť, ale ich nabáda, aby prišli s vlastným riešením problémov, aby sa naučili hľadať také riešenia, ktoré pomôžu nielen im, ale rešpektujú aj práva ostatných. Zippy je lúčny koník, ktorého má jeden z hrdinov programu. Deti sa na príbehoch, ktoré si čítame a na zážitkových aktivitách, ktoré spolu robíme učia:

* identifikovať svoje pocity a hovoriť o nich,
* vyjadriť to, čo chcú povedať
* pozorne načúvať druhým
* požiadať o pomoc
* vytvárať a udržiavať priateľstvá
* vyrovnať sa s osamelosťou a odmietnutím
* ospravedlniť sa
* vyrovnať sa so šikanovaním
* riešiť konflikty
* vyrovnať sa so zmenou a stratou
* prispôsobiť sa novým situáciám
* pomáhať druhým

Program je rozdelený do šiestich modulov, pričom každý z nich pozostáva zo štyroch lekcií. Každý z modulov má inú tému. Jednotlivé témy odrážajú zážitky a skúsenosti, s ktorými sa deti bežne vo svojom živote stretávajú.

Témy jednotlivých modulov:

Modul 1 - pocity

Modul 2 – komunikácia

Modul 3 – vytváranie a strata priateľstiev

Modul 4 – riešenie konfliktov

Modul 5 – vyrovnávanie sa so zmenou a stratou

Modul 6 – zvládanie – zhrnutie toho, čo sa deti naučili

Program sa realizuje počas 24 týždňov, s jednou lekciou týždenne, v období november 2019-jún 2020