

Letné aktivity 2015

Tréning sociálnych zručností

Komunikácia

(úvodné zoznámenie, workshop)



- ▶ Vzájomné spoznanie sa v skupine
- ▶ Prezentácia seba
- ▶ Počúvanie
- ▶ Aktivity na zamyslenie sa
- ▶ Komunikácia v dvojiciach
- ▶ Komunikácia v skupine

„Trénujme si mozog“

- ▶ Krátka informácia o fungovaní mozgu
- ▶ Tréning pamäti
- ▶ Rôzne aktivity so slovami (vytvoriť rým, doplniť synonymá...)
- ▶ Samostatná práca s textom
- ▶ Práca v skupine



Vzťahy a priateľstvo

(workshop)

- ▶ Citáty o priateľstve
- ▶ Vysvetlenie pojmov
- ▶ Vzájomné zdieľanie na tému priateľstvo a priatelia
- ▶ Zhrnutie témy
- ▶ Aktivita : výroba náramkov priateľstva, tréning jemnej motoriky, schopnosti učenia sa nových zručností



„V zdravom tele zdravý duch“

- ▶ Vitamíny a všetko čo o nich vieme
- ▶ Zaujímavosti o minerálnych látkach, stopových prvkoch a bylinkách
- ▶ Malý kvíz o minerálnych vodách na Slovensku a pitnom režime
- ▶ Občerstvenie zo záhradky
- ▶ Tipy na dobrý spánok
- ▶ Aktivácia tela v rámci pohybových aktivít



Komunikácia a riešenie konfliktov

(prednáška)

- ▶ Verbálna a neverbálna komunikácia
- ▶ Reč tela
- ▶ Zóny v komunikácii
- ▶ Mimika a gestikulácia
- ▶ Konflikt
- ▶ Zvládanie konfliktu
- ▶ Možnosti riešenia konfliktu



Záverečné stretnutie: Palacinky

(workshop)

- ▶ Tvorivá aktivita : farbenie mandaly
- ▶ Príprava cesta, samostatná skúška zručnosti pri „točení“ palaciniiek - tréning zručnosti
- ▶ Každý si priniesol niečo na plnenie palaciniiek, s čím sa podelil s celou skupinou
- ▶ Skupinové, spoločenské hry (mikado, karty, „stavanie veže“)





“

Dovidenia o rok 😊

”

Za CSPR pripravili: Bc. Šarmírová, Mgr. Klinová, Švédová, PhDr. Bartúnková