

Centrum voľného času ako súčasť Základnej školy Pankúchova 4, 851 04  
Bratislava



## Výchovný program

# Stredisko pohybu a poznávania

<b>Forma výchovy a vzdelávania</b>	<b>poldenná</b>
<b>Výchovný jazyk</b>	<b>slovenský</b>
<b>Druh školského zariadenia</b>	<b>štátne</b>
<b>Dátum prerokovania v pedagogickej rade školy</b>	<b>28.8.2009</b>
<b>Dátum prerokovania v Rade školy</b>	<b>27.8.2009</b>
<b>Platnosť výchovného programu</b>	<b>od 1. septembra 2009</b>

### **Predkladateľ:**

Názov školy: **Základná škola Pankúchova 4**

Adresa: **Pankúchova 4, 851 04 Bratislava 5**

IČO: **317 818 53**

Riaditeľ školy: **Mgr. Štefan Rác**

Koordinátori pre tvorbu VPŠSZČ:

**Mgr. Mariana Gibejová, Mgr. Mária Sitárová,**

**Mgr. Irena Adámková, PaedDr. Jana**

**Kubínyiová, Mgr. Jana Tomašovičová, Peter**

**Žilka**

### **Zriadovateľ:**

Názov: **Mestská časť Bratislava-Petržalka**

Adresa: **Kutlíkova 17, 852 12 Bratislava 5**

**www.petrzalka.sk**

**Tel.: 02 68286834**

Platnosť dokumentu **od 1.9. 2009**

Podpis riaditeľa

<b>Platnosť Revidovanie</b>	<b>Dátum</b>	<b>Zaznamenanie inovácie, zmeny, úpravy a pod.</b>
<b>Platnosť VP od</b>	<b>1.9.2009</b>	
Revidovanie	30.8.2017	Zmena názvu: Centrum voľného času
	30.8.2017	Zmena: foto na titulnej strane
	30.8.2017	Zmena: Formy výchovy a vzdelávania
	30.8.2017	Úprava: Výchovný plán
	30.8.2017	Odstránené: Personálne zabezpečenie
	30.8.2017	Úprava: Výchovný štandard
	30.8.2017	Nové: Výchovný štandard - basketbal
	19.9.2017	Odstránené: Podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri výchove
	19.9.2017	Odstránené: Požiadavka na kontinuálne vzdelávanie pedagogických zamestnancov
	26.9.2018	Aktualizácia: Výchovná plán

## **OBSAH:**

Poslanie výchovy .....	4
Ciele výchova .....	5
Formy výchovy a vzdelávania .....	6
Tematické oblasti výchovy .....	6
Výchovný plán .....	8
Materiálno – technické priestorové podmienky .....	9
Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia detí a žiakov .....	9
Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia zamestnancov CVČ .....	10
Výchovňý štandard .....	12

## Poslanie výchovy

- ▶ zabezpečiť pre deti oddychové a záujmové činnosti v ich voľnom čase
- ▶ umožniť individuálny rozvoj osobnosti dieťaťa
- ▶ prispieť k všestrannému rozvoju - telesnému, pohybovému a duševnému
- ▶ viesť k užitočnému tráveniu voľného času, aktívnemu oddychu, rozvoju talentu a k celoživotnému vzdelávaniu
- ▶ plniť základné poslanie primárnej prevencie pred negatívnymi vplyvmi spoločenského prostredia

### **Výchova v centre voľného času (ďalej CVČ) je založená na princípoch:**

- ⇒ vyváženého rozvoja všetkých stránok osobnosti žiaka
- ⇒ rovnoprávnosti prístupu k výchove a vzdelávaniu so zohľadnením individuálnych potrieb jednotlivca
- ⇒ rovnocennosti a neoddeliteľnosti výchovy a vzdelávania vo výchovno-vzdelávacom procese
- ⇒ zákazu všetkých foriem diskriminácie a segregácie
- ⇒ celoživotného vzdelávania
- ⇒ zdokonaľovania procesu výchovy a vzdelávania podľa výsledkov dosiahnutých v oblasti vedy, výskumu, vývoja
- ⇒ prípravy na zodpovedný život v slobodnej spoločnosti v duchu porozumenia a znášanlivosti
- ⇒ integrácie výchovno-vzdelávacej sústavy Slovenskej republiky do európskeho vzdelávacieho priestoru so zreteľom na vlastné skúsenosti a tradície
- ⇒ posilnenia výchovnej stránky výchovno-vzdelávacieho procesu so zameraním na rozvoj citov a emócií, motivácie a záujmov, socializácie a komunikácie, na sebakontrolu a sebariadenie, na mravné hodnoty a tvorivosť
- ⇒ zákazu poskytovania alebo sprístupňovania informácií alebo zneužívania informačných prostriedkov
- ⇒ zákazu používania všetkých foriem telesných trestov a sankcií vo výchove a vzdelávaní.

## Ciele výchovy

viest' žiakov k tvorivému a kritickému mysleniu, naučiť ich tímovo pracovať, komunikovať medzi sebou, vzájomne sa rešpektovať a celoživotne sa vzdelávať

nadviazať na kľúčové kompetencie nadobudnuté vo vyučovacom procese a ďalej ich vhodne rozvíjať vo výchovnej mimoškolskej činnosti

podporovať rozvoj osobnosti žiaka vychádzajúcej zo zásad humanizmu, tolerancie, demokracie a vlastenectva

dať šancu každému žiakovi, aby sa rozvíjal podľa svojich schopností a bolo mu umožnené zažiť úspech

naučiť sa kontrolovať a regulovať svoje správanie, starať sa a chrániť svoje zdravie, životné prostredie a rešpektovať všeludské etické hodnoty

posilňovať úctu k ľudským právam a základným slobodám

posilňovať úctu k rodičom a ostatným osobám, ku kultúrnym a národným hodnotám a tradíciám nášho štátu

pomáhať žiakom poznávať a rozvíjať vlastné schopnosti v súlade s ich reálnymi možnosťami.

rozvíjať manuálne zručnosti, tvorivé, umelecké, psychomotorické schopnosti, rozvíjať fantáziu a kreativitu

všestranne rozvíjať základné pohybové schopnosti a výchovu kladných morálnych a vôľových vlastností

naučiť žiakov vhodne odpočívať, relaxovať a regenerovať svoje sily, poskytnúť im dostatok námetov pre zmysluplné využívanie voľného času

podporovať pozitívny vzťah k pravidelnému športovaniu a formovať zdravý životný štýl

motivovať žiaka k lepším výkonom, samostatnosti a podporiť sebavedomie žiaka

rozvíjať taktické majstrovstvo cestou skúseností zo súťaží

## Formy výchovy a vzdelávania

- ⇒ pravidelná činnosť v športovom útvare
- ⇒ príležitostná činnosť uskutočňovaná jednorazovými alebo pravidelne sa opakujúcimi podujatiami, krátkodobé a víkendové podujatia
- ⇒ spontánna činnosť formou priebežnej ponuky podľa záujmu detí a mládeže
- ⇒ práca s informačnými zdrojmi, sebvzdelávanie
- ⇒ kondičné a plavecké sústreďenia
- ⇒ organizovanie sústreďení v rámci záujmovej a rekreačnej činnosti aj v čase letných prázdnin
- ⇒ samostatná, individuálna práca žiakov
- ⇒ tímová práca, vzájomná spolupráca pri plnení stanovených úloh a dosiahnutí vytýčených cieľov
- ⇒ príprava žiakov na súťaže, zapojenie žiakov do okresných, krajských, celoslovenských i medzinárodných súťaží
- ⇒ vzájomná spolupráca so školami, s inými školskými zariadeniami a mimovládnyimi organizáciami
- ⇒ recipročné plavecké podujatie „Trojstretnutie najmladších žiakov ORCA Bratislava – KOMETA Brno – TJ KIN České Budějovice“
- ⇒ organizovanie medzinárodného plaveckého mítingu ORCA CUP.

## Tematické oblasti výchovy

### TELESNÁ A ŠPORTOVÁ OBLASŤ

- zameriavať sa na zvýšenie telesnej zdatnosti a všeobecnej pohybovej výkonnosti
- rozvíjať schopnosť relaxovať pravidelným cvičením a pohybom
- pochopiť význam pravidelného pohybu a cvičenia
- pochopiť význam dodržiavania základných zásad zdravej výživy a formovať zdravý životný štýl
- poznať základné princípy zdravého životného štýlu
- rozvíjať športový talent a schopnosti
- trénovať vytrvalosť, pohybovú koordináciu, ako aj húževnatosť, všestranne rozvíjať základné pohybové schopnosti s ohľadom na obdobie vývoja organizmu
- podporovať súťaživosť v duchu fair-play.

## **VZDELÁVACIA OBLASŤ**

- rozvíjať autonómnosť v plnení vytýčených úloh
- rozvíjať efektívne spôsoby sebazvedelávania
- získať, triediť a efektívne využívať nové poznatky a informácie
- zmysluplne využívať médiá a ich produkty, vytvoriť si vlastný názor na médiá, objavovať v nich to pozitívne formujúce osobnostný a profesijný rast
- schopnosť uvedomovať si negatívne mediálne vplyvy na osobnosť
- dorozumievať sa aj v inom jazyku ako v materinskom - rozvíjať si slovnú zásobu, porozumenie a interpretáciu jednoduchých počutých a čítaných textov, ako aj konverzačné zručnosti
- získať vzťah k celoživotnému vzdelávaniu
- zručnosti získať pri práci v tematických celkoch, ktoré zodpovedajú potrebám bežnej komunikácie a oddychovým aktivitám
- osvojiť si zásady bezpečného správania ako chodec, cyklista, cestujúci (spolujazdec)
- naučiť sa pozorovať okolie, vyhodnocovať situáciu z hľadiska bezpečnosti a aplikovať návyky bezpečného správania sa v cestnej premávke v praktickom živote
- rozvíjať vzťah k priestoru, v ktorom žijeme, a k jeho zmenám
- získať všeobecný prehľad o plaveckom športe sledovaním zosrihov z OH, MS...

## **PRACOVNO-TECHNICKÁ OBLASŤ**

- vedieť si samostatne vytýčiť jednoduché osobné ciele
- rozumieť významu osobnej zodpovednosti za vykonanú prácu
- vedieť spolupracovať so skupinou
- rozvíjať základy manuálnych a technických zručností
- získať základy zručností potrebných pre praktický život
- získať základné zručnosti v tvorbe a prezentácii jednoduchých projektov
- prezentovať svoju prácu písomne aj verbálne s použitím IKT
- využívať edukačné programy a internetový prehliadač pri vyhľadávaní a spracovávaní informácií.

## **ESTETICKO-KULTÚRNA OBLASŤ**

- posilniť úctu ku kultúrnym a športovým hodnotám v blízkom okolí
- spoznať iné kultúry, hodnoty a tradície pre plnohodnotnú medzikultúrnu komunikáciu v bežných životných situáciách
- vnímať jedinečnosť prírodných javov a výtvorov na Zemi
- rozvíjať talent a špecifické schopnosti
- rozvíjať základy tvorivých schopností a zručností
- prejavovať pozitívny vzťah k jednoduchej estetickej úprave prostredia.

## **SPOLOČENSKO-VEDNÁ OBLASŤ**

- spolurozhodovať o živote v záujmovom či športovom útvare
- prejavovať úctu k rodičom, trénerom a starším osobám
- prejavovať ohľaduplnosť k osobám so zdravotným postihnutím
- pochopiť význam dodržiavania ľudských práv a základných slobôd
- posilniť základy hrdosti k národnej a štátnej príslušnosti
- vážiť si iné kultúry pri zachovaní vlastnej identity
- kultivovať kultúrne návyky a vyjadrovanie sa v materinskom a cudzom jazyku
- vyjadrovať svoj názor

- vedieť vypočítať opačný názor
- využívať všetky dostupné formy komunikácie
- vedieť samostatne a kriticky riešiť jednoduché konflikty
- prejavovať záujem o spôsob života ľudí v rôznych častiach sveta.

### **PRÍRODOVEDNO-ENVIRONMENTÁLNA OBLASŤ**

- pochopiť základné princípy ochrany životného prostredia, uvedomovať si tiež dôsledky negatívnych vplyvov
- rozvíjať zručnosti pri jednoduchej činnosti na tvorbe a ochrane životného prostredia
- formovať pozitívny vzťah a zodpovednosť voči prírode a životnému prostrediu
- pochopiť hodnotu ľudského života (zdravie, úraz)
- nadobudnúť zručnosti v poskytovaní PP
- oceniť krásu kultúrnych pamiatok a chrániť ich
- uvedomiť si mieru využitia prírodných zdrojov pre prežitie pri udržateľnosti kvality ŽP

## **Výchovný plán**

### **Záujmové činnosti**

<b>Názov športového útvaru</b>	<b>Počet hodín činnosti športového útvaru</b>
Športové plávanie 06-05	140
Športové plávanie 08-07	313,5
Športové plávanie 09-10	313,5
Športové plávanie 10-11	231
Plavecká prípravka 10-09	99
Kondičné plávanie 05-01	33
Basketbal – dievčatá	181,5
Basketbal – chlapci, príprava	66
Basketbal - chlapci	148,5

### **Názvy tematických oblastí výchovy      Počet výchovno-vzdelávacích aktivít/ činností**

Vzdelávacia oblasť	<b>7%</b>
Spoločensko-vedná oblasť	<b>2%</b>
Pracovno-technická oblasť	<b>2%</b>
Prírodovedno-environmentálna oblasť	<b>2%</b>
Esteticko-kultúrna oblasť	<b>2%</b>
Telesná a športová oblasť	<b>85%</b>



## Materiálno-technické priestorové podmienky

Na realizáciu výchovného programu v školskom stredisku záujmovej činnosti má škola veľmi dobré priestorové podmienky. Na športové aktivity sa využívajú dve telocvične, bazén, pri ktorom je zriadená kondičná telocvična. V školskom areáli sú dve futbalové ihriská, jedno multifunkčné ihrisko a bežecká tartanová dráha. Ďalšie záujmové útvary využívajú počítačové učebne, ktoré sú vybavené počítačmi, edukačnými programami, dataprojektorom, keramikou tabuľou, multifunkčným zariadením, notebookmi a knižným fondom pre cudzie jazyky. Na popoludňajšiu činnosť je k dispozícii aj žiacka kuchynka a školská knižnica vybavená bohatým knižničným fondom. Záujmové útvary strediska môžu realizovať výchovnú a vzdelávaciu činnosť aj v iných priestoroch interiéru školskej budovy, ktoré nie sú určené ako učebne. K dispozícii je Sieň ekológie, Dejepisný kútik, Vlastivedná chodba, Kútik dejín spisovnej slovenčiny.

## Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia detí a žiakov

**Primárnym cieľom hodnotenia výchovno-vzdelávacích výsledkov žiakov v CVC je poskytnúť žiakovi a jeho rodičom spätnú väzbu o tom, ako žiak zvládol danú problematiku, v čom má nedostatky, kde má rezervy, aké sú jeho pokroky. Súčasťou hodnotenia je tiež povzbudenie do ďalšej práce, návod, ako postupovať pri odstraňovaní nedostatkov.**

Na hodnotenie výchovno-vzdelávacích výsledkov žiakov sú využívané metódy:

- a) slovné hodnotenie spĺňajúce výchovný efekt, pochvaly, pokarhania a pod.
- b) písomné hodnotenie na požiadanie rodiča
- c) kolektívne posedenie s cieľom rozboru výchovných aspektov v danom kolektíve žiakov.

### Ciele hodnotenia:

- ⇒ poskytnúť žiakovi spätnú väzbu pri získavaní požadovaných zručností a vedomostí a o tom, ako ich dokáže využiť
- ⇒ informovať rodičov žiaka o práci, aktivite, napredovaní, výkonnosti a správaní žiaka
- ⇒ motivovať žiakov k ďalšiemu sebazdokonaľovaniu
- ⇒ podporiť sebavedomie žiaka
- ⇒ povzbudiť k ďalšej aktívnej činnosti.

Kontrola a hodnotenie prebieha priebežne a sústavne, čím sa zabezpečí nielen včasné riešenie vzniknutých problémov, ale najmä možnosť predchádzať im. Pochvalou usmerňovať deti na ceste k vytýčeným cieľom.

## Vnútný systém kontroly a hodnotenia zamestnancov CVČ

Kontrolná činnosť riaditeľa a jeho zástupcu pomáha pri zabezpečovaní priaznivých materiálnych a sociálnych podmienok pre vychovávateľov a žiakov, pomáha zabezpečiť plynulý chod školského zariadenia.

**Cieľom kontroly je získavanie objektívnych informácií o úrovni a výsledkoch práce zamestnancov CVČ a konzultačno-poradenská služba v záujme odstránenia nedostatkov.**

**V kontrolnej činnosti sa využíva najmä :**

- ⇒ pozorovanie
- ⇒ hospitačná činnosť
- ⇒ pohospitačný rozbor
- ⇒ rozhovor s vychovávateľmi, žiakmi, rodičmi
- ⇒ kontrola prípravy a úrovne dosiahnutých výsledkov na súťažiach
- ⇒ kontrola pedagogickej dokumentácie

**Kritériá na hodnotenie zamestnancov CVČ:**

- ⇒ úroveň a kvalita plnenia úloh
- ⇒ kvalita napĺňania stanovených výchovných cieľov a úroveň ich zvládnutia žiakmi
- ⇒ zavádzanie inovačných metód do výchovnej činnosti
- ⇒ prístup k žiakom a rodičom
- ⇒ výsledky žiakov v súťažiach
- ⇒ ochota prijímať nové úlohy, tvorivosť, originalita a úsilie pri ich plnení
- ⇒ odbornovo-metodická práca vychovávateľa, jeho záujem o osobný rast v rámci ďalšieho vzdelávania, schopnosť odovzdávať odbornovo-metodické kvality
- ⇒ dodržiavanie všeobecných záväzných predpisov a dodržiavanie stanovených pravidiel
- ⇒ efektívnosť využívania materiálno-technického vybavenia CVČ
- ⇒ miera a udržanie záujmu žiakov o mimoškolskú činnosť / stav žiakov v športových útvaroch /
- ⇒ podiel na realizácii víkendovej a prázdninovej činnosti
- ⇒ publikačná činnosť
- ⇒ úroveň vedenia pedagogickej dokumentácie
- ⇒ hodnotenie vychovávateľov žiakmi a rodičmi.

Hodnotenie zamestnancov vykonáva vedenie školy priebežne, celkové štvrťročne podľa priebežných a polročných dosiahnutých výsledkov. Každoročne sa uskutočňuje hodnotenie pedagogických zamestnancov CVČ.

## Výchovný štandard

V našom CVČ sme stanovili tieto výchovné štandardy:

### Výchovný štandard pre športový útvar – plávanie

Obsahový štandard	Výkonový štandard
<p>Základná terminológia</p> <p>Základné pravidlá plávania</p> <p>Fair play</p> <p>Tréning</p>	<p>Pomenovať základnú terminológiu</p> <p>Osvojiť si základné vedomosti o plaveckom športe – technika a pravidlá</p> <p>Pomenovať zásady fair play</p> <p>Osvojiť si orientáciu a pohyb vo vodnom priestore</p> <p>Rozvíjať vytrvalosť, pohybovú koordináciu a húževnatosť</p> <p>Trénovať všetky plavecké štýly</p> <p>Rozvíjať osobnosť športovca s formovaním výkonnostnej motivácie</p>
<p>Plavecké prvky a zručnosti</p> <p>Zásady základov techniky plaveckých štýlov</p> <p>Zásady základov techniky obrátok a štartov</p> <p>Štafety</p>	<p>Oboznámiť sa s vodou, osvojiť si splývanie, dýchanie a orientáciu vo vode</p> <p>Osvojiť si základy techniky všetkých plaveckých štýlov: znak, prsia, motýlik, kraul</p> <p>Zdokonaľovať a stabilizovať racionálne športovú techniku</p> <p>Osvojiť si rýchlu zmenu smeru a štartu</p> <p>Bojovať za tím, klub, mesto, štát</p> <p>Prijímať spätnú väzbu od trénera a spoluplavcov</p> <p>Dodržiavať taktické úlohy štafety</p> <p>Posúdiť úroveň svojho výkonu a výkonu spoluhráčov</p>

Taktika	Rozvíjať taktické majstrovstvo v závislosti od dĺžky trate a disciplíny Kvalifikovať sa a splniť limity na významné podujatia v danom časovom intervale
Sústredenie	Zvládnuť vysokú záťaž v krátkom časovom období Oboznámiť sa aj s inými druhmi športu (cyklistika, turistika...)
Plavecké súťaže	Odplávať trať podľa pravidiel Prejavovať pozitívny vzťah k športu, k pohybovej aktivite Prejavovať pozitívny vzťah k reprezentácii útvaru, obce/mesta Prijať prehru Uznávať kvality iných plavcov

### Výchovný štandard pre športový útvar – basketbal

Obsahový štandard	Výkonový štandard
Základná terminológia Základné pravidlá basketbalu	Pomenovať základnú terminológiu Osvojiť si základné vedomosti o basketbale, ihrisko, pravidlá basketbalu, krátka história
Fair play	Pomenovať zásady fair play, čestná hra, tímový hra, naučiť deti vedieť prhrať
Tréning	Osvojiť si orientáciu v priestore na ihrisku, kolektívnu hru, zvládnuť individuálne herné činnosti jednotlivca. Rozvíjať všeobecnú pohybovú kultúru –



	<p>Hra 3 na 3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preferujeme na tréningovej jednotke, využite hry 1 na 1 a hod' a bež</li> </ul> <p>Útočné postavenie 5:0</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Postavenie v podkove, stop and go, uvoľniť sa a vrátiť sa späť</li> <li>- Univerzálnosť hráčov na postoch</li> </ul> <p>Prevahové situácie 2 na 1 alebo 3 na 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rýchlosť prechodu hráčov</li> <li>- Rýchlosť prechodu lopty</li> </ul> <p>Nácvik rýchleho protiútok vo dvojici</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vybehnutie na stranu, pýtanie lopty, ruka ukazuje cieľ</li> </ul> <p>Dodržiavať taktické úlohy štafety</p>
<p>Sústredenie</p>	<p>Zvládnuť vysokú záťaž v krátkom časovom období. Utužovanie a spoznávanie kolektívu v iných ako tréningových podmienkach.</p> <p>Oboznámiť sa aj s inými druhmi športu (plávanie, turistika...)</p>
<p>Basketbalová súťaž</p>	<p>Odohrať súťaž podľa pravidiel SBA a FIBA</p> <p>Prejavovať pozitívny vzťah k športu, kolektívu, k pohybovej aktivite</p> <p>Vedieť prijať prehru a uznať kvalitu súpera.</p>