

# METODICKÝ MATERIÁL

## k aktivite Krajského mládežníckeho parlamentu TSK

*„MOJA BUDÚCNOSŤ“*



TRENČIANSKY  
SAMOSPRÁVNY  
K • R • A • J



kvc.sk



## Obsah

1. ÚVOD.....	3
2. AKO PRACOVAŤ S METODICKÝM BALÍČKOM?.....	4
3. CIELE AKTIVITY .....	4
4. CIEĽOVÁ SKUPINA .....	5
5. VÝSTUPY AKTIVITY .....	5
5.1 DOKUMENTÁCIA AKTIVITY A ZDIEĽANIE VÝSTUPOV .....	6
6. ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE .....	7
7. FORMÁTY AKTIVITY MOJA BUDÚCNOSŤ .....	9
8. REFLEXIA A HODNOTENIE .....	10
9. ODPORÚČANIA PRE ŠKOLY .....	10
10. AKO SI VYBRAŤ FORMÁT AKTIVITY „MOJA BUDÚCNOSŤ“ .....	12
11. POĎAKOVANIE .....	13
PRÍLOHA 1 – SCENÁR AKTIVITY TALKSHOW S HOSTOM .....	14
PRÍLOHA 2 – SCENÁR AKTIVITY ROZHOVOR S HOSTOM.....	18
PRÍLOHA 3 – SCENÁR AKTIVITY PANELOVÁ DISKUSIA.....	22
PRÍLOHA 4 – SCENÁR AKTIVITY KAVIAREŇ BUDÚCNOSTI (WORLD CAFÉ) .....	26
PRÍLOHA 5 – SCENÁR AKTIVITY NÁSTENKA „MOJA BUDÚCNOSŤ“ .....	31
PRÍLOHA 6 – SCENÁR AKTIVITY SPEED NETWORKING „MOJA BUDÚCNOSŤ“ .....	34
PRÍLOHA 7 – KONTROLNÝ LIST PRE ŠKOLY .....	37
PRÍLOHA 8 – REFLEXNÝ DOTAZNÍK PRE ŽIAKOV .....	38

## 1. ÚVOD

Mladí ľudia dnes čelia množstvu otázok týkajúcich sa ich budúcnosti, ďalšieho štúdia, pracovného smerovania a osobného rozvoja. Mnohí z nich však nemajú dostatok príležitostí otvorene diskutovať o svojich predstavách, obavách či možnostiach, ktoré sa pred nimi po skončení školy otvárajú. Školské prostredie pritom predstavuje prirodzený priestor, kde je možné tieto témy otvárať a podporovať mladých ľudí v premýšľaní o vlastnej budúcnosti.

Tento metodický balíček ponúka školám súbor scenárov rôznych formátov realizácie aktivity „**Moja budúcnosť**“. Je navrhnutý ako dlhodobý využiteľný nástroj pre školské parlamenty, teda nielen pre túto aktivitu, ale aj pre ich ďalšie iniciatívy. Aktivita je určená základným a stredným školám v Trenčianskom kraji ako podpora diskusie so žiakmi o ich budúcnosti, kariérom smerovaní a osobnom rozvoji.

Aktivitu navrhol **Krajský mládežnícky parlament Trenčianskeho samosprávneho kraja (KMP TSK)** ako jednu z aktivít Akčného plánu KMP TSK\* pre školský rok 2025/2026, na základe priorít identifikovaných mladými ľuďmi v Trenčianskom kraji, v spolupráci s **Krajským centrom voľného času v Trenčíne (KCVČ)** a **Trenčianskym samosprávnym krajom (TSK)**. Aktivita „Moja budúcnosť“ reaguje na potrebu vytvoriť pre žiakov bezpečný a podnetný priestor na diskusiu o životných cestách, hodnotách, rozhodnutiach a skúsenostiach ľudí z praxe. **Cieľom aktivity** je motivovať mladých ľudí k zamýšľaniu sa nad vlastným smerovaním, podporiť rozvoj ich silných stránok a ponúknuť im realistický pohľad na rôzne možnosti uplatnenia po skončení školy.

Metodický balíček obsahuje jednoduché a praktické **formáty aktivít**, ktoré môžu školy realizovať **priamo v školskom prostredí**. Ide o kombináciu diskusných a dynamických foriem aktivít, ktoré reflektujú potreby súčasnej generácie žiakov. Jednotlivé scenáre sú navrhnuté tak, aby podporovali aktívne zapájanie žiakov, rozvíjali diskusiu o budúcnosti a zároveň posilňovali spoluprácu medzi žiakmi, učiteľmi a ľuďmi z praxe.

Súčasťou prípravy metodického balíčka bol aj **participatívny proces**, do ktorého sa zapojili všetci **členovia predsedníctva Krajského mládežníckeho parlamentu TSK**. Návrhy jednotlivých formátov vznikali v spolupráci mladých ľudí z predsedníctva KMP TSK a Krajského centra voľného času v Trenčíne a boli participatívnym spôsobom

odkonzultované s koordinátormi školských parlamentov, kariérovým poradcom a školským psychológom s cieľom overiť ich zrozumiteľnosť a realizovateľnosť v školskom prostredí. Participatívny prístup umožnil prepojiť pohľad mladých ľudí, členov predsedníctva KMP TSK, s praktickými skúsenosťami škôl a prispel k vytvoreniu metodického materiálu. Tento materiál zároveň **podporuje úlohu školských parlamentov ako partnerov** vedenia školy a aktívnych organizátorov školských aktivít.

*\*Akčný plán KMP TSK je dostupný na webovej stránke [www.kcvc.sk](http://www.kcvc.sk).*

## 2. AKO PRACOVAŤ S METODICKÝM BALÍČKOM?

Tento metodický balíček je určený školám ako podpora realizácie aktivity „Moja budúcnosť“, ktorá je zameraná na podporu premýšľania žiakov o ich budúcnosti, kariérom smerovaní a osobnom rozvoji. Balíček obsahuje **šesť formátov** aktivít, ktoré si školy môžu vybrať podľa svojich možností, časového priestoru a potrieb žiakov. Aktivity je možné realizovať samostatne alebo ich kombinovať v rámci jedného podujatia.

Každá aktivita obsahuje:

- stručnú charakteristiku,
- organizačné informácie,
- odporúčanú prípravu,
- scenár priebehu aktivity,
- reflexiu a očakávaný dopad na žiakov.

Súčasťou metodického balíčka sú aj materiály ako:

- univerzálny plagát,
- reflexný dotazník pre žiakov,
- grafická schéma, ktorá uľahčí rozhodovanie o formáte.

Školy si môžu jednotlivé aktivity prispôbiť svojim podmienkam a zapojiť do ich realizácie členov školského parlamentu, pedagógov, kariérových poradcov alebo hostí z praxe.

## 3. CIELE AKTIVITY

Aktivita **“Moja budúcnosť”** je zameraná na podporu mladých ľudí pri premýšľaní o ich budúcom smerovaní, hodnotách a možnostiach uplatnenia po skončení školy. Prostredníctvom rôznych formátov aktivít vytvára priestor pre otvorený dialóg medzi žiakmi, učiteľmi a hosťami, teda vzormi z regiónu.

**Hlavný cieľ:** podporiť mladých ľudí v premýšľaní o ich budúcom smerovaní, hodnotách a možnostiach uplatnenia po skončení školy.

**Čiastkové ciele:**

- Podporiť rozvoj sebauvedomenia, cieľavedomosti a zodpovednosti mladých ľudí v Trenčianskom kraji,
- Rozvíjať kariérne uvedomenie a osobnostné kompetencie,
- Pôsobiť preventívne proti demotivácii a pasivite mladých,
- Prepájať školy s pozitívnymi vzormi z okolia a zvyšovať motiváciu mladých ľudí uplatniť sa v spoločnosti,
- Posilniť participáciu školských parlamentov ako nástroj aktívneho občianstva a sebarozvoja žiakov.

#### 4. CIEĽOVÁ SKUPINA

Aktivita **“Moja budúcnosť”** je určená predovšetkým pre:

- žiakov 1. až 3. ročníka stredných škôl,
- 8. a 9. ročníka základných škôl,
- členov školských parlamentov, ktorí sa môžu podieľať na príprave a realizácii aktivít.

Ďalšou (sekundárnou) cieľovou skupinou sú: pedagógovia, kariérovní poradcovia, koordinátori školských parlamentov, ktorí zohrávajú dôležitú úlohu pri organizácii aktivít, ich moderovaní a pod.

Aktivity sú navrhnuté tak, aby boli zrozumiteľné pre mladých ľudí vo veku približne **13 – 19 rokov** a aby reflektovali otázky, ktoré sú pre túto vekovú skupinu aktuálne (najmä rozhodovanie o ďalšom štúdiu, výbere povolania, osobných hodnotách a životných cieľoch).

#### 5. VÝSTUPY AKTIVITY

Realizácia aktivity „Moja budúcnosť“ by mala priniesť viaceré pozitívne výstupy na úrovni žiakov, školy a kraja.

**Na úrovni žiakov:**

- ✓ zvýšenie záujmu o tému kariérneho smerovania,
- ✓ rozvíjanie osobnostných kompetencií,
- ✓ preventívne pôsobenie proti demotivácii a pasivite,

- ✓ väčšia otvorenosť diskutovať o vlastných predstavách a obavách,
- ✓ lepšie uvedomenie si vlastných silných stránok, záujmov a hodnôt,
- ✓ schopnosť sformulovať vlastné ciele,
- ✓ rozvoj komunikačných zručností,
- ✓ posilnenie kritického myslenia a posilnenia schopnosti klásť otázky,
- ✓ motivácia prevziať zodpovednosť za vlastné rozhodnutia.

#### **Na úrovni školy:**

- ✓ posilnenie kariérového poradenstva,
- ✓ podpora participácie žiakov,
- ✓ posilnenie úlohy školského parlamentu ako nástroja aktívneho občianstva a sebarozvoja žiakov,
- ✓ rozšírenie možností diskusie o budúcnosti žiakov priamo v školskom prostredí,
- ✓ vytváranie priestoru pre spoluprácu medzi školou a ľuďmi z praxe.

#### **Na úrovni kraja:**

- ✓ posilnenie spolupráce medzi školami, TSK, KMP TSK a KCVČ v Trenčíne,
- ✓ zozbieranie spätnej väzby od mladých ľudí – o ich predstavách o budúcnosti,
- ✓ získanie prehľadu o záujmoch, hodnotách a kariérnych preferenciách žiakov v Trenčianskom kraji,
- ✓ vytváranie podkladov pre ďalšie aktivity v oblasti práce s mládežou v Trenčianskom kraji.

### **5.1 DOKUMENTÁCIA AKTIVITY A ZDIEĽANIE VÝSTUPOV**

Súčasťou realizácie aktivity „Moja budúcnosť“ je aj jej dokumentácia prostredníctvom fotografií. Fotografie slúžia na prezentáciu aktivít, zdieľanie dobrej praxe a vyhodnotenie zapojenosti škôl na úrovni kraja. Školy majú možnosť nahráť fotografie z realizácie aktivity do zdieľaného úložiska.

#### **Pri nahrávaní fotografií je potrebné dodržať nasledovné pravidlá:**

- priečinky sú vopred vytvorené podľa okresov – každá škola nahráva fotografie do priečinka svojho okresu;
- v rámci priečinka „okresu“ si každá škola vytvorí vlastný priečinok;
- názov priečinka bude v tvare: **NÁZOV ŠKOLY\_FORMAT AKTIVITY**;
- do priečinka nahrajte približne 10 fotografií (výber najlepších);

- videá sa nekladajú.

Tento systém umožňuje prehľadné usporiadanie výstupov a ich jednoduché využitie na ďalšie spracovanie a prezentáciu na úrovni Trenčianskeho kraja.

**Link na zdieľaný súbor:**

<https://drive.google.com/drive/folders/1tlbGVx9FPkySIHx31DhHDOhn-ctD6aO6?usp=sharing>

## 6. ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE

Realizácia aktivity „Moja budúcnosť“ je organizačne **nenáročná** a školy si ju môžu **prispôbiť svojim možnostiam** (časovým, personálnym aj priestorovým). Aktivita je teda navrhnutá tak, aby bola jednoducho realizovateľná priamo v školskom prostredí bez potreby ďalších organizačných alebo finančných nárokov.

Škola si môže z **metodického balíčka** vybrať **jednu alebo viac aktivít** podľa aktuálnych potrieb žiakov a jej časových možností. Jednotlivé aktivity je možné realizovať samostatne alebo ich kombinovať v rámci jedného podujatia.

**Trvanie aktivity** závisí od jej typu, približne **30 – 90 minút**.

**Počet účastníkov:** (ľubovoľný)

**Aktivity je možné zaradiť napríklad do:**

- triednických hodín,
- hodín spoločenskovedných predmetov (občianska náuka, etická výchova, dejepis, spoločensko-vedných seminárov,...)
- kariérového poradenstva,
- alebo ako samostatnú školskú aktivitu organizovanú školským parlamentom.

**Priestor na realizáciu aktivity:** trieda, školská spoločenská miestnosť, vestibul, telocvičňa a pod.

**Technicko-organizačné zabezpečenie:** podľa výberu formátu

Aktivita umožňuje zapojenie **rôznych aktérov školského prostredia**: členov školského parlamentu, učiteľov, kariérových poradcov, ako aj hostí z praxe\*. Takéto zapojenie podporuje **spoluprácu medzi žiakmi a pedagógmi** a vytvára **priestor na výmenu skúseností a rôznych pohľadov na tému budúcnosti a kariérneho smerovania**.

Dôležitým prvkom je vytvorenie otvorenej, bezpečnej a rešpektujúcej atmosféry, ktorá podporuje diskusiu, kladenie otázok a aktívne zapojenie žiakov. Aktivity by mali viesť k tomu, aby žiaci cítili možnosť slobodne vyjadriť svoje názory, predstavy či obavy týkajúce sa vlastnej budúcnosti. Cieľom aktivity nie je hodnotiť správnosť odpovedí, ale podporiť diskusiu.

*\*Ak škola nemá možnosť pozvať host'a z praxe, je možné aktivitu realizovať **aj formou diskusie medzi žiakmi alebo využitím videorozhovoru s odborníkom z praxe.***

### **Školský parlament:**

Členovia školského parlamentu sa aktívne podieľajú na príprave aktivity. Ich **úlohou** je najmä:

- príprava programu aktivity,
- navrhovanie otázok pre hostí,
- moderovanie diskusie alebo talk show,
- oslovenie hostí z praxe (v spolupráci s učiteľom),
- organizácia priestoru a technického zabezpečenia,
- zber spätnej väzby od žiakov po skončení aktivity.

Zapojenie školského parlamentu zároveň podporuje participáciu žiakov a rozvíja ich komunikačné, organizačné a prezentačné zručnosti.

### **Propagácia aktivity**

Na podporu informovanosti o aktivite „MOJA BUDÚCNOSŤ“ je súčasťou metodického balíčka aj „univerzálny plagát“. Školy ho môžu použiť na informovanie žiakov o plánovanom podujatí. Plagát je možné vytlačiť a umiestniť v priestoroch školy; obsahuje logá Trenčianskeho samosprávneho kraja, Krajského centra voľného času v Trenčíne a Krajského mládežníckeho parlamentu TSK. V prípade zdieľania informácií o aktivite na sociálnych sieťach školy (napr. Facebook alebo Instagram) prosíme o uvedenie názvu

aktivity #MOJA BUDÚCNOSŤ“ KMP TSK a označenie profilov organizácií zapojených do realizácie aktivity, aby bolo možné zdieľať dobrú prax medzi školami.



## SLEDUJTE NÁS:



trenciansky\_samospravny\_kraj

kmp.tsk

kvcv\_tn



Trenčiansky samosprávny kraj

Krajské centrum voľného času v Trenčíne

## 7. FORMÁTY AKTIVITY MOJA BUDÚCNOSŤ

Krajský mládežnícky parlament TSK pripravil viacero formátov aktivít, ktoré môžu školy realizovať buď samostatne alebo ich navzájom kombinovať podľa uváženia.

### Medzi hlavné formáty patrí:

1. TALK SHOW S HOSTOM
2. PANELOVÁ DISKUSIA
3. ROZHOVOR S HOSTOM
4. NÁSTENKA „MOJA BUDÚCNOSŤ“
5. KAVIAREŇ BUDÚCNOSTI (WORLD CAFÉ)
6. SPEED NETWORKING

Scenáre k jednotlivým formátom nájdete v prílohe.

FORMÁT AKTIVITY	PRE KOHO JE VHODNÝ	TRVANIE	HLAVNÝ CIEĽ
TALK SHOW S HOSTOM	väčšia skupina žiakov, viac tried	45 až 60 min	predstaviť reálny životný príbeh a motivovať žiakov
PANELOVÁ DISKUSIA	väčšie školské podujatie	60 až 90 min	ukázať rôzne kariérne a životné cesty
ROZHOVOR S HOSTOM	jedna trieda alebo menšia skupina	45 až 60 min	hlbšia diskusia o skúsenostiach z praxe
NÁSTENKA „MOJA BUDÚCNOSŤ“	trieda alebo projektový deň	45 až 90 min	podpora sebareflexie a plánovania cieľov
KAVIAREŇ BUDÚCNOSTI (WORLD CAFÉ)	skupinová diskusia	60 až 90 min	diskusia o hodnotách, rozhodovaní a budúcnosti
SPEED NETWORKING	trieda alebo väčšia skupina žiakov	30 až 45 min	podporiť aktívne zapojenie, komunikáciu o budúcnosti prostredníctvom krátkych interaktívnych rozhovorov

Tabuľka 1 Formáty aktivity "Moja budúcnosť"

## 8. REFLEXIA A HODNOTENIE

Veľmi dôležitou súčasťou programu je reflexia, ktorá umožňuje zistiť, aký prínos mala aktivita pre žiakov. Reflexia bude prebiehať prostredníctvom krátkeho reflexného online dotazníka, ktorý bude anonymný (e-mailové odpovede sa v ňom nebudú zhromažďovať). Reflexiu je ideálne robiť hneď po skončení aktivity.

## 9. ODPORÚČANIA PRE ŠKOLY

V skratke si dovoľujeme zhrnúť nasledovné odporúčania:

- Aktivity by mali prebiehať v **uvoľnenom prostredí**, ktoré podporuje otvorenú diskusiu. Žiaci by sa mali cítiť bezpečne pri vyjadrovaní svojich názorov a otázok.
- Do prípravy aktivít by mali byť **zapojené študentské parlamenty** – samotní žiaci.

- Hostí do jednotlivých formátov vyberajte tak, aby boli pre žiakov zrozumiteľní a autentickí. Dôležitejšia než známosť daného hosťa je jeho **schopnosť viesť prirodzený rozhovor so žiakmi**, osloviť ich a motivovať.
- Prispôbte aktivitu potrebám žiakov a možnostiam školy.
- Po skončení aktivity venujte krátky čas reflexii.
- **Pri moderovaní diskusie dbajte na priestor na vyjadrovanie ako pre hostí, tak aj žiakov.** Moderátor by mal podporovať kladenie otázok, reagovať na odpovede hostí a usmerňovať diskusiu tak, aby sa do nej mohlo zapojiť čo najviac žiakov.
- Ak chceme zapojiť všetkých žiakov a vytvoriť dynamickú aktivitu v kratšom čase, odporúčame využiť formát **speed networking**.

## 10. AKO SI VYBRAŤ FORMÁT AKTIVITY „MOJA BUDÚCNOSŤ“

Školy si môžu vybrať formát aktivity podľa svojich organizačných možností, počtu zapojených žiakov alebo dostupnosti hostí z praxe. Niektoré formáty sú vhodnejšie pre väčšie školské podujatia, iné pre prácu v menších skupinách alebo v rámci triednických hodín. Pri rozhodovaní Vám môže byť nápomocná **schéma výberu**. Pomôže napr. zvoliť taký formát aktivity, ktorý najlepšie zodpovedá Vaším podmienkam a cieľom práce so žiakmi.



Obrázok 1 Schéma výberu formátu aktivity

## 11. POĎAKOVANIE

Súčasťou prípravy metodického balíčka bolo aj spoločné pracovné stretnutie – workshop s koordinátormi školských parlamentov, kariérovou poradkyňou a školskou psychologičkou. Počas stretnutia boli participatívnym spôsobom predstavené a diskutované scenáre aktivít. Ďakujeme všetkým účastníkom za ich odborné podnety, konštruktívnu spätnú väzbu a ochotu podieľať sa na tvorbe metodického materiálu. Ich pripomienky pomohli overiť zrozumiteľnosť a praktickú realizovateľnosť navrhovaných aktivít v školskom prostredí.

## PRÍLOHA 1 – SCENÁR AKTIVITY TALKSHOW S HOSTŔOM

### FORMÁT AKTIVITY: TALKSHOW S HOSTŔOM

**ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:** Moja budúcnosť – formát TALK SHOW s hosťom, umožňuje žiakom stretnúť sa s človekom z praxe a diskutovať o jeho životnej ceste, hodnotách, prekážkach a rozhodnutiach.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- podporiť mladých ľudí v premýšľaní o vlastnej budúcnosti, motivovať ich k aktivite a posilniť ich sebadôveru pri rozhodovaní o ďalšom smerovaní,
- ukázať reálny pozitívny vzor,
- podporiť sebadôveru a sebauvedomenie žiakov,
- otvoriť tému budúcnosti, hodnôt a zodpovednosti,
- motivovať žiakov,
- posilniť rolu školského parlamentu ako aktívneho prvku školy.

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

**ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE:** Aktivita je realizovaná v rámci iniciatív Krajského mládežníckeho parlamentu Trenčianskeho samosprávneho kraja (KMP TSK) v spolupráci s Krajským centrom voľného času v Trenčíne a Trenčianskym samosprávnym krajom.

**TRVANIE:** 45 minút

**POČET HOSTÍ:** 1

**MODERÁTOR:** člen žiackej školskej rady/študentského parlamentu (prípadne dvojica)

### HOSTĽ:

- absolvent školy, športovec, zdravotník, dobrovoľník, mladý podnikateľ, odborník z regiónu (technika, doprava, IT, služby...). Nemusí ísť o známu osobnosť. Dôležitejšia je schopnosť viesť rozhovor a osloviť mladých ľudí.
- závisí od neho kvalita talk show
- by mal mať osobnú alebo profesijnú skúsenosť, ktorá je pre žiakov zrozumiteľná

- by mal hovoriť jednoducho a primerane veku publika
- by mal byť ochotný odpovedať otvorene nielen o úspechoch ale aj prekážkach
- by mal byť prirodzene autentický

**MIESTO:** aula, telocvičňa, trieda, knižnica

**POTREBNÉ MATERIÁLY:**

- **technika:** mikrofón, stoličky, projektor (voliteľné)
- **pripravené otázky:** žiaci si pripravujú otázky vopred

**PRÍPRAVA AKTIVITY:**

- **príprava otázok** – odporúčanie: klásť krátke a jasné otázky a zároveň sa nebáť aj spontánnych otázok;
- príprava **stručných informácií pre host'a o veku a počte žiakov, cielei podujatia, časovom rozsahu a type otázok;**
- **osobná alebo telefonická komunikácia s host'om:** vysvetlenie formy podujatia (moderovaný rozhovor, nie prednáška), dohodnutie prípadne citlivých tém, nastavenie očakávania, že ide o otvorený dialóg so žiakmi;
- zabezpečenie vhodného **priestoru** na realizáciu aktivity;
- zabezpečenie technického vybavenia (stoličky pre host'a a moderátora, mikrofón alebo ozvučenie pri väčšom počte žiakov, prípadne projektor);
- príprava rozloženia priestoru (napr. sedenie v polkruhu alebo v menšej vzdialenosti od host'a);
- promo akcie: informovanie žiakov o konaní aktivity a jej cielei;
- zabezpečenie reflexného formulára, ktorý žiaci vyplnia po skončení aktivity.

**PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)**

**MODERÁTOR:**

*„Vitajte na podujatí Moja budúcnosť, ktoré je súčasťou celokrajšej iniciatívy Krajského mládežníckeho parlamentu Trenčianskeho samosprávneho kraja. Dnes sa budeme rozprávať o tom, že nie každý má hneď jasný plán, že je v poriadku občas nevedieť, kam presne smerujeme a, že dôležité je vôbec to skúsiť.“*

- krátke predstavenie,
- predstavenie host'a (meno, profesia, prečo je inšpiráciou).

**PRÍBEH HOST'A – KDE SA TO CELÉ ZAČALO?**

Priestor pre hosťa odprezentovať samého seba a doplňujúce otázky od moderátora:

- Ako vyzerá Váš život, keď ste boli v našom veku?
- Vedeli ste už vtedy, čím chcete byť?
- Aký moment alebo človek Vás najviac ovplyvnil?

### **CESTA, PREKÁŽKY A ZODPOVEDNOSŤ**

Otázky:

- Aké prekážky boli pre Vás najťažšie?
- Čo Vás naučili neúspechy?
- Čo znamená zodpovednosť vo Vašom živote dnes?
- Museli ste niekedy urobiť ťažké rozhodnutie?

### **HODNOTY A BUDÚCNOSŤ**

Otázky od moderátora:

- Aké hodnoty sú pre Vás najdôležitejšie?
- Čo by ste dnes urobili inak?
- Aké bolo Vaše najlepšie rozhodnutie?

### **OTÁZKY OD ŽIAKOV**

- Ako vyzerá Váš bežný deň?
- Ako zvládáte stres?
- Čo je podľa Vás úspech?

**REFLEXIA:** vyplniť krátky reflexný formulár

### **OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:**

- uvedomiť si rôzne životné a kariérne cesty
- pochopiť význam vytrvalosti a zodpovednosti
- získať realistický pohľad na pracovný a osobný život
- zamyslieť sa nad vlastnými hodnotami a budúcnosťou

**ZÁVER (Moderátor):**

- „Týmto by sme dnešnú talk show ukončili. Ďakujeme hosťovi aj všetkým, ktorí sa na organizácii podieľali.“;
- výzva na vyplnenie reflexného formulára (Google Form);
- poďakovanie hosťovi a organizátorom.

**Host':** poďakuje za pozvanie a uzavrie diskusiu jednou myšlienkou alebo odkazom pre žiakov.

## PRÍLOHA 2 – SCENÁR AKTIVITY ROZHOVOR S HOSTŔOM

### FORMÁT AKTIVITY: ROZHOVOR S HOSTŔOM

**ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:** Rozhovor s hosťom je moderovaná diskusia, ktorá umožňuje žiakom bližšie spoznať životný príbeh hosťa, jeho pracovnú cestu, rozhodnutia a skúsenosti z praxe. Aktivita vytvára priestor na otvorený dialóg medzi hosťom a žiakmi a podporuje premýšľanie mladých ľudí o ich budúcnosti, osobnom rozvoji a realite pracovného života.

Cieľom rozhovoru nie je poskytnúť „návod na úspech“, ale sprostredkovať autentickú skúsenosť a ukázať, že pracovná cesta môže zahŕňať rôzne zmeny, prekážky aj nové začiatky.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- predstaviť žiakom autentický príbeh hosťa;
- podporiť premýšľanie o vlastných hodnotách a budúcnosti;
- rozvíjať schopnosť klásť otázky a zapájať sa do diskusie;
- motivovať žiakov k aktívnemu prístupu k vlastnému rozvoju.

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

**ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE:** Aktivita je realizovaná v rámci iniciatív Krajského mládežníckeho parlamentu Trenčianskeho samosprávneho kraja (KMP TSK) v spolupráci s Krajským centrom voľného času v Trenčíne a Trenčianskym samosprávnym krajom.

**TRVANIE:** 45 – 60 minút

**POČET HOSTÍ:** 1

**MODERÁTOR:** učiteľ alebo člen školského parlamentu

**HOSTĽ:** odborník z praxe, absolvent školy, podnikateľ, dobrovoľník, športovec alebo osobnosť z regiónu

**MIESTO:** trieda, knižnica, aula alebo spoločenská miestnosť

**POTREBNÉ MATERIÁLY:**

- stoličky pre hosťa a moderátora;
- pripravené otázky pre rozhovor;
- tabuľa alebo flipchart (voliteľné);
- mikrofón alebo ozvučenie pri väčšom počte žiakov (voliteľné);
- príprava reflexného formulára.

**PRÍPRAVA AKTIVITY:**

- výber vhodného hosťa;
- príprava otázok na rozhovor;
- informovanie hosťa o priebehu aktivity;
- zapojenie školského parlamentu do moderovania alebo organizácie;
- zabezpečenie vhodného priestoru na diskusiu.

**PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)****1. Začiatok (5 min)**

Moderátor privíta účastníkov a predstaví cieľ aktivity. *„Každý z nás je práve v inom bode svojej cesty. Dnes sa pozrieme na jednu z nich.“* Nasleduje krátka aktivita bez písania.

Moderátor položí niekoľko otázok a žiaci reagujú zdvihnutím ruky.

Príklad otázok:

- mám aspoň približnú predstavu o svojej budúcnosti;
- mením názor na svoju budúcnosť pomerne často;
- z budúcnosti mám skôr stres než radosť.

Moderátor stručne zhrnie reakcie žiakov a plynule prejde k predstaveniu hosťa.

**2. Predstavenie hosťa (5 min)**

Hosť sa krátko predstaví:

- čomu sa dnes venuje;
- ako dlho pracuje vo svojom odbore;
- jednou vetou opíše svoju pracovnú skúsenosť.

**3. Hlavný rozhovor – skúsenosti z praxe (25 min)**

Rozhovor je rozdelený do tematických blokov.

**Blok 1 – Rozhodnutia**

- Ako ste sa rozhodovali po strednej škole?
- Mali ste plán alebo ste skôr reagovali na situácie?
- Ktoré rozhodnutie bolo pre Vás najťažšie?

### **Blok 2 – Škola a realita**

- Čo zo školy Vám dnes reálne pomáha?
- Čo Vás po nástupe do práce najviac zaskočilo?
- Je niečo, na čo Vás škola nepripravila?

### **Blok 3 – Ako Vás obohatila práca**

- Čo Vám vaša práca dala do života?
- Čo Vám naopak vzala?
- Mali ste obdobie, keď ste pochybovali, či pokračovať?

### **Blok 4 – Chyby a zmeny smeru**

- Urobili ste chybu, ktorú dnes beriete ako dôležitú skúsenosť?
- Museli ste niekedy začínať odznova?
- Čo Vás v takých situáciách posunulo ďalej?

## **4. Otvorený priestor pre žiakov (10/15 min)**

Moderátor pripomenie **pravidlá diskusie**:

- **rešpekt** voči hosťovi aj spolužiakom;
- **otvorenosť** a vecnosť;
- neexistujú „zlé“ otázky.

Žiaci majú možnosť klásť hosťovi vlastné otázky. Moderátor môže ponúknuť aj pomocné otázky:

- Oplatí sa riskovať?
- Čo by ste dnes odkázali sebe v našom veku?

## **5. Myšlienka pre žiakov (5 min)**

Žiaci si zapíšu:

- jednu myšlienku z rozhovoru, ktorá ich zaujala;
- jeden malý krok, ktorý môžu urobiť v najbližšom období, teda napr. zistiť viac o zaujímavom odbore; opýtať sa niekoho na jeho prácu; vyskúšať novú aktivitu; pracovať na konkrétnej zručnosti.

**REFLEXIA:** Po skončení aktivity vyplnia krátky anonymný reflexný formulár a zapoja sa do diskusie o tom, čo si z rozhovoru odnášajú.

## OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:

### Po realizácii aktivity by mali žiaci

- uvedomiť si, že pracovná cesta môže mať rôzne podoby;
- získať realistický pohľad na pracovný život;
- zamyslieť sa nad vlastným smerovaním a hodnotami;
- otvorene diskutovať o témach budúcnosti.

**ZÁVER (Moderátor):** Moderátor stručne zhrnie hlavné myšlienky rozhovoru a poďakuje hostovi za jeho čas a zdieľanie skúseností. Na záver môže položiť žiakom krátku reflexnú otázku: *„Ktorá myšlienka alebo skúsenosť z dnešného rozhovoru vás najviac zaujala?“* Moderátor môže následne vyzvať niekoľko žiakov, aby sa dobrovoľne podelili o svoju odpoveď.

**Host':** poďakuje za pozvanie a uzavrie diskusiu jednou myšlienkou alebo odkazom pre žiakov.

## PRÍLOHA 3 – SCENÁR AKTIVITY PANELOVÁ DISKUSIA

### FORMÁT AKTIVITY: PANELOVÁ DISKUSIA

**ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:** Panelová diskusia je moderované stretnutie, na ktorom vystupuje viacero hostí z rôznych oblastí praxe. Pojem „panelová“ znamená, že v tomto formáte vystupuje viacero hostí naraz (panel). Žiaci majú možnosť spoznať ich pracovné skúsenosti, rozhodnutia a pohľad na výber povolania alebo ďalšieho štúdia.

Diskusia umožňuje žiakom porovnať rôzne skúsenosti a názory hostí a klásť im vlastné otázky. Cieľom aktivity je ukázať, že k pracovnej alebo študijnej budúcnosti môže viesť viacero rôznych ciest.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- pomôcť žiakom premýšľať o svojej budúcnosti realisticky, ale motivujúco;
- predstaviť žiakom skúsenosti hostí z rôznych profesií a pracovných prostredí;
- ukázať rôzne cesty po strednej škole;
- umožniť žiakom klásť otázky a diskutovať o rozhodovaní pri výbere štúdia alebo povolania;
- podporiť premýšľanie žiakov o vlastných záujmoch a možnostiach budúceho smerovania;
- rozvíjať kritické myslenie a schopnosť klásť otázky.

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

**ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE:** Aktivita je realizovaná v rámci iniciatív Krajského mládežníckeho parlamentu Trenčianskeho samosprávneho kraja (KMP TSK) v spolupráci s Krajským centrom voľného času v Trenčíne a Trenčianskym samosprávnym krajom.

**TRVANIE:** 60 až 90 minút

**POČET HOSTÍ:** 3 až 4 hostia

**MODERÁTOR:** učiteľ alebo člen školského parlamentu

**HOSTĚ:** zástupcovia rôznych profesií alebo oblastí (napr. absolvent školy, podnikateľ, odborník z praxe, pracovník verejnej správy, dobrovoľník). Ideálne kombinovať vysokoškolák/absolvent VŠ, človek z praxe, mladý človek len pár rokov po škole,...

**MIESTO:** aula, spoločenská miestnosť alebo väčšia trieda

#### **POTREBNÉ MATERIÁLY:**

- stoličky pre panelistov a moderátora (ideálne sedenie v polkruhu);
- mikrofón alebo ozvučenie (pri väčšom počte žiakov);
- pripravené otázky pre diskusiu;
- tabuľa alebo flipchart (voliteľné).

#### **PRÍPRAVA AKTIVITY:**

- výber vhodných hostí z rôznych oblastí praxe;
- informovanie hostí o priebehu aktivity a cieľovej skupine;
- príprava otázok na panelovú diskusiu;
- určenie moderátora diskusie;
- zapojenie školského parlamentu do organizácie podujatia;
- zabezpečenie priestoru a technického vybavenia;
- príprava reflexného formulára pre žiakov.

#### **PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)**

##### **1. Úvod (5 – 10 min)**

Moderátor privíta účastníkov a predstaví program „Moja budúcnosť“. Krátko vysvetlí cieľ stretnutia, a teda diskutovať o rôznych skúsenostiach z praxe a o tom, ako sa ľudia rozhodujú o svojom pracovnom alebo študijnom smerovaní. Následne predstaví jednotlivých hostí. *„Keď sa povie moja budúcnosť, čo vám ako prvé napadne? Práca? Peniaze? Neistota? Sloboda?“*

##### **Aktivita - rýchle hlasovanie:**

Žiaci zdvihnú ruku pri výrokoach:

- teším sa na budúcnosť;
- mám z nej stres;
- viem, čo chcem robiť;
- netuším, čo bude ďalej.

### **Aktivita „KDE SA VIDÍM O 10 ROKOV?“ (10 min)**

Žiaci si zapíšu odpovede na 3 otázky:

1. Kde žijem?
2. Čo robím?
3. Ako sa cítim?

Dobrovoľníci môžu zdieľať odpovede. Cieľ je uvedomiť si, že budúcnosť nie je len o práci, ale aj o pocitoch a hodnotách.

### **2. Predstavenie hostí (10 min)**

Každý hosť sa krátko predstaví: čomu sa dnes venuje, aké bolo jeho štúdium alebo prvé pracovné skúsenosti a čo ho priviedlo k súčasnej profesii.

### **3. Hlavná panelová diskusia (30 – 40 min)**

#### **OTÁZKY PRE PANEL (príklady):**

**Rozhodovanie:** Vedeli ste na strednej škole, čo chcete robiť?; Kedy ste urobili prvé veľké rozhodnutie?

**Chyby a zlyhania:** Akú chybu by ste dnes urobili inak? Zlyhali ste niekedy? Pomohlo vám to?

**Realita vs. Očakávania:** Čo vás po škole najviac prekvapilo? Čo vám nikto nepovedal o dospelom živote?

**Tlak a porovnávanie:** Cítili ste tlak okolia? Ako ste sa vyrovnávali s porovnávaním s ostatnými?

### **4. DISKUSIA SO ŽIAKMI – OTVORENÝ PANEL (15 – 20 min)**

**Žiaci kladú otázky panelistom.**

Pomocné otázky:

- Je dnes dôležitejšia škola alebo skúsenosti?
- Má zmysel ísť na VŠ, keď si nie som istý?
- Dá sa uspieť aj bez „jasného plánu“?
- Ako zistiť, čo ma baví?

Moderátor sa drží hesla: žiadna otázka nie je zlá otázka.

### **5. ZÁVEREČNÁ AKTIVITA – „JEDEN KROK DO BUDÚCNOSTI“ (10 min)**

Žiaci si napíšu 1 vec, ktorú môžem urobiť už tento mesiac pre svoju budúcnosť. Napr. zistiť si informácie o odbore, skúsiť brigádu, porozprávať sa s niekým z praxe, pracovať na sebe. Dobrovoľníci môžu zdieľať.

Moderátor: *„Budúcnosť nie je jedna priama cesta. Je to séria rozhodnutí, omylov a skúseností. A to, že dnes nevíete presne, kam idete, neznamená, že sa tam nedostanete.“*

Možné zakončenie otázkou: „Ak by ste si mali zapamätať jednu myšlienku z dneška – aká by to bola?“

**REFLEXIA:** Po skončení aktivity vyplnia krátky anonymný reflexný formulár a zapoja sa do diskusie o tom, čo si z rozhovoru odnášajú.

### **OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:**

Po realizácii aktivity by mali žiaci:

- získať širší pohľad na rôzne profesijné možnosti;
- uvedomiť si, že pracovná cesta môže mať rôzne podoby;
- zamyslieť sa nad vlastnými predstavami o budúcnosti;
- rozvíjať schopnosť diskutovať a klásť otázky.

### **ZÁVER (Moderátor):**

Moderátor poďakuje hosťom za ich čas a zdieľanie skúseností.

**Hosť:** poďakuje za pozvanie a uzavrie diskusiu jednou myšlienkou alebo odkazom pre žiakov.

## PRÍLOHA 4 – SCENÁR AKTIVITY KAVIAREŇ BUDÚCNOSTI (WORLD CAFÉ)

### FORMÁT AKTIVITY: Kaviareň budúcnosti (World Café)

**ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:** Kaviareň budúcnosti je interaktívna diskusná aktivita založená na metóde World Café. Táto metóda umožňuje stredným a väčším skupinám účastníkov zdieľať skúsenosti, názory a pohľady na vopred definované otázky. Diskusia prebieha v menších skupinách pri jednotlivých stoloch, pričom účastníci sa v priebehu aktivity medzi stolmi presúvajú a postupne nadväzujú na myšlienky predchádzajúcich skupín.

Metóda World Café je vhodná pre prácu aj s väčším počtom účastníkov a vytvára priestor na výmenu rôznych pohľadov a skúseností. Cieľom tejto metódy nie je dosiahnuť jednoznačné závery alebo konkrétne riešenia, ale podporiť diskusiu, rozšíriť perspektívy účastníkov a umožniť spoločné premýšľanie nad zvolenou témou. Dôležitým prvkom aktivity je vytvorenie neformálnej a otvorenej atmosféry, ktorá podporuje zapájanie účastníkov do diskusie. Diskusia prebieha v menších skupinách, ktoré sa počas aktivity menia, čím sa prirodzene prepájajú rôzne názory a skúsenosti účastníkov.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- podporiť premýšľanie žiakov o budúcnosti a možnostiach uplatnenia
- vytvoriť priestor na diskusiu o očakávaniach, obavách a rozhodnutiach súvisiacich s budúcnosťou
- rozvíjať schopnosť formulovať vlastné názory a počúvať názory iných
- podporiť spoluprácu a výmenu skúseností medzi žiakmi

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

### ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE

**TRVANIE:** 45 minút

**POČET HOSTÍ:** - bez hostí; pri každom stole je však jeden facilitátor/hostiteľ

**MODERÁTOR:** učiteľ, koordinátor školského parlamentu, výchovný/kariérový poradca, členovia školského parlamentu

**MIESTO:** trieda, knižnica, spoločenská miestnosť

**POTREBNÉ MATERIÁLY:**

- stoly;
- stoličky;
- veľké papiere (flipchartové, A3, A2);
- fixky, perá;
- pripravené otázky pre jednotlivé diskusné stoly;
- tabuľa alebo flipchart na zaznamenanie hlavných myšlienok;
- reflexný dotazník.

**PRÍPRAVA AKTIVITY:**

Pred začiatkom aktivity je potrebné pripraviť priestor a materiály. Stoly sa rozmiestnia tak, aby pri každom stole mohlo diskutovať približne 4 až 6 žiakov. Na každý stôl sa položí veľký papier, fixky a jedna diskusná otázka.

**Rozdelenie žiakov do skupín:** Pred začiatkom aktivity je vhodné rozdeliť žiakov do menších skupín (4 – 6 žiakov pri stole). Skupiny môžu byť vytvorené náhodne (napr. odpočítavaním, farebnými kartičkami) alebo cielene tak, aby sa premiešali žiaci z rôznych tried, skupín alebo sociálnych okruhov. Cieľom je podporiť rôznorodosť názorov a zabrániť tomu, aby žiaci pracovali len vo svojich zaužívaných skupinách.

Pri každom stole potom zostáva jeden žiak/osoba ako hosťiteľ stola, ktorý počas aktivity zostáva na rovnakom mieste a na začiatku každého kola stručne zhrnie myšlienky z predchádzajúcej diskusie. Ostatní účastníci sa medzi stolmi presúvajú vždy jedným smerom (napr. v smere hodinových ručičiek), aby bola rotácia prehľadná a organizovaná.

**PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)**

**1. Úvod (5 min)**

Moderátor privíta účastníkov a predstaví cieľ aktivity. Vysvetlí, že diskusia bude prebiehať formou „kaviarne budúcnosti“, teda v menších skupinách pri jednotlivých stoloch. Moderátor vysvetlí priebeh aktivity:

- diskusia pri stole trvá 7 minút;
- po skončení každého kola sa účastníci presunú k inému stolu;
- pri každom stole zostáva jeden žiak (hostiteľ), ktorý stručne zhrnie predchádzajúcu diskusiu.

Rotácia skupín prebieha organizovane. Účastníci sa vždy presunú o jeden stôl (napr. v smere hodinových ručičiek), aby sa skupiny vymenili a nevznikal chaos. Každá nová skupina nadväzuje na myšlienky predchádzajúcej skupiny.

Moderátor zároveň predstaví základné pravidlá diskusie:

- Počúvame sa navzájom;
- Neskáčeme si do reči;
- Kritika = rešpektujúca;
- Každý sa môže zapojiť.

### **Diskusné kolo č. 1 (7 min)**

Žiaci sedia pri prvých stoloch. Účastníci diskutujú, zapisujú myšlienky, môžu napr. tvoriť myšlienkové mapy.

Príklady otázok pri jednotlivých stoloch:

STÔL 1: Čo pre mňa znamená úspešná budúcnosť?

STÔL 2: Čoho sa v súvislosti s budúcnosťou najviac obávam?

STÔL 3: Aké schopnosti budem, podľa mňa, v budúcnosti potrebovať?

STÔL 4: Kto alebo čo ma najviac ovplyvňuje pri rozhodovaní o budúcnosti?

### **PRESUN (2 min)**

Moderátor oznámi presun (napr. „posuňte sa o jeden stôl doprava“). Všetci sa presunú k inému stolu. Hostiteľ ostáva na mieste.

### **Diskusné kolo č. 2 (7 min)**

Hostiteľ zhrnie: „Pri tomto stole sa zatiaľ hovorilo o...“

Nová skupina: nadväzuje; dopĺňa; môže nesúhlasiť; rozvíja myšlienky.

### **PRESUN (2 min)**

Opäť presun – rovnakým smerom.

### **Diskusné kolo č. 3 (7 min)**

Účastníci dopĺňajú a spresňujú hlavné myšlienky, môžu priniesť nový pohľad.

### **PRESUN (2 min)**

Opäť presun – rovnakým smerom.

### **Diskusné kolo č. 4 (7 min)**

Záverečné diskusné kolo pri poslednom stole. Cieľom je uzavrieť tému, pomenovať kľúčové myšlienky a doplniť to, čo ešte nezaznelo.

### **ZÁVEREČNÉ ZDIEĽANIE (6 min)**

Hostiteľ každého stola stručne predstaví hlavné myšlienky, ktoré sa v diskusii objavili a poďakuje sa účastníkom za aktívne zapojenie do diskusie.

- Čo sa opakovalo najčastejšie?
- Čo bolo prekvapivé?
- Na čom sa ľudia zhodli?
- Kde boli rozdielne názory?

Moderátor zapisuje kľúčové slová alebo témy na tabuľu.

### **REFLEXIA:**

Na záver aktivity žiaci vyplnia krátky reflexný dotazník a zapoja sa do diskusie o tom: čo ich v diskusii najviac zaujalo?; nad čím začali premýšľať?; akú myšlienku si z aktivity odnášajú?

### **OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:**

- väčší záujem o premýšľanie o budúcnosti a vlastnom smerovaní
- rozšírenie pohľadu na možnosti budúceho uplatnenia
- väčšia otvorenosť diskutovať o vlastných predstavách a obavách
- rozvoj komunikačných a diskusných zručností

**ZÁVER (3 min)**

Záverečné zhrnutie od facilitátora: *„Dnes sme nezistili jednu správnu odpoveď, ale zistili sme niečo dôležité, že nie sme sami v obavách; budúcnosť nie je jedna cesta; rozhodnutia sa dajú meniť. Kaviareň sa zatvára.“*

## PRÍLOHA 5 – SCENÁR AKTIVITY NÁSTENKA „MOJA BUDÚCNOSŤ“

**FORMÁT AKTIVITY:** NÁSTENKA „MOJA BUDÚCNOSŤ“ (diskusia a reflexia k téme ďalšieho smerovania po škole)

**Poznámka:** Na nástenke je vhodné uviesť logá TSK, KCVČ a KMP TSK s označením, že ide o krajskú aktivitu.

### ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:

Aktivita „Moja budúcnosť“ je jednoduchá participatívna aktivita, ktorá umožňuje žiakom premýšľať o svojich schopnostiach, hodnotách a predstavách o budúcnosti. Žiaci prostredníctvom interaktívnej nástenky reflektujú svoje záujmy, ciele a možné kariérne smerovanie.

Aktivita prepája individuálnu reflexiu žiakov s krátkou triednou diskusiou a umožňuje zachytiť základné zistenia prostredníctvom reflexného formulára. Ten slúži ako spätná väzba pre školu a zároveň umožňuje vyhodnotenie výstupov aktivity na úrovni kraja.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- podporiť premýšľanie žiakov o ich budúcnosti a kariérom smerovaní;
- rozvíjať sebareflexiu a uvedomenie si vlastných schopností a hodnôt;
- podporiť diskusiu o možnostiach ďalšieho štúdia alebo pracovného uplatnenia;
- zapojiť školský parlament do realizácie aktivít na škole.

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

### ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE:

**TRVANIE:** 45 až 90 minút

**POČET HOSTÍ:** -

**MODERÁTOR:** člen školského parlamentu, učiteľ, kariérový/výchovný poradca

**HOSTĚ:** nevyžaduje sa

**MIESTO:** spoločné priestory školy (chodba, vestibul,...), trieda

**POTREBNÉ MATERIÁLY:**

- veľká nástenka alebo veľký papier/flipchart;
- samolepiace lístky alebo kartičky;
- fixky alebo perá;
- pripravené otázky na jednotlivé časti nástenky;
- reflexný formulár pre žiakov.

**PRÍPRAVA AKTIVITY:**

Pred začiatkom aktivity je potrebné pripraviť nástenku alebo veľký papier rozdelený na tematické časti. Každá časť obsahuje otázky, ktoré žiakom pomáhajú premýšľať o svojich schopnostiach, hodnotách a budúcich cieľoch. Moderátor stručne vysvetlí cieľ aktivity a spôsob zapojenia žiakov. Žiaci svoje odpovede zapisujú na kartičky alebo priamo na nástenku.

**PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)**

**ÚVOD:** Moderátor predstaví cieľ aktivity a vysvetlí, že žiaci budú premýšľať o svojej budúcnosti, schopnostiach a hodnotách. Diskusiu môže začať jednoduchou otázkou: *„Keď premýšľate o svojej budúcnosti, čo vám napadne ako prvé?“*

**TVORIVÁ ČASŤ (30 – 45 MIN)**

*Žiaci postupne vypĺňajú jednotlivé časti nástenky.*

**KTO SOM?**

- *V čom som dobrý/dobrá?*
- *Aké sú moje dve silné stránky?*
- *Čo ma baví robiť?*

**ČO CHCEM DOSIAHNUŤ?**

- *Čo by som chcel / chcela dosiahnuť v najbližších piatich rokoch?*
- *Aký typ školy alebo práce ma momentálne láka?*

**AKÉ HODNOTY SÚ PRE MŇA DÔLEŽITÉ?**

Žiak vyberie tri hodnoty a stručne vysvetlí, prečo sú pre neho dôležité.

### **MOJA CESTA**

- *Aký je môj prvý konkrétny krok?*
- *Čo môžem začať robiť už tento mesiac?*

### **INŠPIRUJE MA**

- *Kto ma inšpiruje?*
- *Čím konkrétne?*

### **DISKUSIA (15 – 30 MIN)**

Po vyplnení nástenky nasleduje krátka spoločná diskusia. Žiaci môžu zdieľať svoje odpovede alebo reagovať na myšlienky spolužiakov. Moderátor môže položiť napríklad otázky:

- *Čo vás pri aktivite najviac prekvapilo?*
- *Zistili ste o sebe niečo nové?*
- *Má niekto podobné ciele alebo hodnoty?*

### **REFLEXIA:**

Na záver aktivity žiaci vyplnia krátky reflexný formulár.

### **OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:**

- zvýšenie záujmu o premýšľanie o vlastnej budúcnosti
- lepšia orientácia žiakov v možnostiach ďalšieho štúdia alebo pracovného smerovania
- rozvoj sebareflexie a schopnosti formulovať osobné ciele
- podpora diskusie o budúcnosti medzi žiakmi

### **ZÁVER (Moderátor):**

Moderátor stručne zhrnie hlavné myšlienky, ktoré sa počas aktivity objavili, a poďakuje žiakom za ich zapojenie.

## PRÍLOHA 6 – SCENÁR AKTIVITY SPEED NETWORKING „MOJA BUDÚCNOSŤ“

**FORMÁT AKTIVITY:** Speed networking (rýchle tematické rozhovory v dvojiciach)

**ZÁKLADNÁ CHARAKTERISTIKA:** Formát umožňuje žiakom rozmýšľať o svojich schopnostiach, hodnotách a predstavách o budúcnosti prostredníctvom krátkych rozhovorov v dvojiciach. Žiaci sa v pravidelných intervaloch striedajú a diskutujú o rôznych témach súvisiacich s ich budúcim smerovaním. Aktivita prepája individuálnu reflexiu s interakciou medzi žiakmi a podporuje aktívne zapojenie všetkých účastníkov. Na záver je doplnená krátkou reflexiou a reflexným formulárom.

*\*Pri danom formáte je možné prispôbiť otázky aj obsah aktivity podľa zamerania školy, študijného odboru a potrieb konkrétnej skupiny žiakov.*

### CIELE:

- podporiť premýšľanie žiakov o ich budúcnosti a kariérom smerovaní;
- rozvíjať sebareflexiu a uvedomenie si vlastných schopností a hodnôt;
- podporiť diskusiu o možnostiach ďalšieho štúdia alebo pracovného uplatnenia;
- zapojiť všetkých žiakov do aktívnej komunikácie;
- zapojiť školský parlament do realizácie aktivít na škole.

**CIEĽOVÁ SKUPINA:** žiaci 8. – 9. ročníka ZŠ, žiaci 1. – 3. ročníka SŠ

### ORGANIZAČNÉ INFORMÁCIE:

**TRVANIE:** 30 až 45 minút

**POČET HOSTÍ:** nevyžaduje sa

**MODERÁTOR:** člen školského parlamentu, učiteľ, kariérový/výchovný poradca

**MIESTO:** trieda, telocvičňa alebo väčší priestor umožňujúci pohyb

### POTREBNÉ MATERIÁLY:

- časovač (mobil, stopky);
- pripravené otázky (na tabuľu alebo prezentáciu);
- reflexný formulár pre žiakov;
- stoličky (v prípade realizácie v sede).

**PRÍPRAVA AKTIVITY:**

Pred začiatkom aktivity je potrebné pripraviť priestor tak, aby sa žiaci mohli postaviť alebo usadiť v dvoch radoch oproti sebe a mali dostatok priestoru na presuny. Moderátor pripraví 4 až 6 jednoduchých otázok zameraných na tému budúcnosti, schopností a hodnôt. Moderátor stručne vysvetlí cieľ aktivity a pravidiel – krátke rozhovory, striedanie partnerov, zapojenie všetkých. Otázky by mali byť viditeľné pre všetkých (napr. na tabuli alebo prezentácii), aby sa k nim žiaci mohli počas aktivity vracieť.

**PRIEBEH AKTIVITY (SCENÁR)****ÚVOD (5 min)**

Moderátor predstaví cieľ aktivity: *„Teraz si vyskúšame krátku aktivitu, kde sa budete rozprávať s viacerými spolužiakmi o svojej budúcnosti. Cieľom nie je nájsť správne odpovede, ale začať o tom premýšľať a počuť rôzne pohľady.“*

Pravidlá (vysvetlí moderátor):

- rozhovor trvá 2 minúty,
- po zaznení signálu sa posúvate k ďalšiemu partnerovi,
- každý sa zapája a rešpektuje druhého.

**ROZDELENIE (2 min)**

Žiaci sa rozdelia do dvojíc: vytvorením dvoch radov oproti sebe alebo náhodné dvojice.

**RÝCHLE ROZHOVORY (18 min – 9 kôl po 2 minúty)**

Moderátor zverejní otázky. Každé kolo trvá približne 2 minúty. Moderátor sleduje čas a po 1 minúte môže upozorniť na výmenu hovoriacich vo dvojiciach. Po každom kole moderátor oznámi presun. Pri presune zostáva jeden rad na mieste, druhý rad sa posúva vždy o jedno miesto doprava. Týmto spôsobom sa postupne vystriedajú všetky dvojice. V každom kole začína odpovedať vždy jeden z dvojice (napr. osoba vpravo), po 1 minúte sa vystriedajú.

**PRÍKLADY OTÁZOK:**

- V čom si dobrý/dobrá?
- Čo ťa baví robiť?
- Čo by si chcel/a dosiahnuť v najbližších rokoch?
- Aký smer ťa momentálne láka?

- Čo je pre teba v živote dôležité?
- Kto ťa inšpiruje a prečo?

### **DISKUSIA (8 min)**

Po ukončení rozhovorov nasleduje krátka spoločná diskusia. Moderátor môže položiť otázky: Čo vás pri rozhovoroch najviac prekvapilo? Počuli ste niečo, čo vás inšpirovalo? Mali viacerí podobné ciele?

### **REFLEXIA (5 min)**

Žiaci vyplnia krátky reflexný formulár.

### **OČAKÁVANÝ DOPAD AKTIVITY NA ŽIAKOV:**

- zvýšenie záujmu o premýšľanie o vlastnej budúcnosti
- aktívne zapojenie všetkých žiakov
- rozvoj komunikačných zručností
- uvedomenie si vlastných cieľov a hodnôt
- získanie inšpirácie od spolužiakov

### **ZÁVER (Moderátor):**

*„Dnes ste si vyskúšali premýšľať o svojej budúcnosti a počuli ste rôzne pohľady od spolužiakov. Nemusíte mať hneď jasnú predstavu – dôležité je vedieť, čo vás zaujíma a akým smerom sa chcete posunúť. Skúste si z dneška odniesť aspoň jednu konkrétnu vec, ktorú viete spraviť v najbližšom období.“*

## PRÍLOHA 7 – KONTROLNÝ LIST PRE ŠKOLY

### Pred realizáciou aktivity

- Vybrať vhodný formát aktivity (napr. talk show, panelová diskusia, rozhovor s hosťom, nástenka „Moja budúcnosť“, kaviareň budúcnosti alebo speed networking)
- Určiť koordinátora aktivity (napr. učiteľ, koordinátor školského parlamentu)
- Zapojiť školský parlament do prípravy podujatia
- Vybrať alebo osloviť hosťa z praxe (ak je súčasťou aktivity)
- Dohodnúť termín a miesto realizácie
- Pripraviť otázky alebo diskusné témy
- Pripraviť priestor a technické zabezpečenie (stoličky, tabuľa, projektor, mikrofón – podľa potreby)

### Počas realizácie aktivity

- Predstaviť cieľ aktivity a program „Moja budúcnosť“
- Predstaviť hosťa alebo vysvetliť priebeh aktivity
- Vytvoriť otvorenú a bezpečnú atmosféru pre diskusiu
- Podporovať zapojenie žiakov a kladenie otázok
- Usmerňovať diskusiu tak, aby sa mohlo zapojiť čo najviac žiakov

### Po skončení aktivity

- Umožniť žiakom vyplniť reflexný formulár
- Krátko zhrnúť hlavné myšlienky aktivity
- Poďakovať hosťovi a organizátorom
- Zdieľať aktivitu na sociálnych sieťach školy s označením TSK, KMP TSK, KCVČ TN

## PRÍLOHA 8 – REFLEXNÝ DOTAZNÍK PRE ŽIAKOV

Na vyhodnotenie aktivity a jednotlivých formátov „MOJA BUDÚCNOSŤ“ prosíme po realizácii aktivity požiadať žiakov o vyplnenie **krátkeho anonymného reflexného dotazníka**. **Cieľom dotazníka** je získať spätnú väzbu od žiakov a zistiť ako žiaci aktivitu vnímali, čo im aktivita priniesla, či ich podnietila premýšľať o budúcnosti, hodnotách alebo kariérom smerovaní. Získané odpovede slúžia **školám** ako **spätná väzba** pre ďalšie realizovanie aktivít, **Krajskému mládežníckemu parlamentu TSK** a **Krajskému centru voľného času v Trenčíne** na vyhodnotenie aktivity Akčného plánu KMP TSK. Dotazník je anonymný a výsledky budú spracované súhrne.



Link na dotazník:

<https://forms.gle/48EcFbneTufdpPsz8>

**METODICKÝ MATERIÁL KU AKTIVITE  
KRAJSKÉHO MLÁDEŽNÍCKEHO PARLAMENTU TSK**

Pripravilo: Krajské centrum voľného času v Trenčíne

V spolupráci: Krajský mládežnícky parlament TSK a Trenčiansky samosprávny kraj

Rok vydania: **2026**



TRENČIANSKY  
SAMOSPRAVNÝ  
K • R • A • J



kvcv.sk

