

Stredná priemyselná škola strojnícka, Duklianska 1, Prešov



VÝCHOVNÝ PROGRAM ŠKOLSKÉHO INTERNÁTU

PREVODOVKA DO ŽIVOTA

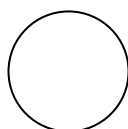
VPŠI schválený 22.04.2026 pre výchovu a vzdelávanie v školskom internáte
Platnosť VPŠI od 1.septembra 2026

Obsah

1. Úvodné identifikačné údaje.....	3
2. Charakteristika školského internátu	5
3. Ciele a poslanie výchovy.....	7
3.1 Poslanie školského internátu.....	7
3.2 Vízia školského internátu.....	8
3.3 Ciele školského internátu	8
3.3.1 Inštitucionálne ciele	8
3.3.2 Programové ciele	9
3.3.3 Strategické ciele na obdobie 4 rokov	9
4. Formy výchovy a vzdelávania.....	11
5. Výchovný jazyk.....	11
6. Tematické oblasti výchovy.....	12
6.1 Cieľové zameranie tematických oblastí výchovy	12
6.1.1 Ciele tematickej oblasti výchovy: Komunikácia a práca s informáciami	12
6.1.2 Ciele tematickej oblasti výchovy: Sebarozvoj a svet práce	14
6.1.3 Ciele tematickej oblasti výchovy: Zdravie a subjektívna pohoda.....	15
6.1.4 Ciele tematickej oblasti výchovy: Spoločnosť a príroda.....	17
6.1.5 Ciele tematickej oblasti výchovy: Kultúra a umenie	18
6.1.6 Ciele tematickej oblasti výchovy: Rodina a partnerské spolužitie	20
7. Záver.....	22

1. ÚVODNÉ IDENTIFIKAČNÉ ÚDAJE

Názov a adresa školy	Stredná priemyselná škola strojnícka, Duklianska 1, Prešov, Duklianska 1, 080 04 Prešov
Názov a adresa školského výchovného-vzdelávacieho zariadenia	Školský internát, Sabinovská 2, Prešov
Názov výchovného programu	Prevodovka do života
Výchovný jazyk	slovenský
Druh školského zariadenia	štátne
Dátum schválenia VPŠI	22.04.2026
Platnosť VPŠI	Od 01.09.2026
Zriaďovateľ	Prešovský samosprávny kraj Námestie mieru 2 080 01 Prešov



RNDr. Hedviga Rusinková
riaditeľka školy

[illegible]

2. CHARAKTERISTIKA ŠKOLSKÉHO INTERNÁTU

Výchovný program Školského internátu, Sabinovská 2, Prešov vychádza z potreby systematicky podporovať osobnostný, sociálny a vzdelávací rozvoj žiakov ubytovaných v školskom internáte. Školský internát predstavuje dôležité výchovné prostredie, ktoré nadväzuje na školské vzdelávanie a zároveň vytvára priestor pre rozvoj samostatnosti, zodpovednosti a spolupráce. Umožňuje tiež napĺňanie individuálnych potrieb a záujmov žiakov prostredníctvom mimoškolských aktivít.

Školský internát, Sabinovská 2, Prešov poskytuje výchovu a vzdelávanie, ubytovanie a stravovanie pre žiakov stredných škôl. Jeho zriaďovateľom je Prešovský samosprávny kraj.

Internát je umiestnený v centre mesta Prešov na Sabinovskej ulici č. 2 v budove, ktorá je súčasťou areálu SPŠ strojníckej v Prešove. Budova internátu má samostatný hlavný vstup zo Sabinovskej ulice, ktorý spĺňa podmienky bezbariérovosti pre osoby s obmedzenou schopnosťou pohybu. Vďaka svojej výhodnej polohe umožňuje rýchly prístup do centra mesta, ktoré je vzdialené približne 5 minút pešo. V blízkosti školského internátu sa nachádzajú zastávky MHD, ktoré žiakom zabezpečuje pohodlné a rýchle spojenie pri dochádzaní do iných stredných škôl.

Internát ubytováva žiakov z rôznych typov stredných škôl, pričom väčšina z nich pochádza z regiónu Prešovského samosprávneho kraja. Toto prostredie podporuje rozmanitosť, vzájomnú komunikáciu a rozvoj sociálnych vzťahov medzi žiakmi. Výchovno-vzdelávací proces zabezpečujú kvalifikovaní a skúsení pedagogickí zamestnanci, ktorí dbajú na všestranný rozvoj osobnosti žiaka.

Žiaci sú rozdeľovaní podľa pohlavia, veku a zamerania stredných škôl do výchovných skupín. Každá výchovná skupina má svojho skupinového vychovávateľa, ktorý zodpovedá za výchovnú a vzdelávaciu činnosť výchovnej skupiny, bezpečnosť žiakov, prípravu na vyučovanie, spolupracuje so zákonnými zástupcami a školami. Školský internát vytvára možnosti širokej škály voľnočasových aktivít ako je šport, kultúra, technika.

Prijímanie žiakov do školského internátu na nasledujúci školský rok prebieha prostredníctvom elektronickej prihlášky podanej zákonným zástupcom nepĺnoletého žiaka alebo samotným pĺnoletým žiakom. V prípade voľných kapacít je možné uchádzať sa o ubytovanie aj počas školského roka.

Ubytovacia kapacita internátu je 528 miest. V budove sa nachádza 132 izieb, 12 študovní, 9 spoločenských miestností, 2 kuchynky, multifunkčná počítačová miestnosť s pripojením na

internet, ako aj miestnosti na biliard a stolný tenis, 2 posilňovne a knižnica s čítárňou. Súčasťou areálu je aj športovisko.

Izby sú spravidla štvorlôžkové a vybavené písacími stolmi a stoličkami. Každý žiak má k dispozícii vlastnú uzamykateľnú skriňu na osobné veci. Sociálne zariadenia sú spoločné, oddelené podľa pohlavia a situované na jednotlivých chodbách.

Stravovanie žiakov aj zamestnancov zabezpečuje vlastná školská jedáleň priamo v internáte. Žiaci majú zabezpečenú celodennú stravu a jedálny lístok je zostavený v súlade so zásadami zdravej výživy.

Výška mesačného príspevku na čiastočnú úhradu nákladov spojených s ubytovaním a stravovaním v školskom internáte je stanovená všeobecne záväzným nariadením jeho zriaďovateľa. Konkrétna suma je každoročne uvedená v rozhodnutí riaditeľa internátu pre daný školský rok.

Výchovný program internátu zdôrazňuje aj význam spolupráce medzi vychovávateľmi, školou, rodinou a ďalšími partnermi vo výchovno-vzdelávacom procese. Jeho realizácia má prispieť k vytváraniu podnetného, bezpečného a motivujúceho prostredia pre všetkých žiakov internátu.

3. CIELE A POSLANIE VÝCHOVY

3.1 Poslanie školského internátu

Poslaním školského internátu je vytvárať bezpečné, podnetné a inkluzívne výchovno-vzdelávacie prostredie pre žiakov a žiačky rôznych stredných škôl, ktoré podporuje ich komplexný osobnostný, sociálny a hodnotový rozvoj.

Zamestnanci aj žiaci sú nositeľmi hodnôt internátu – svojím správaním, rozhodnutiami a postojmi prispievajú k tomu, aby bol internát miestom dôvery, profesionality, tvorivosti a rešpektu, kde sa každý učí byť zodpovedným, empatickým a kompetentným človekom.

Identita internátu sa formuje prostredníctvom správania a postojov všetkých jeho členov. Neoddeliteľnou súčasťou každodenného fungovania je aktívna spolupráca a otvorená komunikácia, založená na schopnosti počúvať, konštruktívne diskutovať a rešpektovať názory druhých.

Školský internát poskytuje nielen ubytovanie, ale aj systematickú výchovnú starostlivosť zameranú na rozvoj samostatnosti, zodpovednosti, sebadisciplíny a schopnosti fungovať v rôznorodom kolektíve. Dôraz sa kladie na podporu študijnej prípravy, rozvoj kľúčových kompetencií pre život a budúce povolanie, ako aj na zmysluplné trávenie voľného času v oblasti športu, kultúry, techniky a osobnostného rastu. Výchovno-vzdelávací proces obohacujeme objavovaním pamätihodností a kultúry mesta i blízkeho regiónu. Individuálne záujmy žiakov rozvíjame prostredníctvom pestrej záujmovej činnosti s cieľom umožniť každému zmysluplne tráviť voľný čas podľa vlastných potrieb.

Internát má silný potenciál stať sa moderným a atraktívnym výchovným zariadením v regióne vďaka svojej polohe, kapacite a prepojeniu na odborné vzdelávanie.

Kľúčovou výzvou je modernizácia, systematický rozvoj výchovného programu a efektívne zvládanie rôznorodého kolektívu žiakov z viacerých škôl.

Dlhodobou ambíciou je budovať **internát ako moderné centrum študentského života v Prešove**, ktoré prepája rôzne školy, podporuje spoluprácu medzi mladými ľuďmi a vytvára podmienky pre ich úspešné uplatnenie v osobnom aj profesijnom živote.

3.2 Vízia školského internátu

Víziou školského internátu je byť moderným, otvoreným a rešpektujúcim výchovno-vzdelávacím prostredím, ktoré spája žiakov rôznych stredných škôl a vytvára komunitu založenú na spolupráci, dôvere a vzájomnom rešpekte.

Našou víziou je vytvoriť internát, ktorý nie je len miestom ubytovania, ale plnohodnotným priestorom pre osobnostný rast, rozvoj kompetencií a prípravu na budúci život a pracovné uplatnenie v 21. storočí.

Našou ambíciou je, aby školský internát bol:

- **komunitným priestorom založeným na rešpekte, spolupráci a dôvere**, kde sa žiaci učia žiť v rôznorodom kolektíve chlapcov a dievčat z rôznych stredných škôl,
- **moderným výchovným prostredím**, ktoré prepája vzdelávanie, technické myslenie, digitálne zručnosti a praktický život,
- **podporujúcim a inkluzívnym prostredím**, v ktorom má každý žiak možnosť rozvíjať svoj potenciál bez ohľadu na školu, odbor či východiskovú úroveň,
- **miestom osobnostného rozvoja**, kde sa systematicky rozvíja sebaopoznanie, zodpovednosť, samostatnosť a schopnosť spolupracovať,
- **priestorom pre zdravý životný štýl a wellbeing**, ktorý podporuje fyzické aj duševné zdravie žiakov a vytvára rovnováhu medzi štúdiom, oddychom a voľnočasovými aktivitami.

3.3 Ciele školského internátu

3.3.1 Inštitucionálne ciele

Školský internát sa profiluje ako moderné výchovno-vzdelávacie zariadenie poskytujúce bezpečné, podnetné a inkluzívne prostredie pre komplexný rozvoj žiakov stredných škôl. Cieľom je vytvárať podmienky pre harmonický rozvoj osobnosti žiaka, podporovať jeho samostatnosť, zodpovednosť a pripravenosť na aktívny život v spoločnosti.

Internát smeruje k budovaniu komunity založenej na vzájomnom rešpekte, spolupráci a otvorenej komunikácii, pričom dôraz kladie na podporu individuality žiaka, jeho identity a subjektívnej pohody.

Cieľom je zabezpečiť rovnováhu medzi študijnými povinnosťami, osobnostným rozvojom a kvalitným trávením voľného času, pričom sa kladie dôraz na praktickú využiteľnosť získaných

zručností v technickej aj bežnej životnej praxi.

3.3.2 Programové ciele

Program sa vyznačuje prepojením vzdelávacej, výchovnej a záujmovej činnosti s dôrazom na praktickú využiteľnosť získaných zručností v každodennom živote.

Výchovno-vzdelávací program školského internátu je zameraný na:

- systematickú podporu prípravy žiakov na vyučovanie s dôrazom na individuálny prístup,
- rozvoj samostatnosti, sebvzdelávania a aktívneho prístupu k učeniu,
- podporu talentu, tvorivosti a špecifických schopností žiakov,
- rozvoj interpersonálnych zručností (komunikácia, spolupráca, riešenie problémov),
- rozvoj digitálnych kompetencií vrátane kritického myslenia a bezpečnosti v online prostredí,
- zmysluplné a vyvážené trávenie voľného času prostredníctvom kultúrnych, športových a záujmových aktivít,
- vytváranie inkluzívneho prostredia rešpektujúceho individuálne potreby žiakov.

3.3.3 Strategické ciele na obdobie 4 rokov

Cieľ 1: Zvyšovanie študijnej úspešnosti žiakov

Zlepšiť študijné výsledky žiakov a znížiť podiel neprospievajúcich minimálne o 20 % do roku 2029 prostredníctvom systematickej prípravy na vyučovanie, individuálnych konzultácií a podporných vzdelávacích aktivít.

Zodpovednosť: vedúci vychovávateľ, vychovávateľia.

Cieľ 2: Rozvoj osobnostných a sociálnych kompetencií

Zabezpečiť, aby sa do aktivít zameraných na rozvoj soft skills (komunikácia, spolupráca, riešenie problémov) priebežne počas celého obdobia programu zapojilo minimálne 80% žiakov.

Zodpovednosť: vychovávateľia.

Cieľ 3: Podpora duševného zdravia a wellbeing

Dosiahnuť minimálnu úroveň spokojnosti žiakov 85 % (na základe pravidelných dotazníkov) do roku 2029 prostredníctvom vytvárania bezpečného prostredia a realizácie relaxačných a podporných aktivít.

Zodpovednosť: vedenie internátu, vychovávateľa.

Cieľ 4: Rozvoj digitálnych kompetencií

Zabezpečiť, aby všetci žiaci absolvovali do roku 2028 aktivity zamerané na rozvoj digitálnej gramotnosti, kritického myslenia a bezpečnosti v online prostredí.

Zodpovednosť: koordinátor digitálneho vzdelávania, vychovávateľa.

Cieľ 5: Zvýšenie atraktivity školského internátu

Zvýšiť záujem o ubytovanie v školskom internáte do roku 2029 minimálne o 15 % prostredníctvom prezentácie aktivít, spolupráce so školami a skvalitňovania poskytovaných služieb.

Zodpovednosť: vedenie internátu.

4. FORMY VÝCHOVY A VZDELÁVANIA

Výchova a vzdelávanie sa uskutočňuje dennou formou. V školskom internáte je organizácia výchovy a vzdelávania v súlade s § 54 zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov zabezpečená **týždennou formou**.

Žiaci ubytovaní v školskom internáte spravidla prichádzajú v nedeľu v popoludňajších hodinách. Počas týždňa sú ubytovaní v školskom internáte, kde majú vytvorené podmienky na prípravu na vyučovanie a aj oddych. V piatok, po ukončení vyučovania na príslušných stredných školách, sú žiaci povinní opustiť internát a odchádzajú do miesta trvalého bydliska, pokiaľ nie je stanovené inak.

Žiakom z Ukrajiny je umožnené zotrvať v školskom internáte aj počas víkendov a krátkodobých sviatkov. Počas tohto obdobia je zabezpečený pedagogický dozor prostredníctvom príslušného vychovávateľa, ktorý dohliada na bezpečnosť a organizáciu voľnočasových aktivít žiakov v súlade s platnými predpismi.

Základnou organizačnou formou výchovy a vzdelávania je individuálna alebo skupinová výchovno-vzdelávacia aktivita vo výchovnej skupine a hromadná výchovno-vzdelávacia aktivita v školskom internáte. Vo výchovno-vzdelávacom procese uplatňujeme najmä zážitkové, aktivizujúce a motivačné metódy a formy práce. Podporujeme motiváciu, vlastnú aktivitu a kreativitu žiaka. Aktivity realizujeme v súlade s plánom realizácie výchovno-vzdelávacích aktivít v školskom internáte na príslušný školský rok.

5. VÝCHOVNÝ JAZYK

Výchovným jazykom v školskom internáte je jazyk Slovenskej republiky – slovenský jazyk.

6. TEMATICKÉ OBLASTI VÝCHOVY

Tematické oblasti výchovy reprezentujú výchovno-vzdelávaciu a záujmovú činnosť v školskom internáte. Charakteristika a ciele tematických oblastí výchovy boli adaptované vo vzťahu k požiadavkám 21. storočia, záujmom a potrebám súčasných žiakov, ako aj trendom vo svete vzdelávania (digitalizácia, informatizácia, inklúzia, diferenciacia, individualizácia...).

Vzdelávanie prebieha v nasledujúcich tematických oblastiach:

1. Komunikácia a práca s informáciami.
2. Sebarozvoj a svet práce.
3. Zdravie a subjektívna pohoda.
4. Spoločnosť a príroda.
5. Kultúra a umenie.
6. Rodina a partnerské spolužitie.

Kľúčové kompetencie a osobnosť žiaka budeme rozvíjať prostredníctvom realizácie špecifických cieľov v jednotlivých oblastiach výchovy. Ich napĺňanie zabezpečíme prostredníctvom čiastkových, konkrétnejších cieľov v jednotlivých výchovných oblastiach, prípadne ich súbežným realizovaním vo viacerých oblastiach. Konkrétne ciele sú stanovené v pláne výchovno-vzdelávacej činnosti na príslušný školský rok.

6.1 Cieľové zameranie tematických oblastí výchovy

6.1.1 Ciele tematickej oblasti výchovy: Komunikácia a práca s informáciami

Ciele sú zamerané na rozvoj komunikačných, informačných a digitálnych kompetencií žiakov s dôrazom na praktické využitie v každodennom živote, štúdiu aj budúcom pracovnom uplatnení. Sú formulované tak, aby boli merateľné, kontrolovateľné a dosiahnuteľné v podmienkach školského internátu.

- **Rozvoj komunikačných zručností**

Rozvíjať schopnosť žiakov efektívne komunikovať v ústnej aj písomnej forme tak, aby minimálne

80 % žiakov dokázalo aktívne počúvať, primerane reagovať a jasne formulovať vlastné myšlienky v bežných aj problémových situáciách do konca sledovaného obdobia.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, modelové situácie, tréning komunikácie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Zvládanie konfliktov a asertívne správanie**

Zvýšiť schopnosť žiakov riešiť konflikty konštruktívnym spôsobom tak, aby aspoň 75 % žiakov do 4 rokov využívalo prvky asertívnej komunikácie a rešpektujúceho dialógu.

Spôsob dosiahnutia: situačné hry, nácvik konfliktových situácií, reflexia správania.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj prezentačných zručností**

Zabezpečiť, aby minimálne 70 % žiakov vedelo pripraviť a prezentovať jednoduchý výstup (ústny alebo digitálny) na zvolenú tému do konca programu.

Spôsob dosiahnutia: prezentácie, projekty, spätná väzba.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Kritické myslenie a práca s informáciami**

Rozvíjať schopnosť žiakov analyzovať a hodnotiť informácie tak, aby minimálne 80 % žiakov dokázalo do 4 rokov rozlíšiť fakty, názory a dezinformácie (hoaxy) a vedelo overiť ich pravdivosť.

Spôsob dosiahnutia: práca s textom, analýza mediálnych obsahov, diskusie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Digitálna gramotnosť a bezpečnosť online**

Zabezpečiť, aby si všetci žiaci do 3 rokov osvojili základné kompetencie v oblasti digitálnej komunikácie, budovania digitálnej stopy a bezpečného správania na internete.

Spôsob dosiahnutia: praktické aktivity, využívanie digitálnych nástrojov, edukačné workshopy.

Zodpovednosť: vychovávatelia, koordinátor digitálneho vzdelávania.

- **Rozvoj čitateľskej a informačnej gramotnosti**

Zvýšiť úroveň porozumenia textu a práce s informáciami tak, aby minimálne 75 % žiakov dokázalo efektívne vyhľadávať, spracovať a interpretovať informácie z rôznych zdrojov do konca programu.

Spôsob dosiahnutia: práca s odbornými textami, úlohy na porozumenie, diskusie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj schopnosti riešiť problémy**

Rozvíjať schopnosť žiakov samostatne identifikovať a riešiť problémy tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do 4 rokov navrhnúť riešenie konkrétnej situácie a obhájiť ho argumentmi.

Spôsob dosiahnutia: problémové úlohy, projektové aktivity, skupinová práca.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

6.1.2 Ciele tematickej oblasti výchovy: Sebarozvoj a svet práce

Ciele sú zamerané na podporu sebapoznania, rozvoj osobnosti a prípravu žiakov na uplatnenie v meniacom sa svete práce. Dôraz sa kladie na praktické zručnosti, samostatnosť a schopnosť adaptácie na nové výzvy.

- **Sebapoznávanie a osobnostný rozvoj**

Rozvíjať schopnosť žiakov reflektovať svoje silné a slabé stránky tak, aby minimálne 80 % žiakov vedelo do konca sledovaného obdobia pomenovať svoje schopnosti, záujmy a osobné ciele.

Spôsob dosiahnutia: sebahodnotiace aktivity, rozhovory, individuálne plány rozvoja.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Budovanie sebadôvery a osobnej identity**

Podporiť zdravé sebavedomie žiakov tak, aby minimálne 75 % z nich do 4 rokov dokázalo primerane prezentovať svoje názory, postoje a ambície v rôznych situáciách.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, prezentačné aktivity, spätná väzba.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Time manažment a sebadisciplína**

Zlepšiť schopnosť žiakov efektívne organizovať svoj čas tak, aby minimálne 70 % z nich vedelo plánovať svoje študijné a voľnočasové aktivity a dodržiavať stanovené ciele do 4 rokov.

Spôsob dosiahnutia: tvorba osobných plánov, vedenie denníkov, pravidelné hodnotenie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj pracovných a kariérnych kompetencií**

Zvýšiť pripravenosť žiakov na budúce povolanie tak, aby minimálne 80 % žiakov získalo do konca programu základný prehľad o možnostiach uplatnenia v odbore a vedelo identifikovať svoje kariérne smerovanie.

Spôsob dosiahnutia: besedy, kariérne poradenstvo, spolupráca s praxou.

Zodpovednosť: vychovávatelia, vedenie internátu.

- **Rozvoj soft skills**

Zabezpečiť, aby sa minimálne 80 % žiakov počas celého obdobia zapojilo do aktivít zameraných na rozvoj tímovej spolupráce, komunikácie, empatie a tvorivého myslenia.

Spôsob dosiahnutia: skupinové aktivity, projektová práca, zážitkové učenie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj rozhodovacích a problémových zručností**

Rozvíjať schopnosť žiakov samostatne sa rozhodovať a niesť zodpovednosť za svoje rozhodnutia tak, aby minimálne 70 % z nich dokázalo do 4 rokov analyzovať situáciu a zvoliť vhodné riešenie.

Spôsob dosiahnutia: modelové situácie, diskusie, riešenie problémových úloh.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Schopnosť prezentovať seba („osobná značka“)**

Rozvíjať schopnosť žiakov prezentovať svoje schopnosti a potenciál tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do konca vzdelávacieho programu vytvoriť jednoduchý osobný profil (napr. CV, prezentácia).

Spôsob dosiahnutia: praktické aktivity, tvorba profilov, tréning prezentácie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Orientácia vo svete práce a vplyv digitalizácie**

Zvýšiť informovanosť žiakov o trendoch na trhu práce (nové profesie, digitalizácia) tak, aby minimálne 80 % z nich vedelo do 4 rokov pomenovať aktuálne požiadavky trhu práce.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, multimediálne zdroje, stretnutia s odborníkmi.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

6.1.3 Ciele tematickej oblasti výchovy: Zdravie a subjektívna pohoda

Ciele sú zamerané na podporu fyzického a duševného zdravia žiakov, rozvoj ich subjektívnej pohody a vytváranie podmienok pre spokojný, vyvážený a zmysluplný život. Dôraz sa kladie na prevenciu, sebaopoznanie a praktické návyky využiteľné v každodennom živote.

- **Podpora fyzického zdravia a pohybovej aktivity**

Zvýšiť pravidelnú pohybovú aktivitu žiakov tak, aby minimálne 75 % žiakov do konca

sledovaného obdobia vykonávalo pohybovú aktivitu aspoň 2–3-krát týždenne.

Spôsob dosiahnutia: organizovanie športových aktivít, turnajov a voľnočasových pohybových činností.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj zdravého životného štýlu a režimu dňa**

Zlepšiť návyky žiakov v oblasti životosprávy tak, aby minimálne 70 % z nich dokázalo do 4 rokov dodržiavať základné princípy zdravého režimu dňa (spánok, strava, oddych).

Spôsob dosiahnutia: edukácia, diskusie, vedenie k pravidelnosti denných činností.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Podpora duševného zdravia a zvládania zátáže**

Rozvíjať schopnosť žiakov zvládať stres a záťažové situácie tak, aby minimálne 80 % z nich do konca programu poznalo a využívalo aspoň jednu techniku zvládania stresu.

Spôsob dosiahnutia: relaxačné cvičenia, rozhovory, preventívne aktivity.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj subjektívnej pohody (wellbeing)**

Dosiahnuť minimálnu úroveň spokojnosti žiakov 85 % (meranú dotazníkom) do 4 rokov vytváraním bezpečného, podporného a nestresujúceho prostredia.

Spôsob dosiahnutia: budovanie pozitívnej klímy, podpora vzťahov, individuálny prístup.

Zodpovednosť: vedenie internátu, vychovávatelia.

- **Sebareflexia a uvedomenie si vlastných potrieb**

Rozvíjať schopnosť žiakov identifikovať zdroje svojej spokojnosti a nespokojnosti tak, aby minimálne 70 % z nich dokázalo do konca programu pomenovať, čo prispieva k ich pocitu šťastia a pohody.

Spôsob dosiahnutia: reflexívne aktivity, diskusie, individuálne rozhovory.

Zodpovednosť: vychovávatelia

- **Rovnováha medzi reálnym a virtuálnym svetom**

Podporiť zodpovedné využívanie digitálnych technológií tak, aby minimálne 75 % z nich dokázalo do 4 rokov regulovať čas strávený v online prostredí a uprednostňovať reálne sociálne interakcie.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, osvetové aktivity, podpora offline činností.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Posilňovanie pozitívnych vzťahov a pocitu spolupatričnosti**

Zvýšiť mieru pozitívnych vzťahov medzi žiakmi tak, aby minimálne 80 % žiakov do konca sledovaného obdobia vnímalo internát ako bezpečné a podporné prostredie.

Spôsob dosiahnutia: komunitné aktivity, skupinové činnosti, podpora spolupráce.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Podpora motivácie a životnej spokojnosti**

Rozvíjať vnútornú motiváciu žiakov tak, aby minimálne 70 % žiakov do 4 rokov vedelo formulovať svoje osobné ciele a aktívne pracovalo na ich napĺňaní.

Spôsob dosiahnutia: motivačné aktivity, plánovanie cieľov, spätná väzba.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

6.1.4 Ciele tematickej oblasti výchovy: Spoločnosť a príroda

Ciele sú zamerané na rozvoj občianskej zodpovednosti, sociálnych kompetencií a environmentálneho povedomia žiakov. Dôraz sa kladie na hodnoty demokracie, rešpektu, inklúzie a aktívneho prístupu k ochrane životného prostredia a spoločnosti.

- **Rozvoj občianskeho povedomia a hodnôt demokracie**

Rozvíjať u žiakov povedomie o princípoch demokracie, slobody a zodpovednosti tak, aby minimálne 80 % žiakov vedelo do konca programu vysvetliť základné práva a povinnosti občana.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, tematické aktivity, modelové situácie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rešpektovanie ľudských práv a inklúzia**

Podporiť rešpekt k ľudským právam a inkluzívny prístup tak, aby minimálne 80 % z nich do 4 rokov preukazovalo tolerantné správanie voči rôznorodým skupinám.

Spôsob dosiahnutia: zážitkové učenie, diskusie, práca v skupinách.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj sociálnych a medziľudských vzťahov**

Zlepšiť kvalitu medziľudských vzťahov tak, aby minimálne 75 % žiakov vedelo do konca programu uplatňovať princípy rešpektu, spolupráce a konštruktívneho dialógu.

Spôsob dosiahnutia: skupinové aktivity, riešenie konfliktov, komunitné činnosti.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Schopnosť riešiť konflikty a dosahovať konsenzus**

Rozvíjať schopnosť žiakov riešiť konflikty a hľadať kompromisy tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do 4 rokov navrhnúť riešenie konfliktnej situácie.

Spôsob dosiahnutia: modelové situácie, diskusie, nácvik vyjednávania.

Zodpovednosť: vychovávateľa.

- **Environmentálne povedomie a zodpovedné správanie**

Zvýšiť environmentálne povedomie žiakov tak, aby minimálne 80 % z nich do konca programu uplatňovalo zásady ekologického správania (napr. triedenie odpadu, šetrenie zdrojov).

Spôsob dosiahnutia: praktické aktivity, projekty, osвета.

Zodpovednosť: vychovávateľa

- **Pochopenie princípov trvalo udržateľného rozvoja**

Rozvíjať schopnosť žiakov chápať súvislosti medzi ľudskou činnosťou a životným prostredím tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do 4 rokov vysvetliť základné princípy trvalo udržateľného rozvoja.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, projektové vyučovanie, práca s informáciami.

Zodpovednosť: vychovávateľa.

- **Orientácia v globálnych problémoch spoločnosti**

Zvýšiť informovanosť žiakov o globálnych problémoch (napr. klimatická zmena, chudoba, migrácia) tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do konca programu pomenovať ich príčiny a dôsledky.

Spôsob dosiahnutia: multimediálne zdroje, diskusie, projekty.

Zodpovednosť: vychovávateľa.

- **Rozvoj aktívneho prístupu k spoločnosti a komunite**

Podporiť zapojenie žiakov do komunitných a prospešných aktivít tak, aby minimálne 60 % žiakov počas sledovaného obdobia participovalo na dobrovoľníckych alebo komunitných aktivitách.

Spôsob dosiahnutia: organizovanie podujatí, dobrovoľníctvo, spolupráca s komunitou.

Zodpovednosť: vychovávateľa, vedenie internátu.

6.1.5 Ciele tematickej oblasti výchovy: Kultúra a umenie

Ciele sú zamerané na rozvoj kultúrneho povedomia, tvorivosti a estetického cítenia žiakov. Dôraz sa kladie na poznávanie vlastnej kultúry, rešpektovanie rozmanitosti a aktívne zapájanie sa do

kultúrneho a umeleckého života.

- **Poznávanie kultúrneho dedičstva a tradícií**

Rozvíjať u žiakov povedomie o kultúrnom dedičstve Slovenska tak, aby minimálne 80 % žiakov vedelo do konca programu identifikovať vybrané tradície, zvyky a ich význam.

Spôsob dosiahnutia: tematické aktivity, kultúrne podujatia, diskusie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Posilňovanie národnej identity a vzťahu ku krajine**

Podporiť u žiakov pozitívny vzťah k Slovensku tak, aby minimálne 75 % z nich do 4 rokov preukazovalo základné povedomie o kultúrnych a historických hodnotách krajiny.

Spôsob dosiahnutia: besedy, projekty, poznávacie aktivity.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rešpektovanie kultúrnej rozmanitosti**

Rozvíjať tolerantný prístup k rôznym kultúram, náboženstvám a národnostným menšinám tak, aby minimálne 80 % žiakov prejavovalo do konca programu rešpekt a otvorenosť voči odlišnostiam.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, multikultúrne aktivity, zážitkové učenie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj vzťahu k umeniu**

Podporiť aktívny záujem o umenie tak, aby sa minimálne 70 % žiakov počas školského roka zúčastnilo alebo zapojilo do kultúrno-umeleckej aktivity (napr. výstava, koncert, predstavenie).

Spôsob dosiahnutia: organizovanie podujatí, návštevy kultúrnych inštitúcií.

Zodpovednosť: vychovávatelia

- **Podpora tvorivosti a sebavyjadrenia**

Rozvíjať tvorivé schopnosti žiakov tak, aby minimálne 70 % žiakov vytvorilo do konca programu vlastný umelecký výstup (výtvarný, hudobný, literárny alebo dramatický).

Spôsob dosiahnutia: tvorivé dielne, projekty, súťaže.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj estetického cítenia a kultúrneho správania**

Podporiť estetické vnímanie a kultivované správanie žiakov tak, aby minimálne 75 % z nich do 4 rokov preukazovalo kultúrne správanie na verejných podujatiach.

Spôsob dosiahnutia: výchovné pôsobenie, praktické skúsenosti, reflexia.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Pochopenie významu umenia v živote človeka**

Rozvíjať schopnosť žiakov chápať význam umenia pre osobnostný rozvoj tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do konca programu vyjadriť, aký význam má umenie v ich živote.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, reflexívne aktivity, prezentácie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

6.1.6 Ciele tematickej oblasti výchovy: Rodina a partnerské spolužitie

Ciele sú zamerané na formovanie zodpovedného prístupu k vzťahom, rodine a partnerskému spolužitiu, rozvoj hodnotovej orientácie a prevenciu rizikového správania. Dôraz sa kladie na rešpekt, bezpečnosť, informovanosť a schopnosť žiakov robiť zodpovedné rozhodnutia.

- **Uvedomenie si hodnoty rodiny a vzťahov**

Rozvíjať u žiakov pozitívny postoj k rodine a medziľudským vzťahom tak, aby minimálne 80 % žiakov vedelo do konca programu pomenovať význam rodiny a kvalitatívnych vzťahov pre osobný život.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, reflexie, tematické aktivity.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Budovanie zdravých partnerských a priateľských vzťahov**

Podporiť schopnosť žiakov vytvárať zdravé vzťahy založené na dôvere, rešpekte a komunikácii tak, aby minimálne 75 % žiakov vedelo do 4 rokov identifikovať znaky zdravého a nezdravého vzťahu.

Spôsob dosiahnutia: modelové situácie, skupinové aktivity, diskusie.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Rozvoj rešpektu k intimitě, súhlasu a telesnej integrite**

Zvýšiť povedomie žiakov o význame súhlasu a osobných hraníc tak, aby minimálne 85 % z nich do konca programu rozumelo princípom rešpektu v intímnych vzťahoch a vedelo ich uplatniť v modelových situáciách.

Spôsob dosiahnutia: edukácia, diskusie, situačné hry.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Prevenca rizikového správania v oblasti sexuality**

Zabezpečiť, aby minimálne 80 % žiakov malo do 4 rokov základné informácie o sexuálne prenosných infekciách, možnostiach ochrany a zodpovednom správaní.

Spôsob dosiahnutia: odborné prednášky, preventívne programy, práca s informáciami.

Zodpovednosť: vychovávatelia, externí odborníci.

- **Rozvoj zdravého sebaobrazu a starostlivosti o telo**

Podporiť pozitívny vzťah žiakov k vlastnému telu tak, aby minimálne 75 % žiakov preukazovalo do konca programu primerané sebahodnotenie a rešpekt k vlastnému zdraviu.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, reflexívne aktivity, podpora sebaaprijatia.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Kritické hodnotenie vplyvu médií na vzťahy a sexualitu**

Rozvíjať schopnosť žiakov kriticky posudzovať mediálne obsahy tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do 4 rokov identifikovať nevhodné alebo skreslené zobrazenie vzťahov a sexuality.

Spôsob dosiahnutia: analýza médií, diskusie, práca s príkladmi.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

- **Prevenca sexuálneho násillia a podpora bezpečnosti**

Zvýšiť informovanosť žiakov o formách sexuálneho násillia a možnostiach ochrany tak, aby minimálne 85 % žiakov vedelo do konca programu rozpoznať rizikové situácie a vedelo, na koho sa obrátiť o pomoc.

Spôsob dosiahnutia: preventívne aktivity, spolupráca s odborníkmi, modelové situácie.

Zodpovednosť: vychovávatelia, vedenie internátu.

- **Vplyv rovesníckych skupín na správanie vo vzťahoch**

Rozvíjať schopnosť žiakov odolávať negatívnejmu tlaku rovesníkov tak, aby minimálne 70 % žiakov vedelo do 4 rokov samostatne a zodpovedne rozhodovať v oblasti vzťahov.

Spôsob dosiahnutia: diskusie, situačné hry, tréning asertivity.

Zodpovednosť: vychovávatelia.

7. ZÁVER

Školský internát pri SPŠ strojníckej v Prešove nie je len miestom ubytovania, ale predovšetkým životným priestorom, v ktorom mladí ľudia trávajú podstatnú časť svojho každodenného života, učia sa samostatnosti a formujú svoje postoje, hodnoty a vzťahy.

V prostredí internátu sa stretávajú žiaci a žiačky rôznych stredných škôl s rozličnými záujmami, skúsenosťami a životnými príbehmi. Táto rozmanitosť vytvára prirodzený priestor na učenie sa spolužitiu, rešpektu a tolerancii. Internát tak plní dôležitú úlohu nielen vo vzdelávaní, ale aj v príprave na reálny život, v ktorom je schopnosť spolupracovať, komunikovať a prijímať druhých kľúčová.

Výchovný program je nastavený tak, aby reagoval na potreby dnešných mladých ľudí. Prepája podporu študijnej prípravy s rozvojom osobnosti, digitálnych zručností, kritického myslenia a schopnosti orientovať sa v rýchlo sa meniacom svete. Zároveň vytvára priestor na oddych, záujmy a budovanie vzťahov, pretože rovnováha medzi výkonom a pohodou je základom zdravého vývinu.

Dôležitým aspektom je dôraz na wellbeing, teda na to, aby sa žiaci cítili bezpečne, prijato a mali možnosť rozvíjať sa bez zbytočného tlaku a stresu. Internát sa usiluje byť miestom, kde má každý svoje miesto, kde môže byť sám sebou a zároveň rásť v kontakte s ostatnými.

Do budúcnosti je ambíciou internátu neustále zvyšovať kvalitu svojho pôsobenia, reagovať na nové výzvy a prinášať moderné prístupy do výchovy a vzdelávania. Cieľom je vytvárať prostredie, ktoré bude pre žiakov nielen funkčné, ale aj inšpiratívne.

Internát tak nie je len zázemím pre štúdium, ale aj priestorom, kde sa mladý človek učí žiť – preberať zodpovednosť, budovať vzťahy, poznávať seba samého a pripravovať sa na svoju budúcnosť.