

PRÍRUČKA

PRE ŠKOLSKÉ PARLAMENTY

na základných školách

AKO ZALOŽIŤ ŠKOLSKÝ PARLAMENT

a meniť školu k lepšiemu

Máš nápad?
Pod' ho
zmeniť na
skutočnosť!

Ukážeme ti,
ako na to -
krok za
krokom.



PRE ŽIAKOV

od žiakov,
pre žiakov



PLNÁ NÁPADOV

inšpirácia, tipy
a príklady



JEDNODUCHÁ A ZROZUMITEĽNÁ

jasne a krok
za krokom

- ★ Tvoj hlas má význam.
- ♥ Tvoja škola sa môže meniť.
- ✓ Začni práve teraz.



SPOLU TVORÍME ŠKOLU, KDE JE MIESTO PRE KAŽDÉHO

AHOJ!

SME NÁPADKO A HLÁSKA

A budeme vás sprevádzať celou touto príručkou!



NÁPADKO

Som plný nápadov a fantázie!

Rád vymýšlam nové veci, kladiem otázky a hľadám spôsoby, ako veci zlepšiť.

HLÁSKA

Som zvedavá a rada počúvam!

Pomáham rozumieť druhým, spájam ľudí a pripomínam, že každý hlas je dôležitý.

POČAS PRÍRUČKY VÁM POMŮŽEME:



rozumieť dôležitým témam,



nájsť skvelé nápady a riešenia,



komunikovať a počúvať iných,



spolupracovať a tvoriť zmenu,



meniť školu k lepšiemu!

Príručka je o tebe, o nás a o tom, čo dokážeme spolu.

SI PRIPRAVENÝ/Á?

TAK POĎME NA TO!



OBSAH



1 Úvod **4**



2 Kto je školský parlament **5**



3 Ako založiť školský parlament **6**



4 Zapojiť všetkých **7**



5 Ako fungujú stretnutia **8**



6 Nápady a projekty **9**



7 Komunikácia **10**



8 Riešenie problémov a konfliktov **11**



9 Umenie počúvať **12**



10 Štruktúra parlamentu **13**



11 Obsah parlamentu **14**



12 Štatút parlamentu **15**



13 Pravidlá parlamentu **16**



14 Ako robiť zápisnicu **17**



15 Prvý nápad na projekt **18**



16 Záver **19**



ÚVOD

DO PRÍRUČKY



Spolu objavíme, ako môžeš aj ty
meniť veci vo svojej škole
k lepšiemu!



1. PREČO TÁTO PRÍRUČKA?

Príručka vznikla, aby pomohla žiakom
pochopiť, čo je školský parlament
a prečo má zmysel.

Ukazuje cestu, cez ktorú môžu
aj žiaci meniť veci vo svojej škole.



2. PRE KOHO JE TÁTO PRÍRUČKA?

Je pre všetkých žiakov základnej školy –
pre tých, ktorí snívajú o parlamente,
pre tých, ktorí už v parlamente sú,
aj pre tých, ktorí sa chcú zapojiť
alebo zistiť viac informácií.



3. ČO MI PONÚKNE?

Možnosť dozvedieť sa čo školský parlament,
ako funguje, ako vzniká a čo všetko môže robiť.
Nájdeš tu aj nápady, ako sa zapojiť a pomôcť
zlepšiť školu, rozvíjať svoje zručnosti
aj postoje.



**TVOJ HLAS MÁ VÝZNAM.
TVOJA ŠKOLA SA MÔŽE MENIŤ.**



KAPITOLA 1

AHOJ! VITAJ V PARLAMENTE



Ahoj!
Som Nápadko.



Ahoj!
Som Hláska.

Spoločne ti
ukážeme, kto je
školský parlament.

1. KTO JE ŠKOLSKÝ PARLAMENT?



Je to skupina
žiakov z celej školy.
Každý člen je
dôležitý a spolu
tvoríme náš hlas
v škole.

Naša škola
Naše nápady
Naše zmeny

2. PREČO EXISTUJE?



Aby mal každý žiak
možnosť povedať,
čo si myslí.

A aby sme spolu
tvorili lepšiu
školu.

3. KTO JE V PARLAMENTE?



Sú tam zástupcovia
tried z každého
ročníka.

A každý člen
je dôležitý!

4. ČO TAM ROBIEME?



Vymýšľame nápady.

Diskutujeme.

Plánujeme projekty.

Spolu napredujeme.

5. PREČO SA ZAPOJIŤ?



Lebo môžeš
niečo zmeniť.

Lebo sa naučíš
veľa nového.

Máš slovo

Získaš nových kamarátov

Rozvíjaš sa

Pomáhaš škole

A NAJLEPŠIE NA TOM JE...



Že to robíme
spolu!

Školský parlament je o nápadoch, spolupráci a zmene.
Aj ty v tom môžeš mať svoje miesto!

POĎME NA TO!

KAPITOLA 2

AKO ZALOŽIŤ PARLAMENT

Podme si ukázať, ako vznikne školský parlament!

Je to jednoduchšie, než si myslíš!

NÁŠ CIEL:
LEPŠIA ŠKOLA
PRE VŠETKYCH!

1. ZAČINA TO NÁPADOM

Všimli sme si niečo, čo by sme chceli v škole zmeniť?

Máme nápady a chuť niečo zmeniť!

Každá zmena začína nápadom. Dôležité je chcieť niečo zlepšiť.

2. NÁJDETE SA (TÍM)

Nájďme spolužiakov, ktorým na škole záleží!

Spolu to dokážeme!

Vytvorte tím – nemusí vás byť veľa, dôležité je, aby ste si dôverovali.

3. NÁJDETE DOSPELÉHO (KOORDINÁTORA)

Potrebujeme dospelého, ktorý nás podporí a pomôže nám na začiatku.

Rada vás budem sprevádzať!

Koordinátor nie je šéf. Je partner, ktorý vám pomôže ísť správnym smerom.

4. POVEDZTE TO ŠKOLE

Povedzme ostatným žiakom a učiteľom, čo chceme robiť a prečo.

CHCEME ŠKOLSKÝ PARLAMENT!

- PREČO?
- NÁPADY
- SPOLUPRÁCA
- LEPŠIA ŠKOLA

Vysvetlíme im, prečo je to dôležité!

Informujte školu – spolužiakov, učiteľov, vedenie školy. Získajte ich podporu.

5. VOĽBY

Trieda alebo škola si zvolí zástupcov.

Voľby by mali byť férové a spravodlivé.

Zástupcovia môžu byť za triedu alebo z celej školy.

6. PRVÉ STRETNUTIE

Stretneme sa prvýkrát a dohodneme sa, ako budeme ďalej pracovať.

NÁŠ PLÁN:

- PRAVIDLÁ
- NÁPADY
- ÚLOHY
- ĎALŠIE STRETNUTIA

Na prvom stretnutí sa spoznajte, nastavte si pravidlá a naplánujte prvé kroky.

A JE TO! PARLAMENT MÔŽE ZAČAŤ FUNGOVAŤ!
SPOLU DOKÁŽEME VEĽKÉ VECI!

Ideme na to!

KAPITOLA 3

ZAPOJ VŠETKÝCH (INKLÚZIA)

V našom parlamente
má byť miesto
pre každého!

Preto je dôležité,
aby sa zapojil
každý!

KEĎ SME RÔZNI,
SME SILNEJŠÍ!

1. KAŽDÝ PATRÍ DO HRY

Každý z nás je iný.
A práve preto sme super tím!

Nezáleží na tom, ako vyzeráš, odkiaľ si
alebo čo máš rád/rada – patíš sem.

2. NIE KAŽDÝ SA OZVE SÁM

Niektro má veľa nápadov,
ale bojí sa povedať ich nahlas.

Počúvajme
aj tých, ktorí
sa neozvú.

Čo ak to nebude
dobrý nápad?

Dávajme priestor všetkým.
Pýtajme sa, povzbudzujme a počúvajme.

3. KAŽDÝ MÁ INÚ CESTU

Niektro rád rozpráva, niektro píše, niektro kreslí,
niektro radšej pomáha v zákuľsi.
Všetky cesty sú dôležité!

4. AKO ZAPOJIŤ OSTATNÝCH

PÝTAJ SA

POČÚVAJ

POZYVAJ

Zaujímaj sa
o ich nápady.

Ukáž, že ťa
zaujíma ich názor.

Pozvi ich na
stretnutia a aktivity.

BUĎ TRPEZLIVÝ/Á

OCENUJ

Daj čas, každý si
zvyká inak.

Pochváľ a poďakuj
za každý príspevok.

5. REŠPEKT V TÍME

Rešpektujeme sa.
Nehodnotíme, nevysmievame sa,
neprekrikujeme sa.

rozprávame slušne
počúvame sa
spolupracujeme
podporujeme sa

Rešpekt vytvára bezpečné miesto
pre nápady aj pre ľudí.

6. BEZPEČNÉ MIESTO

Keď sa cítíme
bezpečne, máme
odvahu zapojiť sa!

Náš parlament je miesto, kde sa cítite dobre,
prijme nás a môžeme byť sami sebou.

KAŽDÝ JE DÔLEŽITÝ.
SPOLU TVORÍME LEPŠIU ŠKOLU PRE VŠETKÝCH!

KAPITOLA 4

AKO FUNGUJÚ STRETNUTIA PARLAMENTU

Aby sme boli silní ako tím, naše stretnutia musia fungovať!

Pozrime sa, ako na to!

NAŠE CIELE:

- ✓ dobré nápady
- ✓ spolupráca
- ✓ zmena v škole

1. AKO ZAČÍNAME

Všetkých pozdravíme a privítame.

Začneme načas a s úsmevom.



Začíname vždy v dohodnutom čase. Každý sa cíti vítaný.

2. KTO VEDIE STRETNUTIE?

Stretnutia vedie predseda.

Tajomník si robí zápis, aby sme na nič nezabudli.

Pomáha mu tajomník alebo tajomníčka.

- PROGRAM**
1. Úvod
 2. Diskusia
 3. Rozhodnutia
 4. Úlohy
 5. Záver



Stretnutia vedie predseda. Predseda vedie stretnutia. Tajomník zapisuje dôležité body.

3. PRAVIDLÁ

NAŠE PRAVIDLÁ

- Počúvame sa.
- Hovoríme slušne.
- Nerušíme.
- Rešpektujeme sa.
- Každý má priestor.

Dodržiavame spoločné pravidlá.



Pravidlá nám pomáhajú, aby sa každý cítil dobre.

4. DISKUSIA

Povieme svoje názory.

Počúvame ostatných.

Pýtame sa a navrhujeme.



Každý má právo povedať svoj názor. Počúvame sa s rešpektom.

5. ROZHODOVANIE (HLASOVANIE)

Keď máme viac nápadov, rozhodneme sa hlasovaním.

Rozhoduje väčšina.

MOŽNOSTI HLASOVANIA

- zdvih ruky
- papierové lístky
- hlasovanie online



Hlasovanie je férové a spravodlivé. Výsledok rešpektujeme.

6. ROZDELENIE ÚLOH

Ak sa dohodneme, rozdelíme si úlohy.

NAŠ PROJEKT

- | | |
|----------------|---------------------------|
| Plagát Anička | Sociálne siete Tomáš |
| Rozpočet Sofia | Kontakt s učiteľmi Martin |



Rozdelíme úlohy podľa toho, čo kto vie a čo ho baví.

Každý vie, čo a kedy urobí.

7. AKO KONČÍME

Zhrnieme, na čom sme sa dohodli.

- ✓ Čo sme prebrali
- ✓ Čo sme sa dohodli
- ✓ Kto čo urobí
- ✓ Kedy sa stretneme nabudúce

Podakujeme si a povieme si, čo bude ďalej.

★ Koniec stretnutia patrí zhrnutiu a motivácii pokračovať.

NAŠE STRETNUTIA = NAŠ ÚSPECH

Keď fungujeme spolu, vieme veľké veci!



KAPITOLA 5

NÁPADY A PROJEKTY - AKO MENIŤ ŠKOLU

Máme nápady!
A dokážeme ich
premeniť na
skutočnosť!

Spolu dokážeme
zlepšiť našu školu
krok za krokom!

**NÁŠ CIEĽ:
NÁPADY MENIŤ
NA SKUTOČNÉ
VEC!**

1. KDE BERIEME NÁPADY?

od spolužiakov v triede

na hodine

doma

na internete

na podujatiach

Nápady sú okolo nás každý deň.
Stačí sa pozerat', počúvať a pýtať sa.

2. PÝTAJ SA OSTATNÝCH

Čo by ste chceli zmeniť alebo zlepšiť v škole?

Dajte priestor každému, aby povedal svoj názor.

Pýtaj sa spolužiakov, učiteľov aj ostatných. Každý názor je dôležitý.

3. VÝBER NÁPADU

NÁPADY	ZÁJEM	DÔLEŽITOSŤ	REALIZOVATEĽNOSŤ
Viac zelene na školskom dvore	★	★★	★★★
Oddychová zóna	★	★	★★
Charitatívny bazár	★	★★	★★
Deň bez plastov	★	★	★

Spoločne vyberieme nápad, ktorý:

- zaujíma veľa ľudí
- je dôležitý
- vieme zrealizovať

4. PLÁNOVANIE

Dobry plán je polovica úspechu!

Rozplánujme si celý projekt krok po kroku.

NÁŠ PLÁN

- ČO chceme urobiť?
- PREČO je to dôležité?
- PRE KOHO je to?
- AKO to urobíme?
- KEDY to urobíme?
- KOHO potrebujeme?

Premyslíme si cieľ, postup, čas, ľudí aj zdroje.

5. ROZDELENIE ÚLOH

Každý má svoju úlohu.

NÁŠE ÚLOHY

- Komunikácia
- Propagácia
- Financie
- Organizácia
- Materiály

Rozdelíme si úlohy podľa toho, čo nám ide a čo projekt potrebuje.

6. REALIZÁCIA

Ideme na to! Spolu to zvládneme.

Začneme konať! Pracujeme spolu, pomáhame si a nevzdávame sa.

7. OSĽAVA A POUČENIE

Urobili sme skvelú vec!

Čo sa nám podarilo? Čo naučubé urobíme inak?

Oslávme úspech!
Zhodnotíme, čo sa nám podarilo a čo sa môžeme naučiť nabudúce.

PRÍKLAD NÁŠHO PROJEKTU

ZELENÝ DVOR

VIAC PRÍRODY, LEPŠIA ŠKOLA

CIEĽ: Viac zelene a oddychových miest na školskom dvore.

PREČO: Aby sme sa cítili lepšie, mali čistý vzduch a krajšie prostredie.

AKO: Výsadba rastlín, lavičky z paliet, maľovanie na stenu.

KTO: Školský parlament, žiaci, učители, rodičia, obec.

VÝSLEDOK: Krajší dvor, spokojnejší žiaci, lepší spoločný priestor.

KAŽDÝ NÁPAD MÁ SILU!
SPOLU MENÍME ŠKOLU NA **LEPŠIE** MIESTO PRE VŠETKÝCH!

KAPITOLA 6

KOMUNIKÁCIA – AKO HOVIŤ A POČÚVAŤ



Dobrá komunikácia je základ všetkého, čo robíme.



Dôležité je rozprávať sa a počúvať, rozumieme si a dokážeme viac!

NÁŠ CIEĽ:
ROZUMIEŤ SI, REŠPEKTOVAŤ SA A SPOLUPRACOVAŤ.

1. PREČO JE KOMUNIKÁCIA DÔLEŽITÁ?



Bez komunikácie by sme sa nedozvedeli nápady, neporozumeli si a hádali sa.



Vďaka nej vieme spolu riešiť veci, plánovať a byť dobrý tím!



Komunikácia spája ľudí a pomáha nám dosiahnuť spoločné ciele.

2. AKO HOVIŤ, ABY NÁS POČÚVALI?



Keď niečo hovoríme, myslíme na to, aby nás druhí pochopili.

- Hovor jasne a zrozumiteľne.
- Povedz, čo konkrétne máš na mysli.
- Hovor slušne a s rešpektom.
- Vyjadruj svoje názory, nie útoky.



Rozprávaj tak, aby ti druhí rozumeli a cítili sa dobre.

3. AKO POČÚVAŤ, ABY SME ROZUMELI?



Počúvajme pozorne.



Nerušíme, keď niekto hovorí.



Pýtajme sa, ak niečomu nerozumieme.



Skúsme pochopiť názor druhého, aj keď s ním nesúhlasíme.



Keď dobre počúvame, lepšie rozumieme a nájde spoločné riešenia.



Počúvanie je rovnako dôležité ako hovorenie.

4. REŠPEKTUJEME SA

Každý má právo na svoj názor.

Nekritizujeme, neposmievame sa si.

Rešpektujeme rozdielne názory.

Hovoríme slušne a priateľsky.



Rešpekt je základom dobrej komunikácie a spolupráce.

5. KEĎ NASTANE NEDOROZUMENIE

Niekedy si nerozumieme. To sa stáva každému.



ČO POMÔŽE?

- Zachovaj pokoj.
- Vypočuj druhého.
- Vysvetli svoj pohľad.
- Hľadajte riešenie spolu.

Dôležité je rozprávať sa o probléme, nie proti sebe.



Nedorozumenia riešime rozhovorom a pokojom.

6. POUŽÍVAME „JA-VÝROKY“

Keď hovoríme o tom, čo cítime, používame „ja-výroky“.



NIE: „TY-VÝROKY“ (OBIŤOVANIE)

- Ty vždy kričíš!
- Ty ma nikdy nepočúvaš!
- Ty nič neurobiš!

Hovoríme o svojich pocitoch a potrebách, nie o druhých.



ÁNO: „JA-VÝROKY“ (VYJADRUJEME SEBA)

- Čítim sa zle, keď sa na mňa kričí.
- Potrebujem, aby si ma vypočul.
- Bolo by super, keby si mi pomohol.

„Ja-výroky“ pomáhajú porozumieť a predchádzať konfliktom.

7. KOMUNIKÁCIA V PRAXI

Spolu dokážeme viac!

V NAŠOM PARLAMENTE:

- hovoríme otvorene
- počúvame sa
- rešpektujeme sa
- hľadáme riešenia
- budme tím



★ Dobrá komunikácia = silný tím = úspešné projekty!

ZOPÁR TIPOV NA ZÁVER

- Pred hovorením sa na chvíľu nadýchni.
- Počúvaj celým telom – očami, ušami aj srdcom.
- Neboj sa pýtať a uistiť sa, že si správne pochopil.
- Buď trezrivý – každý má svoj čas.
- Usmievaj sa a buď pozitívny!

Komunikácia je zručnosť, ktorú sa dá učiť a zlepšovať každý deň!



KAPITOLA 7

RIEŠENIE PROBLÉMOV A KONFLIKTOV

- SPOLU NÁJDEME RIEŠENIE!



Nie každý názor je rovnaký, a to je v poriadku.



Dôležité je, ako s tým naložíme!

NÁŠ CIEĽ:
RIEŠIŤ PROBLÉMY
POKOJNE, SPRAVODLIVO
A S REŠEPTOM.

1. KAŽDÝ KONFLIKT MÁ PRÍČINU

Konflikt vzniká, keď máme rozdielne názory, potreby alebo očakávania.



PRÍČINY MÔŽU BYŤ:

- rozdielne názory
- nespravodlivé rozdelenie úloh
- nepochopenie
- nevhodné slová alebo správanie

Prvým krokom je pochopiť, čo sa stalo a prečo to niekomu vadí.

2. ZASTAV SA A UKLUDNI SA

Keď sme nahnevani, ťažko rozmýšľame.



Nadýchnem sa...
Vydechnem...
Upokojím sa.

- SKÚS TO TIEŽ:**
- Zhlboka dýchaj.
 - Spočítaj do 10.
 - Daj si pauzu.
 - Povedz si: „Zvládnem to.“

Pokojná hlava = lepšie rozhodnutia.

3. POČÚVAJ DRUHÝCH

Skutočne počúvať znamená neprekrikovať, neposudzovať a snažiť sa pochopiť.



Pomôže nám, keď si každý dobre vypočuje.

- Neprerušuj.
- Pýtaj sa, ak niečomu nerozumieš.
- Ukáž, že ťa druhý človek zaujíma.

4. HĽADAJME RIEŠENIA SPOLU

Namiesto hádky hľadajme možnosti, ktoré budú funkčné pre všetkých.



Poďme vymyslieť riešenia, ktoré budú férové pre všetkých.

Každý môže navrhnúť aspoň jedno riešenie. Potom vyberieme to najlepšie pre všetkých.

5. DOHODNEME SA A KONAJME

Keď máme riešenie, dohodneme sa na ňom a dodržiavame ho.



Dohoda platí pre všetkých. Dodržiavame, čo sme si dohodli.

6. SKONTROLUJME A UČME SA

Po čase sa pozrieme, ako nám to funguje.



Čo sa zlepšilo?

Čo by sme mohli urobiť inak?

Učíme sa z každého konfliktu. Vďaka tomu rastieme ako tím aj ako ľudia.

7. KEĎ SA NEVIEME DOHODNÚŤ

Ak sa nám nedarí nájsť riešenie, požiadajme o pomoc koordinátora alebo učiteľa.



Môžete nám pomôcť nájsť riešenie?

POMOC JE V PORIADKU, KEĎ:

- sa hádame stále dokola
- nie je nikomu dobre
- potrebujeme nadhľad
- nevieme sa rozhodnúť



NAŠE PRAVIDLÁ RIEŠENIA KONFLIKTOV

- Rešpektujeme sa.
- Počúvame sa.
- Hovoríme slušne.
- Hľadáme riešenia spolu.
- Dodržiavame dohody.
- Učíme sa a zlepšujeme sa.



KONFLIKT JE PRÍLEŽITOSŤOU RÁŠŤ. SPOLU TO ZVLÁDNEME!



KAPITOLA 8

UMENIE POČÚVANIA - AKO BYŤ DOBRÝM POSLUCHÁČOM



Dobrý poslucháč rozumie druhým a buduje pevné vzťahy!



Počúvať znamená dať druhému skutočnú pozornosť.

NÁŠ CIEĽ:
POCHOPÍŤ, PREČO JE POČÚVANIE DÔLEŽITÉ A AKO HO ZLEPŠIŤ.

1. PREČO JE POČÚVANIE DÔLEŽITÉ?

Keď naozaj počúvame, ukazujeme, že nám na druhých záleží.



DOBRÉ POČÚVANIE:

- ♥ buduje dôveru
- ✋ zlepšuje porozumenie
- 😊 pomáha riešiť problémy
- 👥 posilňuje priateľstvá

Keď počúvame, dávame druhým dar pozornosti.

2. ČO NÁM BRÁNÍ POČÚVAŤ?

Niekedy myslíme na iné veci a nepočúvame naplno.



Rozptýlenie, zhn, únava, mobily a naše starosti nám bránia dobre počúvať.

3. AKO MÔŽEME LEPŠIE POČÚVAŤ?

Skúsme tieto jednoduché kroky:

- 1 Pozri sa na človeka, ktorý hovorí.
- 2 Buď ticho a neruš.
- 3 Sústreď sa na to, čo hovorí.
- 4 Pýtaj sa, ak niečomu nerozumieš.
- 5 Zopakuj vlastnými slovami, čo si počul.

Čiže hovoríš, že zajtra ideme na výlet?



Tvoje telo aj myseľ ukazujú, že druhého berieš vážne.

4. AKTÍVNE POČÚVANIE

Aktívne počúvanie znamená zapojiť sa a ukázať, že vnímaš.



Ako môžeme reagovať?

- ✔ Prikyvuj.
- 💡 Povedz: „Rozumiem.“
- 🗨 Povedz, čo čítaš: „To musí byť ťažké.“
- ? Opýtaj sa: „Ako to bude ďalej?“

5. NEVERBÁLNA KOMUNIKÁCIA

Nielen slová, ale aj naše telo hovorí, že počúvame.



Pozeralme sa na hovoriaceho.

Prikyvujeme.

Máme otvorenú postoj.

Nehráme sa s telefónom.

Naše telo môže povedať: „Počúvam ťa.“

6. POČÚVANIE V KAŽDODENNOM ŽIVOTE

Počúvanie využívame každý deň – doma, v škole, medzi priateľmi.



Počúvame rodičov a súrodencov.

Počúvame učiteľov a spolužiakov.

Počúvame kamarátov a podporujeme ich.

Dobrý poslucháč je oporou pre druhých všade, kde je.

7. VYSKÚŠAJME SI!

Situácia: Prečo sa mu nepodaril test.



Čo môže urobiť dobrý poslucháč?

- ✔ Vypne a venuje pozornosť.
- ✔ Povie: „To ma mrzí.“
- ✔ Opýtaj sa: „Chceš sa o tom porozprávať?“
- ✔ Počúva bez posudzovania.
- ✔ Ponúkne podporu.

ZAMYSLÍME SA

- Kedy sa mi dobre počúvalo?
- Čo mi pomáha sústrediť sa?
- Čo môžem zlepšiť?

TIP NA KAŽDÝ DEŇ

Vyber si jedného človeka denne, ktorému budeš venovať svoju plnú pozornosť, keď hovorí.

Skús to a všimni si rozdiel!



Každý má svoju úlohu!



ŠTRUKTÚRA PARLAMENTU

– JEHO OBSAH –

Spolu tvoríme silný tím!



Školský parlament tvoríme my – žiaci. Máme svoje skupiny, funkcie a pravidlá, ktoré nám pomáhajú pracovať efektívne a zodpovedne.

1. ČLENOVIA



Sme všetci zástupcovia tried alebo celej školy. Počúvame názory spolužiakov a prinášame ich do parlamentu.



2. PREDSEDNÍCTVO



Vedie naše stretnutia. Koordinuje prácu parlamentu, zastupuje nás navonok.



3. KOMISIE (TÍMY)



Zameriavame sa na konkrétne oblasti (napr. kultúra, šport, životné prostredie, vzdelávanie, medziuľudské vzťahy...).



NÁŠ PARLAMENT



4. TRIEDNI ZÁSTUPCOVIA



Sú spojku medzi triedou a parlamentom. Zbierajú názory a informujú triedu o činnosti parlamentu.



5. KOORDINÁTOR (UČITEĽ)



Pomáha nám s parlamentom, radí a podporuje nás. Nie je šéfom, ale partnerom.



6. VŠETCI ŽIACI ŠKOLY



Ste dôležitou súčasťou! Vaše názory, nápady a spätná väzba nám pomáhajú rásť.



ČO NÁŠ PARLAMENT OBSAHUJE?



- ✓ STRETNUTÍ – pravidelne sa stretávame a plánujeme.
- ✓ NÁPADOV – prinášame nové myšlienky a riešenia.
- ✓ PROJEKTOV – realizujeme aktivity, ktoré zlepšujú našu školu.
- ✓ SPOLUPRÁČE – počúvame sa, pomáhame si a ťaháme za jeden povraz.
- ✓ ZODPOVEDNOSTI – plníme si svoje úlohy a dodržiavame dohodnuté pravidlá.



Spolu môžeme viac!



KAŽDÝ Z NÁS JE DÔLEŽITÝ.
SPOLU TVORÍME PARLAMENT,
KTORÝ MÁ VÝZNAM!



Tvoj hlas má zmysel!



Každá časť
má svoju úlohu
a spoločne
tvoríme zmenu!

ŠTRUKTÚRA NÁŠHO PARLAMENTU JEHO OBSAH

Spolupracujeme,
počúvame sa
a rozhodujeme
spoločne!



ČO ROBÍME?



MÁME NÁPADY



DISKUTUJEME



PLÁNUJEME



SPOLUPRACUJEME



ZAPÁJAME
OSTATNÝCH



MENÍME ŠKOLU
K LEPŠIEMU



1. ČLENOVIA PARLAMENTU

- volení zástupcovia tried alebo školy
- všetci členovia majú právo vyjadriť svoj názor
- každý hlas je dôležitý



2. PREDSEDNÍCTVO

- predseda parlamentu (člen rady školy)
- podpredsa / podpredsedníčka
- zapisovateľ / zapisovateľka



3. KOMISIE (PRACOVNÉ SKUPINY)

- rôzne oblasti – napr. kultúra, šport, životné prostredie, školský časopis, pomoc druhým, školské akcie...
- pripravujú nápady a projekty



4. ZASADNUTIA PARLAMENTU

- pravidelné stretnutia
- diskusia, hlasovanie, rozhodovanie
- plánovanie aktivít a hodnotenie



5. PRAVIDLÁ A POSTUPY

- riadime sa štatútom parlamentu
- rešpektujeme sa
- rozhodujeme demokraticky



6. SPOJENIE SO ŠKOLOU

- spolupracujeme s vedením školy a učiteľmi
- prinášame návrhy, pýtame sa, zlepšujeme

NAŠE HODNOTY



REŠPEKT



SPOLUPRÁCA



ZODPOVEDNOSŤ



OTVORENOSŤ



SPRAVODLIVOSŤ



NÁPADITOSŤ

KAŽDÝ Z NÁS
JE DÔLEŽITÝ.
KAŽDÝ NÁPAD
MÁ ZMYSEL. 😊

SPOLČNE TVORÍME
ŠKOLU, V KTOREJ SA NÁM
VŠETKÝM LEPŠIE ŽIJE!



Štatút je naša dohoda a zaručuje, že každý má svoje miesto a hlas.



ČO MÁ OBSAHOVAŤ ŠTATÚT

ŠTATÚT JE NAŠE PRAVIDLÁ HRY.

POMÁHA NÁM, ABY NÁŠ PARLAMENT FUNGOVAL SPRAVODLIVO A ZODPOVEDNE.

Bez pravidiel by to bola chaos, nie spolupráca.



ŠTATÚT BY MAL OBSAHOVAŤ TIETO ČÁSTI:

1 NÁZOV A ZÁKLADNÉ USTANOVENIA

Názov školského parlamentu, sídlo, cieľ a poslanie.



2 ČLENSTVO

Kto sa môže stať členom parlamentu, práva a povinnosti členov.



3 ORGÁNY PARLAMENTU

Aké orgány parlament má (napr. predseda, podpredseda, komisie, triedni zástupcovia).



4 VOLBY A FUNKČNÉ OBDOBIE

Ako sa volia členovia, na ako dlho sú zvolení, ako môže člen zaniknúť.



5 ZASADNUTIA

Ako často sa parlament stretáva, kto zvoláva zasadnutia a ako prebiehajú.



6 ROZHODOVANIE

Ako parlament prijíma rozhodnutia (hlasovanie, kvórum, uznesenia).



7 PRÁVA A POVINNOSTI

Práva a povinnosti členov, orgánov a celého parlamentu.



8 KOMISIE (PRACOVNÉ SKUPINY)

Ako sa tvoria komisie, ich úlohy a práca.



9 SPOLUPRÁCA A KOMUNIKÁCIA

Spolupráca s vedením školy, učiteľmi, žiakmi a inými organizáciami.



10 ZÁVEREČNÉ USTANOVENIA

Zmeny a doplnenia štatútu, nadobudnutie účinnosti.



TIP

Dobry štatút je jasný, jednoduchý a zrozumiteľný pre všetkých žiakov.



PREČO JE ŠTATÚT DÔLEŽITÝ?

- ★ Pomáha nám spolupracovať a rozumieť si.
- ★ Zabezpečuje spravodlivosť a poriadok.
- ★ Chráni práva každého člena.
- ★ Umožňuje nám meniť našu školu k lepšiemu.



NAŠ ŠTATÚT = NAŠE PRAVIDLÁ,
NAŠA DOHODA, NAŠ HLAS.
SPOLU TVORÍME LEPŠIU ŠKOLU!



Spolu
tvoríme
lepšiu školu!

PRAVIDLÁ

NÁŠHO PARLAMENTU

Naše pravidlá
nám pomáhajú
spolupracovať.



1

REŠPEKTUJEME SA



Každý má právo na svoj názor. Počúvame sa s úctou, neprekrikujeme sa a neurážame sa.



2

SPOLUPRACUJEME



Spolu hľadáme nápady a riešenia. Pomáhame si a podporujeme sa.



3

MÁME ODVAHU HOVORIŤ



Nebojíme sa povedať svoj názor alebo navrhnúť nápad. Každý hlas je dôležitý.



4

KONÁME ZODPOVEDNE



Plníme si svoje úlohy a dodržiavame dohody. Na naše slovo je spoľahlivité.



5

ZAMERIAVAME SA NA RIEŠENIA



Hľadáme, čo môžeme zlepšiť. Stážnosti meníme na nápady a konkrétne kroky.



6

KOMUNIKUJEME OTVORENE



Informácie zdieľame jasne, pravdivo a včas. Pýtame sa a odpovedáme na otázky.



7

REŠPEKTUJEME ČAS



Začínáme a končíme načas. Vážime si čas svoj aj ostatných.



8

ROZHODUJEME SPOLU



Dôležité rozhodnutia robíme demokraticky. Ak hlasujeme, rešpektujeme výsledok.



Tieto pravidlá nás spájajú,
pomáhajú nám rásť a **meniť našu školu**
k lepšiemu.

NÁŠ PARLAMENT
= NÁŠ HLAS
= NAŠA ZODPOVEDNOSŤ
= NAŠA BUDÚCNOSŤ



AKO ROBIŤ ZÁPISNICU ZO ZASADANIA ŠKOLSKÉHO PARLAMENTU



Zápisnica je dôležitý dokument.
Zaznamenáva, čo sme sa na zasadnutí dohodli,
aby sme na nič nezabudli a aby bol každý informovaný. ♥



ČO MÁ ZÁPISNICA OBSAHOVAŤ?

- NÁZOV DOKUMENTU**
Zápisnica zo zasadania školského parlamentu
- DÁTUM, ČAS A MIESTO ZASADNUTIA**
Kedy a kde sa zasadanie konalo.
- PRÍTOMNÍ**
Zoznam členov školského parlamentu, ktorí boli na zasadnutí prítomní.
- PROGRAM ZASADNUTIA**
Body, o ktorých sa na zasadnutí hovorilo.
- PRIEBEH ZASADNUTIA**
Krátky opis diskusie ku každému bodu programu.
- PRIJATÉ UZNESENIA A ROZHODNUTIA**
Čo sme sa dohodli, aké rozhodnutia boli prijaté. Môžu byť očíslované (napr. Uznesenie č. 1, 2, 3...).
- ÚLOHY A ZODPOVEDNÉ OSOBY**
Kto čo urobí a do kedy.
- ZÁVER ZASADNUTIA**
Čas ukončenia zasadania a poďakovanie.
- ZAPÍSAĽ/A**
Meno a podpis osoby, ktorá zápisnicu vyhotovila.
- OVERIL/A**
Meno a podpis osoby, ktorá zápisnicu overila (napr. predseda/ predsedníčka parlamentu).

KDE SA MÁ ZÁPISNICA ULOŽIŤ?



- ELEKTRONICKY**
V počítači alebo na školskom úložisku (Google Disk, OneDrive a pod.) v priečinku „Školský parlament“.



- PÍ SOMNE**
V zakladači alebo šanone označenom „Zápisnice školského parlamentu“ v skriní alebo kancelárii školy.



- ZABEZPEČIŤ DOSTUPNOSŤ**
Zápisnica musí byť dostupná všetkým členom parlamentu a vedeniu školy.



DÔLEŽITÉ!

- ✓ Píšme prehľadne a stručne.
- ✓ Zapisujeme len to podstatné.
- ✓ Overenú zápisnicu pošleme členom parlamentu.
- ✓ Archivujeme všetky zápisnice, aby sme mali prehľad o našej práci.



TIP

Použitie šablóny zápisnice nám uľahčí prácu a zabezpečí, že na nič nezabudneme.



DOBRA ZÁPISNICA =
PREHĽAD, ZODPOVEDNOSŤ
A LEPŠIA SPOLUPRÁCA! ♥





MOJ PRVÝ NÁPAD



A PLÁN PROJEKTU

Nápad → Plán → Zmena

Mám
nápad!

Podme z neho
urobiť plán!



TVOJ NÁPAD. TVOJ PLÁN. TVOJA ŠKOLA.

ZAČNI PRÁVE TERAZ!



ZÁVER

SPOLU TO DOKÁŽEME

Tak čo,
ako sa cítiš?
Máš už
nápad?



Alebo aj
plán?



Možno si na začiatku tejto príručky
nevedel/a, kto je školský parlament.
Možno si váhal/a, či sa zapojiť.

Teraz už vieš:

- ✓ kto je školský parlament
- ✓ ako vzniká
- ✓ ako funguje
- ✓ ako môžeš byť jeho súčasťou

TVOJ HLAS MÁ VÝZNAM



Vieš, kto
je na tom
najlepšie?



Že na tvojom
názore
záleží.

- ☆ Aj malý nápad môže priniesť veľkú zmenu.
- ☆ Aj jeden človek môže začať niečo nové.

NEBOJ SA ZAČAŤ



Nemusíš byť
dokonalý/á.

Stačí, že
to skúsiš.

- ✓ Pýtaj sa
- ✓ Navrhuj
- ✓ Skúšaj
- ✓ Spolupracuj



Zmena začína tebou



Každá škola
môže byť
lepšia.



A ty si toho
súčasťou.

- Tvoja škola = tvoje prostredie
- Tvoj parlament = tvoj hlas

POSLEDNÉ SLOVÁ



Tak čo,
ideš do
toho?

My veríme,
že áno!



- Začni malým krokom
- Zapoj ďalších
- A urob niečo, na čo budeš hrdý/á



TVOJ HLAS MÁ VÝZNAM
TVOJA ŠKOLA SA MÔŽE MENIŤ
ZAČNI PRÁVE TERAZ

ĎAKUJEME, ŽE TVORIŠ LEPŠIU ŠKOLU SPOLU S NAMI! ♥



PRÍRUČKA

PRE

ŠKOLSKÉ PARLAMENTY



ZÁKLADNÝCH ŠKÔL



YDALA
RADA MLÁDEŽE
ŽILINSKÉHO KRAJA



TLAČ
TLAČIARNE KUBÍK s.r.o.
NÁMESTOVO



ROK VYDANIA
2026



VYDANIE
1. VYDANIE



Funded by
the European Union

Publikácia vznikla vďaka projektu
CESTA K PARTICIPACIÍ CEZ ŽIACKU SAMOSPRÁVU,
ktorý bol podporený z programu Erasmus +.