

SEL v PIP EDU

Učenie pre tvoju pohodu

Ahoj!

V škole sa neučíš iba čítať, písať alebo počítať. Učíš sa aj:

- rozumieť tomu, **ako sa cítiš**,
- spolupracovať s kamarátmi,
- zvládať stres alebo hnev,
- byť spokojný sám so sebou.

👉 Tomu hovoríme **SEL – sociálno-emocionálne učenie**.

Ako ti pomáha PIP EDU?

- V **PIP EDU** môžeš povedať, čo ti pomáha, keď máš ťažký deň.
- Učitelia a rodičia tak lepšie chápu, **čo potrebuješ pre svoju pohodu**.
- Spolu môžeme nájsť spôsoby, aby si sa cítil/a v škole dobre.
- Meriaš si svoje kompetencie pre budovanie pohody.

Prečo je to dôležité pre teba?

- Keď sa cítiš pokojne, učíš sa ľahšie.
- Vieš pomenovať svoje pocity a lepšie im rozumieš.
- Máš viac kamarátov a menej konfliktov.
- Cítiš sa, že **do triedy patíš**.

SEL v PIP EDU = škola, kde sa učíš nielen hlavou, ale aj srdcom.

👉 Spýtaj sa svojho asistenta alebo učiteľa, ako môžeš svoj SEL profil vyplniť.

PIP EDU = škola, pre všetkých!

👉 Viac na: www.pipedu.sk



SEL v PIP EDU

Prečo záleží aj na твоjich pocitoch

V škole ide nielen o známky. Rovnako dôležité je, ako sa cítiš, s kým vychádzaš a ako zvládaš tlak. To všetko patrí pod **SEL – Social and Emotional Learning (sociálno-emocionálne učenie)**.

Čo je SEL?

- Učí ťa **rozumieť sám sebe** – svojim silným stránkam aj slabým miestam.
- Pomáha **zvládať stres, hnev alebo nervozitu**.
- Rozvíja tvoju schopnosť **spolupracovať, komunikovať a budovať vzťahy**.
- Vedie k tomu, že sa učíš **rozhodovať zodpovedne**.

Ako s tým pomáha PIP EDU?

- Do **PIP EDU** môžeš doplniť, čo ti pomáha pri učení a čo ti robí ťažkosti.
- Môžeš si tam dokonca **merať svoje SEL kompetencie** – napríklad, ako sa ti darí zvládať emócie, spolupracovať alebo rozumieť sám sebe.
- Učitelia a rodičia tak vedia, **ako ťa podporiť férovo a zrozumiteľne**.
- Vďaka tomu sa v škole necítiš ako „problém“, ale ako **rovnocenný člen triedy**.

Prečo je to dôležité pre teba?

- Lepšie sa sústreďíš a učíš, keď si v pohode.
- Vieš pomenovať, čo cítiš – a nájsť spôsob, ako s tým pracovať.
- Máš viac istoty pri skúškach a prezentáciách.
- Vieš, že do školy patríš, aj keď si iný ako ostatní.

SEL v PIP EDU = škola, kde sa učíš nielen pre známky, ale aj pre život.

👉 Ak chceš, spýtaj sa učiteľa alebo asistenta, ako môžeš doplniť a merať svoje SEL profil v PIP EDU.

PIP EDU = škola, pre všetkých!

👉 Viac na: www.pipedu.sk