

# **ZESTAW ZAGADNIĘĆ**

## **DO REALIZACJI NA GODZINIE WYCHOWAWCZEJ**

Rola wychowawcy klasowego jest niezmiernie złożona, wieloaspektowa, a jej ważność nie do przecenienia. Głównym zadaniem wychowawcy klasowego jest zaspokajanie potrzeb emocjonalnych, intelektualnych i poznawczych swoich wychowanków. Bycie wychowawcą to nie tylko wpajanie wiedzy, ale również kształtowanie postaw, inspirowanie podopiecznych do poszerzania horyzontów oraz rozwijania pasji. Wszystko to powinno odbywać się w poczuciu bezpieczeństwa i zrozumienia, w przyjaznej, pełnej zrozumienia atmosferze.

Zagadnienia przeznaczone do realizacji na godzinach wychowawczych zostały pogrupowane według sześciu obszarów zaprojektowanych przez Program Wychowawczo-Profilaktyczny Zespołu Szkół nr 3: 1. Rozwój społeczny, 2. Obszar ekologiczny, 3. Kompetencje etyczno-moralne, 4. Rozwój emocjonalny, 5. Rozwój fizyczny i promocja zdrowia, 6. Rozwój intelektualny.

W każdym obszarze zostały zaproponowane adekwatne zagadnienia wraz z zadaniami do zrealizowania przez wychowawcę oraz efektami, czyli umiejętnościami, wiedzą, postawami jakie powinien osiąść uczeń. Zagadnienia zostały dobrane tak aby były odpowiedzią na potrzeby uczniów szkoły ponadgimnazjalnej, potrzeby szkoły oraz aby były zgodne z rzeczywistością, w której żyją nasi uczniowie i my, wychowawcy.

Ideą Zestawu Zagadnień jest bycie odpowiedzią na potrzeby ucznia, dlatego też powinien on być stale uaktualniany tak, by nadążać za zmieniającym się światem, a co za tym idzie wymaganiami wychowanków. Z tego powodu mile widziane jest zaangażowanie wychowawców, nauczycieli, pedagogów oraz psychologa w pracę nad rozbudowywaniem Zestawu.

Izabela Czarnota-Kosonóg

## Propozycja planu pracy wychowawcy

### Klasa I.

L.p.	Tematyka zajęć	Zadania wychowawcy	Efekty
1.	Ja – człowiek.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie istoty człowieczeństwa.</li> <li>2. Przedyskutowanie sfer życia człowieka i ich wielowymiarowości.</li> <li>3. Uświadomienie jak ważna jest odrębność i indywidualność na tle grupy.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi wymieniwać różnorodne aspekty życia człowieka.</li> <li>2. Uczeń jest świadomy własnej odrębności.</li> <li>3. Uczeń rozumie, że indywidualne cechy charakterystyczne w przeciwieństwie do unifikacji są pożądane dla harmonijnego rozwoju człowieka.</li> <li>4. Uczeń wie w jaki sposób pielęgnować swoją indywidualność.</li> </ol>
2.	Grupa i ja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnienie pojęcia grupa społeczna.</li> <li>2. Wskazanie różnych grup społecznych w jakich funkcjonuje człowiek.</li> <li>3. Omówienie zasad jakimi rządzą się poszczególne grupy.</li> <li>4. Podkreślenie ważności zachowania odrębności w grupie.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi zdefiniować pojęcie grupy społecznej.</li> <li>2. Uczeń potrafi wskazać w jakich grupach funkcjonuje na co dzień.</li> <li>3. Uczeń wie jakie zasady regulują funkcjonowanie grup społecznych.</li> <li>4. Uczeń angażuje się w tworzenie zasad grupy społecznej, jaką jest zespół klasowy. Respektuje te zasady.</li> <li>5. Uczeń ma świadomość swojej pozycji w grupie.</li> <li>6. Uczeń ma świadomość wpływu grupy na zachowania, poglądy i decyzje jej członków.</li> <li>7. Uczeń potrafi zachować swoją odrębność w grupie.</li> </ol>
3.	Kultura słowa.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uświadomienie, że każdy ponosi odpowiedzialność za czystość i poprawność używanego języka.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie potrzebę posługiwania się czystym i poprawnym językiem polskim.</li> <li>2. Uczeń zdaje sobie sprawę w jaki sposób środowisko</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Uświadomienie wpływu środowiska i środków masowego przekazu na czystość mowy.</li> <li>3. Rozwijanie wrażliwości na piękno języka.</li> <li>4. Analizowanie wypowiedzi pod kątem kultury języka i zabarwienia emocjonalnego.</li> <li>5. Nauka umiejętności selekcjonowania właściwego języka.</li> <li>6. Uświadomienie potrzeby stałego poszerzania zasobu słownictwa.</li> </ol>	<p>i massmedia wpływają na zaśmiecanie języka polskiego.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Uczeń rozpoznaje wypowiedzi o charakterze emocjonalnym.</li> <li>4. Uczeń dostrzega w wypowiedziach przejawy agresji.</li> <li>5. Uczeń świadomie posługuje się słownictwem o charakterze emocjonalnym zgodnie z etyką i kulturą słowa.</li> <li>6. Uczeń rozróżnia intencje osoby mówiącej</li> <li>7. Uczeń dba o czystość języka</li> <li>8. Uczeń wzbogaca swój zasób słownictwa ostrożnie dobierając materiał np. prasę, audycje radiowe czy telewizyjne, literaturę.</li> </ol>
4.	Savoir-vivre.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objasnienie znaczenia pojęcia „savoir-vivre”.</li> <li>2. Przypomnienie podstawowych zasad „savoir-vivre” w różnych sytuacjach.</li> <li>3. Uświadomienie celowości stosowania właściwych zachowań między ludźmi;</li> <li>4. Analiza zachowań pod kątem zgodności z etykietą.</li> <li>5. Korekta nieprawidłowych zachowań.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie pojęcie „savoir-vivre”.</li> <li>2. Uczeń rozumie zasadność istnienia przyjętych norm obyczajowych.</li> <li>3. Uczeń widzi związek pomiędzy kulturą osobistą (zachowaniem) a postrzeganiem człowieka przez innych.</li> <li>4. Uczeń zna podstawowe zasady kulturalnego zachowania się w różnych sytuacjach życia codziennego.</li> <li>5. Uczeń potrafi określić niezbędne zasady właściwego zachowania się w szkole.</li> <li>6. Uczeń potrafi zastosować w życiu określone normy postępowania.</li> <li>7. Uczeń umie ocenić poziom kulturalny swoich kolegów.</li> </ol>
5.	Rodzina.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uświadomienie roli rodziny i tradycji rodzinnych w życiu człowieka.</li> <li>2. Uświadomienie</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie pojęcie rodzina.</li> <li>2. Uczeń wartościuje cechy rodziny.</li> <li>3. Uczeń podaje podstawowe</li> </ol>

		<p>potrzeby istnienia silnej więzi między dziećmi i rodzicami, opartej na obustronnej szczerości i zaufaniu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Podkreślenie konieczności pielęgnowania więzi i uczuć rodzinnych.</li> <li>4. Omówienie tradycji rodzinnych panujących w domach uczniów.</li> <li>5. Tworzenie podstaw do wizji swojej przyszłej rodziny.</li> <li>6. Wskazanie, w jaki sposób członkowie rodziny mogą przyczynić się do tego, aby ich rodziny były trwałe i szczęśliwe.</li> </ol>	<p>funkcje rodziny .</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Uczeń rozumie, na czym polega wartość rodziny i rola poszczególnych jej członków.</li> <li>5. Uczeń umie określić, co dla rodziny jest ważne, cenne, wartościowe .</li> <li>6. Uczeń uświadamia sobie, w jaki sposób należy odpowiedzialnie budować swoje przyszłe życie rodzinne.</li> <li>7. Uczeń rozumie istotę zmian pokoleniowych w kształtowaniu się różnych modeli rodziny i potrafi wskazać czynniki wpływające na ten proces.</li> </ol>
6.	Wolontariat.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapoznanie uczniów z istotą wolontariatu.</li> <li>2. Zapoznanie uczniów z ideą akcji charytatywnych.</li> <li>3. Zapoznanie uczniów z ideami i działalnością organizacji pożytku publicznego.</li> <li>4. Podkreślenie znaczenia wolontariatu.</li> <li>5. Zachęcenie uczniów do niesienia pomocy innym.</li> <li>6. Uwrażliwienie na niepełnosprawność drugiego człowieka.</li> <li>7. Uwrażliwienie na potrzeby innych.</li> <li>8. Ośmielenie do kontaktów z drugim człowiekiem.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie pojęcia: wolontariusz i wolontariat.</li> <li>2. Uczeń wie na czym polega wolontariat.</li> <li>3. Uczeń potrafi określić jaki powinien być wolontariusz.</li> <li>4. Uczeń wie w jaki sposób można wspierać akcje charytatywne.</li> <li>5. Uczeń umie wytłumaczyć, czym są organizacje pożytku publicznego.</li> <li>6. Uczeń umie określić jak można wspomagać finansowo organizacje pożytku publicznego.</li> <li>7. Uczeń rozumie potrzebę niesienia pomocy innym.</li> <li>8. Uczeń pogłębi rozumienie pojęcia bezinteresowności.</li> </ol>
7.	Normy społeczne kierujące naszym życiem.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnienie pojęcia „norma społeczna”.</li> <li>2. Omówienie zasadności istnienia norm społecznych.</li> <li>3. Dokonanie hierarchizacji norm społecznych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie czym są normy społeczne.</li> <li>2. Uczeń potrafi wymienić normy społeczne, które regulują nasze życie i funkcjonowanie w społeczeństwie.</li> <li>3. Uczeń potrafi przewidzieć</li> </ol>

			konsekwencje łamania norm społecznych.
8.	Mój system wartości.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie pojęcia system wartości.</li> <li>2. Stworzenie listy wartości, którymi ludzie kierują się w życiu.</li> <li>3. Omówienie od czego zależy system wartości.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest system wartości.</li> <li>2. Uczeń wymienia i uzasadnia jakie wartości są dla niego ważne.</li> <li>3. Uczeń projektuje swój system wartości.</li> <li>4. Uczeń kontroluje swoje postawy, wybory i zachowanie tak, aby były one zgodne z jego systemem wartości.</li> </ol>
9.	Uczucia i emocje, jak je konstruktywnie wyrażać.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie różnych rodzajów uczuć.</li> <li>2. Przedstawienie funkcji uczuć w życiu człowieka.</li> <li>3. Podkreślenie istoty umiejętności wyrażania uczuć.</li> <li>4. Omówienie jak mówić o uczuciach w sposób asertywny.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi rozróżnić i nazwać różne uczucia.</li> <li>2. Uczeń wie jaką rolę odgrywają uczucia w życiu każdego człowieka.</li> <li>3. Uczeń umie określić, nazwać to co czuje.</li> <li>4. Uczeń dostrzega powiązania pomiędzy uczuciami a myślami i reakcjami.</li> <li>5. Uczeń potrafi wyrazić swoje emocje, w kulturalny, asertywny sposób.</li> </ol>
10.	Inteligencja emocjonalna – rozumieniem uczucia swoje i innych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Praca nad zagadnieniami z punktu nr 9.</li> <li>2. Omawianie przykładowych zachowań, reakcji, wypowiedzi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń doskonali identyfikowanie przeżywanych emocji i sposób ich wyrażania.</li> <li>2. Uczeń potrafi rozpoznać i nazwać emocje przeżywane przez innych.</li> <li>3. Uczeń potrafi w odpowiedni sposób zareagować na emocje przeżywane przez innych.</li> <li>4. Uczeń potrafi zaakceptować uczucia przeżywane przez inne osoby.</li> <li>5. Uczeń rozumie i szanuje różnice w odczuwaniu, odmiennosc emocji, które budzą w ludziach te same rzeczy.</li> </ol>
11.	Stres, sposoby radzenia sobie ze stresem.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie zagadnienia stresu.</li> <li>2. Omówienie sposobów radzenia sobie w trudnych sytuacjach.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest stres i zna mechanizmy jego powstawania.</li> <li>2. Uczeń rozwija umiejętności radzenia sobie z napięciem</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Omówienie sposobów minimalizowania i zwalczania strasu.</li> <li>4. Omówienie podstawowych metod relaksacyjnych.</li> </ol>	<p>pojawiającym się w trudnych sytuacjach.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Uczeń rozpoznaje oznaki stresu.</li> <li>4. Uczeń rozwija umiejętności radzenia sobie ze stresem.</li> <li>5. Uczeń poznaje metody relaksacji.</li> </ol>
12.	Budowanie poczucia własnej wartości.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uświadomienie od czego zależy poczucie własnej wartości.</li> <li>2. Pokazanie różnicy między ideałem, światem wykreowanym przez media a prawdziwym życiem.</li> <li>3. Uświadomienie mocnych stron.</li> <li>4. Wzmacnianie budowanie poczucia własnej wartości.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń doskonali umiejętność realnej oceny siebie i otaczającej go rzeczywistości.</li> <li>2. Uczeń potrafi określić swoje mocne strony.</li> <li>3. Uczeń potrafi określić obszar, na który ma realny wpływ i który wymaga od niego pracy oraz który jest w stanie poprawić.</li> <li>4. Uczeń pracuje nad budowaniem poczucia własnej wartości.</li> <li>5. Uczeń potrafi docenić mocne strony innych.</li> </ol>
13.	Higiena osobista	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utrwalenie odpowiednich nawyków i umiejętności dotyczących higieny osobistej.</li> <li>2. Uświadomienie potrzeby przestrzegania higieny osobistej.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi podać zasady higieny osobistej.</li> <li>2. Uczeń potrafi podać choroby, które są skutkiem nieprzestrzegania zasad higieny (zatrucia pokarmowe, choroby odzwierzęce, pasożytnicze).</li> <li>3. Uczeń rozumie znaczenie higieny osobistej dla funkcjonowania organizmu.</li> <li>4. Uczeń jest świadomy nieustannego kontaktu z drobnoustrojami oraz zagrożeń z tego wynikających.</li> <li>5. Uczeń potrafi wyjaśnić, czym grozi niehigieniczny tryb życia.</li> <li>6. Uczeń potrafi stosować zasady higieny w codziennym życiu.</li> </ol>
14.	Uzależnienie od Internetu.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uświadomienie uczniom zagrożeń płynących z nadmiernego</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń zna funkcje Internetu.</li> <li>2. Uczeń zna korzyści płynące z prawidłowego korzystania z Internetu.</li> </ol>

		<p>korzystania z komputera.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Omówienie funkcji Internetu .</li> <li>Omówienie korzyści i zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu.</li> <li>Promowanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń jest świadomy zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu.</li> <li>Uczeń zdaje sobie sprawę z wpływu nadmiernego korzystania z Internetu na psychikę i zachowanie.</li> <li>Uczeń potrafi wymienić objawy uzależnienia od Internetu.</li> <li>Uczeń potrafi bezpiecznie korzystać z Internetu.</li> <li>Uczeń potrafi znaleźć alternatywne źródło spędzania wolnego czasu.</li> </ol>
15.	Bezpieczny Internet	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uświadomienie uczniom, jakie zagrożenia czyhają w świecie wirtualnym.</li> <li>Wskazanie sposobów bezpiecznego, kulturalnego i efektywnego korzystania z Internetu.</li> <li>Wskazanie jak unikać zagrożeń oraz jak prawidłowo reagować w momencie zetknięcia z nimi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń wymienia rodzaje zagrożeń w Internecie.</li> <li>Uczeń wymienia rodzaje niebezpiecznych zachowań w Internecie i zagrożeń z nimi związanych.</li> <li>Uczeń wymienia sposoby bezpiecznego zachowania się w sytuacjach ryzykowanych.</li> <li>Uczeń stosuje zasady ograniczonego zaufania w kontaktach z osobami znanymi wyłącznie z Internetu.</li> <li>Uczeń wie i uzasadnia dlaczego nie wolno podawać swoich danych osobowych i innych informacji o sobie w Internecie.</li> <li>Uczeń wymienia metody ochrony komputera przed zagrożeniami w Internecie.</li> <li>Uczeń stosuje odpowiednie oprogramowanie we właściwy sposób (firewall, antywirusy).</li> <li>Uczeń nie stosuje pirackich multimediiów, oprogramowania.</li> <li>Uczeń zna zasady netykiety.</li> </ol>
16.	Techniki skutecznego uczenia się i zapamiętywania.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Omówienie metod i technik szybkiego, efektywnego zapamiętywania.</li> <li>Omówienie metod uczenia się.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń zna techniki szybkiego zapamiętywania i efektywnego uczenia się.</li> <li>Uczeń stosuje je w procesie uczenia się.</li> <li>Uczeń potrafi określić</li> </ol>

		<p>3. Podkreślenie roli koncentracji w procesie uczenia się. Uświadomienie uczniom motywów uczenia się.</p>	<p>przyczyny dekoncentracji i je wyeliminować. 4. Uczeń rozumie potrzebę powtarzania przyswojonej już wiedzy. 5. Uczeń ćwiczy zdolności koncentracji i doskonali umiejętności zapamiętywania.</p>
--	--	---	---



## Klasa II

L.p.	Tematyka zajęć	Zadania wychowawcy	Efekty
1.	Mowa nienawiści.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdefiniowanie pojęcia „mowa nienawiści”, „mowa wrogości”, „stereotyp” i „uprzedzenie”.</li> <li>2. Omówienie konsekwencji (również prawnych) używania mowy nienawiści.</li> <li>3. Omówienie zagadnienia wolności słowa i kwestii jak duża może ona być.</li> <li>4. Analizowanie wypowiedzi pod kątem nienawiści.</li> <li>5. Poszukiwanie rozwiązania problemu mowy nienawiści.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie pojęcia: „mowa nienawiści”, „mowa wrogości”, „stereotyp” i „uprzedzenie”.</li> <li>2. Uczeń wie na czym polegają ww. zjawiska i potrafi zauważyć ich przejawy.</li> <li>3. Uczeń zdaje sobie sprawę, że język, z którego korzysta nie jest neutralny i stara się zwracać uwagę, żeby tym, co mówi, nikogo nie urazić.</li> <li>4. Uczeń wypowiada się na różne tematy w duchu tolerancji i poszanowania godności innych osób.</li> <li>5. Uczeń zna zagadnienie wolności słowa i rozumie jej ograniczania.</li> <li>6. Uczeń aktywnie uczestniczy w multikulturowym społeczeństwie, w oparciu o normy i wartości etyczne.</li> <li>7. Uczeń właściwie ocenia możliwości nowych mediów w krzewieniu kultury słowa.</li> <li>8. Uczeń świadomie uczestniczy w kulturze 2.0 i za pomocą nowoczesnych technologii przyczyniać się do popularyzacji kultury słowa.</li> </ol>
2.	Jak kształtować tożsamość narodową.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie pojęcia tożsamość narodowa.</li> <li>2. Omówienie mechanizmów formowania się tożsamości.</li> <li>3. Omówienie czynników mających wpływ na formowanie się tożsamości narodowej.</li> <li>4. Omówienie zjawiska powstawania tożsamości międzykulturowej.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest tożsamość narodowa.</li> <li>2. Uczeń potrafi odróżnić tożsamość indywidualną od zbiorowej.</li> <li>3. Rozumie proces tworzenia się tożsamości międzykulturowej.</li> <li>4. Uczeń zauważa sytuacje, które wpływają na kształtowanie się tożsamości.</li> <li>5. Uczeń zastanawia się nad własną tożsamością.</li> </ol>
3.	Postawa patriotyczna kiedyś i dziś.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie pojęcia „patriotyzm”.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co oznacza i rozumie pojęcie</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Ustalenie co cechuje patriotę.</li> <li>3. Omówienie postaw patriotycznych zarówno z przeszłości jak i w dzisiejszych czasach.</li> <li>4. Kształtowanie postawy patriotycznej.</li> </ol>	<p>„patriotyzmu”.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Uczeń wie jakie cechy są charakterystyczne dla patrioty.</li> <li>3. Uczeń zdaje sobie sprawę z tego, że bycie patriotą to nie tylko walka zbrojna, ale solidna praca, nauka, rzetelne wykonywanie obowiązków wobec innych osób i społeczeństwa.</li> <li>4. Uczeń potrafi wyjaśnić czym dla niego jest patriotyzm.</li> <li>5. Uczeń wie jak patriotyzm objawiał się kiedyś i jakie są jego przejawy obecnie.</li> <li>6. Uczeń wie jakie obowiązki ma obywatel wobec ojczyzny.</li> <li>7. Uczeń wyraża swoje zdanie na temat patriotyzmu u młodego pokolenia.</li> </ol>
4.	Konflikt pokoleń – jak go rozwiązać.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objasnienie zjawiska konfliktu pokoleń.</li> <li>2. Wskazanie przyczyn powstawania konfliktów między pokoleniami.</li> <li>3. Wypracowanie sposobów zapobiegania i rozwiązywania konfliktów międzypokoleniowych.</li> <li>4. Podkreślenie roli ucznia w budowaniu więzi rodzinnych.</li> <li>5. Podkreślenie istotności umiejętności komunikacyjnych, empatii i zrozumienia.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie czym jest konflikt pokoleń.</li> <li>2. Uczeń potrafi wymienić przyczyny konfliktu pokoleń.</li> <li>3. Uczeń umie określić różne sytuacje konfliktowe między nastolatkami a dorosłymi.</li> <li>4. Uczeń wie co pomaga i co przeszkadza w rozwiązywaniu konfliktów.</li> <li>5. Uczeń uświadamia sobie rolę właściwej komunikacji.</li> <li>6. Uczeń rozumie swoją rolę i odpowiedzialność za budowanie więzi interpersonalnych w rodzinie.</li> <li>7. Uczeń rozumie potrzebę doskonalenia umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych.</li> </ol>
5.	Autorytety, czyli do czego dążyć.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie co oznacza pojęcie autorytet.</li> <li>2. Ustalenie jakie cechy osoby dorosłej są istotne dla młodzieży.</li> <li>3. Uświadomienie jak ważnym jest posiadanie autorytetu, oraz</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie co kryje się pod pojęciem autorytet.</li> <li>2. Uczeń wie jakie cechy są dla niego ważne i dlaczego właśnie te.</li> <li>3. Uczeń potrafi ustalić, kto ze znanych mu dorosłych mógłby być bądź jest jego</li> </ol>

		dlaczego jest to istotne.	autorytetem. 4. Uczeń dąży do osiągnięcia podziwianych przez siebie postaw.
6.	Trudna słowo - tolerancja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie pojęcia tolerancja.</li> <li>2. Kształtowanie postaw akceptacji, tolerancji i poszanowania innych i ich praw.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie i potrafi zdefiniować pojęcie tolerancja.</li> <li>2. Uczeń zdaje sobie sprawę ze znaczenia tolerancji w dzisiejszym świecie.</li> <li>3. Uczeń zna konsekwencje braku tolerancji.</li> <li>4. Uczeń unika zachowań nietolerancyjnych.</li> </ol>
7.	Czym jest empatia?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnienie pojęcia empatia.</li> <li>2. Omówienie na podstawie przykładów zachowań empatycznych.</li> <li>3. Ukazanie niezmiernej ważności bycia empatycznym wobec innych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie i rozumie co to jest empatia i jak zachowywać się w sposób empatyczny.</li> <li>2. Uczeń rozwija wrażliwość na potrzeby innych ludzi.</li> <li>3. Uczeń umie interpretować sytuacje życiowe z różnych punktów widzenia.</li> <li>4. Uczeń umie wczuwać się w stany emocjonalne i sytuacje innych ludzi.</li> <li>5. Uczeń rozumie konieczność doskonalenia zdolności empatycznych .</li> </ol>
8.	Przyjaźń i jej rola w życiu każdego z nas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdefiniowanie istoty przyjaźni i jej roli w życiu każdego człowieka.</li> <li>2. Określenie warunków, których spełnienia wymaga przyjaźń.</li> <li>3. Ustalenie jakie są cechy dobrego przyjaciela.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie czym jest przyjaźń.</li> <li>2. Uczeń wie jaką rolę odgrywa przyjaźń w życiu każdego człowieka.</li> <li>3. Uczeń wie co powinno cechować dobrego, prawdziwego przyjaciela.</li> <li>4. Uczeń pracuje nad doskonaleniem swoich cech charakteru warunkujących zawarcie wieloletnich przyjaźni.</li> </ol>
9.	Agresja: przyczyny zachowań agresywnych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnienie zjawiska agresji.</li> <li>2. Omówienie przyczyn zachowań agresywnych.</li> <li>3. Omówienie metod przeciwdziałania agresji.</li> <li>4. Omówienie sposobów obrony przed</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest agresja.</li> <li>2. Uczeń zna rodzaje agresji.</li> <li>3. Uczeń rozumie przyczyny zachowań agresywnych.</li> <li>4. Uczeń wie jak zapobiegać agresji i jak unikać takich zachowań.</li> <li>5. Uczeń potrafi poradzić sobie w sytuacjach przemocy.</li> </ol>

		zachowaniami agresywnymi.	
10.	Siła pozytywnego myślenia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie zagadnienia pozytywnego myślenia.</li> <li>2. Pokazanie technik pozytywnego patrzenia na sprawy, ludzi, wydarzenia.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wydobywanie swoich mocnych stron.</li> <li>2. Wskazanie pozytywnych i atrakcyjnych celów w życiu.</li> <li>3. Dostrzeganie pozytywnych cech u innych i wyrażanie ich.</li> <li>4. Kształtowanie umiejętności pozytywnego myślenia o sobie i o świecie.</li> <li>5. Wzmacnianie poczucia własnej wartości.</li> </ol>
11.	Skuteczna komunikacja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostarczenie wiedzy na temat skutecznych form komunikacji.</li> <li>2. Objaśnienie czym jest aktywne słuchanie.</li> <li>3. Zapoznanie z zasadami konstruktywnego udzielania informacji zwrotnych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń zna zasady skutecznej komunikacji.</li> <li>2. Uczeń wie na czym polega aktywne słuchanie.</li> <li>3. Uczeń potrafi aktywnie słuchać i wciąż rozwija tę umiejętność.</li> <li>4. Uczeń doskonali umiejętność komunikowania i odczytywania informacji.</li> <li>5. Uczeń wie jak w konstruktywny sposób zareagować na to co się do niego mówi.</li> <li>6. Uczeń stale doskonali umiejętności ważne w kontaktach z ludźmi.</li> </ol>
12.	Otyłość	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie otyłości jako choroby cywilizacyjnej: przyczyn, skutków, możliwości zapobiegania.</li> <li>2. Promowanie akceptacja własnego ciała.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie, co to jest otyłość.</li> <li>2. Uczeń wie, co to jest BMI.</li> <li>3. Uczeń zna przyczyny otyłości.</li> <li>4. Uczeń zna skutki otyłości.</li> <li>5. Uczeń akceptuje swoje ciało.</li> </ol>
13.	Anoreksja i bulimia	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wprowadzenie terminów: anoreksja i bulimia.</li> <li>2. Objaśnienie przyczyn powstawania anoreksji i bulimii.</li> <li>3. Uświadomienie jak groźne skutki mogą mieć te choroby.</li> <li>4. Zachęcenie do akceptacji samego siebie.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie, co to jest anoreksja i bulimia.</li> <li>2. Uczeń zna przyczyny anoreksji i bulimii.</li> <li>3. Uczeń zna skutki anoreksji i bulimii.</li> <li>4. Uczeń potrafi opisać główne cechy chorób.</li> <li>5. Uczeń uświadamia sobie, które części ciała zaniedbuje.</li> <li>6. Uczeń wie gdzie szukać pomocy</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Poinformowanie gdzie można znaleźć pomoc, spotykając się z problemami zaburzeń odżywiania.</li> <li>6. Promowanie akceptacji własnego ciała.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Uczeń lubi swoje ciało.</li> </ol>
14.	Uzależnienie od nikotyny	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie mechanizmów i skutków uzależnienia od tytoniu.</li> <li>2. Uświadomienie zdrowotnych i społecznych zagrożeń jakie niesie ze sobą nałóg palenia tytoniu.</li> <li>3. Podkreślenie korzyści płynących z rzucenia palenia papierosów.</li> <li>4. Uświadomienie skutków biernego palenia papierosów.</li> <li>5. Promowanie zdrowego stylu życia wolnego od tytoniu i innych środków uzależniających.</li> <li>6. Uświadomienie zasad zdrowego stylu życia (sport, odżywianie, zainteresowania itp.).</li> <li>7. Kształtowanie postaw asertywnych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń zna mechanizmy uzależnienia się od nikotyny.</li> <li>2. Uczeń potrafi wskazać najczęściej występujące powody, dla których młodzi ludzie sięgają po papierosy.</li> <li>3. Uczeń wie jakie są skutki palenia tytoniu zarówno zdrowotne jak i społeczne.</li> <li>4. Uczeń jest świadomy jakie niebezpieczeństwa niesie ze sobą palenie e-papierosów.</li> <li>5. Uczeń wie jak bardzo niebezpieczne jest bierne palenie.</li> <li>6. Uczeń unika sytuacji, gdy może być narażony na bierne palenie.</li> <li>7. Uczeń wie jakie korzyści płyną z rzucenia nałogu.</li> <li>8. Uczeń wie gdzie szukać pomocy w przypadku uzależnienia się od substancji psychoaktywnych.</li> <li>9. Uczeń potrafi być asertywny i nie sięgać po papierosa.</li> </ol>
15.	Uzależnienie od narkotyków i dopalaczy.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostarczenie podstawowych wiadomości o narkotykach oraz ich oddziaływaniu na organizm ludzki.</li> <li>2. Uświadomienie, w jakich sytuacjach i z jakich powodów można sięgnąć po narkotyki i dopalacze.</li> <li>3. Uświadomienie skutków uzależnienia się od narkotyków i dopalaczy.</li> <li>4. Kształtowanie świadomości szkodliwości zażywania</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń posiada stosowną wiedzę na temat substancji psychoaktywnych.</li> <li>2. Uczeń dostrzega zagrożenia wynikające z zażywania substancji psychoaktywnych,</li> <li>3. Uczeń uświadamia sobie jaki jest niebezpieczny wpływ mody na dopalacze, narkotyki.</li> <li>4. Uczeń potrafi rozpoznać objawy uzależnienia psychicznego i fizycznego od substancji psychoaktywnych.</li> <li>5. Uczeń dostrzega negatywne skutki zdrowotne, społeczne, rodzinne stosowania ww. substancji.</li> </ol>

		<p>substancji psychoaktywnych.</p> <p>5. Kształtowanie umiejętności rozpoznawania psychologicznych i fizycznych cech uzależnienia.</p> <p>6. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z presją rówieśników.</p> <p>7. Kształtowanie postaw asertywnych.</p>	<p>6. Uczeń wie gdzie szukać pomocy w przypadku uzależnienia się od substancji psychoaktywnych.</p> <p>7. Uczeń potrafi być asertywny.</p>
--	--	---	--

## Klasa III

L.p.	Tematyka zajęć	Zadania wychowawcy	Efekty
1.	Mała ojczyzna.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Wyjaśnienie pojęć: „mała ojczyzna”, „patriotyzm lokalny”.</li> <li>Omówienie naszej małej ojczyzny: kultury, tradycji, obyczajów.</li> <li>Kształtowanie patriotyzmu lokalnego.</li> <li>Rozwijanie myślenia refleksyjnego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń wie czym jest mała i duża ojczyzna.</li> <li>Uczeń zna swoją małą ojczyznę, tradycje regionalne, obyczaje.</li> <li>Uczeń wie jakie więzi, losy łączą jego rodzinę z miejscem zamieszkania.</li> <li>Uczeń porównuje na podstawie więzi odczuwanych przez siebie jaki znaczenie ma dla niego mała i wielka ojczyzna.</li> </ol>
2.	Ograniczenie używania samochodów.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Zwrócenie uwagi uczniów na zagrożenia płynące z nadmiernego rozwoju motoryzacji i sposoby im przeciwdziałania.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń ocenia wpływ rozwoju motoryzacji na środowisko.</li> <li>Uczeń wymienia wady i zalety różnych środków komunikacji.</li> <li>Uczeń potrafi wyjaśnić zalety transportu rowerowego.</li> <li>Uczeń ma świadomość swojego osobistego wpływu na stan środowiska</li> </ol>
3.	Problemy etyczne w dzisiejszym świecie.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pokazanie problemów etycznych, którymi spotyka się współczesny człowiek np.: eutanazja, aborcja, klonowanie, modyfikacje genetyczne, związki partnerskie...</li> <li>Omówienie przyczyn i ewentualnych konsekwencji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń potrafi nazwać problemy etyczne współczesnych społeczeństw.</li> <li>Uczeń podejmuje próby ustalenia ich przyczyn i przewiduje konsekwencje omawianych problemów.</li> </ol>
4.	Czym jest moralność?	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ustalenie definicji słowa „moralność”.</li> <li>Omówienie zachowań, postaw moralnych na podstawie konkretnych przykładów.</li> <li>Próba oceny konkretnych zachowań w kontekście moralności.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń rozumie znaczenie słowa „moralność”.</li> <li>Uczeń potrafi rozróżnić zachowania i wartości moralne od amoralnych, potrafi je ocenić.</li> <li>Uczeń potrafi świadomie wybrać odpowiednią postawę życiową.</li> <li>Uczeń potrafi ustalić granice swojego postępowania i uszanować granice ustalone przez innych.</li> </ol>
5.	Odpowiedzialność za siebie i	<ol style="list-style-type: none"> <li>Omówienie istoty</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Uczeń wie za kogo i za co</li> </ol>

	innych.	<p>odpowiedzialności.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Uświadomienie zależności między przyczyną a skutkiem.</li> <li>3. Rozróżnienie między odpowiedzialnością indywidualną a odpowiedzialnością zbiorową.</li> </ol>	<p>jest odpowiedzialny.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Uczeń rozumie, że każde działanie zarówno to dobre jak i złe niesie ze sobą określone konsekwencje, którym należy stawić czoła.</li> <li>3. Uczeń wie czym różni się odpowiedzialność indywidualna od odpowiedzialności zbiorowej.</li> <li>4. Uczeń potrafi rozróżnić sytuacje kiedy odpowiedzialna jest jedna osoba, a kiedy odpowiedzialność spada na całą grupę.</li> <li>5. Uczeń podejmując decyzje, zachowując się w określony sposób lub przyjmując określoną postawę przewiduje jakie będą konsekwencje poszczególnych działań i nie uchyla się przed ich skutkami.</li> </ol>
6.	Dyskryminacja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie pojęcia dyskryminacja.</li> <li>2. Omówienie przyczyn i podłoża dyskryminacji.</li> <li>3. Omówienie przykładowych form dyskryminacji.</li> <li>4. Omówienie konsekwencji (w tym konsekwencji prawnych) dyskryminacji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń zna i rozumie pojęcia dyskryminacja, uprzedzenie.</li> <li>2. Uczeń zna formy dyskryminacji.</li> <li>3. Uczeń wie skąd biorą się zachowania i postawy dyskryminujące innych.</li> <li>4. Uczeń wie jakie mogą być przejawy dyskryminacji np. wobec osób starszych, kobiet, osób o innym kolorze skóry, itp.</li> <li>5. Uczeń uświadamia sobie negatywne skutki uprzedzeń i dyskryminacji oraz zdaje sobie sprawę z konieczności przeciwdziałania takim zachowaniom.</li> <li>6. Uczeń zna ocenę prawną dyskryminacji.</li> <li>7. Uczeń nabiera umiejętności autonomicznego myślenia i samodzielnej moralnej oceny zjawisk społecznych.</li> <li>8. Uczeń uczy się, jak</li> </ol>



			zapobiegać złu moralnemu, mając na celu dobro swoje i innych.
7.	Miłość i jej rola w życiu każdego człowieka.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdefiniowanie istoty miłości i jej roli w życiu każdego człowieka.</li> <li>2. Omówienie rodzajów i etapów miłości.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie pojęcie miłości.</li> <li>2. Uczeń potrafi zidentyfikować i rozróżnić poszczególne rodzaje miłości.</li> <li>3. Uczeń zna i rozróżnia etapy miłości.</li> <li>4. Uczeń wie i rozumie jaką rolę w życiu każdego człowieka odgrywa miłość.</li> <li>5. Uczeń rozumie dlaczego należy pielęgnować miłość i wie jak to robić.</li> </ol>
8.	Asertywność .	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie zagadnienia asertywności.</li> <li>2. Omówienie różnic w postawie asertywnej, agresywnej i uległej.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie i rozumie co to jest asertywność.</li> <li>2. Uczeń potrafi odróżnić postawę asertywną od agresywnej i uległej.</li> <li>3. Uczeń doskonali postawę asertywną: asertywne wyrażanie myśli, poglądów i uczuć.</li> </ol>
9.	Samoakceptacja – lubię siebie.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapoznanie uczniów z rodzajami samooceny.</li> <li>2. Zapoznanie uczniów ze sposobami ułatwiającymi zaakceptowanie siebie i innych.</li> <li>3. Kształtowanie w uczniach umiejętności okazywania sympatii innym ludziom.</li> <li>4. Wdrażanie uczniów do dokonywania analizy i oceny swoich zachowań oraz cech osobowości.</li> <li>5. Kształtowanie w uczniach umiejętności dostrzegania pozytywnych cech, umiejętności, zdolności, talentów u siebie i u innych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń zna rodzaje samooceny.</li> <li>2. Uczeń potrafi obiektywnie przeanalizować i ocenić siebie i swoje zachowania, ale również innych i ich zachowania.</li> <li>3. Uczeń umie zauważyć pozytywne cechy, zachowania.</li> <li>4. Uczeń potrafi wyrazić aprobatę, uznanie zarówno w stosunku do siebie jak i do innych.</li> </ol>
10.	Komunikacja werbalna i	1. Przedstawienie uczniom	1. Uczeń zna i potrafi nazwać

	niewerbalna.	<p>różnorodności komunikatów: werbalne, niewerbalne, bezpośrednie i pośrednie.</p> <p>2. Omówienie różnic między asertywnym, biernym i agresywnym komunikowaniem się.</p> <p>3. Zapoznanie uczniów z barierami komunikacyjnymi.</p> <p>4. Przedstawienie warunków udanej komunikacji w sytuacjach trudnych, konfliktowych.</p>	<p>rodzaje komunikatów.</p> <p>2. Uczeń rozróżnia komunikat werbalny od niewerbalnego, pośredni od bezpośredniego.</p> <p>3. Uczeń zna różnice między asertywnym, biernym i agresywnym komunikowaniem się.</p> <p>4. Uczeń wybiera asertywny sposób komunikowania się.</p> <p>5. Uczeń zna bariery komunikacyjne.</p> <p>6. Uczeń wie jak przezwyciężać bariery komunikacyjne.</p> <p>7. Uczeń umie uzasadnić zastosowanie komunikaty bezpośredniego w sytuacji konfliktowej.</p>
11.	Rywalizacja.	<p>1. Objaśnienie pojęcia rywalizacja.</p> <p>2. Omówienie zasady zdrowej rywalizacji i korzyści jakie z takiej rywalizacji płyną.</p> <p>3. Omówienie na przykładach rywalizacji fair play i niezdrowej rywalizacji.</p>	<p>1. Uczeń zna i rozumie pojęcie zdrowej rywalizacji.</p> <p>2. Uczeń praktycznie rozróżnia rywalizację i współpracę.</p> <p>3. Uczeń potrafi dokonać wyboru między tymi dwoma zachowaniami uwzględniając konsekwencje jakie z niego płyną.</p> <p>4. Uczeń potrafi samodzielnie ustalać cel i sposoby jego osiągnięcia.</p>
12.	Zdrowe odżywianie.	<p>1. Zapoznanie uczniów z zasadami racjonalnego odżywiania się człowieka.</p> <p>2. Kształtowanie umiejętności oceniania własnego sposobu żywienia.</p> <p>3. Nauka urozmaicenia własnego stylu żywienia.</p>	<p>1. Uczeń dostrzega zależności pomiędzy odżywianiem a zdrowiem człowieka.</p> <p>2. Uczeń wie, co powinien jeść, jak i ile.</p> <p>3. Uczeń zna produkty szkodliwe dla zdrowia</p> <p>4. Uczeń wie, jak prawidłowo odżywiać się, zna zasady prawidłowego żywienia.</p> <p>5. Uczeń uświadamia sobie wieloaspektowość pojęcia zdrowia.</p> <p>6. Uczeń wie, że ma wpływ na stan swojego zdrowia.</p> <p>7. Uczeń umie uzasadnić korzystny lub niekorzystny wpływ różnych produktów i czynności na swoje zdrowie.</p> <p>8. Uczeń rozumie, że ten sam</p>

			produkt lub czynność może mieć różny wpływ na zdrowie.
13.	Depresja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie choroby jaką jest depresja: przyczyn powstawania, objawów, konsekwencji.</li> <li>2. Omówienie możliwych sposobów leczenia.</li> <li>3. Omówienie profilaktyki zdrowia psychicznego.</li> <li>4. Poinformowanie gdzie szukać pomocy gdy podejrzewa się zachorowanie na depresję.</li> <li>5. Wzmacnianie poczucia własnej wartości.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest depresja.</li> <li>2. Uczeń wie jakie depresja się objawia.</li> <li>3. Uczeń zna przyczyny zachorowania na depresję.</li> <li>4. Uczeń wie jak radzić sobie w trudnych sytuacjach i jak zapobiegać depresji.</li> <li>5. Uczeń wie gdzie szukać pomocy gdy podejrzewa, że ma depresję.</li> <li>6. Uczeń nie wstydzi się prosić o pomoc.</li> <li>7. Uczeń wierzy w siebie.</li> </ol>
14.	Samodyscyplina	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie pojęcia samodyscypliny.</li> <li>2. Omówienie składowych samodyscypliny.</li> <li>3. Omówienie roli samodyscypliny w realizacji celów i planów.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie czym jest samodyscyplina.</li> <li>2. Uczeń wie co musi zrobić aby potrafić się świadomie samemu zdyscyplinować.</li> <li>3. Uczeń wie jaką rolę pełnią „nagrody” i „kary” w procesie samodyscypliny.</li> <li>4. Uczeń wie jaką rolę odgrywa samodyscyplina w drodze do odnoszenia sukcesów.</li> <li>5. Uczeń samodyscyplinuje się. Ustawicznie pracuje nad sobą.</li> </ol>
15.	Kreatywność	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kształtowanie pozytywnych postaw wobec kreatywności.</li> <li>2. Wzmacnianie motywacji do twórczego myślenia i działania.</li> <li>3. Rozwijanie umiejętności twórczego myślenia i działania.</li> <li>4. Zachęcanie uczniów do podejmowania kreatywnych działań.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie co to jest kreatywność.</li> <li>2. Uczeń wie jakie warunki muszą zostać spełnione by móc działać kreatywnie.</li> <li>3. Uczeń wie jakie korzyści płyną z kreatywnego myślenia i działania.</li> <li>4. Uczeń rozwija twórcze myślenie i twórcze działanie.</li> <li>5. Uczeń wierzy we własne możliwości w zakresie kreatywnego działania.</li> </ol>

## Klasa IV

L.p.	Tematyka zajęć	Zadania wychowawcy	Efekty
1.	Trudne słowo - solidarność.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wytlumaczenie istoty solidarności.</li> <li>2. Omówienie na przykładach przejawów solidarności.</li> <li>3. Przedyskutowanie kwestii fałszywej solidarności.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie czym jest solidarność.</li> <li>2. Uczeń wie czym jest fałszywa solidarność.</li> <li>3. Uczeń potrafi rozróżnić sytuacje gdy należy być solidarnym, a kiedy nie powinno się tego robić.</li> </ol>
2.	Stereotypy	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie zjawiska stereotypu.</li> <li>2. Zapoznanie z mechanizmami powstawania stereotypów.</li> <li>3. Pokazanie, w jaki sposób stereotypy i inne, często nieuświadomiane, założenia kierują naszym zachowaniem.</li> <li>4. Pogłębianie wiedzy na temat szkodliwego działania stereotypów.</li> <li>5. Propagowanie postaw otwartości i ukazania wartości i znaczenia różnorodności.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi zdefiniować pojęcie stereotyp i je rozumie.</li> <li>2. Uczeń potrafi rozróżnić postawy tolerancyjne i nietolerancyjne.</li> <li>3. Uczeń zna mechanizmy powstawania stereotypów.</li> <li>4. Uczeń uświadamia sobie czy również stereotypowo postrzega i traktuje innych.</li> <li>5. Uczeń podejmuje walkę ze stereotypami.</li> <li>6. Uczeń przyjmuje otwartą i tolerancyjną postawę wobec innych i świata.</li> </ol>
3.	Sekty.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnienie pojęcia sekta.</li> <li>2. Ukazanie niebezpieczeństw, na które narażona jest młodzież.</li> <li>3. Zwrócenie uwagi na sposoby werbowania.</li> <li>4. Podanie podstawowych metod radzenia sobie z werownikami.</li> <li>5. Uświadomienie gdzie można spotkać się z przedstawicielami sekt.</li> <li>6. Wyjaśnienie istoty niebezpieczeństwa, jakie niosą ze sobą sekty.</li> <li>7. Nauka wartościowania oferowanych propozycji</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie znaczenie pojęcia sekta.</li> <li>2. Uczeń zna cechy charakterystyczne sekt.</li> <li>3. Uczeń zna wartość pozytywnych i negatywnych konsekwencji swojego działania.</li> <li>4. Uczeń rozumie potrzebę krytycznej oceny nowych, nieznanych zjawisk i sytuacji.</li> <li>5. Uczeń potrafi ocenić różne działania w kategoriach dobra i zła.</li> <li>6. Uczeń umie rozpoznać zagrożenia wyływające z przynależności do sekt.</li> <li>7. Uczeń zna praktyczne sposoby uniknięcia zniewolenia przez destruktywne działanie sekt.</li> </ol>

		"innej wiary" i afirmacji własnej.	8. Uczeń umie poszukać pomocy w sytuacjach problemowych.
4.	Konformizm i nonkonformizm.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie pojęcia konformizm i nonkonformizm.</li> <li>2. Omówienie na przykładach zachowań konformistycznych.</li> <li>3. Przedyskutowanie zalet i wad zachowań konformistycznych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie i rozumie czym jest konformizm i nonkonformizm.</li> <li>2. Uczeń potrafi określić czy dane zachowanie jest przejawem konformizmu czy nonkonformizmu.</li> <li>3. Uczeń dokonuje wyboru, którą postawę przybiorą w określonych sytuacjach, wie dlaczego dokonał takiego wyboru.</li> </ol>
5.	Odpowiedzialna konsumpcja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Unaocznienie młodzieży, iż za pomocą codziennych wyborów w sklepie wpływamy na stan środowiska i swojego zdrowia.</li> <li>2. Aktywizacja uczniów do działań na rzecz przyrody oraz zdrowia..</li> <li>3. Nauczenie się pozytywnych nawyków związanych z zakupami.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi wyjaśnić zalety wielorazowych toreb na zakupy.</li> <li>2. Uczeń potrafi ocenić jakie opakowania są najbardziej przyjazne środowisku, a które najbardziej nieekologiczne.</li> <li>3. Uczeń wymienia preferencje konsumentów, które byłyby przyjazne dla środowiska naturalnego.</li> <li>4. Uczeń ocenia wpływ handlu na stan środowiska przyrodniczego oraz stan zdrowia.</li> <li>5. Uczeń potrafi argumentować swoje stanowisko dotyczące etyki w dokonywaniu zakupów.</li> <li>6. Uczeń rozumie wady konsumpcyjnego stylu życia.</li> <li>7. Uczeń ma świadomość swojego osobistego wpływu na stan środowiska.</li> <li>8. Uczeń unika zbędnych opakowań i wybiera opakowania ekologiczne.</li> </ol>
6.	Problem nadmiernej produkcji śmieci.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ukazanie w czym tkwi problem śmieci.</li> <li>2. Systematyzacja podstawowych pojęć związanych z odpadami.</li> <li>3. Próba znalezienia rozwiązań nadmiernej konsumpcji produktów</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń definiuje pojęcia: surowce wtórne, recykling, hierarchia, segregacja.</li> <li>2. Uczeń potrafi prawidłowo posegregować odpady.</li> <li>3. Uczeń zna sposoby wykorzystywania odpadów.</li> <li>4. Uczeń zna hierarchię</li> </ol>

		i nadmiernej produkcji odpadów.	postępowania z odpadami. 5. Uczeń rozumie osobistą odpowiedzialność za stan środowiska.
7.	Etyka – co to właściwie jest?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przedstawienie pojęcia etyka.</li> <li>2. Omówienie zachowań etycznych i nieetycznych: pokazanie ich na konkretnych przykładach.</li> <li>3. Omówienie konsekwencji prawnych, społecznych zachowań nieetycznych.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie, co kryje się pod pojęciem etyka.</li> <li>2. Uczeń potrafi rozróżnić zachowanie etyczne od nieetycznego.</li> <li>3. Uczeń potrafi określić konsekwencje zachowań nieetycznych.</li> </ol>
8.	Problemy etyczne w dzisiejszym świecie.	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Pokazanie problemów etycznych, którymi spotyka się współczesny człowiek np.: eutanazja, aborcja, klonowanie, modyfikacje genetyczne, związki partnerskie...</li> <li>4. Omówienie przyczyn i ewentualnych konsekwencji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Uczeń potrafi nazwać problemy etyczne współczesnych społeczeństw.</li> <li>4. Uczeń podejmuje próby ustalenia ich przyczyn i przewiduje konsekwencje omawianych problemów.</li> </ol>
9.	Współdziałanie.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie pojęcia współpraca.</li> <li>2. Uwrażliwienie na wartość jaką jest współpraca.</li> <li>3. Omówienie zasad konstruktywnej współpracy zarówno w zespole klasowym jak i w innych grupach społecznych.</li> <li>4. Rozwijanie umiejętności zgodnego współdziałania w grupie</li> <li>5. Integrowanie zespołu klasowego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi zdefiniować pojęcie współpracy i je rozumie.</li> <li>2. Uczeń wie jakie korzyści może przynieść współdziałanie w grupie.</li> <li>3. Uczeń potrafi współpracować: ustalić cele i sposoby ich osiągnięcia.</li> <li>4. Uczeń współpracując potrafi zachować własną odrębność i niezależność.</li> <li>5. Uczeń rozwija poczucie przynależności do zespołu klasowego.</li> </ol>
10.	Aktywny styl życia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uświadomienie uczniom zależności między prawidłowym odżywianiem i aktywnością fizyczną, a rozwojem organizmu.</li> <li>2. Promowanie zdrowego stylu życia opartego na aktywności ruchowej.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń rozumie znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka.</li> <li>2. Uczeń wie w jaki sposób należy dbać o własne zdrowie aby uniknąć schorzeń aparatu ruchu.</li> <li>3. Uczeń potrafi wymienić choroby związane z brakiem</li> </ol>

			<p>aktywności ruchowej.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Uczeń potrafi aktywnie i bezpiecznie wypoczywać.</li> <li>5. Uczeń potrafi wymienić różne formy aktywności: sporty, które może uprawiać samodzielnie lub takie, które wymagają konsultacji z trenerem.</li> </ol>
11.	Uzależnienie od alkoholu.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostarczenie wiedzy na temat działania alkoholu na organizm człowieka.</li> <li>2. Przedstawienie konsekwencji zdrowotnych spożywania alkoholu.</li> <li>3. Uświadomienie uczniom, że alkohol jest środkiem uzależniającym, a alkoholizm jest chorobą.</li> <li>4. Zapoznanie z sygnałami niepokojącymi, świadczącymi o możliwości uzależnienia się od alkoholu.</li> <li>5. Skutki społeczne uzależnienia od alkoholu i współuzależnienie.</li> <li>6. Wprowadzenie pojęcia szkodliwego wzorca picia alkoholu.</li> <li>7. Uzupelnienie wiedzy na temat motów związanych ze spożywaniem alkoholu.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń potrafi wyjaśnić na czym polega nałóg alkoholowy i jakie mechanizmy nim rządzą.</li> <li>2. Uczeń ma świadomość, że alkohol uzależnia, a alkoholizm to choroba.</li> <li>3. Uczeń zna przyczyny i skutki sięgania po alkohol przez młodzież.</li> <li>4. Uczeń wie, kiedy nadużywanie alkoholu może się przekształcić w śmiertelną chorobę – alkoholizm.</li> <li>5. Uczeń uświadamia sobie sposoby funkcjonowania dziecka w rodzinie alkoholowej, rolę, które ono przyjmuje, by przetrwać w trudnych sytuacjach.</li> <li>6. Uczeń dostrzega związek między piciem alkoholu a życiem uczuciowym.</li> <li>7. Uczeń potrafi wskazać miejsca pomocy osobom zagrożonym uzależnieniem lub współuzależnionym.</li> </ol>
12.	Motywacja.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omówienie zagadnienia motywacji.</li> <li>2. Omówienie czynników podnoszących motywację.</li> <li>3. Wzmacnianie naturalnej motywacji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie i rozumie co to jest motywacja.</li> <li>2. Uczeń zna rodzaje motywacji.</li> <li>3. Uczeń rozumie jaką rolę w procesie uczenia się odgrywa motywacja.</li> <li>4. Uczeń wie jakie czynniki podnoszą motywację.</li> <li>5. Uczeń potrafi określić co w jego przypadku jest</li> </ol>

			<p>najbardziej motywującym czynnikiem.</p> <p>6. Uczeń jest świadomy siły motywacji naturalnej i dąży do jej wzmacniania.</p>
13.	Cele – jak je skutecznie osiągać?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przybliżenie uczniom zasad tworzenia skutecznych celów.</li> <li>2. Skonfrontowanie uczniów z rolą pesymistycznego i optymistycznego nastawienia oraz jego wpływem na wybór osobistej strategii osiągnięcia celów.</li> <li>3. Rozwijanie umiejętności podejmowania dojrzałych decyzji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie w jaki sposób określać realne do osiągnięcia cele.</li> <li>2. Uczeń ma świadomość jaką rolę odgrywa nastawienie w procesie realizacji celów.</li> <li>3. Uczeń określa jakie są jego cele na bliższą i dalszą przyszłość.</li> <li>4. Uczeń wie jakie cele udało się mu ostatnio osiągnąć.</li> <li>5. Uczeń formułuje cel, który będzie stanowił dla niego motywację do działania na przestrzeni najbliższego czasu (po ustalonym okresie na godzinie wychowawczej dokonuje sprawozdania z realizacji celu).</li> </ol>
14.	Inteligencja wieloraka.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objaśnienie pojęcia inteligencja wieloraka i wyróżnienie typów inteligencji.</li> <li>2. Wytlumaczenie wpływu poszczególnych typów inteligencji na efektywność określonych metod i technik uczenia się.</li> <li>3. Przeprowadzenie testu na dominujący typ inteligencji.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie i rozumie co to jest inteligencja wieloraka.</li> <li>2. Uczeń potrafi wymienić typy inteligencji i wie czym się charakteryzują.</li> <li>3. Uczeń zauważa zależności pomiędzy poszczególnymi typami inteligencji a efektywnymi metodami i technikami uczenia się.</li> <li>4. Uczeń wie jaki jest jego dominujący typ inteligencji.</li> <li>5. Uczeń potrafi wybrać uwzględniając swój wiodący typ inteligencji najbardziej efektywne dla siebie formy i metody pracy.</li> </ol>
15.	Konstruktywne wykorzystanie czasu wolnego.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ukazanie czasu wolnego w kontekście wartości.</li> <li>2. Kształcenie umiejętności konstruktywnego wykorzystywania czasu wolnego.</li> <li>3. Wskazanie potrzeby spędzania czasu</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wie, że czas wolny jest nieodzownym elementem życia.</li> <li>2. Uczeń potrafi zaplanować swój czas wolny konstruktywnie.</li> <li>3. Uczeń planując swój czas wolny uwzględnia swoje pasje i zainteresowania.</li> <li>4. Uczeń stara się spędzać swój</li> </ol>



		wolnego z rodziną. 4. Zachęcanie do czynnego spędzania czasu wolnego.	czas wolny z najbliższymi, rodziną, przyjaciółmi. 5. Uczeń wie jakie korzyści płyną ze spędzania czasu wolnego w sposób aktywny. 6. Uczeń stara się spędzać czas wolny aktywnie.
--	--	--	--