

**PROPOZYCJA TEMATÓW DO REALIZACJI NA GODZINACH WYCHOWAWCZYCH
W KLASIE I**

Lp.	Temat	Cele edukacyjne
1.	Kontrakt klasowy- integracja grupy	<ul style="list-style-type: none"> - wzajemne poznanie się, - umiejętność porozumiewania się przy pierwszych kontaktach - budowanie w klasie bezpiecznego środowiska umożliwiającego koncentrację na nauce poprzez działania integracyjne - uwzględnienie potrzeb i możliwości ucznia z zagranicy np. uczeń z Ukrainy
2.	Co nas łączy?	<ul style="list-style-type: none"> - poznajemy swoje zainteresowania, formy spędzania czasu wolnego, nasze zdolności i zainteresowania - szerzenie roli wolontariatu - rozwijanie świadomości istnienia potrzeby wspólnego działania na rzecz innych osób - rozwój zainteresowań , poszerzenie autonomii i samodzielności - szukanie wspólnych tematów i obszarów łączących uczniów z Polski z uczniem z zagranicy np. Ukrainy
3.	Tworzymy grupę – ustalanie celów i norm grupowych	<ul style="list-style-type: none"> - dostosowujemy się do norm grupowych, - wzrost empatii i tolerancji uczniów, -kształtowanie prospołecznych postaw uczniów i rozwijanie pozytywnego systemu wartości w klasie - angażowanie i włączanie uczniów z zagranicy w życie klasy
4.	Statut i struktura organizacyjna szkoły	<ul style="list-style-type: none"> uczniowie zna swoje prawa i obowiązki, - zna statut szkoły, program wychowawczy i profilaktyczny
5.	Osoby niepełnosprawne są wśród nas	<ul style="list-style-type: none"> - zdobycie podstawowej wiedzy na temat danej niepełnosprawności - rozwój empatii, zrozumienia dla niepełnosprawności u innego człowieka - motywowanie do wspierania osób niepełnosprawnych
6.	Czas pandemii- czasem refleksji nad sobą i swoim trybem życia	<ul style="list-style-type: none"> -motywowanie do autorefleksji nad zachowaniem i systemem wartości -kształtowanie prospołecznych postaw, -rozwijanie umiejętności dbania o swoje zdrowie psychiczne
7.	W czasie nauki zdalnej korzystanie z przesłanych przez pomoc psychologiczno – pedagogiczną materiałów profilaktycznych, edukacyjnych, wychowawczych w formie	<ul style="list-style-type: none"> - możliwość wszechstronnego rozwoju osobowego w sferach : intelektualnej, psychicznej, społecznej, moralnej, duchowej, zdrowotnej

	prezentacji, filmów, scenariuszy i innych form multimedialnych	
8.	Depresja młodzieńcza- przyczyny, objawy i gdzie szukać pomocy?	-znajomość źródeł przyczyn depresji młodzieńczej, -umiejętność rozpoznawania objawów, -zapoznanie się z instytucjami wspierającymi osoby z depresją
9.	Sposoby, metody radzenia sobie ze stresem	- nabywanie umiejętności dostrzegania indywidualnych różnic związanych ze sposobem reagowania na stres - uczeń poznaje sposoby radzenia sobie ze stresem - ćwiczenie umiejętności rozładowywania napięć wewnętrznych
10.	Uczucia, emocje – identyfikacja i nazywanie uczuć	- kształtowanie umiejętności wyrażania emocji oraz ich rozumienia -uczeń poznaje sposoby radzenia sobie ze złością, gniewem, rozczarowaniem i stresem
11.	Wartości deklarowane, a wartości realizowane w moim życiu	- uświadomienie i poszerzenie wiedzy na temat cenionych wartości, -ustalenie swojego systemu wartości, -umiejętność odróżnienia dobra od zła , - pogłębienie samoświadomości w zakresie preferowanego stylu życia, - kształcenie umiejętności krytycznego myślenia - wdrażanie do podejmowania odpowiedzialności za realizację określonych zadań lub dziedzin życia szkoły (samorząd uczniowski itp.)
12.	Rodzina jako najważniejsza wartość w życiu człowieka	- uświadomienie roli rodziny w życiu młodego człowieka - rozwijanie kompetencji społecznych w celu budowania pozytywnych relacji rodzinnych - znaczenie negatywnych wzorców wynikających z rodzin dysfunkcyjnych i ich wpływ na bieżące i przyszłe życie
13.	Zadbaj o swój mózg-zasady bezpiecznego korzystania z urządzeń ekranowych	-uczeń ma świadomość negatywnego wpływu urządzeń ekranowych na zdrowie, -uczeń zna zasady ekranowe, -uczeń potrafi bezpiecznie korzystać z urządzeń ekranowych

14.	Moja pasja to...- zachęcam was do.....	-uczniowie dzielą się swoimi zainteresowaniami ,pasjami z kolegami i koleżankami w klasie, -rozwój i poszerzenie zainteresowań uczniów,
15.	Moja szkoła	- uczeń zna historię szkoły, - zna obecną strukturę szkoły, - współtworzy życie szkoły
16.	Rola współpracy i pomocy grupy w osiągnięciu celów indywidualnych i grupowych	- uczeń potrafi komunikować się bez przeszkód w zespole, - umie pracować zespołowo, - potrafi podejmować decyzje indywidualnie i zespołowo, - jest odpowiedzialny za pracę grupy
17.	Koleżeństwo, kumplostwo, przyjaźń, miłość	- uczeń potrafi dostrzec różnice między koleżeństwem, kumplostwem, przyjaźnią, miłością
18.	Niewłaściwe zachowania w grupie i sposoby zapobiegania im	- uczeń potrafi dostrzegać, że obmawianie, wyśmiewanie i inne zachowania negatywne są niewłaściwe, - zna sposoby zapobiegania im
19.	Rozwiązywanie problemów	- uczeń rozpoznaje problemy, - poszukuje działań mających na celu ich rozwiązywanie - rozwijanie kompetencji w zakresie wykorzystania różnych form grupowej pracy nad rozwiązaniem problemów (burza mózgów, dyskusja grupowa)
20.	Kształcenie umiejętności porozumiewania się uczniów między sobą	- poznanie technik aktywnego słuchania, -poznanie zasad skutecznej komunikacji, - praca w zespole
21.	Czy masz szacunek dla samego siebie?	- wprowadzenie pojęcia „asertywność”, - kształtowanie prawidłowej samooceny - określenie praw człowieka, - uczeń odróżnia zachowania uległe od asertywnych
22.	Komunikacja werbalna i niewerbalna, umiejętność odczytywania sygnałów z otoczenia	- kształtowanie umiejętności porozumiewania się i utrzymywania dobrych relacji z innymi ludźmi oraz współpracy w grupie
23.	Jestem Polakiem, znam Polskę	- kształcenie tożsamości narodowej -rozwijanie prawidłowych postaw patriotycznych -wzbogacanie wiedzy z historii Polski
24.	Co każdy powinien wiedzieć o Unii Europejskiej?	- poznanie historii Unii Europejskiej na tle procesów integracyjnych współczesnego świata

25.	Jak się uczyć efektywnie? – techniki uczenia się i higiena pracy umysłowej	<ul style="list-style-type: none"> - uczeń potrafi określić źródła trudności w nauce, - przezwycięża trudności, - poznaje i udoskonala techniki uczenia się np. zapamiętywania, notowania, sposobów odpowiadania, - zna podstawowe zasady pracy umysłowej, - potrafi zaplanować i zorganizować własną pracę - potrafi organizować czas na naukę i odpoczynek
26.	Mój stosunek do zdobywania wiedzy	<ul style="list-style-type: none"> - określenie swojego nastawienia do zdobywania wiedzy i uczenia się, - zasady skutecznego uczenia się - rozwijanie pozytywnych postaw – pomoc koleżeńska w nauce
27.	Planowanie własnego rozwoju – moje mocne strony	<ul style="list-style-type: none"> - rozwijanie umiejętności dokonywania oceny własnych umiejętności życiowych - uczeń rozwija zainteresowania poza przedmiotowe (osobiste), - ma świadomość swojej indywidualności, - wzmacnia swoje poczucie wartości, - potrafi dostrzec związek pomiędzy swoimi predyspozycjami, a planami na przyszłość, - uczeń prezentuje swoją dziedzinę zainteresowań przed klasą (chętni uczniowie)
28.	Poznaję siebie. Moja tożsamość. Samoakceptacja	<ul style="list-style-type: none"> - uczeń poznaje samego siebie, - potrafi wskazywać swoje słabe i mocne strony, - podejmuje działania, by niwelować swoje słabe strony, - posiada poczucie własnej wartości, - ma poczucie własnej tożsamość - posiada adekwatną samoocenę
29.	Środki masowego przekazu – mass media	<ul style="list-style-type: none"> - rozumienie roli mediów we współczesnej cywilizacji, - zdobycie umiejętności krytycznego odbioru treści komunikatów medialnych, - zachowanie postawy dystansu wobec informacji przekazywanych przez media
30.	Bezpieczeństwo w sieci	<ul style="list-style-type: none"> - utrwalanie informacji o bezpiecznych zachowaniach podczas korzystania z portali społecznościowych oraz metodach przeciwdziałania cyberprzemocy - wzbogacanie wiedzy na temat skutków hejtu - wyposażenie ucznia w wiedzę dotyczącą szukania wsparcia, pomocy w przypadku cyberprzemocy

31.	Bezpieczeństwo w sieci- cyberbullying, sexting, happy slapping	<ul style="list-style-type: none"> -uświadomienie uczniom istnienia różnych form cyberprzemocy - zrozumienie mechanizmów leżących u źródeł cyberprzemocy uczeń rozumie skutki cyberprzemocy - poszerzenie wiedzy na temat sposobów reagowania w przypadku cyberprzemocy - rozwijanie umiejętności asertywnego zachowania - nauka konstruktywnego wyrażania gniewu - uświadomienie uczniom konsekwencji nieodpowiedzialnych zachowań w sieci, oraz konsekwencji grożących sprawcom przemocy
32.	Uzależnienie od Internetu	<ul style="list-style-type: none"> - ukazanie roli Internetu oraz poszerzenie wiedzy i uświadomienie uczniom zagrożeń wynikających z jego niewłaściwego wykorzystania -wskazanie sposobów bezpiecznego , kulturalnego i efektywnego korzystania z Internetu
33.	Profilaktyka zachowań ryzykownych- przeciwdziałanie zagrożeniom współczesnego świata	<ul style="list-style-type: none"> - uczeń wypowiada się w kwestionariuszu ankiety na temat uzależnień - uczeń dostrzega związek między zdrowiem, stylem życia a zagrożeniami pułapkami współczesnego świata, - zna mechanizm powstawania uzależnienia - przeprowadzenie diagnozy poziomu zagrożeń uczniów narkomanią, alkoholizmem, nikotynizmem, lekomanią i niedostosowaniem społecznym - rozwijanie postaw aprobujących abstynencję i unikanie substancji psychoaktywnych w wymiarach: emocjonalnym, poznawczym i behawioralnym
34.	Rozpoznawanie zagrożeń cywilizacyjnych (uzależnienia, sekty, subkultury, zachowania suicydalne)	<ul style="list-style-type: none"> - uczeń rozpoznaje zagrożenia i pułapki współczesnego świata - potrafi przewidzieć konsekwencje sięgania po papierosy, alkohol, narkotyki, dostrzega związki między zdrowiem, stylem życia, a zagrożeniem pułapkami współczesnego świata, -uczeń zna przyczyny oraz sygnały zachowań suicydalnych ,uczeń wie gdzie może zgłosić się i uzyskać pomoc w problemie

35.	Promocja zdrowia- aktywność fizyczna w moim życiu	<ul style="list-style-type: none"> - utrwalanie umiejętności rozpoznawania symptomów zagrożeń zdrowia fizycznego - kładzenie nacisku na dbałość o zdrowie poprzez aktywność fizyczną
36.	Współdziałanie szkoły i domu w zakresie kształcenia i wychowania	<ul style="list-style-type: none"> - uczeń ma świadomość współdziałania szkoły i domu w zakresie harmonijnego rozwijania jego osobowości
37.	Planujemy wycieczki klasowe	<ul style="list-style-type: none"> - zebranie informacji o atrakcyjnych miejscach turystycznych, - opracowanie harmonogramu wycieczki, - pogłębianie więzi ze swoim środowiskiem, regionem, krajem
38.	Umiejętność gospodarowania czasem nauki i wolnym od zajęć	<ul style="list-style-type: none"> - zagospodarowanie czasu wolnego jako warunek istotny dla zdrowia i rozwoju psychicznego, - doskonalenie umiejętności planowania, organizowania oraz oceniania własnego uczenia się, planowania przyszłości oraz wyznaczania celów i ich realizacji - rozwój zaangażowania w różne formy aktywności (koła zainteresowań, wolontariat itp.) - rozwijanie umiejętności życiowych sprzyjających rozwojowi psychicznemu i fizycznemu -uczeń zna sposoby i zasady dbania o higienę psychiczną
39	Niepowodzenia to porażki czy kolejne etapy w drodze do celu?	<ul style="list-style-type: none"> - umiejętność stawiania celów w zależności od własnych możliwości i potrzeb - rozwijanie umiejętności radzenia sobie z trudnościami
40.	Dyskusja i inne metody aktywizujące jako jedna z form zdobywania wiedzy	<ul style="list-style-type: none"> - nabywanie umiejętności przeprowadzenia dyskusji na wybrany temat, - ćwiczenie umiejętności wypowiedzenia własnych sądów -zna różne sposoby dochodzenia do wiedzy dostosowane do jego preferencji uczenia się (kinestetyk, wzrokowiec ,słuchowiec)
41.	Uczymy się zachowań asertywnych	<ul style="list-style-type: none"> - doskonalenie umiejętności wyrażania własnych uczuć, dawania i przyjmowania informacji zwrotnej (z wzajemnym szacunkiem)
42.	Zdrowe odżywianie się – anoreksja i bulimia	<ul style="list-style-type: none"> - akceptacja obrazu własnego ciała -zna przyczyny i skutki zaburzeń w odżywianiu - zna osoby, instytucje udzielające wsparcia w tych problemach

43.	Lekcja z cyklu „Polecam – ostatnio przeczytaną książkę, obejrzany film, program, koncert	- rozwój własnych zainteresowań - poznanie nowości z dziedziny kultury, literatury
44.	Wyjścia do kina, wyjazdy do teatru, wycieczki, biwaki, przygotowanie uroczystości szkolnych itp.	- propagowanie aktywności kulturalnej
45.	Podsumowanie wyników za I semestr oraz ocen rocznych	- analiza wyników dydaktycznych i wychowawczych oraz podjęcie działań zmierzających do poprawy sytuacji w klasie

Opracowanie: Pomoc Psychologiczno – Pedagogiczna Zespołu Szkół