

## WYKAZ TEMATÓW DO REALIZACJI NA GODZINACH WYCHOWAWCZYCH

### I. Integracja. Tworzymy grupę.

1. Wzajemne poznawanie siebie – baza danych, wywiady, niedokończone zdania.
2. "Przełamanie pierwszych lodów" – poznajmy się.
3. Moje zalety, moje wady.
4. Kodeks moralny naszej klasy – analiza norm grupowych.
5. Jak rozwiązywać konflikty klasowe - umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów grupowych.
6. Jak się oceniasz, jak oceniają cię inni?
7. Jak się żyje w naszej klasie?
8. Integracja klasy - mobilizacja do współpracy.
9. Budowanie poczucia bezpieczeństwa, zaufania oraz empatii w zespole klasowym.

### II. Problemy społeczne

10. Nikotynizm, czyli choroba cywilizacyjna xx i xxi wieku.
11. Jak przeciwdziałać uzależnieniom- nikotynizm?
12. Czy warto sięgać po narkotyki?
13. Czy narkotyki rozwiązują problemy.
14. "Ja nie mam z tym problemu" – narkotyki.
15. Przyczyny i skutki nadużywania alkoholu
16. Zgubne skutki brania
17. Szklana pułapka, czyli o zagrożeniu uzależnieniami.
18. Przemoc i agresja. Jak się im przeciwstawić?
19. Agresja wokół nas
20. Stop przemocy.
21. Wagary - czy to się opłaca?
22. Co się zmienia w życiu człowieka uzależnionego.

### III. Umiejętność współżycia społecznego

1. Mam prawo do.....
2. To mi przeszkadza.
3. Kiedy mówić nie?
4. Pozwól mi skończyć.
5. Asertywny uczeń,
6. Asertywność-sztuka do opanowania.
7. Jak skutecznie odmawiać?
8. Jak radzić sobie ze stresem?
9. Jak skutecznie radzić sobie ze stresem?
10. Jak skutecznie rozwiązywać problemy?
11. Czy jesteś swoim przyjacielem?
12. Nie muszę, lecz chcę.
13. Wyrażanie negatywnych uczuć.
14. Miękki i twardy styl negocjacji

15. Sztuka negocjacji.
16. Negocjacje, czyli sztuka porozumiewania się między ludźmi.
17. Ja jako ty, ty jako ja.
18. Sztuka dyskusji
19. Moje mocne strony – znam swoją wartość.
20. Hierarchia wartości.
21. Wartości ważne w moim życiu.
22. Czym jest tolerancja?
23. Cykl lekcji o tolerancji.
24. trudne decyzje- odpowiedzialność za swoje słowa i czyny.
25. Tolerancyjny nie znaczy obojętny.
26. Zachowania wytworne i chamskie.
27. Uśmiechnij się – jutro będzie lepiej
28. Czy warto być wolontariuszem?

#### IV. Problemy jednostki w okresie dorastania.

1. Czym jest przyjaźń?
2. Jeśli kocham to.....
3. Czy to jest miłość czy egoizm.
4. Różne rodzaje miłości.
5. Zagadnienia życia płciowego (problematyka seksualna, prokreacja, antykoncepcja/
6. Ty i twoi rodzice (rozważanie).
7. Moje najważniejsze cele. Jak je osiągnąć?
8. Plany na przyszłość.
9. Mój idol, mój autorytet.
10. Ludzie, którym ufam.
11. Władza rodzicielska.
12. Ekspresja emocji.
13. Godność człowieka.
14. Osiemnastka, czyli rzecz o formalnym potwierdzeniu dorosłości.
15. Problemy dorastającej młodzieży- zawieranie znajomości.
16. Grunt to rodzinka- rodzina, ale jaka?

#### V. Sprawy szkoły.

1. Czy znam swoje prawa i obowiązki?
2. Życie w szkole(ocena szkoły, pomysł na jej poprawienie).
3. Samorząd szkolny.
4. Święta i uroczystości.
5. Idealny uczeń, idealny nauczyciel.
6. Ja jako uczeń- samoocena.

#### VI. Tematyka obywatelska.

1. Czym jest demokracja?
2. Gdybym miał wpływ na ....., gdybym mógł decydować.....
3. Wydarzenia z życia kraju i świata.