

## TEMATYKA GODZIN Z WYCHOWAWCĄ – SZKOŁA PONADGIMNAZJALNA

### Klasa IV technikum:

1. Zapoznanie uczniów z programem wychowawczym w klasie IV technikum.
2. Przedstawienie Statutu Szkoły i WSO..
3. Sprawy bieżące: wybór samorządu klasowego, ubezpieczenie NNW, Rada Rodziców.
4. Sprawy bieżące, frekwencja, analiza sytuacji klasowej i postępów w nauce.
5. Prezentacja regulaminu przeprowadzenia egzaminu maturalnego i potwierdzającego kwalifikacje zawodowe.
6. Wybory powszechne – przywilej, czy obowiązek?
7. Czym jest dojrzałość?
8. Dorosłość przez odpowiedzialność.
9. Dorosłość przez samodzielność.
10. NIE sPALaj się! Wpływ palenia na sferę fizyczną, psychiczną i społeczną człowieka.
11. Alkohol - czy istnieją granice bezpiecznego picia?
12. Marihuana (NIE!) uzależnia.
13. Media społecznościowe – niewinna rozrywka czy potężna broń?
14. Mowa nienawiści i „hejt” w Internecie – odpowiedzialność karna.
15. Problem wykluczenia społecznego.
16. „Nie czynj drugiemu, co Tobie niemiłe” – rozmowy o tolerancji.
17. Porozumiewanie się bez agresji – jak to zrobić?
18. Mowa nienawiści i „hejt” w Internecie – odpowiedzialność karna.
19. Szkoła jako dobro wspólne.
20. Wymiary doświadczeń człowieka: szczęście, depresja, cierpienie, ból, śmierć.
21. Sens życia samotnego.
22. Miłość w życiu młodego człowieka.
23. Być rodzicem odpowiedzialnym.
24. Znaczenie motywacji w procesie uczenia się.
25. Jak osiągnąć sukces? Charakterystyka człowieka przedsiębiorczego.
26. Możliwości dalszego kształcenia i doskonalenia zawodowego.
27. A może własna firma? Zajęcia informacyjne.
28. Staram się o pracę – rozmowa kwalifikacyjna.
29. Dokumenty aplikacyjne.
30. Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?
31. Jak dobrze przygotować się do egzaminów zewnętrznych?
32. Stres pod kontrolą.
33. Jak pokonać trudności?
34. Integrowanie zespołu klasowego poprzez udział w uroczystościach szkolnych.
35. Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania.
36. Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych.
37. Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.
38. Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.

### \* Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego (do wyboru):

1. Jak osiągnąć sukces? Charakterystyka człowieka przedsiębiorczego.
2. Możliwości dalszego kształcenia i doskonalenia zawodowego.

3. A może własna firma? – zajęcia informacyjne.
4. Staram się o pracę – rozmowa kwalifikacyjna.
5. Dokumenty aplikacyjne.
6. Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?
7. Aktywność fizyczna podczas pandemii, dlaczego jest ważna i jak można ją uprawiać.

**\*Tematy związane ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):**

1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie?
2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji.
3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.

**TEMATYKA GODZIN Z WYCHOWAWCĄ – SZKOŁA PONADPODSTAWOWA**

Lp.	TEMATY ZAJĘĆ
<b>KLASA I TECHNIKUM</b>	
1.	Zapoznanie uczniów ze Statutem Szkoły i WSO.
2.	Sprawy bieżące: Wybór Samorządu Klasowego, Ubezpieczenie NW, itp.
3.#	Sprawy bieżące: frekwencja, analiza sytuacji wychowawczej, postępów w nauce, itp.
4.#	Integrowanie zespołu klasowego: Dzień Chłopaka, Dzień Kobiet, Wigilia klasowa, Pierwszy Dzień Wiosny, itp.
5.	Poznajmy się – indywidualne prezentacje.
6.	Co nas łączy – prezentacja zainteresowań, form spędzania czasu wolnego, zdolności, talentów, hobby.
7.	Zajęcia integracyjne.
8.	Zajęcia integracyjne.
9.	Cechy i umiejętności ułatwiające dobre współzycie w grupie.
10.	Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
11.	Koleżeństwo, kumplostwo, przyjaźń, miłość. Czy znasz różnice?
12.	Ściąganie, podpowiadanie, wagary a solidarność i uczciwość wobec siebie i innych.
13.	Uczucia i umiejętność ich nazywania i wyrażania.
14.	Jak skutecznie radzić sobie z przykrymi emocjami?
15.	Jak pokonać nieśmiałość?
16.	Sztuka skutecznej komunikacji.
17.	Asertywność – sztuka mówienia NIE i obrona własnych granic.
18.	Mój system wartości.
19.	Akceptacja siebie – budowanie pozytywnego wizerunku własnej osoby.
20.	Anoreksja i bulimia – fałszywa moda na perfekcyjną sylwetkę.
21.	Kultura bycia – czyli SAVOIR–VIVRE na co dzień.
22.	Dbłość i higiena osobista.
23.	Jak uczyć się efektywnie?
24.	Niepowodzenia to porażki? Czy kolejne etapy w drodze do celu?
25.	Tradycje narodowe w naszym życiu.
26.	Złość, agresja, przemoc w środowisku szkolnym.

27.	Naucz się reagować na atak słowny.
28.	Jak przeciwdziałać agresji i przemocy?
29.	Internet – szansa czy zagrożenie?
30.	Cyberprzemoc – aspekty prawne i etyczne.
31.	Współczesne zagrożenia w sieci – cyberprzemoc, stalking, grooming, sexting, hejt.
32.	Fonoholizm – cichy złodziej własnego JA.
33.	Przyczyny i skutki uzależnień.
34.	Papierosy - miłość do grobowej deski.
35.	Palenie nie jest w modzie.
36.	Działanie marihuany na organizm młodego człowieka.
37.	Moja asertywność parasolem bezpieczeństwa wobec używek.
38.	Rozwijanie i rozpoznawanie możliwości i uzdolnień uczniów.
39.	Techniki uczenia się – poznajemy i szukamy najlepszych dla siebie.
40.	Z czym mam problemy i jak im zaradzić? Rozpoznawanie swoich mocnych i słabszych stron.
41.	Rozpoznawanie swoich predyspozycji.
42.	Gospodarowanie własnym czasem.
43.	Kształtowanie motywacji do nauki i rozbudzania własnych zainteresowań i pasji.
44.	Nauka w mojej szkole: czy dokonałem dobrego wyboru?
45.	Co chciałbym robić w przyszłości?
46.	Bezpieczne wakacje. Jak unikać zagrożeń?
48.	Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania /należy zrealizować/
49.	Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych /należy zrealizować/.
50.	Szkoła jako dobro wspólne.
51.	<u>Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.</u>
52.	<u>Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.</u>

**\*Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego  
(do wyboru):**

1.	Poznaj swoje słabe i mocne strony
2.	Poznaj samego siebie.
3.	Poznaj swoich kolegów.
4.	Jak radzić sobie ze stresem?
5.	Czy już znam siebie lepiej niż na początku roku ?
6.	Świat zawodów
7.	Komunikacja interpersonalna w życiu zawodowym człowieka.

**\*Tematy związane ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):**

1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie?
2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji.
3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.

- Tematy oznaczone # można wykorzystać kilka razy – w zależności od bieżących potrzeb klasy.
- Kolejność realizacji i wybór tematyki godzin wychowawczych do dyspozycji wychowawcy i w zależności od potrzeb klasy.

Lp.	TEMATY ZAJĘĆ
<b>KLASA II TECHNIKUM</b>	
1.	Przypomnienie uczniom Statutu Szkoły i WSO.
2.	Sprawy bieżące: Wybór Samorządu Klasowego, Ubezpieczenie NW, itp.
3.#	Sprawy bieżące: frekwencja, analiza sytuacji wychowawczej, postępów w nauce, itp.
4.#	Integrowanie zespołu klasowego: Dzień Chłopaka, Dzień Kobiet, Wigilia klasowa, Pierwszy Dzień Wiosny, itp.
5.	Postawa tolerancji wobec drugiej osoby – inny nie znaczy gorszy.
6.	Słowa klucze: przepraszam, dziękuję, proszę.
7.	Kształtowanie umiejętności dialogu między nauczycielami a uczniami oraz umiejętności komunikowania się uczniów ze sobą.
8.	Autorytet a idol.
9.	Zasady prawidłowego funkcjonowania w grupie społecznej.
10.	Miłość i przyjaźń – wartości ponadczasowe.
11.	Wagary przyczyną słabych wyników w nauce.
12.	Kształtowanie postaw prospołecznych i działań w zakresie wolontariatu.
13.	Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z niepowodzeniami szkolnymi.
14.	Jak ćwiczyć pamięć.
15.	Budowanie własnej hierarchii wartości.
16.	Poznanie własnej sfery uczuciowej.
17.	Przyjaźń, flirt, zakochanie w okresie dorastania.
18.	Komunikacja werbalna i niewerbalna, umiejętność odczytywanie sygnałów z otoczenia.
19.	Książka, którą mogę polecić.
20.	Sposoby przełamania niechęci do nauki – motywacja do poprawy frekwencji.
21.	Depresja, nerwica i inne choroby cywilizacyjne – czym są i jak sobie z nimi radzić.
22.	Obrona własnych granic.
23.	Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
24.	Jak reagować na cyberprzemoc? Jak się przed nią bronić?
25.	Jak radzić sobie z agresją wobec siebie i innych.
26.	Niebezpieczeństwa związane z nadużywaniem komputera, internetu, telefonów komórkowych i telewizji.
27.	Telefon – moja miłość.
28.	Zasady bezpiecznego korzystania z portali społecznościowych.
29.	Kształtowanie umiejętności krytycznego odbierania treści kreowanych przez media.
30.	Dlaczego młodzi ludzie sięgają po używki?

31.	Szkodliwość nikotyny, alkoholu, lekomanii.
32.	Palenie papierosów a restrykcje prawne.
33.	Chemiczny zabójca – dopalacze.
34.	Marihuanie mówię NIE!
35.	Bycie fit –zdrowa moda na życie.
36.	Aktywność fizyczna a sposób żywienia.
37.	W jaki sposób dbam o higienę mojego ciała?
38.	Znamię! Znam je?
39.	Zdrowe odżywianie się – anoreksja, bulimia. Akceptacja obrazu własnego ciała.
40.	Współczesny patriotyzm młodego człowieka.
41.	Tożsamość regionalna i narodowa.
42.	„Jestem Polakiem, jestem Europejczykiem”.
43.	Prawidłowy wybór zawodu – zainteresowanie, kariera czy pieniądze?
44.	Rynek pracy a bezrobocie.
45.	Określenie własnych predyspozycji i zainteresowań, w tym zainteresowań zawodowych.
46.	Autodiagnoza preferencji i zainteresowań zawodowych w odniesieniu do specyfiki realizowanego profilu zawodowego: technik ekonomista, technik logistyk, technik spedytor, technik handlowiec.
47.	Odkrywanie nieznanych dotychczas uczniowi kompetencji i umiejętności.
48.	Eliminowanie stereotypów związanych z płcią w kontekście wyboru zawodu.
49.	Bezpieczne wakacje. Jak unikać zagrożeń?
50.	Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania.
51.	Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych.
52.	Szkoła jako dobro wspólne.
53.	<u>Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.</u>
54.	<u>Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.</u>
<b>* Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego (do wyboru):</b>	
1.	Moja przyszłość zawodowa.
2.	Otwartość i gotowość na zmiany.
3.	Spotkanie z przedstawicielem zawodu.
4.	Co to znaczy dobrze i źle wybrany zawód?
5.	Określenie własnych predyspozycji zawodowych.
6.	Aktualne trendy na rynku pracy.
<b>* Tematy związane z ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):</b>	
1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie?	
2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji.	
3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.	

- Tematy oznaczone # można wykorzystać kilka razy – w zależności od bieżących potrzeb klasy.

- Kolejność realizacji i wybór tematyki godzin wychowawczych do dyspozycji wychowawcy i w zależności od potrzeb klasy.

Lp.	TEMATY ZAJĘĆ
<b>KLASA III TECHNIKUM</b>	
1.	Przypomnienie uczniom Statutu Szkoły i WSO.
2.	Sprawy bieżące: Wybór Samorządu Klasowego, Ubezpieczenie NW, itp.
3.#	Sprawy bieżące: frekwencja, analiza sytuacji wychowawczej, postępów w nauce, itp.
4.#	Integrowanie zespołu klasowego: Dzień Chłopaka, Dzień Kobiet, Wigilia klasowa, Pierwszy Dzień Wiosny, itp.
5.	Moje relacje z rodzicami. Czy telefon komórkowy i komputer zastąpią codzienne rozmowy?
6.	Czy młody człowiek potrzebuje dyscypliny? Dyscyplina wewnętrzna i zewnętrzna.
7.	Twoja tolerancja na co dzień.
8.	Autorytety - ludzie którym ufam.
9.	Kultura słowa na co dzień.
10.	Rodzina w życiu człowieka.
11.	Konflikty między rówieśnikami – jak im zapobiec i jak je rozwiązywać?
12.	Jak rozbroić agresora?
13.	Modele i ideały miłości.
14.	Zaplanowanie nauki przepisem na sukces.
15.	Jak pogodzić naukę z innymi zajęciami?
16.	Kim jestem – pojęcie godności ludzkiej.
17.	Uczymy się kształtować pozytywny obraz własnej osoby.
18.	Ja wobec kultury i sztuki.
19.	Walory czytania książek.
20.	Problemy – jak sobie z nimi radzić.
21.	Ja i mój stres – oswojenie stresu.
22.	Wpływ mediów na kształtowanie naszego wizerunku.
23.	Czy wiesz kto jest po drugiej stronie komputera?
24.	Zagrożenia funkcjonowania we współczesnym świecie – uzależnienia behawioralne.
25.	Profilaktyka uzależnień.
26.	NIE sPALaj się! Wpływ palenia na sferę fizyczną, psychiczną i społeczną człowieka.
27.	Odpowiedzialność młodego kierowcy.
28.	Dopalacze – Wypalacze: czym grozi ich zażywanie?
29.	Marihuana - fakty i mity.
30.	Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
31.	Sekty, subkultury młodzieżowe i ich zagrożenia.
32.	Cyberprzemoc – hejt za kurtyną technologii.
33.	Poszanowanie własności społecznej i prywatnej – problem kradzieży i wandalizmu.
34.	Koleżeństwo i przyjaźń jako elementy współpracy w zespole.
35.	Problem wykluczenia społecznego.

36.	W jaki sposób dbać o higienę ciała i umysłu.
37.	Kształtowanie postaw prozdrowotnych.
38.	Kształtowanie przekonania, że właściwe odżywianie jest niezbędnym czynnikiem prawidłowego rozwoju fizycznego i psychicznego.
39.	Rodzaje aktywnego wypoczynku.
40.	Podstępne WZW.
41.	Ekologia na co dzień.
42.	Tradycje narodowe i ich wpływ na nasze życie.
43.	Rozwijanie poczucia tożsamości i świadomości europejskiej.
44.	Savoir Vivre w miejscu przyszłej pracy.
45.	Planuję moją przyszłość edukacyjno-zawodową.
46.	Wyposażenie uczniów w umiejętności służące podejmowaniu właściwych decyzji zawodowych i edukacyjnych z uwzględnieniem własnych możliwości.
47.	Wzrost szacunku dla zawodów uznawanych w społeczeństwie za mniej wartościowe – zawody o niskim statusie ekonomiczno-społecznym.
48.	Kształtowanie umiejętności prawidłowego zarządzania czasem i organizacji własnego warsztatu pracy.
49.	Motywowanie do podejmowania nowych wyzwań, rozwoju osobistego, edukacyjnego i zawodowego.
50.	Bezpieczne wakacje. Jak unikać zagrożeń?
51.	Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania.
52.	Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych.
53.	<u>Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.</u>
54.	<u>Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.</u>
<b>* Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego (do wyboru):</b>	
1.	Zawody XXI wieku.
2.	Cechy dobrego pracownika.
3.	Aktywne metody poszukiwania pracy.
4.	Możliwości kształcenia w Unii Europejskiej.
5.	Instytucje wspierające na rynku pracy.
6.	Prawo pracy – zajęcia informacyjne.
<b>* Tematy związane z ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):</b>	
1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie?	
2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji.	
3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.	

- Tematy oznaczone # można wykorzystać kilka razy – w zależności od bieżących potrzeb klasy.
- Kolejność realizacji i wybór tematyki godzin wychowawczych do dyspozycji wychowawcy i w zależności od potrzeb klasy.

<b>Lp.</b>	<b>TEMATY ZAJĘĆ</b>
<b>KLASA IV TECHNIKUM</b>	
1.	Przypomnienie uczniom Statutu Szkoły i WSO.
2.	Sprawy bieżące: Wybór Samorządu Klasowego, Ubezpieczenie NW, itp.
3.#	Sprawy bieżące: frekwencja, analiza sytuacji wychowawczej, postępów w nauce, itp.
4.#	Integrowanie zespołu klasowego: Dzień Chłopaka, Dzień Kobiet, Wigilia klasowa, Pierwszy Dzień Wiosny, itp.
5.	Komunikacja werbalna i niewerbalna – umiejętność odczytywania sygnałów z otoczenia.
6.	Tolerancja w naszym kraju.
7.	Konformizm i nonkonformizm – rozważania o wolnym wyborze i presji społecznej.
8.	Wzorce osobowe we współczesnym świecie.
9.	Rola agresji, wulgaryzmów i żargonu w wyrażaniu emocji i kształtowaniu kontaktów między ludźmi.
10.	Mowa nienawiści i „hejt” w Internecie – odpowiedzialność karna.
11.	Co to znaczy „wysoka kultura osobista”? Zderzenie poglądów i znaczeń.
12.	Autorytety rodzinne.
13.	Racjonalne wykorzystanie czasu wolnego.
14.	Techniki efektywnego uczenia się.
15.	Podstawy krytyki: umiejętność wyrażania i przyjmowania słów krytycznych.
16.	Dlaczego mówimy inaczej niż myślimy? – bezpośredniość to wada, czy zaleta?
17.	Cechy i umiejętności ułatwiające dobre współżycie w grupie.
18.	Akceptacja siebie drogą do adekwatnej samooceny.
19.	Książki warte polecenia.
20.	Nasze wartości i style życia.
21.	Postrzeganie siebie w kategoriach pozytywnych: nauka przedsiębiorczości, asertywności i prawidłowej komunikacji interpersonalnej.
22.	Techniki radzenia sobie ze stresem.
23.	Wpływ ładu, piękna i spokojnej atmosfery na psychikę.
24.	Wybierz życie – pierwszy krok (profilaktyka antyrakowa).
25.	Media: czy wszystko jest na sprzedaż?
26.	Niewolnik własnego JA- uzależnienia behawioralne.
27.	Wpływ alkoholu i nikotyny na człowieka.
28.	Alkohol – czy istnieją granice bezpiecznego picia?
29.	NIE dopalaczom. Profilaktyka uzależnień.
30.	Marihuana (NIE!) uzależnia.
31.	Bezpieczeństwo w szkole i poza szkołą.
32.	Wpływ aktywnego stylu życia na zdrowie.
33.	Wychowawcza rola sportu, znaczenie turystyki i aktywnego wypoczynku dla ucznia.
34.	Dzielmy się życiem z innymi – oddawanie krwi i szpiku kostnego.
35.	Rola badań profilaktycznych w walce z rakiem.



36.	Zachowania ryzykowne i bezpieczne w kontekście możliwości zakażenia wirusem HIV.
37.	Dbłość o środowisko: zaczynam od siebie.
38.	Twój stosunek do symboli narodowych.
39.	Niemodne słowa: OJCZYŻNA, PATRIOTYZM, HONOR, UCZCIWOŚĆ, CZŁOWIECZEŃSTWO.
40.	Prawa i obowiązki obywatela w myśl Konstytucji, Deklaracji Praw Człowieka, Praw Dziecka.
41.	Co warto wiedzieć o podjęciu nauki na studiach wyższych.
42.	Rozpoznawanie swoich predyspozycji.
43.	Poruszam się na rynku pracy.
44.	Analiza mocnych i słaby stron w kontekście szans i zagrożeń na rynku pracy.
45.	Wartości cenione w pracy zawodowej.
46.	Wzbogacenie wiedzy uczniów na temat własnego rozwoju i konstruowania własnej kariery oraz rozwijania własnej tożsamości.
47.	Przygotowanie do samodzielności w trudnych sytuacjach życiowych: egzamin, poszukiwanie pracy, podjęcie roli pracownika, zmiana zawodu, adaptacja do nowych warunków.
48.	Planowanie, budowanie własnej kariery edukacyjno-zawodowej.
49.	Bezpieczne wakacje. Jak unikać zagrożeń?
50.	Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania.
51.	Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych.
52.	<u>Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.</u>
53.	<u>Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.</u>
<b>* Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego (do wyboru):</b>	
1.	Jak osiągnąć sukces? Charakterystyka człowieka przedsiębiorczego.
2.	Możliwości dalszego kształcenia i doskonalenia zawodowego.
3.	Kwalifikacje a kompetencje zawodowe – jakie mają znaczenie?
4.	Mobilność zawodowa jako zjawisko cywilizacyjne.
5.	Rola aktywności zawodowej w życiu człowieka.
6.	Jak radzić sobie w sytuacjach trudnych?
<b>* Tematy związane z ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):</b>	
1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie? 2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji. 3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.	

- Tematy oznaczone # można wykorzystać kilka razy – w zależności od bieżących potrzeb klasy.
- Kolejność realizacji i wybór tematyki godzin wychowawczych do dyspozycji wychowawcy i w zależności od potrzeb klasy.

<b>Lp.</b>	<b>TEMATY ZAJĘĆ</b>
<b>KLASA V TECHNIKUM</b>	
1.	Przypomnienie uczniom Statutu Szkoły i WSO.
2.	Sprawy bieżące: Wybór Samorządu Klasowego, Ubezpieczenie NW, itp.
3.#	Sprawy bieżące: frekwencja, analiza sytuacji wychowawczej, postępów w nauce, itp.
4.#	Integrowanie zespołu klasowego: Dzień Chłopaka, Dzień Kobiet, Wigilia klasowa, Pierwszy Dzień Wiosny, itp.
5.	Rodzina i jej znaczenie w życiu każdego człowieka.
6.	W poszukiwaniu własnej tożsamość – człowiek w świecie kultury masowej.
7.	Tolerancja – staramy się zaakceptować innych takimi jakimi są.
8.	Kształtowanie postawy otwartości i dialogu wznoszącej ponad uprzedzenia i stereotypy etniczne.
9.	Prawa i obowiązki pasażera, klienta, użytkownika, interesanta.
10.	Świadome dążenie do zachowania postaw społecznie pożądanych.
11.	Uczenie postawy szacunku wobec każdego człowieka, niezależnie od płci i niepełnosprawności.
12.	Budowa własnej przestrzeni interpersonalnej.
13.	Czy komunikacja elektroniczna to przyszłość kontaktów międzyludzkich?
14.	Wartości - co jest dla mnie ważne jest teraz i w przyszłości.
15.	Być czy mieć? Mój wybór.
16.	Organizowanie nauki własnej, tworzenie własnego warsztatu pracy.
17.	Przygotowanie do korzystania z różnych źródeł informacji.
18.	Uczę się akceptacji siebie.
19.	Radzenie sobie ze stresem związanym z przystąpieniem do egzaminu maturalnego.
20.	Jak przygotowywać się do egzaminu maturalnego – omówienie metod powtarzania i utrwalania materiału.
21.	Stres pod kontrolą.
22.	Sfera intymności sferą bezpieczeństwa.
23.	Bezpieczeństwo w szkole i poza nią.
24.	Szkoła jako dobro wspólne.
25.	Przemoc w „białych rękawiczkach” – cyberprzemoc.
26.	Zagrożenia funkcjonowania we współczesnym świecie – uzależnienia behawioralne.
27.	Młodzieżowa narkomania i wirus HIV.
28.	Substancje uzależniające – psychoaktywne.
29.	Alkohol - "bezpieczne" picie a ryzyko uzależnienia.
30.	Marihuana - droga donikąd.
31.	Skutki uzależnień i nałogów.
32.	Sąd nad ..... (uzależnienia) spożywanie alkoholu, stosowanie środków psychoaktywnych, palenie tytoniu, nadużywanie leków.
33.	Wartość zdrowia.
34.	Promocja zdrowia, wyrabianie świadomej potrzeby dbania o nasze zdrowie.
35.	Choroby cywilizacyjne (układu krążenia, nowotwory, alergie, itp.).

36.	Zdobywanie umiejętności dokonywania wyboru zachowań sprzyjających poprawie zdrowia.
37.	Żywnienie a rozwój (nadwaga, otyłość, zaburzenia odżywiania).
38.	Jaki mam wpływ na czystość środowiska.
39.	Tradycje naszego regionu.
40.	Kształtowanie szacunku do dziedzictwa kulturowego, narodu i świadomości narodowej.
41.	Współczesny świat – wojny, terror, problem uchodźstwa.
42.	Metody aktywnego poszukiwania pracy (umiejętność pisania CV, listu motywacyjnego).
43.	Rozmowa kwalifikacyjna – jak najlepiej zaprezentować się przyszłemu pracodawcy?
44.	Zapoznanie uczniów z aktualną ofertą edukacyjno-zawodową.
45.	Zapoznanie z technikami rekrutacji pracowników.
46.	Budowanie własnej sieci kontaktów w poszukiwaniu pracy.
47.	Sposoby aktywnego poszukiwania pracy.
48.	Motywowanie do podejmowania nowych wyzwań, rozwoju osobistego, edukacyjnego i zawodowego.
49.	Bezpieczne wakacje. Jak unikać zagrożeń?
50.	Rozpoznawanie, nazywanie emocji i bezpieczne sposoby ich wyrażania.
51.	Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych, kryzysowych, stresogennych.
52.	<u>Niepokój – skutek wojny w sąsiednim państwie i sytuacji geopolitycznej na świecie.</u>
53.	<u>Ukraińcy – podobny język, podobna kultura, podobni ludzie.</u>
<b>* Tematy związane z realizacją Szkolnego Programu Doradztwa Zawodowego (do wyboru):</b>	
1.	A może własna firma? – zajęcia informacyjne.
2.	Staram się o pracę – rozmowa kwalifikacyjna.
3.	Dokumenty aplikacyjne.
4.	Drogi i możliwości poszukiwania pracy.
<b>* Tematy związane z ewentualnym nauczaniem zdalnym (do wyboru):</b>	
1. W jaki sposób izolacja społeczna może wpływać na relacje międzyludzkie?	
2. Odpowiedzialność za zdrowie swoje i osób w moim otoczeniu w czasie izolacji.	
3. Efektywne zarządzanie czasem w okresie nauczania zdalnego.	

- Tematy oznaczone # można wykorzystać kilka razy – w zależności od bieżących potrzeb klasy.
- Kolejność realizacji i wybór tematyki godzin wychowawczych do dyspozycji wychowawcy i w zależności od potrzeb klasy.

Opracowanie:

Dorota Andrzejewska  
Magdalena Harmacińska  
Kacper Włocławski