

**REALIZACJA TREŚCI WYCHOWAWCZYCH NA GODZINACH DO DYSPOZYCJI
WYCHOWAWCY – PLAN DZIAŁAŃ DLA POSZCZEGÓLNYCH KLAS
(opracowany przez Zespół Wychowawczy ZS nr 3 w Wałczu na radzie pedagogicznej
w dniu 10.03.2008r.)**

KLASY I LICEUM, TECHNIKUM – 36 godzin

1. Lekcja organizacyjna.
2. Poznajmy się – integracja zespołu klasowego.*
3. Zajęcia integracyjne z pedagogiem szkolnym.
4. Wybór samorządu klasowego.
5. Moje prawa – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
6. Moje obowiązki – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
7. Czym jest agresja?*
8. Jak się zachować wobec przejawów agresji i przemocy?*
9. Sytuacje konfliktowe w szkole i w domu – przyczyny i sposoby neutralizacji konfliktów.
10. Poznajemy naszą szkołę i jej tradycje.
11. Dlaczego warto uczyć się w Wałczu. Polak – to brzmi dumnie.
12. Uczymy się jak się uczyć.*
13. Warto pamiętać - sposoby na dobrą pamięć.
14. Co to jest stres? Dyskusja.
15. Jak sobie radzić w sytuacjach stresowych?
16. Wigilia klasowa.
17. Jak się zrelaksować?
18. Bezpieczne ferie.
19. Kompleks? A cóż to takiego?
20. Pozytywne myślenie czyni cuda.
21. Asertywność – pożądana umiejętność.
22. Nikotynizm i jego konsekwencje.
23. Alkoholizm i jego konsekwencje.
24. Czy marihuana to narkotyki?*
25. Uzależnienie od narkotyków – zniewolenie ciała i umysłu.
26. Bhz – bezpieczeństwo i higiena dobrej zabawy (pigulka gwałtu).
27. Uzależnienie od Internetu.

28. Jak sobie radzę z własnymi uczuciami?
29. Czy warto mieć przyjaciela?
30. Moja rodzina – stan obecny.
31. Zdrowy styl życia.
32. Problemy okresu dojrzewania.
33. Jak zdrowo się odżywiać?
34. Bulimia i anoreksja.
35. W jaki sposób dbasz o higienę ciała i umysłu?
36. Bezpieczne wakacje.

KLASY II LICEUM PROFILOWANEGO – 36 godzin

1. Przypomnienie o prawach i obowiązkach ucznia, zmiany w Statucie Szkoły, Sso.
2. Wybieramy samorząd klasowy.
3. Mój ubiór – ubieram się odpowiednio do pory roku i sytuacji.
4. Nasza postawa a model absolwenta ZSnr3 w Wałczu.
5. Szanuję ludzi starszych.
6. Wolontariusz – jego prawa i obowiązki.
7. W niewoli uzależnień.
8. Tolerancja. Czy jestem tolerancyjny? ☺
9. Akceptuję siebie?
10. Współpraca czy rywalizacja.
11. Potrafię zaplanować swój czas.
12. Telefon komórkowy – savoir-vivre komunikacji telefonicznej.
13. Szansa dla młodzieży w zjednoczonej Europie.
14. AIDS – można się go ustrzec.
15. Tydzień pod hasłem: jestem lepszy dla siebie i innych – doskonalę siebie.
16. Radzę sobie z agresją – panuję nad swoimi emocjami.
17. Tradycje mojej rodziny – Wigilia.
18. Potrafię ocenić swoje zachowanie zgodnie ze szkolnym systemem oceniania.
19. Bezpieczne ferie.
20. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
21. Lokalny patriotyzm – Wałcz w obiektywie, spacer po Wałczu.
22. Dbam o swoje zdrowie – fizyczne i psychiczne.

23. Wrażliwość – wada czy zaleta?
24. Moje osiemnaste urodziny.
25. Trzeźwość – impreza bez alkoholu i używek.
26. Czy jestem już dorosły?
27. Moje domowe obowiązki.
28. Chcemy się podobać.
29. Chodzę z chłopakiem/dziewczyną.
30. Rodzina moich marzeń.
31. Rozwijam swoje zainteresowania.
32. Żyję w zgodzie z innymi.
33. Praca i jej znaczenie.
34. Analiza ocen cząstkowych i frekwencji.
35. Moje plany na przyszłość.
36. Bezpieczeństwo podczas wakacji.

KLASY III LICEUM PROFILOWANEGO – 30 godzin

1. Znamy nasze prawa i obowiązki – Statut Szkoły i WSO.
2. Wybór samorządu klasowego.
3. Samodzielność myślenia.
4. Planowanie pracy na rok szkolny – przygotowania do egzaminu maturalnego.
5. Wypełnianie deklaracji maturalnych.
6. Omówienie przepisów dotyczących przebiegu matury.
7. Studniówka – wybór komitetu organizacyjnego.
8. Nowe zawody i kierunki studiów – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
9. Wymarzony zawód – prezentacje uczniów.
10. Jestem w Europie – możliwości pracy.
11. Pokaz i prezentacja operatorów kamer – organizacja studniówki.
12. Na czym polega kultura osobista?
13. Nowotwór piersi – program „Różowej wstążeczki”.
14. Stres pod kontrolą – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
15. Jak uczyć się szybko i skutecznie?
16. Sposoby wyrażania swoich uczuć.
17. Wigilia klasowa.

18. Dobrze widzi się tylko sercem – dyskusja o przyjaźni.
19. Bezpieczne ferie.
20. Tolerowanie siebie a funkcjonowanie w środowisku rówieśniczym. ☺
21. Dlaczego należy pomagać innym?
22. Przemoc w rodzinie – przyczyny i skutki.
23. Ja – odpowiedzialny obywatel.
24. Omówienie wyników próbnej matury.
25. Autoprezentacja – jak dobrze zdać maturę.
26. Aktywność własna w rozwoju – rozwijamy się przez całe życie..
27. Być czy mieć – co wybrać?
28. Odpowiedzialność = dojrzałość.
29. Młodość i afirmacja życia.
30. Bezpieczne wakacje.

KLSA I Liceum uzupełniającego – 36 godzin

1. Poznajmy się – integracja zespołu klasowego.
2. Zajęcia integracyjne z pedagogiem szkolnym.
3. Wybór samorządu klasowego.
4. Moje prawa – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso)
5. Moje obowiązki – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
6. Czym jest agresja?
7. Jak się zachować wobec przejawów agresji i przemocy?
8. Sytuacje konfliktowe w szkole i w domu – przyczyny i sposoby neutralizacji konfliktów.
9. Poznajemy naszą szkołę i jej tradycje.
10. Dlaczego warto uczyć się w Wałczu. Polak – to brzmi dumnie.
11. Uczymy się jak się uczyć.
12. Warto pamiętać sposoby na dobrą pamięć.
13. Co to jest stres? Dyskusja.
14. Jak sobie radzić w sytuacjach stresowych?
15. Jak się zrelaksować?
16. Kompleks? A cóż to takiego?
17. Pozytywne myślenie czyni cuda.

18. Bezpieczne ferie.
19. Asertywność – pożądana umiejętność.
20. W niewoli uzależnień.
21. Nikotynizm i jego konsekwencje.
22. Alkoholizm i jego konsekwencje.
23. Czy marihuana to narkotyk?
24. Uzależnienie od narkotyków – zniewolenie ciała i umysłu.
25. Bhz – bezpieczeństwo i higiena dobrej zabawy (pigułka gwałtu).
26. Uzależnienie od Internetu.
27. Jak sobie radzę z własnymi uczuciami?
28. Czy warto mieć przyjaciela?
29. Moja rodzina – stan obecny.
30. Zdrowy styl życia.
31. Lokalny patriotyzm – spacer po Wałczu.
32. Rozwijam swoje zainteresowania.
33. Żyję w zgodzie z innymi.
34. Jak zdrowo się odżywiać?
35. W jaki sposób dbasz o higienę ciała i umysłu?
36. Sposoby spędzania wolnego czasu – bezpieczne wakacje.

KLSA II Liceum uzupełniającego – 30 godzin

1. Znamy nasze prawa i obowiązki – Statut Szkoły i WSO.
2. Wybór samorządu klasowego.
3. Samodzielne podejmowanie decyzji.
4. Współpraca czy rywalizacja.
5. Wypełnianie deklaracji maturalnych.
6. Omówienie przepisów dotyczących przebiegu matury.
7. Studniówka – wybór komitetu organizacyjnego.
8. Nowe zawody i kierunki studiów – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
9. Wymarzony zawód – prezentacje uczniów.
10. Jestem w Europie – możliwości pracy.
11. Impreza bez alkoholu i używek.
12. Pokaz i prezentacja operatorów kamer – organizacja studniówki.

13. Nowotwór piersi – program „Różowej wstążeczki”.
14. Stres pod kontrolą – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
15. Tolerowanie siebie a funkcjonowanie w środowisku rówieśniczym. ☺
16. Dobrze widzi się tylko sercem – dyskusja o przyjaźni.
17. Wigilia klasowa.
18. Dlaczego należy pomagać innym?
19. Bezpieczne ferie.
20. Przemoc w rodzinie – przyczyny i skutki.
21. Mój ideał rodziny.
22. Autoprezentacja – jak dobrze zdać maturę.
23. Ja – odpowiedzialny obywatel.
24. Na czym polega kultura osobista?
25. Moja ocena z zachowania.
26. Omówienie wyników próbnej matury.
27. Aktywność własna w rozwoju.
28. Być czy mieć – co wybrać?
29. Odpowiedzialność = dojrzałość.
30. Bezpieczne wakacje.

KLASY II TECHNIKUM - 18 godzin

1. Przypomnienie o prawach i obowiązkach ucznia, zmiany w Statucie Szkoły, Sso.
2. Wybieramy samorząd klasowy.
3. Nasze obowiązki na praktyce szkolnej, główna tematyka praktyk.
4. Nasza postawa a model absolwenta ZSnr3 w Wałczu
5. Szanuję ludzi starszych.
6. Wolontariusz – jego prawa i obowiązki.
7. Tradycje mojej rodziny – Wigilia.
8. Trzeźwość – impreza bez alkoholu i używek.
9. Moje osiemnaste urodziny.
10. Bezpieczeństwo w czasie ferii.
11. Współpraca czy rywalizacja.

12. Szansa dla młodzieży w zjednoczonej Europie.
13. Dbam o swoje zdrowie – fizyczne i psychiczne.
14. Radzę sobie z agresją – panuję nad swoimi emocjami.
15. Lokalny patriotyzm – Walcz w obiektywie, spacer po Wałczu.
16. Wrażliwość – wada czy zaleta.
17. Analiza ocen cząstkowych i frekwencji.
18. Bezpieczeństwo podczas wakacji.

KLASY III TECHNIKUM – 18 godzin

1. Praca i jej znaczenie.
2. Żyję w zgodzie z innymi.
3. Akceptuję siebie?
4. Chodzę z chłopakiem/dziewczyną.
5. Rodzina moich marzeń.
6. Moje domowe obowiązki.
7. Przemoc w rodzinie.
8. Wigilia klasowa.
9. Tolerancja. Czy jestem tolerancyjny? ☺
10. Potrafię ocenić swoje zachowanie zgodnie ze szkolnym systemem oceniania.
11. Bezpieczne ferie.
12. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
13. Jestem w Europie – możliwości pracy.
14. Na czy polega kultura osobista?
15. Rozwijam swoje zainteresowania.
16. Na czy polega dojrzałość?
17. Dobrze widzi się tylko sercem – dyskusja o przyjaźni.
18. Bezpieczne wakacje.

KLASY IV TECHNIKUM -

1. Znamy nasze prawa i obowiązki – Statut Szkoły i WSO.
2. Wybór samorządu klasowego.
3. Wypełnianie deklaracji maturalnych (egzaminu zawodowego).
4. Omówienie przepisów dotyczących przebiegu matury (egzaminu zawodowego).
5. Studniówka – wybór komitetu organizacyjnego.
6. Pokaz i prezentacja operatorów kamer – organizacja studniówki.
7. Nowe zawody i kierunki studiów – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
8. Wigilia klasowa.
9. Stres pod kontrolą – zajęcia z pedagogiem szkolnym.
10. Bezpieczne ferie.
11. Jak uczyć się szybko i skutecznie?
12. Nowotwór piersi – program „Różowej wstążeczki”.
13. Omówienie wyników próbnej matury (egzaminu zawodowego).
14. Autoprezentacja – jak dobrze zdać maturę.
15. Aktywność własna w rozwoju - rozwijamy się przez całe życie.
16. Być czy mieć – co wybrać?
17. Bezpieczne wakacje.

Trzyletnie zasadnicze szkoły zawodowe:

KLASA I – 36 godzin

1. Lekcja organizacyjna.
2. Poznajmy się – integracja zespołu klasowego.*
3. Zajęcia integracyjne z pedagogiem szkolnym.
4. Wybór samorządu klasowego.
5. „100 pytań do... . Spotkanie z kierownikiem praktyk – p. Grzegorzem Skuzą.”
6. Moje prawa – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
7. Moje obowiązki – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
8. Uczymy się jak się uczyć.*
9. Czym jest agresja?*

10. Jak się zachować wobec przejawów agresji i przemocy?*
11. Sytuacje konfliktowe w szkole i w domu – przyczyny i sposoby neutralizacji konfliktów.
12. Poznajemy naszą szkołę i jej tradycje.
13. Warto pamiętać - sposoby na dobrą pamięć.
14. Co to jest stres? Dyskusja.
15. Jak sobie radzić w sytuacjach stresowych?
16. Wigilia klasowa.
17. Jak się zrelaksować?
18. Bezpieczne ferie.
19. Kompleks? A cóż to takiego?
20. Pozytywne myślenie czyni cuda.
21. Asertywność – pożądana umiejętność.
22. Nikotynizm i jego konsekwencje.
23. Alkoholizm i jego konsekwencje.
24. Czy marihuana to narkotyk?*
25. Uzależnienie od narkotyków – zniewolenie ciała i umysłu.
26. Bhz – bezpieczeństwo i higiena dobrej zabawy (pigulka gwałtu).
27. Uzależnienie od Internetu.
28. Jak sobie radzę z własnymi uczuciami?
29. Czy warto mieć przyjaciela?
30. Moja rodzina – stan obecny.
31. Zdrowy styl życia.
32. Problemy okresu dojrzewania.
33. Jak zdrowo się odżywiać?
34. Bulimia i anoreksja.
35. W jaki sposób dbasz o higienę ciała i umysłu?
36. Bezpieczne wakacje.

KLASA II – 36 godzin

1. Przypominamy sobie prawa i obowiązki ucznia, zmiany w Statucie Szkoły, Sso.
2. Wybieramy samorząd klasowy.
3. Nasze obowiązki na zajęciach praktycznych.

4. Mój ubiór – ubieram się odpowiednio do pory roku i sytuacji.
5. Nasza postawa a model absolwenta ZSnr3 w Wałczu.
6. Szanuję ludzi starszych.
7. W niewoli uzależnień.
8. Tolerancja. Czy jestem tolerancyjny? ☺
9. Akceptuję siebie?
10. Współpraca czy rywalizacja.
11. Potrafię zaplanować swój czas.
12. Telefon komórkowy – savoir-vivre komunikacji telefonicznej.
13. Szansa dla młodzieży w zjednoczonej Europie.
14. AIDS – można się go ustrzec.
15. Tydzień pod hasłem: jestem lepszy dla siebie i innych – doskonalę siebie.
16. Radzę sobie z agresją – panuję nad swoimi emocjami.
17. Tradycje mojej rodziny – Wigilia.
18. Potrafię ocenić swoje zachowanie zgodnie ze szkolnym systemem oceniania.
19. Bezpieczne ferie.
20. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
21. Lokalny patriotyzm – Wałcz w obiektywie, spacer po Wałczu.
22. Dbam o swoje zdrowie – fizyczne i psychiczne.
23. Wrażliwość – wada czy zaleta?
24. Moje osiemnaste urodziny.
25. Trzeźwość – impreza bez alkoholu i używek.
26. Czy jestem już dorosły?
27. Moje domowe obowiązki.
28. Chcemy się podobać.
29. Chodzę z chłopakiem/dziewczyną.
30. Rodzina moich marzeń.
31. Rozwijam swoje zainteresowania.
32. Żyję w zgodzie z innymi.
33. Praca i jej znaczenie.
34. Analiza ocen cząstkowych i frekwencji.
35. Moje plany na przyszłość.
36. Bezpieczeństwo podczas wakacji.

KLASA III– 18 godzin

1. Znamy nasze prawa i obowiązki – Statut Szkoły i WSO.
2. Wybór samorządu klasowego.
3. Samodzielność myślenia.
4. Planowanie pracy na rok szkolny – przygotowania do egzaminu zawodowego.
5. Jestem w Europie – możliwości pracy.
6. Na czym polega kultura osobista?
7. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
8. Wigilia klasowa.
9. Żyję w zgodzie z innymi.
10. Bezpieczne ferie.
11. Akceptuję siebie?
12. Chodzę z chłopakiem/dziewczyną.
13. Rodzina moich marzeń.
14. Moje domowe obowiązki.
15. Przemoc w rodzinie – przyczyny i skutki.
16. Być czy mieć – co wybrać?
17. Odpowiedzialność = dojrzałość.
18. Bezpieczne wakacje.

Dwuletnie zasadnicze szkoły zawodowe:

KLASA I – 36 godzin

1. Lekcja organizacyjna.
2. Poznajmy się – integracja zespołu klasowego.*
3. Zajęcia integracyjne z pedagogiem szkolnym.
4. Wybór samorządu klasowego.
5. „100 pytań do... . Spotkanie z kierownikiem praktyk – p. Grzegorzem Skużą.”
6. Moje prawa – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).
7. Moje obowiązki – wokół dokumentów szkolnych (statut, Sso).

- 8.Uczymy się jak się uczyć.*
9. Warto pamiętać - sposoby na dobrą pamięć.
- 10.Czym jest agresja?*
- 11.Jak się zachować wobec przejawów agresji i przemocy?*
- 12.Sytuacje konfliktowe w szkole i w domu – przyczyny i sposoby neutralizacji konfliktów.
- 13.Poznajemy naszą szkołę i jej tradycje.
- 14.Co to jest stres? Dyskusja.
15. Jak sobie radzić w sytuacjach stresowych?
16. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
- 17.Wigilia klasowa.
- 18.Bezpieczne ferie.
- 19..Kompleks? A cóż to takiego?
- 20.Pozytywne myślenie czyni cuda.
- 21.Asertywność – pożądana umiejętność.
- 22.Nikotynizm i jego konsekwencje.
- 23.Alkoholizm i jego konsekwencje.
- 24.Czy marihuana to narkotyk?*
- 25.Uzależnienie od narkotyków – zniewolenie ciała i umysłu.
- 26.Bhz – bezpieczeństwo i higiena dobrej zabawy (pigułka gwałtu).
- 27.Uzależnienie od Internetu.
- 28.Jak sobie radzę z własnymi uczuciami?
- 29.Czy warto mieć przyjaciela?
- 30.Moja rodzina – stan obecny.
- 31.Zdrowy styl życia.
- 32.Problemy okresu dojrzewania.
- 33.Jak zdrowo się odżywiać?
- 34.Bulimia i anoreksja.
- 35.W jaki sposób dbasz o higienę ciała i umysłu?
- 36.Bezpieczne wakacje.

KLASA II – 36 godzin

- 1.Przypomnienie o prawach i obowiązkach ucznia, zmiany w Statucie Szkoły, Sso.
- 2.Wybieramy samorząd klasowy.

3. Planowanie pracy na rok szkolny – przygotowania do egzaminu zawodowego.
4. Mój ubiór – ubieram się odpowiednio do pory roku i sytuacji.
5. Nasza postawa a model absolwenta ZSnr3 w Wałczu.
6. Szanuję ludzi starszych.
7. W niewoli uzależnień.
8. Tolerancja. Czy jestem tolerancyjny? ☺
9. Akceptuję siebie?
10. Współpraca czy rywalizacja.
11. Potrafię zaplanować swój czas.
12. Telefon komórkowy – savoir-vivre komunikacji telefonicznej.
13. Jestem w Europie – możliwości pracy.
14. AIDS – można się go ustrzec.
15. Tydzień pod hasłem: jestem lepszy dla siebie i innych – doskonale siebie.
16. Radzę sobie z agresją – panuję nad swoimi emocjami.
17. Tradycje mojej rodziny – Wigilia.
18. Potrafię ocenić swoje zachowanie zgodnie ze szkolnym systemem oceniania.
19. Bezpieczne ferie.
20. Jak sobie radzić z przygnębieniem i apatią?
21. Lokalny patriotyzm – Wałcz w obiektywie, spacer po Wałczu.
22. Dbam o swoje zdrowie – fizyczne i psychiczne.
23. Wrażliwość – wada czy zaleta?
24. Moje osiemnaste urodziny.
25. Trzeźwość – impreza bez alkoholu i używek.
26. Czy jestem już dorosły?
27. Moje domowe obowiązki.
28. Chcemy się podobać.
29. Chodzę z chłopakiem/dziewczyną.
30. Rodzina moich marzeń.
31. Rozwijam swoje zainteresowania.
32. Żyję w zgodzie z innymi.
33. Praca i jej znaczenie.
34. Analiza ocen cząstkowych i frekwencji.
35. Moje plany na przyszłość.
36. Bezpieczeństwo podczas wakacji.

* - lekcja może być przeprowadzona we współpracy z pedagogiem szkolnym.

☺ - scenariusze w bibliotece szkolnej, u pedagoga szkolnego.

Literatura:

1. Braun-Gałkowska M. „W tę samą stronę” t. 1 i 2, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994. *Antologia tekstów do lekcji wychowawczych.*
2. Braun-Gałkowska M. „W tę samą stronę” t. 1 i 2, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994. *Książka dla nauczycieli o wychowaniu i lekcjach wychowawczych.*
3. Broszura „Nasze dzieci i alkohol”, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. *Poradnik dla rodziców.*
4. Gajewska G. „Warsztat pracy pedagoga”, Stowarzyszenie Edukacyjne Pedagogów Praktyków „COGITO”, Zielona Góra 2000.
5. Grabowscy M. i W. (red.) „Zanim wybierzesz...”, Wydawnictwo Szkolne PWN, Warszawa 1998.
6. Król T. (red.) „Wędrując ku dorosłości”, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 1999.
7. Pacewicz A. „Jak pomóc dziecku nie pić” Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1993.
8. Poradnik dla rodziców i wychowawców, Wyd. Stowarzyszenie KARAN, Radom 2006.
9. Rosik P. „Jak rozmawiać z dzieckiem o AIDS”, Stowarzyszenie KARAN, Warszawa 1998. *Poradnik dla rodziców.*
10. Rosik P. „Wybór należy do Ciebie”, Wyd. Stowarzyszenie KARAN, Warszawa 1999. *Poradnik dla młodzieży.*
11. Ryś M. „O miłości, małżeństwie i rodzinie”, Oficyna wydawniczo-poligraficzna ADAM, Warszawa 1998.
12. Sztander W. „Pułapka współzależnienia”, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1993.
13. Sztander W. „Interwencja wobec osoby uzależnionej”, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1993.

Literatura dostępna w bibliotece szkolnej lub u pedagoga szkolnego.

Opracowała: Joanna Włodarczyk-Zaleska