

## IX. ZAŁĄCZNIKI DO PROGRAMU WYCHOWAWCZO – PROFILAKTYCZNEGO

### 1. Propozycje tematów na godziny z wychowawcą

#### KLASY IV

1. **Poznajemy się bliżej. Kontrakt klasowy.**  
(Zajęcia integracyjne, ustalanie zasad współpracy w klasie.)
2. **Wybieramy nasz samorząd klasowy.**  
(Demokracja w praktyce – wybory do samorządu uczniowskiego.)
3. **Moje prawa i obowiązki – poznajemy regulamin obowiązujący w naszej szkole.**  
(Omówienie praw ucznia oraz obowiązków w szkole.)
4. **Przypominamy zasady bezpieczeństwa w szkole i w drodze do niej.**  
(Jak bezpiecznie poruszać się do i ze szkoły?)
5. **Moje talenty i zainteresowania – jak odkrywać swoje pasje?**  
(Jak znaleźć swoje mocne strony i zainteresowania?)
6. **Zajęcia integracyjne: poznajemy siebie – autoprezentacje, słuchamy innych, moje miejsce w grupie.**  
(Budowanie więzi w klasie, ćwiczenia z autoprezentacji.)
7. **Jaki jestem? – dokonujemy autocharakterystyki.**  
(Poznawanie siebie – analiza własnych cech i zachowań.)
8. **Moje hobby – dzielimy się swoimi zainteresowaniami.**  
(Wymiana informacji o pasjach i zainteresowaniach.)
9. **Dlaczego odwiedzamy groby zmarłych? Zasady zachowania na cmentarzu.**  
(Tradycja odwiedzania grobów i zachowanie na cmentarzu.)
10. **Różnorodność zawodów – kim mogę zostać w przyszłości?**  
(Przegląd różnych zawodów oraz wstęp do wyboru przyszłej ścieżki kariery)
11. **Moi najbliżsi – opowiadamy o swojej rodzinie.**  
(Relacje rodzinne, wartości w rodzinie.)
12. **Mój przyjaciel – jaki powinien być?**  
(Cechy dobrego przyjaciela, budowanie przyjaźni.)
13. **Prawa dziecka – co to znaczy mieć swoje prawa? \***  
(Poznanie praw dziecka i ich znaczenie. Standardy Ochrony Małoletnich – utrwalenie zasad)
14. **Organizujemy wieczór wróżb i zabaw andrzejkowych.**  
(Zabawy integracyjne na bazie tradycji andrzejkowych.)
15. **Czym jest uzależnienie? Co wiemy o środkach uzależniających?**  
(Profilaktyka uzależnień i zagrożeń.)
16. **Mikołajki klasowe – dzielimy się prezentami.**  
(Integracja klasy przez zabawy świąteczne.)
17. **Tradycje Świąt Bożego Narodzenia w naszych rodzinach.**  
(Rozmowa o tradycjach świątecznych w różnych rodzinach.)
18. **Co wiemy o patronie naszej szkoły?**  
(Poznanie historii i znaczenia patrona szkoły.)
19. **Poznajemy zasady dobrego zachowania się przy stole.**  
(Kultura jedzenia, zasady savoir-vivre.)
20. **Przypominamy zasady bezpieczeństwa w czasie zabaw na śniegu.**  
(Bezpieczne zabawy na śniegu i lodzie.)

- 
21. **Co łączy każdą rodzinę? – rozmawiamy o uroczystościach i tradycjach rodzinnych.**  
(Związki i tradycje w rodzinach.)
  22. **Zwierzęta w naszym domu – jak należy o nie dbać?**  
(Odpowiedzialność za zwierzęta domowe.)
  23. **Zachęcamy do przeczytania ulubionej książki.**  
(Rozmowy o książkach i rozwijanie zainteresowania literaturą.)
  24. **Omawiamy zasady rozsądnego korzystania z telewizji, komputera i telefonu komórkowego.**  
(Bezpieczeństwo i higiena korzystania z mediów cyfrowych.)
  25. **Nasze pomysły na spędzanie wolnego czasu.**  
(Kreatywne i zdrowe sposoby spędzania czasu wolnego.)
  26. **Poznajemy legendy związane z naszym miastem.**  
(Tradycje i legendy lokalne – wzmacnianie więzi z regionem.)
  27. **Tradycje Świąt Wielkiej Nocy w naszych rodzinach.**  
(Tradycje wielkanocne i ich znaczenie.)
  28. **Moje marzenia a rzeczywistość – jak planować przyszłość?**  
(Rozmowa o celach życiowych i jak przekuć marzenia w plan działania.)
  29. **Jak radzić sobie z emocjami i stresem w szkole?**  
(Techniki radzenia sobie ze stresem i emocjami.)
  30. **Poznajemy zasady aktywnego słuchania.**  
(Nauka uważnego słuchania i komunikacji z innymi.)
  31. **Omawiamy zasady właściwego zachowania w sytuacjach konfliktowych.**  
(Sposoby rozwiązywania konfliktów.)
  32. **Dbamy o piękną mowę – używamy słów: „proszę”, „przepraszam”, „dziękuję”.**  
(Kultura języka i uprzejmość.)
  33. **Przypominamy zasady właściwego odżywiania się. Promocja zdrowego trybu życia w szkole.**  
(Zdrowe nawyki żywieniowe i ich znaczenie.)
  34. **Jak rozpoznać emocje innych osób? Jak mówić o swoich emocjach?**  
(Rozwijanie empatii i wrażliwości na potrzeby innych, dobrostan emocjonalny)
  35. **Dlaczego warto pomagać kolegom i koleżankom?**  
(Rozwijanie empatii i wrażliwości na potrzeby innych)
  36. **Małe gesty życzliwości na co dzień.**  
(Rozwijanie empatii i wrażliwości na potrzeby innych)
  37. **Co to znaczy być dobrym kolegą?**  
(Relacje rówieśnicze)
  38. **Jak bawić się i pracować w zgodzie? Dlaczego w klasie każdy jest ważny?**  
(Relacje rówieśnicze)
  39. **Moje dane w internecie – jak je chronić?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  40. **Nieznajomi w sieci – jak reagować?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  41. **Bezpieczne gry i aplikacje.**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  42. **Jak radzić sobie ze smutkiem? Co mnie rozwesela, co mnie uspokaja?**  
(Dobrostan emocjonalny)

#### **KLASY V**

1. **Jak spędziliśmy wakacje?**  
(Podzielenie się wrażeniami z wakacji i integracja klasowa.)
2. **Wybory samorządu klasowego.**  
(Demokracja w praktyce – wybory do samorządu uczniowskiego.)
3. **Jak będziemy oceniać swoje zachowanie w tym roku? Przypomnienie praw i obowiązków ucznia.**  
(Omówienie zasad oceny zachowania oraz praw i obowiązków uczniów.)
4. **Poznajmy siebie – jakie mamy predyspozycje i typy charakteru?**  
(Analiza predyspozycji osobowościowych i ich wpływ na współpracę w grupie.)
5. **Czy jesteśmy dobrym zespołem klasowym?**  
(Budowanie zespołu i wzmacnianie współpracy w grupie.)
6. **Szkoła moich marzeń – Dzień Edukacji Narodowej.**  
(Rozmowa o roli szkoły w życiu ucznia i świętowanie Dnia Edukacji Narodowej.)
7. **Omawiamy prawa i obowiązki członków rodziny.**  
(Znaczenie ról w rodzinie i wzajemnych obowiązków.)
8. **Czy nasze domy są przyjazne środowisku? – dyskusja.**  
(Omówienie ekologicznych rozwiązań w codziennym życiu.)
9. **Jak obchodzimy Wszystkich Świętych w naszych domach?**  
(Tradycje związane z obchodzeniem Wszystkich Świętych.)
10. **Święto Niepodległości – 11 Listopada.**  
(Historia i znaczenie Święta Niepodległości dla Polski.)
11. **Co różni tolerancję od akceptacji złych zachowań? – dyskusja. Standardy Ochrony Małoletnich**  
(Rozmowa o granicach tolerancji i akceptacji. Przypomnienie zasad SOM)
12. **Od czego zależy dobra zabawa? – Przygotowujemy Andrzejki.**  
(Jak organizować bezpieczną i wartościową zabawę klasową.)
13. **Dawać, to także brać – Dzień św. Mikołaja w naszej klasie.**  
(Wartość dawania i dzielenia się z innymi.)
14. **Pozytywne i negatywne skutki powszechnego dostępu do mediów.**  
(Wpływ mediów na nasze życie – szanse i zagrożenia.)
15. **Co jest najważniejsze w okresie Świąt Bożego Narodzenia?**  
(Refleksja nad wartościami świątecznymi i tradycjami rodzinnymi.)
16. **Dlaczego praca jest ważna? – Po co mi ta praca?**  
(Znaczenie pracy w życiu człowieka, wprowadzenie do doradztwa zawodowego)
17. **Bezpieczne ferie – co to znaczy? Przypominamy zasady bezpieczeństwa.**  
(Jak spędzać ferie bezpiecznie?)
18. **Ile zależy od właściwego ubioru?**  
(Znaczenie odpowiedniego ubioru na różne okazje.)
19. **Jak uczyć się efektywnie?**  
(Techniki skutecznego uczenia się i organizacji pracy umysłowej.)
20. **Jak skutecznie wyrazić swoje zdanie?**  
(Zasady sprawnej komunikacji i wyrażania opinii.)
21. **Co nas trapi w szkole? – Rozmawiamy o naszych problemach.**  
(Otwarte rozmowy o trudnościach, na jakie napotykają uczniowie.)
22. **Poznajemy główne treści Konwencji Praw Dziecka. \***  
(Omówienie praw dziecka i ich znaczenia.)



- 
23. **Omawiamy skutki braku higieny ciała i umysłu. Promocja zdrowego trybu życia w szkole**  
(Znaczenie higieny fizycznej i psychicznej.)
  24. **Czy warto oszczędzać energię, wodę i gaz?**  
(Rozmowa o oszczędzaniu zasobów naturalnych.)
  25. **Czy książka może przegrać z komputerem i telewizją?**  
(Dyskusja o roli książek w świecie nowych technologii.)
  26. **Zanikające zawody – jak technologia zmienia rynek pracy?**  
(Omówienie zawodów, które zanikają oraz nowych ścieżek kariery.)
  27. **Nasza recepta na prawdziwą przyjaźń.**  
(Jak budować trwałe i wartościowe relacje z rówieśnikami.)
  28. **Co wiemy o Konstytucji RP?**  
(Podstawy wiedzy o polskiej Konstytucji i jej znaczenie.)
  29. **Dżentelmen – czyli kto?**  
(Omawiamy zasady zachowania i savoir-vivre w różnych sytuacjach.)
  30. **Przeklinanie nie zabawa – czysty język fajna sprawa.**  
(Kultura języka i unikanie wulgaryzmów.)
  31. **Gromadzimy podstawowe wiadomości o Unii Europejskiej.**  
(Rozmowa o Unii Europejskiej i jej roli w życiu obywateli.)
  32. **Słuchanie z sercem – jak wspierać innych?**  
(Rozwijanie empatii i wrażliwości na potrzeby innych)
  33. **Dlaczego nie każdy czuje to samo w danej sytuacji?**
  34. **Jak pocieszać osobę, która ma zły dzień?**  
(kształtowanie umiejętności społecznych)
  35. **Współpraca czy rywalizacja – co jest ważniejsze?**  
( Relacje rówieśnicze)
  36. **Dlaczego plotki ranią?**
  37. **Jak rozwiązywać nieporozumienia w klasie?**
  38. **Fake newsy – jak je rozpoznać?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  39. **Bezpieczne hasła – jak chronić swoje konto?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  40. **Czy wszystko, co widzę w internecie, jest prawdą?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  41. **Czym jest odpoczynek i dlaczego jest potrzebny?**  
(Dobrostan emocjonalny)
  42. **Jak radzić sobie, gdy coś mnie denerwuje?**
  43. **Znajdź swoją pasję – hobby jako sposób na lepszy nastrój.**

1. **Jak spędziliśmy wakacje?**  
(Wspomnienia z wakacji, integracja po przerwie letniej.)
2. **Planujemy tematykę godzin wychowawczych. Wybory do samorządu klasowego.**  
(Wybór samorządu i planowanie tematów zgodnych z potrzebami klasy.)
3. **Jak godzić nasze potrzeby z potrzebami innych? – Pogadanka.**  
(Jak znaleźć równowagę między własnymi a cudzymi potrzebami.)
4. **Jak dbać o zdrowie i urodę w wieku szkolnym? Promocja zdrowego trybu życia w szkole.**  
(Znaczenie higieny, diety i zdrowego stylu życia.)
5. **Przed Dniem Edukacji - dlaczego uczniowie nie lubią szkoły? – Dyskusja.**  
(Próba zrozumienia, dlaczego niektórzy uczniowie nie czują się dobrze w szkole.)
6. **Co to znaczy być odpowiedzialnym, gdy się ma naście lat?**  
(Odpowiedzialność młodzieży wobec siebie i innych.)
7. **Wszystkich Świętych – Rozmowy o tych, którzy odeszli.**  
(Refleksje o przemijaniu i pamięci o zmarłych.)
8. **Ile znaczy w naszym życiu rodzina? – Pogadanka.**  
(Rozmowa o roli rodziny i jej znaczeniu w życiu człowieka.)
9. **Jak zapobiegać nieporozumieniom? – Poszerzamy nasze umiejętności z zakresu komunikacji.**  
(Sztuka rozwiązywania konfliktów i rozwijania umiejętności komunikacyjnych.)
10. **Człowiek wrogiem, czy przyjacielem przyrody?**  
(Wpływ człowieka na środowisko naturalne – działania proekologiczne.)
11. **Prezent, ale jaki? „Mikołajki” w naszej klasie.**  
(Wybieranie prezentów z empatią i zrozumieniem.)
12. **Tworzymy reklamę ulubionej książki.**  
(Promowanie czytelnictwa poprzez kreatywną reklamę książki.)
13. **Przy wspólnym oplatku – Przygotowujemy wigilię klasową.**  
(Organizacja klasowej Wigilii, wspólne świętowanie.)
14. **Agresja – co nami steruje? Jak panować nad złością?**  
(Rozmowa o przyczynach agresji i radzeniu sobie z nią.)
15. **Trudne sytuacje, w jakich może znaleźć się dziecko.**  
(Omówienie trudnych sytuacji życiowych, jak przemoc i zaniedbanie.)
16. **Czy wiesz, co jesz? – Konserwanty i ich szkodliwość.**  
(Świadomość zdrowego odżywiania i wpływ dodatków do żywności na zdrowie.)
17. **Sporty zimowe i związane z nimi niebezpieczeństwa.**  
(Bezpieczne uprawianie sportów zimowych.)
18. **Co to jest „godność”? Jakie postawy można uznać za pełne godności?**  
(Znaczenie godności w życiu człowieka i w relacjach z innymi.)
19. **Uzależnienie – co to jest? Pomoc osobom uzależnionym.**  
(Omówienie różnych uzależnień i sposobów pomocy.)
20. **Jak się nauczyć? Przypominamy techniki zapamiętywania i czytania ze zrozumieniem.**  
(Wskazówki dotyczące efektywnego uczenia się.)
21. **Poznajemy zasady udzielania pierwszej pomocy.**  
(Nauka podstaw pierwszej pomocy.)

- 
22. **Zachowywać się asertywnie – to znaczy jak?**  
(Czym jest asertywność i jak ją rozwijać.)
  23. **Jak radzić sobie ze stresem? – Pogadanka.**  
(Strategie radzenia sobie ze stresem w szkole i życiu codziennym.)
  24. **Za co najczęściej karani są nieletni? – Spotkanie z policjantem.**  
(Zrozumienie konsekwencji łamania prawa przez młodzież.)
  25. **Bohaterowie Konstytucji 3 Maja – Prezentacje przygotowane przez uczniów.**  
(Historia i znaczenie Konstytucji 3 Maja w życiu Polaków.)
  26. **W poszukiwaniu wymarzonego zawodu.**  
(Rozmowy o wyborze kariery i pierwsze kroki w doradztwie zawodowym.)
  27. **Świat nie jest doskonały – Jakie problemy dotyczą dzieci i młodzież we współczesnym świecie?**  
(Zrozumienie problemów globalnych i lokalnych, które dotyczą młodych ludzi.)
  28. **Po co nam praca? – Znaczenie pracy w życiu człowieka.**  
(Dlaczego praca jest ważna i jakie ma znaczenie dla rozwoju człowieka.)
  29. **Zanikające zawody – Jak technologia zmienia rynek pracy?**  
(Omówienie zawodów, które zanikają i które stają się bardziej popularne.)
  30. **Prawa dziecka – Poznajemy treść Konwencji Praw Dziecka. Standardy Ochrony Małoletnich.**  
(Zrozumienie praw dziecka na podstawie Konwencji Praw Dziecka.)
  31. **Wpływ mediów społecznościowych na nasze życie.**  
(Pozytywne i negatywne aspekty korzystania z mediów społecznościowych.)
  32. **Przemoc rówieśnicza – Jak reagować na mobbing i przemoc w szkole?**  
(Zasady rozpoznawania i radzenia sobie z przemocą.)
  33. **W jaki sposób możemy pomóc przyrodzie?**  
(Codzienne działania na rzecz ochrony środowiska.)
  34. **Empatia wobec osób, które są inne niż my.**
  35. **Dlaczego warto próbować zrozumieć innych?**
  36. **Co czuję, gdy ktoś mnie nie rozumie?**
  37. **Jak rozwiązywać konflikty bez kłótni?**  
(Relacje rówieśnicze)
  38. **Znajomi a przyjaciele – czym się różnią?**
  39. **Jak wspierać kolegę/koleżankę w trudnych sytuacjach?**
  40. **Co zrobić, gdy spotkam się z hejtem online?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  41. **Czy w internecie wszyscy mówią prawdę o sobie?**
  42. **Jak rozpoznawać i nazywać swoje emocje?**  
(Kształtowanie umiejętności społeczno-emocjonalne)
  43. **Proste sposoby na odstresowanie się.**
  44. **Dlaczego sen i ruch są ważne dla zdrowia psychicznego?**



1. **Zapoznanie uczniów z podstawową dokumentacją szkoły: Statut Szkoły, WSO, regulaminy, Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny, Standardy Ochrony Małoletnich.**  
(Znajomość podstawowych zasad i dokumentów obowiązujących w szkole.)
2. **Konwencja o Prawach Dziecka oraz Rzecznik Praw Dziecka.**  
(Analiza Konwencji Praw Dziecka i omówienie roli Rzecznika Praw Dziecka.)
3. **Powszechna Deklaracja Praw Człowieka.**  
(Historia i znaczenie Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka.)
4. **Omówienie zasad BHP – bezpieczeństwo na terenie szkoły, drodze do szkoły i w czasie wolnym.**  
(Zasady bezpieczeństwa w różnych sytuacjach – w szkole, w domu i na wakacjach.)
5. **Wybór samorządu klasowego – prawa i obowiązki ucznia.**  
(Wybór samorządu i omówienie roli uczniów w szkole.)
6. **Kształtowanie postaw patriotycznych i obywatelskich.**  
(Znaczenie obchodów rocznic narodowych i dbałość o miejsca pamięci.)
7. **Komunikacja w życiu – rola kontaktu w relacjach międzyludzkich.**  
(Jak efektywnie komunikować się z innymi – rodzaje i sposoby komunikacji.)
8. **W kręgu rodziny – jaka jest moja rodzina?**  
(Analiza ról społecznych w rodzinie i wartości rodziny.)
9. **Kształtowanie poczucia własnej wartości.**  
(Omówienie różnic między ludźmi, asertywność, mocne i słabe strony.)
10. **Nauka, umiejętności, praca = sukces.**  
(Jakie umiejętności są kluczowe dla sukcesu w życiu zawodowym i osobistym?)
11. **Zasady efektywnej nauki.**  
(Przypomnienie technik uczenia się i organizacji pracy.)
12. **Dlaczego warto dbać o środowisko naturalne?**  
(Ekologiczne nawyki i ich wpływ na przyszłość planety.)
13. **W jaki sposób spędzamy wolny czas?**  
(Aktywny wypoczynek i jego wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne.)
14. **Marzenia – jak je realizować?**  
(Cele, plany życiowe i dążenie do ich realizacji.)
15. **Więzi międzyludzkie – przyjaźń, koleżeństwo, miłość.**  
(Jak budować i pielęgnować zdrowe relacje międzyludzkie.)
16. **Profilaktyka uzależnień – fakty i mity o alkoholu i nikotynie.**  
(Uzależnienia, substancje szkodliwe i ich wpływ na zdrowie.)
17. **Zjawisko cyberprzemocy, netoholizmu, fonoholizmu.**  
(Zagrożenia związane z nadużywaniem technologii i mediów społecznościowych.)
18. **Zdrowe odżywianie – piramida żywienia. Promocja zdrowego trybu życia w szkole.**  
(Omówienie zasad zdrowego odżywiania i ich wpływu na zdrowie.)
19. **O tolerancji – uprzedzenia, stereotypy.**  
(Dlaczego tolerancja jest ważna w społeczeństwie różnorodnym kulturowo?)
20. **Edukacja europejska – co każdy młody Polak powinien wiedzieć o Unii Europejskiej.**  
(Podstawowe informacje o UE, jej strukturze i roli Polski.)
21. **Człowiek wobec globalizacji – jakie wyzwania przynosi współczesny świat?**  
(Globalizacja i jej wpływ na życie społeczne, gospodarcze i polityczne.)

- 
22. **Choroby XXI wieku i jak ich unikać – Światowy Dzień Walki z AIDS.**  
(Profilaktyka zdrowotna i omówienie współczesnych zagrożeń zdrowotnych.)
  23. **Konflikty – jak sobie radzić w trudnych sytuacjach?**  
(Techniki rozwiązywania konfliktów, agresja, przemoc i pomoc psychologiczna.)
  24. **Czy zaaklimatyzowałem się w nowej społeczności uczniowskiej?**  
(Podsumowanie całorocznych działań integracyjnych w klasie.)
  25. **Wybór ścieżki zawodowej – co mnie interesuje?**  
(Zastanowienie się nad przyszłością zawodową – pierwsze kroki w doradztwie zawodowym.)
  26. **Czy książka przegra z technologią?**  
(Dyskusja o wpływie technologii na czytelnictwo i kulturę literacką.)
  27. **Kto mnie inspiruje? – rozmowy o autorytetach.**  
(Rola autorytetów w życiu młodzieży.)
  28. **Dzień Kobiet i Mężczyzn w naszej klasie – organizujemy święto z szacunkiem.**  
(Równouprawnienie i wzajemny szacunek w relacjach damsko-męskich.)
  29. **Jak unikać stresu i dbać o zdrowie psychiczne?**  
(Techniki radzenia sobie ze stresem i dbanie o równowagę psychiczną.)
  30. **Prawa dziecka – jakie mamy prawa i jak z nich korzystać?**  
(Znajomość i rozumienie praw dziecka oraz ich zastosowanie w codziennym życiu.)
  31. **Jak wygląda praca w różnych zawodach?**  
(Omówienie różnorodnych ścieżek kariery i możliwości zawodowych.)
  32. **Jak rozwijać swoje talenty i pasję?**  
(Zachęcanie do odkrywania swoich mocnych stron, rozwijania zainteresowań i budowania ścieżki samorozwoju.)
  33. **Kompetencje przyszłości – jak przygotować się do pracy zespołowej?**  
(Rozmowa o współpracy, umiejętnościach komunikacyjnych, kreatywności i adaptacyjności w zmieniającym się świecie.)
  34. **Czy łatwo postawić się na miejscu innej osoby?**
  35. **Empatia w codziennych rozmowach.**
  36. **Dlaczego nie zawsze wiemy, co ktoś naprawdę czuje?**
  37. **Presja rówieśnicza – jak mówić „nie”?**  
(Relacje rówieśnicze)
  38. **Jak budować zaufanie w relacjach?**
  39. **Kiedy przyjaźń przestaje być dobra?**
  40. **Uzależnienia cyfrowe – jak je rozpoznać?**  
(Bezpieczeństwo w sieci)
  41. **Jak bezpiecznie korzystać z mediów społecznościowych?**
  42. **Co zostaje w internecie na zawsze?**
  43. **Jak radzić sobie ze stresem w szkole?**
  44. **Asertywność – jak mówić o swoich potrzebach?**
  45. **Dlaczego warto dbać o równowagę między nauką a odpoczynkiem?**



1. **Omówienie podstawowej dokumentacji szkoły:** Statut Szkoły ze szczegółową analizą praw i obowiązków uczniów oraz Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania, Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny, Standardy Ochrony Małoletnich, regulaminy obowiązujące w szkole.
2. **Konwencja o Prawach Dziecka, Rzecznik Praw Dziecka:** Prawo – przywilej, czy obowiązek?
3. **Powszechna Deklaracja Praw Człowieka:** Poznajemy i akceptujemy prawa człowieka.
4. **Etyka w Internecie:** Jakie zasady powinny obowiązywać w sieci?
5. **Omówienie zasad BHP:** Bezpieczeństwo w szkole i podczas wycieczek.
6. **Wybór samorządu klasowego:** Prawa i obowiązki ucznia, oczekiwania i propozycje zagadnień do omówienia na lekcjach wychowawczych.
7. **Kształtowanie postaw patriotycznych i obywatelskich:** Znaczenie obchodów rocznic i ważnych wydarzeń państwowych.
8. **Refleksje nad wolnością:** Co to znaczy "wolność" i "być wolnym"?
9. **Szukam sensu życia:** Rozwijanie umiejętności analizowania wartości życiowych człowieka.
10. **Tradycje i zwyczaje rodzinne** – Jak wpływają na kształtowanie osobowości?
11. *Praca – konieczność czy przywilej?: Ambicje, zainteresowania, predyspozycje.*
12. *Czym jest praca dla człowieka?: Dostrzeganie wartości pracy w życiu każdego człowieka.*
13. **Kreatywność i innowacyjność:** Jak myśleć nieszablonowo i wprowadzać pomysły w życie?
14. *Wybieramy swój wymarzony zawód: Chęci a predyspozycje, ludzie sukcesu.*
15. *Do jakiej szkoły?: Informacje o kierunkach i profilach szkół ponadpodstawowych.*
16. **Sens ludzkiego cierpienia – tolerancja:** Wartość przebaczenia, ludzie niepełnosprawni.
17. **Człowiek przyjacielem czy wrogiem przyrody?:** Światowe problemy ochrony środowiska.
18. **Dojrzałość – dorosłość – płciowość:** Fazy rozwoju dojrzałej osobowości.
19. **Koleżeństwo – Przyjaźń – Zakochanie:** Odpowiedzialność i zaufanie w relacjach międzyludzkich.
20. **Młodzież w subkulturach:** Co i dlaczego powinniśmy wiedzieć o sektach?
21. **Tolerancja – Ja i Inni:** Źródła nietolerancji, budzenie świadomości potrzeby niesienia pomocy.
22. **Budowanie poczucia własnej wartości:** Twórcze rozwiązywanie problemów, zagrożenia we współczesnym świecie.
23. **Co to jest stres i jak sobie z nim radzić? Promocja zdrowego trybu życia w szkole.**
24. **Zasady efektywnej nauki:** Techniki i strategię dla uczniów.
25. **Trudne tematy:** Pedofilia, molestowanie, mobbing, handel ludźmi.
26. **Krytyczne myślenie:** Jak analizować informacje w dobie fake newsów?
27. **Zarządzanie czasem:** Jak efektywnie planować swoje obowiązki i czas wolny?
28. **Charytatywność, dobroczynność, wolontariat:** Pomoc innym w potrzebie.

- 
29. **„Ślepy zaułek” – profilaktyka uzależnień:** Nałogi, nawyki, zdrowy styl życia.
  30. **Choroby XXI wieku:** Poznanie najgroźniejszych chorób społecznych.
  31. **Umiejętność negocjacji:** Jak skutecznie prowadzić rozmowy i rozwiązywać konflikty?
  32. **Rola mediów społecznościowych:** Jak wpływają na nasze życie i relacje?
  33. **Emocje i inteligencja emocjonalna:** Jak rozumieć swoje emocje i emocje innych?
  34. **Co to jest godność?** – Jak budować postawy pełne szacunku do siebie i innych?
  35. **Aktywizm młodzieżowy:** Jak angażować się w sprawy społeczne i polityczne?
  36. **Wzorce do naśladowania:** Kim są inspirujące osoby w Twoim życiu?
  37. **Jak współpracować w zespole?** – Rola komunikacji, zaufania i kreatywności.
  38. **Jak rozwijać swoje talenty i pasje?** – Tworzenie planu na przyszłość.
  39. **Empatia w działaniu – jak wspierać innych w trudnych chwilach?**
  40. **Dlaczego empatia jest ważna w dorosłym życiu?**
  41. **Jak okazywać empatię, nie zapominając o sobie?**
  42. **Toksyczne przyjaźnie – jak je rozpoznać?**
  43. **Jak przygotować się na nowe znajomości w szkole średniej?**
  44. **Równość i szacunek w relacjach.**
  45. **Mój cyfrowy ślad – co zostaje w internecie na przyszłość?**
  46. **Jak chronić się przed cyberprzemocą?**
  47. **Kiedy korzystanie z internetu staje się problemem?**
  48. **Jak radzić sobie ze stresem przed egzaminami?**
  49. **Dlaczego warto rozmawiać o swoich emocjach?**
  50. **Jak dbać o siebie w okresie zmian i nowych wyzwań?**

## 2. Wykaz programów wspierających działania wychowawczo - profilaktyczne

1. Program prowadzony przez Policję: „Bezpieczna droga do i ze szkoły”
2. Program prowadzony przez Policję: „Zasady odpowiedzialności nieletnich za popełnione czyny karalne, demoralizacja, cyberprzemoc”
3. „Bieg po zdrowie – program antynikotynowej edukacji zdrowotnej”- klasy 4a,b,c
4. „Trzymaj formę” - klasy 5-8
5. „Profilaktyka na 6!” - klasy 1-3
6. „Smak życia, czyli debata o dopalaczach” – klasy 7-8
7. Kampanie :” Świat Czterech Łap" (wolontariat)
8. Program Edukacji Medialnej i Społecznej „MŁODE HORYZONTY”– I oraz II etap edukacji
9. "Szczęśliwa szkoła."
10. Współpraca z Uniwersytetem Trzeciego Wieku.
11. Ogólnopolska Akcja Czytelnicza „Czytamy z Sercem” promująca czytelnictwo oraz wiedzę o sercu i działalność wolontariatu. (Szkolne Koło Wolontariatu i Biblioteka).
12. Narodowy Program Rozwoju Czytelnictwa 2.0 na lata 2021–2025. – realizacja działań promujących czytelnictwo oraz zakup książek wspierających rozwój dzieci i młodzieży (Biblioteka)
13. „Papierowy teatr” - Teatrzyk kamishibai – propagowanie czytelnictwa z elementami bajkoterapii. (Biblioteka)
14. Projekt "Lepsza Szkoła" – rozwijanie kompetencji matematycznych w klasach VII-VIII
15. Projekt ogólnopolski „Uczę się uczyć” – kl.5b – Anna Piątek-Góra
16. Konkurs „Bądź Aktywny z Kuratorem" edycja II 2025/2026
17. Udział w akcji „Moje miasto bez elektrośmieci”
18. Udział w projekcie Aktywna Tablica – wsparcie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.
19. Udział w projekcie „Laboratoria przyszłości”
20. Innowacje:
  - a) „Czytam i rysuję – z Reksiem za pan brat” - Katarzyna Korczyk, Katarzyna Osińska
  - b) „Uważna klasa – uczymy się przez zmysły i doświadczenie”- Joanna Kierczak
  - c) „Bawimy się i uczymy- doświadczenia i eksperymenty dla dzieci"- kontynuacja z zeszłego roku Agata Sołtysek
  - d) „Hej bystro woda – poznajemy muzykę góralską” Julia Macierzyńska
  - e) „Współpraca opłaca” – Joanna Duc i Iwona Janota
  - f) „Czytać , jak to łatwo powiedzieć” Bernadetta Nieuważna – kontynuacja z zeszłego roku
  - g) "Lekturownik" dla klas 5 i 7b; Anna PiątekGóra - kontynuacja
21. Ekopracownia pod chmurką „Zmysłownia w Trójce”
22. Program w ramach EFS „Pokonać bariery – szkoła przyjazna każdemu”)

DYREKTOR  
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 3  
IM. A. MICKIEWICZA W ŻYWCU  
*mgr Aleksandra Knapiek*