

## **ZAJĘCIA WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNE – SPÓJRZ INACZEJ W KLASACH I-VIII W ROKU SZKOLNYM 2019/2020**

stanowią profilaktykę dotyczącą całego procesu powstawania negatywnych zachowań u dzieci i młodzieży. Program uczy je rozumienia siebie i innych, rozpoznawania i zaspokajania własnych potrzeb i wyrażania emocji w konstruktywny sposób lepszemu radzeniu sobie z różnymi problemami, umiejętności dobrego współżycia z innymi i znajdowania w sobie oparcia w trudnych sytuacjach, tak, aby w przyszłości nie sięgały w tym celu po środki uzależniające.

**Zajęcia w klasach I-III** poświęcone są w dużej mierze rozumieniu swoich uczuć i emocji, braniu za nie odpowiedzialności oraz dawaniu sobie rady z trudnymi uczuciami, takimi jak smutek, złość czy wstyd. Kładziemy nacisk na dbanie o pozytywną samoocenę i uczenie konstruktywnego wyrażania złości, co stanowi podstawę profilaktyki agresji i przemocy.

**Zajęcia w klasach IV-VI** rozwijają w dalszym ciągu świadomość siebie oraz własnych uczuć i emocji. Poświęcamy też sporo uwagi postrzeganiu zmian, dawaniu sobie rady ze zmienioną sytuacją szkolną w IV klasie oraz planowaniu przyszłości w klasie VI. Dział dotyczący uczestnictwa w grupie koncentruje się na zagadnieniach związanych z relacjami w grupie rówieśników oraz umiejętnościach nie ulegania naciskom rówieśników w sytuacjach, które mogą być niebezpieczne. Zajmujemy się także rozwiązywaniem problemów w klasie oraz rozwojem umiejętności podejmowania decyzji.

**Zajęcia w klasach VII-VIII** koncentrują się na rozwijaniu umiejętności kontaktów i współpracy z innymi, także w sytuacjach trudnych. Mają okazję dokonania głębszej refleksji nad sobą, własnymi celami i potrzebami, zdobywają także praktyczne umiejętności rozwiązywania konfliktów.

<b>KLASA</b>	<b>BLOK TEMATYCZNY</b>	<b>ZAGADNIENIA</b>	<b>CELE</b>
I-III	Podobieństwa i różnice między ludźmi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jesteśmy do siebie podobni</li> <li>2. Każdy jest wyjątkowy i niepowtarzalny</li> <li>3. Różnimy się między sobą nie tylko wyglądem</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– dostrzeganie i akceptowanie cech szczególnych w wyglądzie swoim i rówieśników</li> <li>– wywołanie poczucia dumy z własnych zainteresowań</li> </ul>
	Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozumienie i akceptowanie własnych i cudzych uczuć</li> <li>2. Wyrażanie słowami tego co się czuje</li> <li>3. Przeżywanie sukcesów i porażek</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– budowanie pozytywnej samooceny poprzez przypominanie dobrych doświadczeń</li> <li>– dzielenie się swoimi przeżyciami z rówieśnikami</li> <li>– uświadomienie przez dzieci jakie emocje i nastroje towarzyszą im w różnych sytuacjach</li> </ul>
	Uczestnictwo w grupie	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Charakterystyczne cechy naszych rodzin</li> <li>2. Znaczenie relacji w swojej klasie</li> <li>3. Rozwiązywanie problemów</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uświadomienie wkładu ucznia w życie rodziny</li> <li>– doświadczenie przez dzieci współpracy i współdziałania</li> <li>– wymiana spostrzeżeń i poglądów dzieci na temat swojej klasy</li> <li>– rozmowy o napotykanym problemach i nauka ich rozwiązywania</li> <li>– uczenie się podejmowania decyzji w sytuacjach trudnych</li> </ul>
IV-VI	Postrzeganie siebie	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poczucie własnej wartości – mocne strony, własna wyjątkowość, skutki obniżania czyjeś poczucia wartości</li> <li>2. Przeżywanie i wyrażanie trudnych uczuć i emocji</li> <li>3. Dorastanie i rozwój</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uświadomienie sobie swoich mocnych stron</li> <li>– zwrócenie uwagi na sytuacje w których inni nas doceniają</li> <li>– uświadomienie uczniom skutków jakie niesie obniżanie czyjeś wartości</li> <li>– rozpoznawanie trudnych uczuć, szukanie skutecznych sposobów ich wyrażania</li> <li>– uświadomienie że rozwój jest procesem i że każda osoba ma swoje własne tempo rozwoju</li> </ul>
	Uczestnictwo w grupie	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rola grupy i jej wpływ na jednostkę</li> <li>2. Znaczenie rodziny i rozumienie zjawisk w niej zachodzących</li> <li>3. Przyjaźń i rozumienie innych ludzi</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uświadomienie przez uczniów roli jaką pełnią w ich życiu różne grupy i osoby oraz wpływu jaki na nich wywierają</li> <li>– uświadomienie uczniom zrozumienia różnych sytuacji rodzinnych</li> <li>– uświadomienie przez uczniów co oznacza przyjaźń jak mogą dbać o jej trwałość</li> </ul>
	Rozwiązywanie problemów	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podejmowanie decyzji</li> <li>2. Wpływ podobieństw i różnic na wzajemne kontakty</li> <li>3. Konflikty i sposoby ich rozwiązywania</li> <li>4. Wiedza o środkach uzależniających</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– umiejętność podejmowania decyzji w sytuacjach dylematu moralnego</li> <li>– uświadomienie przez uczniów co ich łączy z innymi, a co dzieli i jaki to ma wpływ na wzajemne kontakty</li> <li>– uświadomienie przez uczniów, że istnienie konfliktów jest</li> </ul>

			<p>czymś naturalnym</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– poznawanie strategii zachowań w sytuacjach konfliktowych</li> <li>– uczniowie poznają przyczyny i okoliczności sięgania młodych ludzi po środki uzależniające</li> <li>– uświadomienie uczniom wartości zdrowego stylu życia</li> </ul>
VII-VIII	Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poznanie i lepsza świadomość przeżywanych uczuć</li> <li>2. Radzenie sobie z uczuciami trudnymi</li> <li>3. Podnoszenia poczucia własnej wartości</li> <li>4. Poprawa komunikacji w kontaktach z innymi</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– lepsze poznanie i uświadomienie przeżywanych uczuć</li> <li>– umiejętność wyrażania złości i zrozumienia jej konsekwencji</li> <li>– uczniowie poznają swoje mocne strony</li> <li>– świadomość uważnego i aktywnego słuchania</li> </ul>
	Uczestnictwo w grupie	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rola grupy i jej wpływ na jednostkę</li> <li>2. Warunki tworzenia zintegrowanej grupy</li> <li>3. Kontakty między dziewczętami a chłopcami</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uświadomienie sobie przez uczniów roli różnych grup społecznych do których należą i wpływ tych grup na nich</li> <li>– uświadomienie znaczenia dotrzymywania umów i obietnic</li> <li>– uświadomienie jak wyglądają ich kontakty z rówieśnikami płci przeciwnej i skąd się biorą ewentualne trudności</li> </ul>
	Rozwiązywanie problemów	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zagadnienia związane z rozwiązywaniem konfliktów</li> <li>2. Rozumienie ich przyczyn i skutków</li> <li>3. Wiedza o środkach uzależniających</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– poznanie podstaw wiedzy o konfliktach</li> <li>– uświadamianie jakie są główne źródła konfliktów i jak ta wiedza może im pomóc w ich rozwiązaniu</li> <li>– weryfikacja swojej wiedzy i postaw wobec substancji szkodliwych dla zdrowia</li> <li>– znaczenie zdrowego i odpowiedzialnego życia</li> </ul>