

**WYKAZ TEMATÓW DO REALIZACJI PRZEZ PEDAGOGÓW SZKOLNYCH  
W ROKU SZKOLNYM 2022 / 2023**

**I . Życie z innymi**

1. Mój styl uczenia się. Techniki efektywnego uczenia się.
2. Konflikt – jego negatywne i pozytywne aspekty.
3. Umiejętność porozumiewania się. Co to jest komunikat „ja”? Bariery komunikacyjne.
4. Złość, agresja, przemoc – co o niej wiem
5. Co to znaczy być asertywnym? Uległość, asertywność, agresja – analiza postaw;
6. Znam siebie – lubię siebie.
7. Świat naszych emocji. Wyrażanie uczuć.
8. Umiejętne radzenie sobie w sytuacjach trudnych. Na kogo mogę liczyć?  
Gdzie szukać pomocy w sytuacjach kryzysowych.
9. Kłamstwo, a szczerość. Jak powstaje plotka i „feke news”?
10. Radzenie sobie z krytyką.
11. Każdy inny, wszyscy równi. Czy jestem człowiekiem tolerancyjnym?
12. Sens życia – jak żyć, by być spełnionym?
13. Empatia – zrozumieć innych.

**II. Odpowiedzialność za siebie i innych. Prawo.**

1. Przyczyny i skutki wagarów. Dlaczego warto się uczyć?
2. "Jak cię widzą, tak cię piszą" – kultura na co dzień – słowo, gest, ubiór. Kultura osobista.  
Przeżytek czy konieczność?
3. "Jak cię widzą, tak cię piszą" - słów kilka o autoprezentacji , także w mediach społecznościowych. Nasza prywatność a wirtualny świat.
4. Miłość, seks – odpowiedzialność za siebie i partnera.
5. Cyberprzemoc – jak sobie z nią radzić?
6. Mam wpływ na swoje życie.
7. Fazy miłości i małżeństwa.
8. Jestem świadomy i odpowiedzialny za swe czyny.
9. Normy są fajne – co by było, gdyby ich nie było?

**III. Zdrowie**

1. Mechanizm uzależnień . Alkohol , narkotyki i papierosy i co dalej?
2. Zdrowy styl życia – moda czy potrzeba? Wzmacnianie zdrowia psychicznego.
3. Wybierz dobrze – rzuć palenie.
4. O mądrej diecie – jak zadbać o siebie?
5. Niewłaściwe motywy podejmowania życia seksualnego.
6. Pułapka współuzależnienia.

7. Skuteczna kontrola stresu.
8. O problemach natury psychicznej: depresja, nerwice, fobie.
9. Moda na „dopalacze” – o groźnych skutkach zażywania substancji psychoaktywnych. Elementy programu „Smak życia’.

#### **IV. Ja i świat**

1. Co znaczy dla mnie fakt, że jestem Polakiem?
2. Jednostka , a społeczeństwo – czy pojedynczy człowiek ma wpływ na to, co dzieje się na świecie?
3. Poczucie odpowiedzialności, miłość do ojczyzny oraz szacunek dla polskiego dziedzictwa kulturowego – jestem Polakiem;
4. Solidarność, demokracja, tolerancja i wolność dla wszystkich – co to znaczy?
5. Jestem obywatelem prawa – prawa i obowiązki dla każdego.
6. Nasi idole – czym nas zachwycają?
7. Nasze miasto i region.
8. W świecie finansów.

#### **V. Współczesne problemy**

1. Handel ludźmi – czy istnieje w XXI wieku?
2. Spotkania towarzyskie w wirtualnym świecie – konsekwencje działania w sieci.
3. Cyberprzemoc, skutki prawne.
4. Jak nie stać się ofiarą i sprawcą przestępstwa. Wybrane zagadnienia prawa.
5. Współczesne problemy cywilizacyjne – degradacja środowiska, bieda.

#### **VI. Samorealizacja**

1. Wartości, które cenię w życiu najbardziej.
2. Konstrukttywne i destrukcyjne sposoby radzenia sobie ze stresem.
3. Moje marzenia – co robię, by je zrealizować? Warunki sukcesu życiowego.
4. Jak skutecznie dyskutować i współpracować?
5. Koniec szkoły – i co dalej?
6. Zmieniający się rynek pracy, a kształcenie ustawiczne.
7. Życie z pasją - jak żyć ciekawie?
8. Co warto przeczytać? Co warto obejrzeć?
9. Czy warto w dzisiejszym świecie iść pod prąd – myślenie kreatywne, innowacyjne.
10. Zarządzanie własnym czasem.