

Osztályfőnöki óra

ÉVFOLYAMOK	5.	6.	7.	8.
HETI ÓRASZÁM	1	1	1	1
ÉVES ÓRASZÁM	36	36	36	36
Közösség és személyiség alakítása	12	12	12	12
Tanulás és munka	6	6	6	6
Ember és társadalom	5	5	4	4
Emberismeret	5	5	4	4
Életvitel és gyakorlati ismeretek	5	5	5	5
Pályaorientáció	3	3	5	5
Összesen:	36	36	36	36

Kiemelt fejlesztési feladatok

- Énkép, önismeret, test és lélek egysége,
- Hon- és népismeret,
- Európai azonosságtudat – egyetemes kultúra, a demokratikus állampolgárság értékei,
- Környezeti nevelés, környezettudatos magatartás, a célszerű gazdálkodás alapjai,
- Információs és kommunikációs kultúra, közlekedési ismeretek, biztonságkultúra,
- Tanulás, időbeosztás, munkaszervezés, pályaorientáció,
- Testi és lelki egészség, személyes higiéné, az egészséget veszélyeztető tényezők és azok kiküszöbölése,
- Felkészülés a felnőtt lét szerepeire, szexualitás, párválasztás, kapcsolatok, konfliktuskezelés.

Fejlesztési követelmények

- A tanuló legyen képes az embert, mint összetett biológiai, szellemi, társadalmi és erkölcsi lényt értelmezni.
- Ismerje a pszichikus működés fő törvényszerűségeit, a személyiség komponenseit.
- Felelősen szabályozza szükségleteit, értékrendjét és kapcsolatrendszerét.
- Dialektikus összefüggéseiben értelmezze saját létét, céljait és tudatosan alakítsa / alapozza konstruktív életvezetését.
- A tanulók ismerjék meg önmagukat és egymást, legyenek közösségük és saját személyiségük tudatos formálói.
- Helyesen értelmezzék azt a tényt, hogy az egészség megőrzése egyéni tetteik, választásaik, személyközi kapcsolataik minőségének függvénye.
- Alakuljon ki bennük az egészséges életvezetés igénye és gyakorlata.
- Ismerjék hazánk kiemelkedő államfőit, tudósait, feltalálóit, művészeit, íróit, költőit és sportolóit, akiknek kulturális örökségünket köszönhetjük.
- Alkalmazzák a társadalmi normáknak megfelelő tanult és ismert magatartási formákat és szabályokat a mindennapi életben.
- Gyakorolják a társas érintkezési formák szabályait konkrét élethelyzetekben: köszönés, bemutatkozás, kérés, meghívás, tájékoztatás, ajándékozás, megfelelő módon való visszautasítás bemutatkozás.
- Készüljenek fel a sikeres pályaválasztásra, s az egészséges és konstruktív életvezetésre!
- Érezzenek felelősséget a természeti, társadalmi és emberi környezetükért, legyenek annak aktív alakítói

- Érezzenek felelősséget a természeti, társadalmi és emberi környezetükért, legyenek annak aktív alakítói, formálói

5. évfolyam

JAVASOLT Témakör	ÓRATERV	Óra
Közösség és személyiség alakítása		12
Tanulás és munka		6
Ember-, és társadalom		5
Emberismeret		5
Életvitel gyakorlati ismeretek		5
Pályaorientáció		3
Összesen:		36

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG

- A közösség céljai, feladatai a felső tagozatba lépve (a Házirend áttekintése, változások az alsó tagozathoz képest).
- Tartalmas, vonzó élet a közösségben (a felelősi rendszer kialakítása, a felelősök munkájának értékelési rendszere).
- Az együttműködő közösség felé (a közös célok elérésének akadályozói: rongálók, rendbontók, passzívak, stb., a fegyelem fontossága, a helyzetképből adódó újabb feladatok meghatározása).
- Személyes kapcsolatok az osztályban (szociometriai felmérés)
- A tanulmányi és magatartási helyzet értékelése (a közösség fejlődésének értékelése: eredmények és feladatok).
- Ismerem-e önmagamat? (tulajdonságaink megismerésének módjai: rendszeres önvizsgálat; mások véleményének meghallgatása, tulajdonságtáblázat készítése alapvető jellemzőinkről (alkat, vérmérséklet, érzelmi világ, stb.).
- Milyen szeretnék lenni? (önismereti teszt alapján a kívánt tulajdonságok meghatározása, megközelítésének módjai).
- Eszményképeim (ki a személyiség és az egyéniség? Mi a jellem? Eszménykép-életcél, a pozitív példa serkentő ereje).
- Társas kapcsolatok az osztályban (a kapcsolatok kialakulása feltétele, változásai (tisztelet, szeretet, barátság).
- Őszinteség, titoktartás, segítőkészség (az igaz barátság ismérvei az őszinteség, a titoktartás, segítőkészség, cinkosság).
- Én és az önfegyelem (az önfegyelem mozgatórugói: szeretet, félelem, stb. az önfegyelem különböző szinterei és fokai).
- A társas kapcsolatok illemtana (megszólítás, üdvözlések, bemutatkozások, bemutatások).
- Hogyan viselkedjem? (mi a viselkedés és tanulható-e?, utánzás, azonosulás, önfegyelem, alapvető illemszabályok).

TANULÁS ÉS MUNKA

- Tanulás és tudás (a tanulás és tudás közti különbség és összefüggés).
- Hogyan tanuljunk eredményesen? (tanulási stratégiák: mélyreható, szervezett, mechanikus; tanulási technikák: szöveg hangos olvasása, néma olvasás, elmondás más személynek, önmagunknak, ismétlés, lényegkiemelés stb.).
- Munka az iskolában (a házirendben szereplő feladatok megbeszélése, a hetes és az ügyeletesek feladatai, a házi feladat-felelős teendői, minden gyerek feladata az iskolában).
- Hogyan írjunk pályázatot? (lépései: témaválasztás, anyaggyűjtés, vázlatkészítés, első

fogalmazvány megírása, a dolgozat újraírása, a dolgozat dokumentálása, a végleges változat elkészítése; egyéni és csoportmunka összehangolása).

- A tanulás akadályai (a tömeg hiánya, túl meredek gradiens, a meg nem értett szó).
- A figyelem mérése és fejlesztése (figyelemkoncentrációt javító gyakorlatok, játékok beiktatása).
- Hogyan tanuljunk humán és reál tantárgyat? (a módszertani különbségek, megoldási javaslatok).
- Munkám a családban (mindennapi megbízatások, szünidei illetve hétvégi tevékenységek, állandó feladatok, napi illetve heti programok).
- A tanulás és munka értékelése (önértékelés, külső–tanári, osztálytársi, szülői–értékelés, ennek szerepe a mentális egészség szempontjából).
- Munkafegyelem–tervszerű munka (az előre elfogadott rendhez való alkalmazkodás, a munkafegyelem betartása, munkarend készítése és érvényesítése).

EMBER ÉS TÁRSADALOM

- A család (fogalma, típusai, tagjai, feladatai, családfa; demokrácia a családban; generációk együttélése; családi munkamegosztás; a pénz értéke, megbecsülése a család életében; gazdálkodás a családban–zsebpénz).
- A legmeghittebb közösség a család (a család és annak szerepe az egyén egészséges, harmonikus fejlődésében; a család feladatai: szeretet, érzelmi biztonság, lelki támasz nyújtása, anyagi gondoskodás, idős / beteg családtagokkal való törődés; ami a családi életet meghitté teszi; az én családom – jövőkép; munkamegosztás a családban; mikor és hogyan ünnepelünk a családban: születésnap, névnap, házassági évforduló, karácsony, húsvét, anyák napja, nőnap

Életem az iskolában (az iskolai közösség hatása a gyerekekre; alkalmazkodás az iskola rendjéhez, társaihoz, tanáraihoz; az iskola törvénye: a Házirend; az iskola hagyományainak megismerése; az iskolai és otthoni élet összehasonlítása; az adott iskola szokásai, hagyományai; mit teszek én, hogy tovább öregbítsem iskolám jó hírét? – hogyan tehetem széppé, otthonosabbá az iskolámat, tantermemet?

- Életem színtere: az otthon, az iskola, a lakóhely (otthonom – iskolám – lakóhelyem környezetének rendben tartása; miért szeretek/nem szeretek itt élni?; virággondozás, parkgondozás, faültetés (pl.: minden tanuló hoz virágot az iskola szebbé tételéhez; tisztasági őrző az iskola környékén, a lakóhelyén; tiszta környezet–egészséges ember; a lakóhely értékeinek védelme).

EMBERISMERET

- Ember és állat I. (az ember egy biológiai folyamat része; az emberré válás néhány kérdése; az ember biológiai és társadalmi jellegű tulajdonságai; állat az emberben, ember az állatban; közöttük levő kapcsolat tükröződése a nyelvben, hasonlóságok a csoportosulás módjában; állatok erkölce; különbözőség: testi sajátosságok, agyműködés, ösztönösség, tudatosság, kommunikációs formák, társas magatartás).
- Ember és állat II. (szelídítés, idomítás, elvadítás; az állatok védelme, állatok „jogai”; agresszió állatoknál, embereknél; felelősség az állatvilágért).
- Életünk különböző szakaszai (csecsemő és kisgyermekkor (0-3 év); óvodáskor (3-6 év); az iskolába lépés kora (6-7 év); kisiskoláskor (8-10 év); serdülőkor (11-14 év); ifjúkor (15-18 év); felnőtt és öregkor; életmód, kapcsolat, szokások, értékek, örömök, vágyak alakulása az egyes szakaszokban).

ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK

- Az egészség érték: testi jólléti állapot (elemi higiéniai követelmények) –testápolási vetélkedő; alkalomnak, időjárásnak megfelelő öltözködés; egészséges táplálkozás, az elhízás veszélyei) teljesítmény és táplálkozás).
- Kísértésnek kitéve: a dohányzás (élettani kísérletek, a cigaretta összetevői; közvetlen hatása az emberre; betegségek okozója, következményei az utódokra; hogyan lehet leszokni?, hogyan tudok visszautasítani?).
- Szabadidő: olvasás, hobbi (a műveltség iránti igény megalapozása; a könyv tanít, nevel, szórakoztat; a könyvtár jelentősége, a helyes könyv-, és könyvtárhasználat; hogyan befolyásolhatja későbbi pályaválasztásomat?).
- Szabályok vagy korlátok: illik, nem illik (iskolában hogyan viselkedjünk?; étkezés az iskolai ebédlőben; telefonálás).

PÁLYAORIENTÁCIÓ

- Ami érdekel, amit szívesen csinálok (érdeklődésem, képességeim, életpálya-elképzelés).
A szülők, ismerősök foglalkozása, mennyit kell ahhoz tanulni, nehézségek, munkakörülmények, fizetés).

6. évfolyam

JAVASOLT Témakör	ÓRATERV	Óra
Közösség és személyiség alakítása		12
Tanulás és munka		6
Ember és társadalom		5
Emberismeret		5
Életvitel gyakorlati ismeretek		5
Pályaorientáció		3
Összesen:		36

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG

- A közösség céljai, feladatai a tanévben (a helyzet értékelése, újabb feladatok megjelölése)
- A köz-, és magántulajdon tisztelete (közös terület, öltöző, tanterem, stb. megbecsülése, rendben tartása, megóvása, a károkozás megelőzése és büntetése, a megrongált tárgyak mint lehetséges veszélyforrások, személyi tulajdon)
- Együtt–egymással (feladatvállalás a közös tevékenységben, a vállalt feladatok pontos, lelkiismeretes ellátása a tanuló képességeinek megfelelően; legmagasabb rendű emberi tevékenység: az együttműködés)
- Testre szabott feladatok kiválasztása az egyes tanulók számára tulajdonságainak ismeretében
- Felelős vagy önmagadért és másokért (a felelősségtudat kialakítása önmagunk, barátaink, családtagjaink, embertársaink iránt; barátság vagy haverság? – különbségtétel a fogalmak között; lelkiismeretességre nemcsak a munkához, de társainkhoz fűződő viszonyunkban is szükség van, a lelkiismeretesség hiánya lelkifurdaláshoz, s így rossz közérzethez, súlyosabb esetben betegséghez is vezethet)
- „Tükröm, tükröm mondd meg nékem!” (a testi–lelki harmónia alapja az önismeret, beképzeltség és önhietség vagy kishitűség? – a torzult énképek)
- Önzés–önzetlenség (különbségtétel az egészséges önszeretet és a túlzott önimádat, az önzés között; lemondás a másik ember javára; önzetlen cselekedeteink pozitívan hatnak közérzetünkre)
- Öszinteség–hazugság (társas kapcsolataink, őszinte és igaz barátság, családi életünk alapköve az őszinteség; az őszinteség hiánya mindig konfliktust okoz; a tények különböző okok miatt és különböző mértékben eltorzulhatnak: betyárbecsület, kegyes hazugság, elhallgatás, füllentés, rágalmozás)
- Tolerancia a másság iránt (más népek, nemzetiségek, különféle embercsoportok (cigányság, zsidók, fogyatékosok, stb.) elfogadása, értékeinek megismerése, elismerése, a velük való helyes bánásmód)
- Milyen az én osztályom? (az osztály feladata törődni minden egyes tagjával, egyidejűleg szem előtt tartani a közösség érdekét; az együttes tevékenységben való részvétel képességének kialakítása)
- Hogyan küzdjem le rossz szokásaimat? (rossz szokásaim – egészségkárosító hatása, reális énkép kialakítása bírálat, önbírálat által; reális célok kitűzése a személyiség pozitív megváltoztatására a fokozatosság érvényesítésével)
- Helyem az osztályközösségben (az egyes egyének meghatározó szerepe a közösségben, annak megítélésében; az alkalmazkodási képesség, a viselkedési kultúra fejlesztése, helyes önismeret, mások véleményének fontossága)
- Baráti kapcsolatok az osztályban (baráti kapcsolatok megtartása, erősítése; újabb lehetséges barátságok kezdeményezése; szociometriai felmérés)

TANULÁS ÉS MUNKA

- Tanulási stílusok – tanulási stílusom (auditív, vizuális, mozgásos, társas, egyéni, impulzív, reflektív)
- Munka és alkotás (a fizikai és szellemi munka közötti különbségek, munka és alkotás kapcsolata)
- A tanulás motívumai (miért tanulunk?, érdeklődés – tudásvágy kapcsolata, környezetünk elvárásai; reális célok kitűzése, célok és a realitás)
- Nemcsak az iskolában tanulunk (a tanulás tág értelmezése, iskolán kívüli tanulás lehetőségei, az etikus magatartás)
- A munka létünk alapja (az emberi szükségletek kielégítésének forrása, igény szint, kedvelt és kevésbé kedvelt tanulási és munkalehetőségek)
- Munka és személyiség (munkasiker – örömforrás – személyiség, kudarc hatása a személyiségre)

EMBER ÉS TÁRSADALOM

- Nemzeti ünnepeink: március 15.; augusztus 20.; október 23. (a haza iránti szeretet és a magyar nemzethez tartozás érzésének kialakítása az ünnepek helyi aktualitásának segítségével; az ünnepek történelmi háttérének rövid megismertetése; hogyan ünnepeltünk? – hogyan ünnepelünk? – helytörténeti vonatkozások, történelmi emlékhelyek megismertetése)
- Szokások – hagyományok (csak az szeretheti igazán szülőföldjét, lakóhelyét, aki ismeri történelmét, az itt élő emberek szokásait, hagyományait; ismerje meg szűkebb környezetének (lakóhely, környező történelmi emlékhely, megye) történetét, az emberek hitében fellelhető szokásokat, hagyományokat, ezen keresztül a szűkebb pátria szeretetének, értékei megővésének kialakítása a tanulóknak; a hagyományok ismerete nélkül nem létezik teljes emberi élet)
- Hazánk természeti kincsei és ezek védelme (a világörökség részévé nyilvánított értékek bemutatása: Hollókő, Budai várnegyed, Aggteleki cseppkőbarlang; hogyan védjük, óvjuk ezeket?; tanulmányi kirándulás viselkedési szabályai)
- A környezet épsége, megővése, az emberiség összefogása a természet védelme érdekében

EMBERISMERET

- Segítség! – megváltoztam! (a serdülőkor korai szakaszának – 11-14 éves kor – állomásai és ennek hatása a serdülőre, a családra. „Lázadásaim”)
- Építem önmagam I. (egészséges életrend, napirend összeállítása, annak betartása, hogy távlati célkitűzéseimet megvalósíthassam; szellemi, fizikai munka, a feltöltődés helyes aránya; igényes szórakozás; a „saját idő” fontossága)
- Építem önmagam II. (a test és a lélek egyensúlya; rendszeres mozgással, sporttal építem a testem és lelkem; testi és lelki tulajdonságok gyűjtése, amit a sport megváltoztat)
- Önismeret (Ismerd meg önmagad! Te is felelsz önmagad alakításáért. Hit önmagunkban vagy önhittség. Ki legyen a példaképem? Mi legyek, ha nagy leszek?)

ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK

- Az egészség érték: szociális jólléti állapot (milyen a családunk időbeosztása?; napirendem; a tevékenységünk sorrendjét, valamint a hozzá szükséges időbeosztást tervezni kell!)

- Az étrend és a mozgás fontossága, személyes higiéné
- A család: konfliktusok mindenütt (kommunikációs zavarok a családban; az összeütközések feloldása; véleményalkotás, ítéletformálás; kritikus gondolkodás; a megfelelő szülő-gyerek kapcsolat)
- Kamaszkor: a testi és érzelmi változás kora, a nemi élet tudatosulása, a nemi identitás kialakulása
- Kísértésnek kitéve: az alkohol (élettani kísérletek, egészségkárosító hatása, italozás következményei, az alkoholizmus, mint betegség, a családi élet ellensége, vigyázz: osztálykirándulás, házibuli, diszkó)
- Szabadidő: társakkal a szabadidőben (játék, sport, vetélkedés, babazsúr v. házibuli, társas – baráti együttlét)
- Szabályok vagy korlátok: egy kis illemtan (köszönés, bemutatkozás, megszólítás, levél üdvözlőlap)

PÁLYAORIENTÁCIÓ

- A fizikai és a szellemi munka (a szülők és ismerősök szakmája; ismert szakmák rendszerezése fizikai és szellemi munkacsoportba; melyek a két szakmacsoport lényegi különbségei és hasonlóságai; mennyit kell az egyes szakmákhoz tanulni, milyen iskolatípusban?; milyen a kétfajta munkacsoport társadalmi megítélése és anyagi elismerése?; a fizikai és szellemi munka egyaránt fontos, nem létezhet egymás nélkül)
- Munkahely-látogatás (más életterek, foglalkozások, életformák megismerése; a munkahelyen „helyszínen” ismerjenek meg néhány szakmát, foglalkozást a valós környezetben; a szellemi és fizikai munka megfigyelése; figyeljék meg a használt anyagokat, szerszámokat, munkakörülményeket, tevékenységeket; kérjenek munkaköri leírásokat)
- Pályaválasztási elképzelések (a gyerek és a szülők pályaválasztási elképzelései; ezek egybevetése; azonossági pontok és lényeges eltérések keresése; mi motiválta a két „oldal” választását?; kik és hogyan hassanak a gyerekre a döntés előtt?; ki döntsön?)

7. évfolyam

ÓRATERV Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	12
Tanulás és munka	6
Ember és társadalom	4
Emberismeret	4
Életvitel gyakorlati ismeretek	5
Pályaorientáció	5
Összesen:	36

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG

- A közösség céljai, feladatai a tanévben (a közösség további fejlesztése; a helyesen kialakult értékek, magatartási normák megerősítése; az egyéni és a közérdek érvényre jutását szolgáló tevékenységekre való rávilágítás)
- Társakkal a közös munkában (felelősségvállalás a feladatok megfelelő végrehajtásáért; a közösséggel való együttműködés az egyén számára is védelmet és előnyt jelent; egymás segítése az iskolai élet különböző szinterein biztosítja a sikert)
- A kulturált magatartás szabályai a lányok és fiúk kapcsolatában (legyenek udvariasak, tapintatosak egymással és a kívülállókkal szemben is; tartózkodjanak a kirívó magatartástól!)
- Milyen vagyok? (a helyes önértékelés kialakítása bírálat, önbírálat alapján)
- Milyen legyenek, milyen lehetek? (az ideális „én” elérésére tett erőfeszítések fejlesztik a jellemet; elvárásaim magammal szemben, mások elvárásai velem szemben)
- Azt gondolod, amit mondasz? (a kommunikáció, metakommunikáció szerepe, fejlesztése; a testnyelv fontossága a mindennapi érintkezésben)
- Mi motiválja cselekvéseinket? (ösztönök és tudatos cselekvések; szükségleteink hierarchiája a fizikai szükségletektől az önmegvalósításig)
- Az emberi együttélés írott és íratlan szabályai (a szabályok szintjei és egymásra épülésük: szokás, erkölcs, jog; a szabályok megszegésének büntetése)
- Szükségleteink és érdekeink, előítéleteink
- Nyitottság, empátia és tolerancia
- A család, mint a nevelés legfőbb színtere (nevelés, érzelmi védettség; generációk együttélése, munkamegosztás; családi szokások és ünnepek; egymás tiszteletben tartása; demokrácia a családban)
- Konfliktusok a családban (a türelem, megértés, odafigyelés szerepe a konfliktus kezelésében, feloldásában; a válás káros hatása a családtagokra, a gyermek fejlődésére)

TANULÁS ÉS MUNKA

- A magatartás, a szorgalom és a tanulmányi helyzet értékelése (helyzetelemzés, összehasonlítás a korábbi állapottal; a közösség és az egyén céljainak felelevenítése a helyes továbbhaladási irány megtartásáért)
- A tanulás mentálhigiénés feltételei (a lelki tényezők szerepe a tanulásban, a teljes nyugalom, megfelelő testi erőnlét, képességünk – terhelhetőségünk, hit az elvégzett munka sikerében, önellenőrzés szerepe a megszilárdításban, sikereim és kudarcaim a tanulásban, tanulás a céljaim elérése érdekében)
- Ki miben jobb? Önellenőrzés, önértékelés

EMBER ÉS TÁRSADALOM

- „Akikre büszkék lehetünk” (kiemelkedő államfők, tudósok, feltalálók, művészek, írók, költők, sportolók munkásságán keresztül bővítsék ismereteiket kulturális örökségünkről; helyezték el ezen keresztül hazánkat Európában és a világban – helytörténeti vonatkozások is)
- Politika, politizálás (a tévé, rádió, sajtó segítségével kapjanak képet a hazánkban folyó politikai eseményekről, fejlődő demokráciánkról, politikai kultúránkról; ismerje meg, hogy a különféle társadalmi csoportok érdekeit a pártok képviselik, s ezért a pártok sokfélék lehetnek; a politizálás szerepe a mindennapi életben)
- Életünk a „megsebzett bolygón” (a környezetvédelem szükségességének megértése; a környezeti ártalmak számbavétele (gépjármű–közlekedés, energiatermelés; a környezetszennyezés elleni védekezés lehetőségei; a környezetvédelem általában és közvetlen környezetünkben; mit tehetek én környezetem védelmében?)

EMBERISMERET

- Önismeret (reális – ideális énkép, önfejlesztő stratégiák, példakép)
- A serdülőkor biológiai és higiéniai problémái (a serdüléssel járó biológiai és pszichológiai változások; a változások biológiai gyökerei; a természet rendjének elfogadása; én–képed új fényképe)
- Testkultúra a serdülőkorban (hogyan és miért törődöm a testemmel?; ki a szép ember?; divat, ízlés, ízléstelenség; az én egyéni stílusom; a serdülőkor kozmetikai problémái; mindenki szép valamiben)
- Ismerkedés – kapcsolatteremtés (kikkel vagyok kapcsolatban? –kortárssal, felnőttel, „idegennel”, más neművel-; a kapcsolat mozgatórugói: azonos érdeklődés, érdek, szeretet; a kapcsolatteremtés feltétele: ön- és másik ismerete vagy megismerésének vágya; mi a jó kapcsolat „receptje”?; az ismerkedés illemtana; emberi kapcsolatok alakulása: átalakulása pl. szerelemmé vagy véget érése)

ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK

- Az egészség érték: lelki jólléti állapot (a jó lelki állapot fogalma, a gyilkos stressz, a stresszkezelés és szabályozás)
- A család: miről vallanak otthonunk tárgyai? (esztétikus környezet, kényelem vagy luxus, a giccs, célok vagy álmok)
- Kísértésnek kitéve: a drog (első lépések a kábítószer–fogyasztás felé, a kábítószeres fajtái és a fogyasztás formái, drogok idegrendszeri hatása, a kábítószer okozta élmény, vigyázat: koncert, házibuli, diszkó, barátok, nem élek vele)
- Szabadidő: a tömegkommunikáció hatása életmódunkra (színház, mozi, videó, tv., reklám, virtuális valóság)
- Szabályok vagy korlátok (a gyalogos és kerékpáros közlekedés szabályai, az utca illemtana)

PÁLYAORIENTÁCIÓ

- Érdeklődés, jellem, motiváció a pályaválasztásban (kiindulási pont az 5. Osztályban elkészített fogalmazás, kérdőív az érdeklődésről; az érdeklődés változékonyságának felismerése; érdeklődési terület ismerete; a jellem ismerete; érdeklődési területek és pályaelképzelések közötti összefüggés; jellemed hogyan befolyásolhatja pályaválasztási szándékodat?; mi motiválhatja a pályaválasztást?)

- Egy érdekes életpálya (vendégek fogadása, vagy riportok készítése; az életpályája milyen tanulmányok, erőfeszítések mentén alakult olyanná amilyen?; Voltak-e korrekciók, bukások?; Hogyan tudott újból „építkezni”?; Lezártnak tekinti-e az életpályáját?)
- Pályaválasztási elképzelések (gyerek – szülő, motivációk, döntés joga)
- Pályaválasztási vetélkedő (ismeretek, helyzetfelismerés, kreativitás, magatartási kultúra, kommunikáció)

8. évfolyam

ÓRATERV Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	12
Tanulás és munka	6
Ember és társadalom	4
Emberismeret	4
Életvitel gyakorlati ismeretek	5
Pályaorientáció	5
Összesen:	36

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG

- Céljaink, feladataink a 8. osztályban (a továbbtanulás megalapozása; elvárás velük szemben a példamutatás tanulmányi, magatartási, stb. téren)
- Csoportok az osztályban (klikkek és barátok; sztárok és magányosok)
- Egyéni képességek a közösség szolgálatában (a kapcsolatteremtés a kooperáció fontossága a közösségben; empátia, tolerancia, konfliktus-, és kudarcűrő képesség)
- Harcba önmagunkkal (sajátos ellentmondása ennek az életkornak, hogy a vágyak és igények nincsenek összhangban a lehetőséggel; az én-ideál megközelítését segítik a helyes önismeret (önkritika), az egészséges ambíció és akarat a gátlások és negatívumok leküzdésére)
- A felnőtté válás jellemző viselkedési normái (a felnőttkor jellemzői már gyermekkorban jelentkeznek; a szó és a tett, a vágy és az értelem viszonya)
- Barátság, szerelem, szexualitás (a barátság és szerelem azonos és eltérő elemei, értékeik; a serdülőkorban a szexuális élet kerülendő, mert a fiatalok biológiai, szellemi és társadalmi érettsége, helyzete nem alkalmas a felelősségteljes kapcsolat létesítésére)
- Mi dolgunk a világon? (életünk értelmét mi adjuk céljainkkal, cselekedeteinkkel, hitünkkel; az élet értelme az értelmes élet!)
- Generációk együttélése a családban (a tisztelet korra való tekintet nélkül mindenkinek kijár; a család szokásaihoz alkalmazkodni kell; az alkalmazkodás gyakorlással fejleszthető)
- Az önkormányzat működése az osztályban és az iskolában (a vállalt feladatok elvégzése kötelesség, melyet önzetlenül, lelkiismeretesen, pontosan kell végezni; a dicséret, elismerés új erőt ad a további munkához)
- Közéletiség, demokrácia (az igazi demokrácia gyakorlásához szükséges a saját, a csoport és a közösségi érdek felismerése; az osztályfőnöki óra a demokrácia gyakorlásának színtere)
- Isten, hit, vallásosság (a hit világa, a vallásos ember, minden ember kizárólagos joga)

TANULÁS ÉS MUNKA

- A tanulmányi és magatartási helyzet értékelése (helyzetelemzés és célmeghatározás a tanulók önértékelése alapján)
- Aki mer, az nyer (kezdeményezőkézség, kockázatvállalás, vállalkozói bátorság)
- Én és a nyári munka
- Versengés és együttműködés

EMBER ÉS TÁRSADALOM

- Én is hazám polgára vagyok (az állampolgárok alapvető jogainak és kötelességeinek megismerésén keresztül egyensúly kialakítása a joggyakorlás és a kötelesség–végrehajtás között)
- „Magyarországról jövök” (a leggyakrabban látogatott idegenforgalmi nevezetességek, földrajzi helyek bemutatásán keresztül érezzék szükségét ezek védelmének, erkölcsi és anyagi szempontból egyaránt (pl.: nemzeti parkjaink, Balaton, Velencei- tó, Tisza- tó bemutatása – felhasználhatók a tanulmányi kirándulások tapasztalatai is, illetve ezek előkészítésére is!)

EMBERISMERET

- Kamaszszerelem (az élet természetes ajándéka: szeretet, szerelem, imádat; vonzalomtól a szerelemig; a szerelmes állapot; hogyan fejezzem ki a szerelmem? – a szerelmesek illemtana; a szerelemtől más lettem? hogyan lehet szerelmeket megszakítani anélkül, hogy a másik ember önbizalmát megsérteném; tudjon különbséget tenni a szerelem és a nemi vágy megnyilvánulása között)
- Szexualitás (a testi szerelem, mint az emberiség közös titka; a szex, a szexualitás; mi a különbség a szerelem és a szexualitás között?; miért káros a szexuális élet túl korai megkezdése?; szemérmes, szemérmetlen, pornográfia tömegkommunikáció és a szex; uralom a nemi ösztönök felett)
- Boldogság és szomorúságforrások (mit jelent: boldogság, szomorúság; a boldogság összetevői, szintjei: szerencsejavak, örömezet, megelégedettség, értelemmel telített élet; a boldogság kellékei: nyitottság, lendület, életkedv, szeretet, helyes önértékelés, tettek; szomorúságforrás: félelem, önbizalom hiánya; állandó szomorúság következménye: depresszió, magány, öngyilkosság; nyújts kezét!)
- Élet és halál (az emberi lét értelme, a véges és végtelen összefüggései, a folytatásra vonatkozó legfontosabb elképzelések, a különböző „túlélési” elképzelések, a vallások válaszai a halállal kapcsolatban, a célok, perspektívák és a vég összefüggései, a lét küzdelem az önmegvalósításért, az ember alkotásaiban és utódaiban "él tovább", mi dolgunk a világon?)

ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK

- Az egészség érték: megtörtént a baj (háztartási és idénybalesetek, elsősegélynyújtás, betegápolás, beteglátogatás)
- A család: önkiszolgálás otthon (háztartási eszközök használata, konyhatechnika, korszerű táplálkozás)
- Kísértésnek kitéve: az AIDS (fogalma, fertőző források, tünetei, védekezés ellene, szűrés és tanácsadás)
- Szabadidő: elhatározástól a megvalósításig (kirándulás szervezése, ruhatár, programkészítés, viselkedési szabályok)
- Szabályok vagy korlátok: kerékpárral a közúton (kerékpáros közlekedés, KRESZ-ismeret, közlekedési morál)

PÁLYAORIENTÁCIÓ

- Jövőnkre készülünk (pálya, szakma, foglalkozás, beosztás, munkakör, képesítés, képzettség, pályakép)
- ÉN-KÉPEM – személyiségleltár (képeségeim, erősségek – gyengeségek – lehetőségek – veszélyek)

- Középfokú iskoláztatás (iskolaszerkezet, felvételi követelmények, pályaalkalmasság, iskolaváltás, helytállás)
- Pályaválasztási döntés (elképzelések, döntés, alternatívák, érvek–ellenérvek)
- „Próba felvételi” (felkészülés, feszültségoldás, megjelenés, bemutatkozó beszélgetés, kommunikációs stratégiák, taktikák, siker –kudarcc)
- A munkanélküliség állapota, folyamata (munkaerő kereslet és kínálat, esélyteremtés)