



A Szekszárdi I. Béla Gimnázium Helyi Tanterve 9/ AJKP

Patrónusi foglalkozás

**Készítette: a gimnázium szakmai
munkaközössége**

2020.

PATRÓNUSI FOGLALKOZÁS

9/AJKP évfolyam

A patrónusi foglalkozások kiemelten fontosak az előkészítő évfolyamon résztvevő diákok számára, hiszen kiscsoportos foglalkozások keretén belül lehetőségük van az önmegismerésre, a társas kapcsolatok tudatos alakítására, a szabad véleménynyilvánításra, tanulásbeli és más aktuális problémáik megbeszélésére, megvitatására, az egészséges életmód igényének kialakítására, a társadalmi viselkedési normák elmélyítésére.

A tanulók a foglalkozások során olyan ismeretekhez jutnak, olyan készségeket, képességeket sajátítanak el a gyakorlatok elvégzése közben, melyek segítségével megismerhetik önmagukat, társaikat és a környező világot. Részt vehetnek saját közösségük szabályainak megalkotásában. Segítséget kapnak az önnevelésre való képesség kialakításához, az állandó önkontrollhoz, s a társas kapcsolatok létrehozásának módjaitól. Közben megtanulják figyelmüket tudatosabban irányítani, kulturáltan beszélgetni, vitázni, érdekeiket érvényesíteni. Fejlődik kommunikációs képességük. A közösségen belüli szerepvállalásuk során nő önmagukkal és társaikkal szembeni felelősségérzetük. Toleránsabbá válnak környezetük tagjaival szemben, tisztelik őket. Jobban tudnak alkalmazkodni a környezet adta lehetőségekhez. Felismerik az érzelmek és a viselkedésformák kapcsolatát. Megpróbálnak egyre tudatosabban uralkodni érzelmeiken, indulataikon. A konfliktuskezelés békésebb útjaira törekednek. Megismerik az egészségmegőrző szokásokat, az egészséget károsító tényezőket. Eljutnak arra a szintre, hogy megkülönböztessék a jót a rossztól, ezáltal fejlődik helyzetfelismerésük és ebből fakadóan a döntési képességük. Képessé válnak a értelmező gondolkodás és döntéshozás lépéseinek az alkalmazására. Alkalmassá lesznek reális célok megfogalmazására, pályaválasztási terveiknek a követésére. Megértik a határozott visszautasítás fontosságát az egészséget károsító tényezőkkel szemben. Felfedezhetik önmaguk megvédésének lehetőségeit és annak felelősségét.

A patrónusi foglalkozások minden esetben tevékenység- és problémacentrikusak. A diákok alapvető kommunikációs formákat sajátítanak el, az ismereteken túl szituációs játékok és didaktikai játékok keretében készségeiket fejlesztik és gyakorolják, illetve a beszélgetések során alkalom kínálkozik problémahelyzetek elemzésére, megoldások keresésére és megvitatására.

A foglalkozások témái:

Életkori sajátosságok megélése és megértése. A 14–19 évesek személyiségfejlődési sajátosságai miatt a nevelés ebben az életkorban jelentős szereppel, de ugyanakkor különös sajátosságokkal bír. A kamaszkoruk delén a középiskolába lépő tanulók a következő négy év során kivétel nélkül belépnek az ifjúkorba.

Az ambivalencia kezelése. Az ellentétes érzelmek egyidejű előfordulása számos nehézséget jelent a serdülő diáknak. Vágyik az önállóságra, de ugyanakkor szüksége is van a meleg, szeretetteljes emberi kapcsolatokra. Saját személyisége alakításában is az ellentétek jellemzik: időnként az ego dominál, sérthetetlennek érzi magát, kapacitását határtalannak hiszi, ami könnyen veszélybe sodorhatja; máskor pedig elhatalmaskodik rajta az önbizalomhiány, a búskomorság állapotába süllyed, önértékelési zavar lép fel nála. Egyre sürgetőbbé válik a további életutat erőteljesen meghatározó döntések meghozatala, a felnőtt életre történő felkészülés. Ebben a konfliktusokkal teli életszakaszban a diáknak feltétlen szüksége van a válságain átsegítő, példát, de legalábbis irányt mutató, az önálló döntések meghozatalát előkészítő, segítő felnőttre. E funkció betöltésére a szülők mellett (olykor sajnos helyett) a pedagógus a leghivatottabb, hiszen állandó, rendszeres, személyes kapcsolatban van a diákok tömegeivel.

A család szerepe a személyiségfejlődésben. Hangsúlyozni kell, hogy a tanuló személyiségi vonásai a családban sarjadnak ki és erősödnek meg; az iskola ezeket a pozitív hatásokat, nevelési értékeket kiaknázza, felerősíti, a családból hozott esetleges negatív nevelési mintákat, szokásokat megpróbálja ellensúlyozni. Itt a családnak nem csak az anyagi helyzete a lényeg, hanem az életmódjából fakadó szocializáltság, szellemi szint, és főképpen a szülő(k) és a gyermek(ek) közötti érzelmi-lelki kapcsolatok.

Társas kapcsolat hangsúlyozása, kezelése. A szociális képességek (a kapcsolatteremtés, a kommunikáció, az empátia, a tolerancia, a kooperáció, a konfliktuskezelés stb. képességeinek) fejlesztése, főként az iskolában, kollégiumban, osztályban, csoportban megélt saját élmények alapján. A személyiségben rejlő lehetőségek és gátak feltárása, a személyiség stabilizálása. Készség és képesség a tartalmas, harmonikus emberi kapcsolatok kialakítására és ápolására.

Testi-lelki egészség megőrzése. Az egészségnek mint alapértéknek az elfogadása, az egészségmegőrzés igényének felkeltése, az egészségkárosító szokások, szenvedélyek kialakulásának megelőzése, ezek leküzdésére való akarat, készség, képesség alakítása. A mentálhigiéné, lelki egészség iránti igény felkeltése, erősítése, a megőrzéséhez szükséges készségek és képességek kialakulása. A tolerancia elvének és gyakorlásának elfogadása, az előítéletekkel való szembesülés, és leküzdésük igénye.

Környezettudatosság. Érdeklődés a világ dolgai iránt, a globális problémáknál az egyéni felelősség belátása, a folyamatos tájékozódás iránti igény felkeltése, a fenntartható fejlődés jelentőségének tudatosítása.

A patrónusi foglalkozások célja:

- segíteni a tanulót abban és megtanítani őt arra, hogy önmagát érdekesnek és értékesnek lássa, az élete célját keresse, másokra odafigyeljen, másokkal kommunikáljon,
- segíteni abban, hogy tartozzék valahová, valakikhez, akik elvárják tőle, hogy igényes legyen, s akiknek nemcsak kényszerből, de belső akaratából is meg akar felelni,
- felismerje, hogy az élet felnőttként való megéléséhez önbizalom, önhit kell,
- ráébreszteni a felelősségteljes gondolkodás fontosságára, az emberi élet méltóságára, a környezettel való harmonikus együttlét igenlésére,
- elérni, hogy legyen fogékony a társadalmi együttélés szabályainak megismerésére, a tudatos belátáson alapuló kritika elsajátítására, az önálló tájékozódásra és a tudatos életvezetéshez szükséges jellemvonások, készségek és ismeretek fejlesztésére,
- elérni, hogy ráérezzen a kiegyensúlyozott életmód és életvitel jelentőségére a saját egészségében,
- az élethosszig tartó tanulás alapjainak megteremtése.

A tartalmi elemek közlése nem tükröz lezárt rendszert. Az elemek listája nem a tanórai feldolgozás sorrendjét és szintezését jelenti. A tantárgyakon belüli és közötti tartalmi összefüggések is mintázatba rendeződhetnek. A fejlesztés és az ismeretátadás a patrónusi foglalkozások szintjén komplex és kiegyensúlyozott folyamatban valósulhat meg. Hangsúlyosabb szerepet kaphatnak a gyakorlatorientált tevékenységek, az életviteli kompetenciák.

Témakörök	Órakeret
Önismeret	10
Társas kapcsolatok	14
Aktuális problémák	2
Család	10
Szerelem, szexualitás	8
Testi-lelki egészség	14

Pályaorientáció	6
Nyló világ	6
Aktuális feladatok rendszerezése	2
Összesen:	72 óra

Tematikai egység	Önismeret	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	A tanuló saját értékeinek ismerete. Önmagával szembeni elvárások.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Önismeret, önelfogadás fejlesztése, erősítése. Céltudatosság kialakítása. Mások iránti figyelem kialakítása, kommunikáció fejlesztése. Felelősségteljes gondolkodás erősítése. Törekvés kialakítása a saját személyiség tudatos formálására.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
Énkép – pozitív, negatív, reális és irreális énkép. A harmonikus személyiség kialakítása, személyiségünk megismerése, elfogadása, fejlesztésének igénye. Felelősség önnön személyiségünk és saját sorsunk alakításáért. Törekvés önmagunk megbecsülésére. Önismereti és személyiségfejlesztő feladatok, szituációs játékok.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Önismeret, énkép, felelősségvállalás, személyiségfejlesztés.	

Tematikai egység	Társas kapcsolatok	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Egyéni és közösségi érdekek megfogalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Társadalmi beilleszkedés, kulturált magatartás és életmód kialakítása. Bizalom és támogató légkör megteremtése/megerősítése. Alkalmazkodás, egymásra való odafigyelés erősítése. Szociális képességek fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
<i>Egyén és közösség</i> Az egyén és a közösség együttműködéséhez szükséges normák ismerete, szerepük tisztázása. (Házirend, szokások, erkölcs, jog, törvények, szabályok.) <i>Harmonikus kapcsolatok</i> A harmonikus kapcsolatok létrejöttéhez szükséges tulajdonságok, képességek megismerése, fejlesztése (figyelmesség, udvariasság, kímélet, tisztelet, méltányosság, tapintat, humor, tolerancia, empátia, segítőkészség). Játékos feladatok, egyéni és csoportos gyakorlatok, szituációs játékok. Filmek alapproblémáinak megvitatása. <i>Ifjúsági szubkultúra</i> Iskolán és családon kívüli kötődések, beszédstílus, szabadidős programok, szokások, viselkedési formák. Partnerkapcsolatok helyes kezelése (egyenrangúság, egymásra figyelés, partner elfogadása, alkalmazkodni tudás, felelősség, őszinteség). <i>Konfliktus, konfliktuskezelés</i>		

Hullámhegyek és -völgyek a kapcsolatokban – veszekedés, konfliktusok, agresszivitás, érdekek ütközése és érvényesítése. Konfliktuskezelési stratégiák és gyakorlatok. Drámapedagógiai módszerek, tevékenységek.	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Egyén, közösség, együttműködés, norma, harmonikus kapcsolat, figyelmesség, udvariasság, kímélet, tisztelet, méltányosság, tapintat, humor, tolerancia, empátia, segítőkészség, szubkultúra, beszédstílus, szokás, viselkedési forma, partnerkapcsolat, egyenrangúság, egymásra figyelés, elfogadás, alkalmazkodás, felelősség, őszinteség, veszekedés, agresszivitás, konfliktus, konfliktuskezelés.

Tematikai egység	Aktuális problémák	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	Problémák, vélemény megfogalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Felmerülő problémák megbeszélése, megoldása, együttműködés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
<i>Aktuális problémák, feladatok</i> Az eredmény és a tanulás feltételeinek megbeszélése. Továbbhaladás feltételei. Az esetleges sikertelenség okainak feltárása. Személyre szabott stratégiák kidolgozása. A motiváció megteremtése. Elvárások tisztázása, szabályalkotás, időszerű problémák összegyűjtése.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Aktuális feladat, probléma, eredmény, tanulás, stratégia, sikertelenség, motiváció, elvárás, szabályalkotás, problémamegoldás.	

Tematikai egység	Család	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Családi kapcsolatok, hagyományok, érzelmek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Felkészítés a családi életre. Alkalmazkodás és egymás iránti figyelem erősítése a családban. Érzelmi háttér szerepének tudatosítása. Problémamegoldás.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
A családi élet, családi kapcsolatok, élethelyzetek, szerepek, érzelmek. A szülők, az anya, apa, a gyerekek, a nagyszülők. Családon belüli kötődések, szokások, viselkedési formák. Házasság, válás. Az egyedüllét, a barátság. Családi problémák és megoldási lehetőségeik. Nevelési ártalmak a családban. A család és az iskola közötti egyenlőtlenségek áthidalása. Filmek alapproblémáinak megvitatása.		
Kulcsfogalmak/fogalmak	Család, családi élet, szülő, gyerek, nagyszülő, kötődés, szokás, viselkedési forma, házasság, válás, egyedüllét, barátság, probléma.	

	megoldási lehetőség, nevelési ártalom, egyenlőtlenség.
--	--

Tematikai egység	Szerelem, szexualitás	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Születés és egyedfejlődés, életkori szakaszok, változások. Férfi-női kapcsolat.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A kamaszkori testi, lelki, élettani változások megismerése, tudatosítása. A nemi szerepekkel kapcsolatos társadalmi előítéletek, sztereotípiák megismerése, értékelése. Szexuális kultúra megismerése. Felelősségvállalás erősítése egymás iránt. Felkészítés a felnőtt szerepre.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
Kapcsolatok, párkapcsolatok. Ismerkedés – gátlások, barátság-szerelem, kötődés, feltétel nélküli elfogadás, bizalom, egy kapcsolat kezdete és vége, megcsalás, fogamzásgátlás, nemi betegségek. Felkészülés a családi életre, együttélés, családalapítás. Szakember – védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, iskolapszichológus – bevonásával problémák megbeszélése.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Barátság-szerelem, kötődés, elfogadás, bizalom, kapcsolat, megcsalás, fogamzásgátlás, nemi betegség, családi élet, együttélés, családalapítás, védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, pszichológus.	

Tematikai egység	Testi-lelki egészség	Órakeret 14 óra
Előzetes tudás	Az emberi test felépítése, működése. A serdülés sajátosságainak ismerete. Egészséges életmód fogalmának, sportoknak az ismerete.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Egészséges életmódra nevelés, az egészségmegőrzés igényének felkeltése. A serdülőkori gátlások leküzdése. Lelki kiegyensúlyozottság növelése. Egészséget fenyegető tényezők megismerése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
<i>Az egészség mint az élet legfőbb értéke</i> Prevenció. Az egészséges életmód szokásainak kialakítása, a sport fontosságának belátása, az egészséges táplálkozás hangsúlyozása. <i>A lelki egyensúly elvesztésének következményei</i> Szorongás, stressz, feszültség, depresszió, melankólia, kudarcok. <i>Egészséget veszélyeztető tényezők</i> Szenvedélybetegségek: nikotin-, alkohol-, drog-, szerencsejáték-függőség. Bűnmegelőzés. Szakember – védőnő, nőgyógyász, ifjúságvédelmi felelős, iskolapszichológus – bevonása.		
Kulcsfogalmak/fogalmak	Egészség, egészséges életmód, prevenció, szorongás, stressz, feszültség, depresszió, melankólia, kudarc, szenvedélybetegség, szerencsejáték-	

	függőség.
--	-----------

Tematikai egység	Pályaorientáció	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Saját érdeklődési kör megfogalmazása. Különböző foglalkozások, munkahelyek ismerete. Fizikai, szellemi munka.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az egyéni adottságok, képességek megismerésén alapuló önismeret fejlesztése a pályaválasztáshoz.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
Pályaválasztás, foglalkozások. A legfontosabb pályák, foglalkozási ágak tartalmának, követelményeinek és a hozzá vezető utaknak, lehetőségeknek a megismerése. Pályaválasztási és életvezetési tanácsok. A felkínált képzési lehetőségek, szakmacsoportok megismerése. Önismereti és személyiségfejlesztő feladatok. Szakember – pályaválasztási tanácsadó – bevonása. „Vendégváró Program”. Interjúkészítés.		
Kulcsfogalmak/fogalmak	Egyéni adottság, önismeret, pályaválasztás, foglalkozás, életvezetés, szakmacsoport, szakember, interjú.	

Tematikai egység	Nyíló világ	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Védett növények és állatok ismerete. Emberi tevékenységek hatása a környezetre.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Természettudományi gondolkodásmód fejlesztése. Pozitív viszonyulás erősítése a természeti értékekhez. A környezet iránti személyes felelősségvállalás erősítése. A szelektív hulladékgyűjtés folyamatának megismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
<i>Környezettudatos életmód</i> A természeti környezet védelme, az ökológiai egyensúly megőrzése, zajártalom, levegőszennyezés, víz- és természetvédelem, jeles környezetvédelmi napok: Víz, Madarak és fák, Föld Napja, szelektív hulladékgyűjtés, energiatakarékosság.		
<i>Állat- és növényvédelem</i> Növények, állatok védelme és növények ültetése, környezetünk szebbé tétele (parkosítás, hulladékgyűjtés, kapcsolatfelvétel természet/környezetvédelmi szervekkel).		
Kulcsfogalmak/fogalmak	Környezet, természet, természetvédelem, környezettudatosság, ökológiai egyensúly, zajártalom, levegőszennyezés, környezetvédelmi nap, szelektív hulladékgyűjtés, energiatakarékosság, növény- és állatvédelem.	

Tematikai egység	Aktuális feladatok rendszerezése	Órakeret 2 óra
Előzetes tudás	A tanév során szerzett ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A tanult ismeretek, fogalmak komplex módon történő áttekintése, rendszerezése és gyakorlati alkalmazása. Logikus gondolkodás fejlesztése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények		
Aktuális feladatok, problémák megbeszélése. Áttekintés, rendszerezés. Éves munka értékelése. Az esetleges sikertelenség okainak feltárása.		
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Aktuális feladat, probléma, áttekintés, rendszerezés, értékelés.	

A fejlesztés várt eredményei a ciklus végén	A tanuló rendelkezzen megfelelő önismerettel, a pozitív énkép kialakításának képességével. Értékelése, önértékelése reális legyen. Rendelkezzen kellő önbizalommal. Egyéni érdekét tudja összhangba hozni a közösségével. Legyen képes a konfliktusok kezelésére és tartalmas kapcsolatok kialakítására, az önkifejezésre. Legyen tisztában az emberi kapcsolatokban rejlő értékekkel. Ismerje meg a társadalmi problémákat. Legyen képes a családi élet szervezésére. Tisztelje a családi hagyományokat. Ismerje teste, lelke változásait és azok okait. Ismerje a szexualitás társadalmi értelemben vett problematikus megnyilvánulási formáit, valamint az azokhoz kapcsolódó közösségi reakciókat. Legyen igénye az egészséges életmódra. Legyen képes alkalmazni a szorongás, stressz, feszültség, fáradtság oldásának technikáit. Tudja azonosítani a testi adottságok, a szociális körülmények és a tárgyi tudás szerepét az eredményes munkavégzésben. Rendelkezzen reális pályaképpel. Váljon érzékennyé környezetünk állapota iránt. Legyen képes a természet értékeinek megőrzésére. Környezettudatos életmódra törekedjen.
--	--