

# OSZTÁLYFŐNÖKI

## 9-10. évfolyam

### Cél

Az oktatásnak mind társadalmi, mind gazdasági funkciója miatt – alapvető szerepe van abban, hogy az európai polgárok megszerezzék azokat a kulcskompetenciákat és az erre épülő kiemelt fejlesztési feladatokat, amelyek elengedhetetlenek a változásokhoz való rugalmas alkalmazkodáshoz, a változások befolyásolásához, a saját sorsunk alakításához.

Alapvető célként tűzhető ki az önmegismerés és önkontroll: a felelősség önmagunkért, az önállóság, az önfejlesztés igényének kialakítása.

Az egészséges életmódra nevelésnek minden tevékenységével szolgálnia kell a tanulók egészséges, testi, lelki és szociális fejlődését. Az egészséges életmódra nevelés az egészséges állapot örömteli megélésére és a harmonikus élet értékeként való tiszteletére is nevel.

Készítsük fel a diákokat a pozitív beállítódások, magatartások kialakítására, amelyek az egészséges életvitellel kapcsolatos szemléletét és magatartását fejlesztik.

Fejlesszük a beteg, sérült és fogyatékos emberek iránti elfogadó és segítőkész magatartást.

Készítsük fel a veszélyhelyzetek egyéni és közösségi szintű megelőzésére, kezelésére, hogy a káros függőségekhez vezető szokások kialakulását megelőzhessék.

Foglalkozzon az iskola a családi életre, a felelős örömteli párkapcsolatra történő felkészítéssel.

Célként fogalmazzuk meg a konfliktusok kezelését, az életminőség javítását, az életvitel

arányainak megtartását, az értelmi, érzelmi egyensúly megteremtését, a teljesebb élet megszervezését. Váljanak nyitottá és megértővé a különböző szokások, életmódok, kultúrák iránt.

Alakuljon ki bennünk a konfliktuskezelés, a humanitárius segítségnyújtás, az együttműködés képessége, a társadalmilag elfogadott viselkedési normák ismerete. A tanulók életvitelét meghatározó erkölcsi alapelveknek kell lennie egyéni és közös szinten egyaránt.

Készítsen fel az iskola, a gazdálkodással és pénzügyekkel kapcsolatos képességek fejlesztésére, az okos gazdálkodás képességének a kialakítására, továbbá arra, hogy tudjanak eligazodni a fogyasztási javak, szolgáltatások és viselkedésmódok között.

Értsék a fogyasztás gazdaságot mozgató szerepét, saját fogyasztói magatartásuk jelentőségét, felelősségét.

A környezettudatosságra nevelés átfogó célja, hogy elősegítse a tanulók magatartásának, életvitelének kialakítását.

Felelősséget vállaljanak egyéni vagy közös tetteikért.

Életmódjukban a természet tisztelete, a felelősség, a környezeti károk megelőzése váljék meghatározóvá.

Alakuljon ki bennünk az önművelés igényének és szokásoknak a kibontakoztatása, az egész életen át tartó tanulás eszközeinek megismerése, módszereinek elsajátítása.

Az osztályfőnöki óra funkciói:

- a tanulók segítése önismeretük fejlesztésében, az önnevelés iránti igényük felkeltésében, személyiségük stabilizálásában, életpályájukra való felkészítésükben,
- személyiségüknek megfelelő és hatékony tanulási módszerek kialakítása
- a szociális képességek (a kapcsolatteremtés, a kommunikáció, az empátia, a tolerancia, a kooperáció, a konfliktuskezelés stb. képességeinek) fejlesztése főként az osztályban megélt saját élmények bázisán,
- szerepvállalás a tanulók iskolában és iskolán kívül szerzett élményeinek feldolgozásában, az ellentmondásos valóságban történő eligazodás segítésében, a felelős állampolgárrá nevelésben.

Tartalom

Az osztályfőnöki óra a pedagógus és osztálya együttlétének óraterveben kodifikált intézményes kerete, amelynek jellege alapvetően különbözik a többi tanítási órától.

Ez az órátípus funkcióit csak abban az esetben töltheti be, ha egy nevelési folyamat szerves részévé válik.

Az osztályfőnöki óra tantervében szereplő tartalmak nem válhatnak ki más tantárgyakból elemeket, nem mentesíthetnek tantárgyakat, nem alkalmazhatók hagyományos ismeretközvetítésre. Az osztályfőnök lehetősége ezúttal abban áll, hogy építve a tanítási órán elsajátítottakra, elmélyítse, aktualizálja, értékmozzanatokkal ruházza fel a meglévő tudásokat.

Iskolánk helyi tantervébe a szaktárgyakon belül a nevelés számtalan területe épült be. Mindazon területek azonban, amelyek főként nem a hagyományos ismeretnyújtást szolgálják, hanem sajátos feladatot jelentenek megközelítésében és megvalósításában tanárnak, diáknak egyaránt, az osztályfőnöki órák foglalkozásaiban kapnak helyet.

Az osztályfőnököknek lehetőségük van arra, hogy az adott témakörök tartalmát bővítsék, illetve válasszanak a megadott tartalmak közül a körülményektől függően.

Az alábbiakban felsorolt témakörökön kívül minden évfolyamon a megfelelő helyre kell beilleszteni a következő 5 órát:

- A nyárról, az előttünk álló tanévről beszélgetés, tisztségviselők megválasztása, balesetvédelem.
- Adventi, karácsonyi előkészületek.
- A félév értékelése.
- Osztálykirándulás, színházlátogatás előkészítése, értékelése.
- A tanév értékelése, nyári tervek, balesetvédelem.

## **Az egyes témakörök és a hozzájuk rendelt fejlesztési célok**

1. **Önismeret**  
a személyiségben rejlő lehetőségek és gátak feltárása, a személyiség stabilizálása, az önálló döntéshez szükséges képességek kialakítása.
2. **A tanulás tanítása**  
a személyiségjegyekkel összehangolt egyéni tanulási módszerek, eljárások kialakítása valamennyi tantárgyban.
3. **Társas kapcsolatok**  
készség és képesség a tartalmas, harmonikus emberi kapcsolatok kialakítására és ápolására.
4. **Konfliktuskezelés**  
képesség a konfliktusok konstruktív módon történő kezelésére, a megélt konfliktusok hasznosítására az önismeret fejlesztésében, társas kapcsolatok minőségének javításában.
5. **Lelki egészség**  
a lelki egészség (mentálhigiéné) iránti igény felkeltése, ennek kialakításához és megőrzéséhez szükséges készségek és képességek kialakulása.
6. **Testi egészség**  
az egészségnek mint alapértéknek az elfogadása, az egészségmegőrzés igényének felkeltése, az egészségkárosító szokások, szenvedélyek kialakulásának megelőzése, készség és képesség ezek leküzdésére.
7. **Viselkedéskultúra**  
a mindennapi együttéléshez szükséges civilizációs szokások kialakulása és megszilárdulása.
8. **Pályaorientáció**  
képesség a munkaerőpiacon történő eligazodásra, az egyéni vágyaknak, törekvéseknek a lehetőségekkel történő összehangolása.
9. **Jelenismeret**  
eligazodás a jelen társadalmi változásaiban, ellentmondásaiban, saját álláspont kialakítása a történésekkel kapcsolatban.
10. **Gazdálkodáskultúra, fogyasztóvédelem**  
gazdálkodással és pénzügyekkel kapcsolatos képességek fejlesztése; tudatos, kritikus magatartás kialakítása és fejlesztése.
11. **Felelős állampolgár nevelése**  
a jogok és kötelességek ismerete az iskolában és a társadalomban, a demokráciának mint értéknek az elfogadása, közös szabályok, normák alkotásához és működtetéséhez szükséges szemlélet kialakulása, az általánosan érvényes normákhoz, a kodifikált törvényekhez való konstruktív viszonyulás, igény és szándék a saját előítéletekkel való szembesülésre, ezek leküzdésére, illetve a másság elfogadására.
12. **Globális problémák**  
a világ problémái iránti egyéni felelősség belátása, a „gondolkodj globálisan, cselekedj lokálisan” gondolatának elfogadása, a kapcsolódó egyéni aktivitás terének megtalálása, a világ dolgai iránti érdeklődés, a folyamatos tájékozódás iránti igény felkeltése.

### 13. Helytörténet

ismerkedjenek meg Tatabánya történetével, a város bányászati hagyományaival, tekintsék meg a bányászati hagyományokat bemutató Ipari Skanzent.

#### **Az osztályfőnök:**

- a mindennapi életben való eligazodáshoz szükséges ismeretek, készségek közvetítője
- a különböző nevelési tényezők tevékenységének összehangolója
- a tanórán kívüli értelmes, hasznos tevékenységek egyik szervezője
- Feladata: az egyes tanulók és az osztályközösség kedvező fejlődésének szolgálata.
- Nemétől függetlenül apai és anyai funkciókat is gyakorolnia kell, ha osztálya kapcsolatrelációiban, gyermekeinek testvérhelyzeti viszonylataiban is jól akar működni.
- a tanulókkal közösen tervezi, elemzi és alakítja az osztály életét, biztosítja annak bekapcsolódását az iskola egészének nevelési rendszerébe.

## 9. évfolyam

Évi óraszám: 36

**Az órák felosztása:**

Tantervi témákra	21 óra
Kötelező témákra	5 óra
Aktuális feladatokra	10 óra

## TÉMAKÖRÖK

### Önismeret

## TARTALMAK

Hogyan látjuk önmagunkat, illetve hogyan látnak bennünket mások?

A serdülő „saját én” keresése.

Erényeink felismerése, erősítése, a kiküszöbölhető hibák korrigálása, önmagunk elfogadása, elfogadtatása.

Az önfejlesztés igénye, lehetősége és módjai.

Az önismerettel kapcsolatos beszélgetés köthető irodalmi vagy filmélményekhez, az erre önként vállalkozó tanulók önvallomásához. Megfelelően képzett pedagógus vagy meghívott tréner önismeret-fejlesztő tréninget is tarthat az osztálynak. (Az önismereti tréningen való részvételre azonban a diákok nem kötelezhetők.)

### A tanulás tanulása

A különböző tantárgyak tanulását segítő speciális ötletek, eljárások. Az eredményes tanulás mentálhigiénés feltételei (önismeret, önnevelés képessége, a megfelelő pszichés kondíció biztosítása, egészséges és megalapozott önbizalom, önellenőrzés képessége, önkritika, a tanulóhoz szükséges optimális fizikai állapot megteremtése, a megfelelő környezet kialakítása. Az eredményes tanulóhoz szükséges képességek attitűdök (akarati tulajdonságok, rendszeresség, igényesség, koncentrációs képesség, fejlett memória, kommunikációs képességek, kreativitás, igény a tanulásra, a tanulás önépítésként történő elfogadása stb.). Tanulási szokások, módok, technikák: - az önismereten alapuló tanulási módszerek kimunkálása.

### Társas kapcsolatok

Társas kapcsolatok az osztályban. Az együttes élmények, tevékenységek, közös célok közösséget teremtő ereje. A szervezet (az intézményes struktúra: az ODB) és a spontán kialakuló kiscsoport együttes jelenléte az osztályban, az ezek közötti feszültségek (érdekellentétek, rivalizálás, vezetési hibák, merev hierarchia stb.). Sztárok és magányos „arcnélküli” tanulók baráti párosok, csoportok. Feszültségek és konfliktusok tanulók és tanulócsoportok között (kiközösítés, érdek- és értékellentétek, féltékenykedés stb.).

## Konfliktuskezelés

A konfliktus mint az emberi életben elkerülhetetlen és hasznosítható jelenség. A konstruktív konfliktuskezelés feltételei:

- önismeret, saját tapasztalatok tanulságainak hasznosítása, saját felelősség belátása, pozitív énkép, egészséges önérvényesítés (nem agresszív, nem szubmisszív, hanem asszertív: mások szempontjait is figyelembevevő viselkedés),
- megfelelő kommunikációs készség, empátia, tolerancia, mások különbözőségének elfogadása,
- az együttműködés készsége és képessége,
- készség a közös problémák együttes megoldására. A konstruktív konfliktusmegoldás menete.
- a probléma pontos körvonalazása,
- közvetlenül és közvetve érintettek érzelmeinek: aggodalmainak és reményeinek feltérképezése, szempontjainak feltárása,
- megoldási alternatívák gyűjtése,
- az összegyűjtött megoldási módok mérlegelése, és a megfelelő kiválasztása, törekvés a „nincs vesztes” elv érvényesítésére,
- meghatározott idő után az eredmény értékelése,
- az osztályban előforduló konfliktusok tanulságai.

Célszerű a téma feldolgozását a tanulók élményeivel kezdeni, feltárni megélt konfliktusaikkal, saját konfliktuskezelési módjaikkal kapcsolatos stratégiáikat. Ez a témakör egységbe szervezhető az önismeret és a társas kapcsolatok fejlesztése című témakörökkel. A konfliktuskezelési technikák elsajátításához jól alkalmazhatók a drámapedagógia módszerei. A szemléletformálást segítheti szépirodalmi szemelvények, filmrészletek, történelmi események elemzése.

## Testi egészség

Az egészségmegőrzés igényének felkeltése, az egészséges életmód szokásrendszerének kiépítése. A testi és lelki egészség összefüggései (pl.: az önfegyelem, az akaraterő, az énazonosság szerepe az egészség iránti igény kialakulásában, a pszichés zavarok testi jelei, a lelki egészség megerősítése esélyt ad az egészségkárosító szennvedélyek megelőzésére). A serdülés testi sajátosságai, a serdülőkori biológiai, pszichológiai érés folyamatának ismerete, megértése. Genetikai ismeretek, az öröklődés jelentőségének felismerése. Az egészséget fenyegető tényezők ismerete, törekvés ellensúlyozásukra (a környezet károsító hatása, helytelen életvitel, egészségtelen táplálkozási szokások, stressz stb.). Fertőzések, járványok. A betegségek megelőzésének módjai (környezeti ártalmak minimalizálása, személyes higiéné, az egészséges életmód szokásrendszerének kialakítása, törekvés a lelki egészség megteremtésére stb.). Balesetek megelőzése (a balesetveszély felismerése,

balesetvédelmi szabályok ismerete, betartásuk, segítségnyújtás baleseteknél).

A kapcsolódó beszélgetésekhez jó kiindulást jelenthet az osztály egészségi állapotának feltérképezése és az egyéni életvitel jellemzőinek összegyűjtése kérdőíves vizsgálatok keretében. Az egészséges életvitel szokásrendszerének szemléltetése történhet kapcsolódó audio- és videoanyagokkal (a rádió és a televízió rendszeresen sugároz az egészségmegőrzést célzó műsorokat).

### **Lelki egészség (mentálhigiéné)**

A serdülőkor, mint a személyiség kialakulásának döntő szakasza, az életkorból fakadó problémák, feszültségek (önállóvá válás, a döntés felelőssége, konfliktusok szülőkkel és pedagógusokkal, kortárs csoportok az iskolában és azok kívül stb.). Önismeret, önkontroll, önértékelés, önbizalom. Képességeink és korlátaink tudata, önnevelési készség és stratégia, gátlások leküzdése és kialakítása, saját idegrendszerünk, hangulataink ismerete, készség és képességek kezelésükre. Képességeinknek, ambícióinknak és kondícióinknak megfelelő optimális testi-lelki terhelésre törekvés, az alulterhelés és a túlterhelés veszélyei.

### **Viselkedéskultúra**

- Mindennapi kommunikáció  
Köszönések és megszólítások zűrzavara.  
Ismerkedés, bemutatás, bemutatkozás, a kapcsolat kezdeményezése. Beszélgetés, verbális és nonverbális jelek.

A társalgás „szabályai” nagyobb társaságban. Nyelvi igényesség és igénytelenség. Nyelvi viselkedés jellegzetes helyzetekben.

- Udvariassági formulák

Hagyomány és személyesség az udvariassági formulák használatában.

Generációs különbségek a viselkedéskultúrában.

Illemszabályok jellegzetes helyzetekben (pl.: vendégfogadásnál, vendégségben, étteremben, futballmeccsen, szórakozóhelyen, otthon, az iskolában, közlekedési eszközön, külföldi tartózkodás során stb.).

### **Gazdálkodáskultúra**

A háztartási jövedelmek összetétele. (a családi pénzjövedelem forrásai).

A háztartás kiadása.

A költségvetés készítésének lépései.

A bevétel – kiadás tervezése.

A takarékosági lehetőségek kihasználása.

Az árak elemzése, az árak és a minőség összehasonlítása, észszerű döntés.

## **Helytörténet**

Ismerkedjenek meg Tatabánya történetével, a város bányászati hagyományaival, tekintsék meg a bányászati hagyományokat bemutató Ipari Skanzent.



## 10. évfolyam

Évi óraszám: 36

Az órák felosztása:

Tantervi témákra	21 óra
Kötelező témákra	5 óra
Aktuális feladatokra	10 óra

## TÉMAKÖRÖK

### Önismeret

Az önfelnevelés igénye, lehetősége és módjai.  
Az eszményképek és szerepük az önnevelésben.  
Felelősségvállalás, saját személyiségünk alakításáért.  
A szándék, a kitartás és a céltudatosság szerepe az önfelnevelésben.

### A tanulás tanulása

A tantárgyankénti speciális tanulás technikák alkalmazása,  
- folyamatos önellenőrzés – munka a tankönyvekkel,  
munkalapokkal, hagyományos és új  
információhordozókkal (könyvtár, lexikonok,  
kézikönyvek, számítógép, számítógépes hálózat stb.).  
A különböző tantárgyak speciális tanulási metodikájának  
tárgyalásába érdemes bevonni a szaktanárokat.

### Társas kapcsolatok

A család, mint az egyén elsődleges mikroközössége.  
Szükség van-e a házasságra, a családra? A család  
történelmének kialakult funkciói. A különböző életkorú  
családtagok (kisgyerekek, serdülők, fiatal felnőttek,  
öregék) sajátos problémái, ezek tolerálása, kezelése.  
Konfliktusok a családban (nemzedéki konfliktusok,  
testvérkonfliktusok, szülő-gyermek konfliktusok,  
házastársi konfliktusok, a gazdasági problémákból eredő  
problémák stb.), ezek kezelésének, feloldásának  
lehetőségei. A serdülő sajátos szerepe a családban,  
felelőssége a családi élet légköréért. A család külső  
kapcsolatai. A családi élet zavarai, a széteső család. A  
család problémái, kapcsolattartás a különélő  
szülővel. Távol a családtól (élet a kollégiumban).  
Az önismeret-fejlesztésre építve együttesen is  
feldolgozható a téma tréning formájában. A problémák  
felvethetők a tanulók saját osztályban és családban megélt  
tapasztalatai mentén. A beszélgetés motiválható  
különböző kérdőívek tapasztalatainak ismertetésével,  
például a szociometriai vizsgálat eredményeinek  
bemutatásával.

### Testi egészség

Az egészséges ember.  
Mikor és miért vagyunk betegek? Beszélgetés a  
betegségről. Minek kell lennie a házipatikában?  
Népbetegség.

## TARTALMAK

Testkultúránk (testápolás, személyi higiénia, testfejlesztés, öltözködés).

Napirend-pihenés-alvás.

Táplálkozás.

Káros szenvedélyek. A dohányzás. Az alkoholizálás. A kábítószerelés.

Fertőző betegségek.

## Lelki egészség

A szorongás, a stressz, a feszültség, a fáradtság oldásának „technikái”.

A megfelelő konfliktuskezelés, mint a lelki egészség feltétele és a megfelelő mentálhigiénés állapot, mint az eredményes konfliktuskezelés feltétele.

A kudarcok tűrése, tanulságaik feldolgozásának, hasznosításának képessége.

## Viselkedéskultúra

Civilizációs szokások

Az ígéret, a megállapodás, a határidők betartása. Mások idejének, tulajdonságainak, nyugalmanak tiszteletben tartása (pontosság, tapintat, a „hangerő” megfelelő szabályozása).

A kölcsönkapott értékek, tárgyak időben és sértetlenül történő visszaszolgáltatása.

Kimentés, kiengesztelés, bocsánatkérés. Fokozott figyelem az arra rászorulókkal (idősekkel, betegekkel, kisgyermekesekkel, várandós nőekkel, nagy megrázkódtatást átélőkkel stb.). A velünk egyformán erősekkel az adódó terhek egyenlő elosztása.

A testi és lelki erőszak kerülése és elutasítása.

## Pályaorientáció

Ki milyen pályát szeretne választani az érettségi után? A jövőbeni munkaterülettel, munkakörrel kapcsolatos elvárások. A munkakör betöltésének feltételei. Az alkalmazotti minőségben végzett munka. A vállalkozói minőségben végzett munka.

Hasznos lehet a diákok véleményét leírni a munkáról, a kapcsolódó saját és szüleik, ismerőseik révén szerzett tapasztalataikról, és ezek alapján indítani a kapcsolódó beszélgetést.

A választott pálya követelményeit kinek-kinek össze kell vetni saját személyiségjegyeivel, e ponton ez a témakör szorosan kapcsolódik az Önismeret címűhöz. Célravezető az egyes tanulókat kis csoportos beszélgetések során szembesíteni önmagukkal és a választott pályán adódó követelményekkel (az 5-6 fős kiscsoportok szerveződése ez esetben szabad választás alapján történjék). Érdekes vitatéma lehet a vállalkozás helyzete hazánkban. Vitaindításként aktuális újságcikkek, tévé vagy rádióadások szolgálhatnak.

## Jelenismeret

Szűkebb pátriánk múltja, hagyományai, jelen problémái.

A haza közösségteremtő alkotóelemei: a nyelv, a táj, a kultúra, a történelem, a nemzeti szimbólumok, ünnepek, szokások, közös távlatok.

A múlt és a jelen kapcsolata. A hagyományok előremutató és visszahúzó szerepe. Nemzeti sorsfordulóink. A történelmi események, személyiségek megítélésének korszakonkénti változásai. Történelmi kudarcaink időszerű tanulságai.

Hazánk jelenlegi állapota és belátható jövője. A rendszerváltás óta eltelt időszak tapasztalatai. Pluralizmus, többpártrendszer, parlamenti demokrácia.

Gazdasági változások, privatizáció, vállalkozások, munkanélküliség.

Közvélemény, közhangulat.

Ki hogyan éli/élte meg az elmúlt éveket?

E témakör kapcsán megkísérelhetjük felszínre hozni a diákok gondolatait, érzéseit a jelen időszerű eseményeiről, ellentmondásos történéseiről, jelenségeiről. Az egyetlen hivatalos világnézet hegemoniájának megszűnésével, a pluralizmus legitimizációjával eltűntek a politikai, világnézeti kérdéseket érintő elvárt válaszok, s a felmerülő témákról zajló viták az egymással eltérő nézetek ütköztetését, a saját álláspont kialakítását segíthetik.

### **Fogyasztóvédelem**

A fogyasztói érdekvédelem lehetőségeit a gyakorlatban érvényesíteni tudja.

Tudatos vásárlóvá nevelés.

Termék, termékszerkezet, termékelemzés.

### **Felelős állampolgárrá nevelés**

A civil társadalom kialakítása. Az emberek egyenlőségének elismerése, a faji, vallási, etnikai különbségek elfogadása, előítélet-mentesség. Az alkotmányosság, a törvényesség, az állampolgári jogok ismerete, gyakorlása, tisztelete. Nyitottság a hátrányos helyzetű rétegek ügye iránt, lehetőség szerinti bekapcsolódás problémáik megoldásába. Érdeklődés, fogékonyság a társadalom jelenségei, problémái iránt.

### **Globális problémák**

Az emberiség globális problémái, mint minden egyes embert érintő gondok.

A „gondolkodj globálisan, cselekedj lokálisan” szlogen értelmezése.

A természeti környezet, az ökológiai egyensúly védelme.

A szűkebb és tágabb környezetünkben megnyilvánuló agresszivitás elleni fellépés.

Felelősségvállalás a jövő generációk sorsáért. A világon létező különböző nemzetek egyenjogúságának elismerése, egyetemes emberi jogok.

A háború és béke kérdése a XX. század végén.