

**OSZTÁLYFŐNÖKI**  
5-8. évfolyam

## OSZTÁLYFŐNÖKI 5-8. évfolyam

A tantárgy óraszám: **136**

Ennek felosztása:

Évfolyam	5.		6.		7.		8.		Össze- sen
	Heti	Évi	Heti	Évi	Heti	Évi	Heti	Évi	
Tantárgy/modul									
Osztályfőnöki	<b>1</b> óra	34 óra	<b>1</b> óra	34 óra	<b>1</b> óra	34 óra	<b>1</b> óra	34 óra	<b>136</b> óra

### Célok és feladatok

A Nemzeti Alaptantervben és a Kerettantervben képviselt értékek, az egységes, alapvető követelmények és az ezekre épülő differenciálás egyaránt azt a célt szolgálják, hogy a tanulók – adottságaikkal, fejlődésükkel, iskolai és iskolán kívüli tanulásukkal, egyéb tevékenységeikkel, szervezett és spontán tapasztalataikkal összhangban – minél teljesebben bontakoztathassák ki személyiségüket.

A Kerettanterv célja, hogy a gyermekek, a serdülők és ifjak képességeinek fejlődéséhez szükséges követelmények meghatározásával ösztönözze a személyiségfejlesztő oktatást. A pedagógiai program, a nevelési és tanítási-tanulási folyamatok adjanak teret a színes, sokoldalú iskolai életnek, a tanulásnak, a játéknak, a munkának; fejlesszék a tanulók önismeretét, együttműködési készségüket, eddzék akaratukat; járuljanak hozzá életmódjuk, motívumaik, szokásaik, az értékekkel történő azonosulásuk fokozatos kialakításához, meggyökereztetéséhez.

A közösségfejlesztéssel kapcsolatos feladatok

Törekszünk arra, hogy minden tanuló:

- ismerje meg a társas együttélés alapvető szabályait,
- megismerje népünk kulturális örökségének jellemző sajátosságait, nemzeti kultúránk nagymúltú értékeit,
- ismerje meg és gyakorolja azokat az egyéni és közösségi tevékenységeket, amelyek az otthon, a lakóhely, a szülőföld, a haza és népei megismeréséhez, megbecsüléséhez vezetnek,
- legyen nyitott, megértő a különböző szokások, életmódok, kultúrák, vallások, a másság iránt,

## Kulcskompetenciák

Az iskolai nevelés-oktatás alapvető célja a kulcskompetenciák fejlesztése. Ezekre a kompetenciákra minden egyénnek szüksége van személyes boldogulásához és fejlődéséhez, az aktív állampolgári létehez, a társadalmi beilleszkedéshez és a munkához. Kulcskompetenciáknak tekinthetők mindegyik a társadalmi és természeti környezetben való egyéni, hétköznapi tájékozódást, az ismeretek alkalmazását, más ismeretekkel való összekapcsolását segítő képességek. A kulcskompetenciák, mint például a szociális kompetenciák (ideértve például a kooperációt); a tanulási képességek, a személyes képességek, a közéleti vagy a gazdasági életben való részvételhez kapcsolódó képességek mindig *komplex* tudást jelenítenek meg, amelyet jól működő alapképességekre lehet ráépíteni. A kulcskompetenciák alkotóelemei között rendkívül nagyok az *egyéni különbségek*, ezért fejlesztésük differenciált tanulásirányítást igényel. A tanulók ilyen jellegű teljesítményében az öröklött képességeken kívül a szociális környezet hatásai és a tanulási alkalmak mennyiségi és minőségi jellegzetességei jelentős mértékben közrejátszanak. Mindezen jellemzőket a tanulás tervezése során is fontos figyelembe venni.

Törekedni kell arra, hogy a kulcskompetenciák kialakulásában kiemelkedően fontos szerepet játszó képességek és személyes tulajdonságok a tanulás egész ideje alatt folyamatosan fejlődhessenek. Ilyenek mindenekelőtt *a fejlett nyelvi kommunikációs készség; a belső értékrend és értékek felé való orientálódás; a megfelelő motiváció; a kritikai gondolkodás és az egyéb gondolkodási képességek; a különféle műveltségterülethez kötődő kompetenciák; s olyan személyes tulajdonságok*, mint a becsületesség, tisztesség, felelősségtudat, hűség és a *pozitív személyes énkép*.

## Kiemelt fejlesztési feladatok

A tanítás-tanulás szemléleti egységének és a tanulók személyiségnevelésének eredményessége szempontjából lényeges, hogy legyenek olyan kiemelt fejlesztési feladatok, amelyek az iskolai oktatás valamennyi elemét áthatják és ezáltal elősegítik a tantárgyközi kapcsolatok erősítését. Minden műveltségi területen és az osztályfőnöki munkában is helyet kell kapnia azoknak az ismereteknek, tanulói tevékenységeknek, amelyek hozzájárulhatnak az énkép és önismeret; a hon- és népismeret; az európai azonosságtudat kialakításához és az egyetemes kultúra iránti fogékonyság és tisztelet meg alapozásához, s amelyek közvetlen szerepet játszanak a környezeti nevelés; az információs és kommunikációs kultúra elsajátításának megvalósításában, s amelyek jól szolgálják a tanulók testi és lelki egészségének megőrzését, s az egész életen át folyó tanulásra való felkészülését. Ezzel is hozzájárulva ahhoz, hogy gyermekeink sikeresen megbirkózzanak a felnőtt életükben rájuk váró feladatokkal.

## **A műveltségi területek oktatásának közös követelményei**

*A korszerű műveltség néhány követelménye áthatja az iskolai oktatás szinte valamennyi elemét .A kiemelt fejlesztési feladatok a kulcskompetenciákra épülnek.*

- **Hon-, és népismeret**

Minden tanuló ismerje meg népünk kulturális örökségének jellemző sajátosságait, nemzeti kultúránk nagy múltú értékeit. Ismerjék a kiemelkedő magyar férfiak, tudósok, feltalálók, művészek, írók, költők sportolók tevékenységét, munkásságát. Legyenek jól tájékozottak a haza földrajzában, irodalmában, történelmében mindennapi életében. Sajátítsák el azokat az ismereteket, gyakorolják azokat az egyéni és közösségi tevékenységeket, amelyek az otthon, a lakóhely, a szülőföld, a haza és népei megismeréséhez, megbecsüléséhez, az ezekkel való azonosuláshoz vezetnek. Ismerjék a városi és a falusi élet hagyományait, jellegzetességeit.

A tanulók legyenek nyitottak a hazánkban és szomszédságukban élő más népek, népcsoportok értékeinek és eredményeinek megismerésére, megbecsülésére.

A hon-, és népismeret segítse elő harmonikus kapcsolat kialakítását a természeti és társadalmi környezettel. Alapozza meg a nemzettudatot, mélyítse el a nemzeti önismeretet, a hazaszeretetet, ösztönözzön a szűkebb és tágabb környezet történelmi, kulturális és vallási emlékeinek, hagyományainak feltárására, ápolására. Késztesse az ezekért végzett egyéni és közösségi tevékenységre.

- **Európai azonosságtudat-egyetemes kultúra**

Alakuljon ki a tanulóknak pozitív viszony a közös európai értékekhez. Becsüljék meg az európai fejlődés során létrehozott eredményeket, köztük Magyarország szerepét, hozzájárulásait. Legyenek érdeklődők, nyitottak az európai kultúra, életmód, szokások, hagyományok iránt, különös tekintettel a hazánkat környező országokra, népekre. Ismerjék meg az európai egység erősödésének jelentőségét, ellentmondásait, szerepét az országnak és lakosainak az életében.

A tanulók ismerjék az egyetemes emberi kultúra legjellemzőbb, legnagyobb hatású eredményeit. Legyenek nyitottak, megértők a különböző szokások, életmódok, kultúrák, vallások; a másság iránt, becsüljék meg ezeket. Szerezzenek információkat az emberiség közös (globális) – főleg Magyarországot közelebbről érintő – problémáiról, az ezek kezelése érdekében kialakuló nemzetközi együttműködésről. Legyenek érzékenyek a problémák lényege, okai, összefüggéseinek és megoldási lehetőségeinek a keresése, feltárása iránt. Az iskolák és a tanulók törekedjenek arra, hogy valamilyen módon közvetlenül is részt vállaljanak a nemzetközi kapcsolatok ápolásában.

- **Környezettudatosságra nevelés**

A környezeti nevelés átfogó célja elősegíteni a tanulók környezettudatos magatartásának, életvitelének kialakulását annak érdekében, hogy a felnövekvő nemzedék képes legyen a környezeti válság elmélyülésének megakadályozására, elősegítve az élő természet fennmaradását és a társadalmak fenntarthatóságát. A tanulók váljanak érzékennyé környezetük állapota iránt. Legyenek képesek a környezet sajátosságainak, minőségi változásainak

megismerésére és elemi szintű értékelésére; a környezet természeti és ember alkotta értékeinek felismerésére és megőrzésére; a környezettel kapcsolatos állampolgári kötelességeik felismerésére és jogaik gyakorlására; alakuljon ki bennük bátorító, vonzó jövőkép, amely elősegíti a környezeti harmonia létrejöttéhez szükséges életvitel, szokások kialakulását és a környezet iránti pozitív érzelmi viszonyulások megerősödését. A környezet ismeretén és személyes felelősségen alapuló környezetkímélő magatartás egyéni és közösségi szinten egyaránt legyen a tanulók életvitelét meghatározó erkölcsi alapelv.

A környezeti nevelés során a tanulók ismerjék meg azokat a jelenlegi folyamatokat, amelyek következményeként bolygónkon környezeti válságjelenségek mutatkoznak. Konkrét hazai példákon ismerjék fel a társadalmi–gazdasági modernizáció pozitív és negatív környezeti következményeit.

A tanulók kapcsolódjanak be közvetlen környezetük értékeinek megőrzésébe, gyarapításába. Életmódjukban a természet tisztelete, a felelősség, a környezeti károk megelőzésére törekvés váljon meghatározóvá. Szerezzenek személyes tapasztalatokat az együttműködés, a környezeti konfliktusok közös kezelése és megoldása terén.

- **Kommunikációs kultúra**

A kommunikációs kultúra a megismerést, a tanulást, a tudást, az emberi kapcsolatokat, az együttműködést, a társadalmi érintkezést szolgáló információk felfogása, megértése, szelektálása, elemzése, értékelése, felhasználása, közvetítése, alkotása. Összetevői a szimbolikus (verbális, matematikai) jelek útján történő, a képi, valamint a mozgásban, a tevékenységben, a magatartásban megnyilvánuló kommunikáció képességei. Beletartozik ezekbe a metakommunikáció (a tekintet, a gesztusok, a testtartás, a hanghordozás, a mozgástér) alkalmazásának az ismerete is.

A kommunikációs kultúra részben a műveltség, a tudás alapja, részben az egyén szocializációjának, a társadalmi érintkezésnek, az egyéni és közösségi érdek érvényesítésének, egymás megértésének, elfogadásának, megbecsülésének döntő tényezője. Középpontjában az önálló ismeretszerzés, véleményformálás és kifejezés, a vélemények, érvek kifejtésének, értelmezésének, megvédésének a képességei állnak. Mindezek elsősorban az anyanyelv minél teljesebb értékű ismeretét kívánják.

Napjainkban értesüléseink túlnyomó részét nem személyesen hozzánk intézett „üzenetekből” merítjük, hanem mesterséges közvetítő rendszerek útján. A tömeges, passzív információfogyasztás az életvitel és a gondolkodás torzulásához vezethet. Ezért az iskolának az új audiovizuális környezetet értő, szelektíven használó fiatalokat kell nevelnie.

- **Testi és lelki egészség**

Az iskolára nagy feladat és felelősség hárul a felnövekvő nemzedékek egészséges életmódra nevelésében. Minden tevékenységével szolgálnia kell a tanulók egészséges testi, lelki és szociális fejlődését. A különböző műveltségi területek feldolgozása során adjon ismereteket a betegségek, balesetek, sérülések elkerülésére, az egészség megőrzésére. Személyi és tárgyi környezetével segítse azoknak a pozitív beállítódásoknak, magatartásoknak és szokásoknak a kialakulását, amelyek a gyermekek, ifjak egészségi állapotát javítják. Az egészséges életmódra nevelés nemcsak a betegségek megelőzésének módjára tanít, hanem az egészséges állapot örömteli megélésére és a harmonikus élet értékévé való tiszteletére is nevel.

A pedagógusok készítsék fel a gyermekeket, az ifjakat arra, hogy önálló, felnőtt életükben legyenek képesek életmódjukra vonatkozóan helyes döntéseket hozni, egészséges életvitelt kialakítani. Fejlesszék a beteg, sérült és fogyatékos embertársak iránti elfogadó és segítőkész magatartást. Ismertessék meg a környezet – elsősorban a házastárs, az iskola és a közlekedés – leggyakoribb, egészséget, testi épséget veszélyeztető tényezői és ezek

elkerülésének módjait. Nyújtsanak támogatást a gyermekeknek – különösen a serdülőknek – a káros függőségekhez vezető szokások (pl. dohányzás, alkohol-, és drogfogyasztás, rossz táplálkozás) kialakulásának megelőzésében. Segítsék a krízishelyzetekbe jutottakat. Megkerülhetetlen feladata az iskolának, hogy foglalkozzon a szexuális kultúra és magatartás kérdéseivel. Fordítson figyelmet a családi életre, a felelős örömteli párkapcsolatokra történő felkészítésre.

Az egészséges, harmonikus életvitelt megalapozó szokások a tanulók cselekvő, tevékeny részvételével alakíthatók ki. Az iskolai környezet, mint élettér is biztosítsa az egészséges testi, lelki, szociális fejlődést. Ebben a pedagógusok életvitelének is jelentős szerepe van.

- **A tanulás tanítása**

A tanulás a pszichikum módosulása külső tényezők hatására, tehát nem csupán ismeretelsajátítás és a figyelem, az emlékezet működtetése. Tág értelmezése magában foglalja valamennyi értelmi képesség és az egész személyiség fejlődését, fejlesztését. Ez az iskola alapfeladata.

A tanulás számos összetevője tanítható. Minden nevelő teendője, hogy a gyermekeket tanítsa tanulni. Ennek eredményeképpen a diákok a tanulás időbeli és sorrendi tervezésében tegyenek szert fokozatos önállóságra. Vegyen részt a kedvező körülmények (külső feltételek) kialakításában. Élményeik és tapasztalataik alapján ismerjék meg és tudatosítsák a saját pszichikus feltételeiket. Az eredményes tanulás módszereinek, technikáinak az elsajátítása, gyakoroltatása főleg a következőket foglalja magában: egyénre szabott tanulási módszerek, eljárások kiépítése; az értő olvasás fejlesztése; az emlékezet erősítése, célszerű rögzítési módszerek kialakítása; a gondolkodási kultúra művelése; az önművelés igényének és szokásának kibontakoztatása. A tanulás fontos színtere és eszköze lehet az iskolai könyvtár.

A pedagógusnak fontos feladata, hogy megismerje a tanulók sajátos tanulási típusát, stílusát, szokásait. Vegye figyelembe a megismerés életkori és egyéni jellemzőit, ezekre alapozza a tanulás fejlesztését. Mindezekhez és az adott tartalmakhoz kapcsolódva gondosan válassza meg a fejlesztés tárgyi–cselekvéses, szemléletes–képi és elvont–verbális útjait.

- **Pályaorientáció-felkészülés a felnőttlét szerepeire**

A pályaorientáció általános célja, hogy segítse a tanulók pályaválasztását. Összetevői: az egyéni adottságok, képességek megismerésén alapuló önismeret fejlesztése; a legfontosabb pályák, foglalkozási ágak tartalmának, követelményeinek és a hozzájuk vezető utaknak, lehetőségeknek, alternatíváknak tevékenységek és tapasztalatok útján történő megismerése; a lehetőségek és a valóság, a vágyak és a realitások összehangolása. Tudatosítani kell a tanulóknak, hogy életpályájuk során többször pályamódosításra kényszerülhetnek.

Az iskolának – a tanulók életkorának és a lehetőségekhez képest – átfogó képet kell nyújtania a munka világról. Ennek érdekében olyan feltételek, tevékenységek biztosítására van szükség, amelyek elősegíthetik, hogy a tanulók kipróbálhassák képességeiket, elmélyedhessenek az érdeklődéseiknek megfelelő területen, ezzel is fejlesztve önismeretüket és pályaismereteiket. A pályaorientáció csak hosszabb folyamat során eredményes és csak akkor, ha a különböző tantárgyak, órán és iskolán kívüli területek, tevékenységek összehangolásán alapul.

- **Énkép, önismeret**

Az egyén önmagához való viszonya, önmagáról alkotott képe saját befogadó-alkotó tevékenysége során alakul ki.

A tanulók helyes énképének alakításában alapvető célként tűzhető ki az önmegismerés az önkontroll, a felelősség önmagukért, az önállóság és az önfejlesztés igényének kialakítása.

### **Az osztályfőnök nevelő munkája**

Az osztályfőnök céltudatosan irányítja az osztályban folyó nevelő-oktató munkát, összehangolja az iskolai és iskolán kívüli nevelési tényezőket, pedagógiai törekvéseket. A tanulókkal közösen tervezi, elemzi, és alakítja az osztály életét, biztosítja annak bekapcsolódását az iskola egészének nevelési rendszerébe. A tanulók közvetlen megismerése és az osztályközösség arculatának formálása kiváló lehetőségeket kínálnak az iskolai és iskolán kívüli programok: szakkörök, klubdelutánok, sportfoglalkozások, rendezvények, diákgyűlések, utazások, kirándulások, színház-, és múzeumlátogatások stb.

Az osztályfőnöki munka eredményessége érdekében a pedagógus kapcsolatot tart tanítványai szüleivel, erősíti a családból származó pozitív nevelési hatásokat, megismeri a család viszonyulását az iskolához, a gyermekhez. Az osztályfőnöki munka kritikus pontja a torz családi nevelési minták és szokások ellensúlyozása, a negatív társadalmi hatások kivédése.

Az osztályfőnök nevelő munkáját az iskola pedagógiai programja, a helyi tanterve és a tanmenete alapján végzi.

Tevékenysége három fontos feladatkörre terjed ki:

- A, ügyviteli (adminisztrációs) teendők ellátása,
- B, szervezési, koordinációs feladatok végrehajtása,
- C, közvetlen nevelőmunka.

Az osztályfőnöki órákon sajátos rendszerező, szintetizáló módszerrel kerül sor a tanulók nevelésében szerepet játszó nevelési tartalmak, témakörök feldolgozására a mai fiatalokhoz közel álló tartalommal és formával. Az osztályfőnöki óra a helyes vitakultúra kialakításának nélkülözhetetlen gyakorlóterepe.

Célunk, hogy a gyerekek fejében megfogalmazódott kérdések ne haljanak el. Gondolkodjanak, kérdezzenek, vitatkozzanak ők és az osztályfőnök is. A válaszokat ne a tanár fogalmazza meg, ő csak a saját véleményét mondja el, de társ legyen a megoldáskeresésben. Lényeges, hogy az osztályfőnök – akinek célja a gyerek sokoldalú megismerése és fejlesztése – élvezze a szabadságot adó együttlétet. Serkentő környezetet teremtsen, bátorítsa a gyermekek autonóm törekvéseit, fogadja el fantáziavilágukat. Biztonságos háttérrel adjon a gyermekeknek, a fejlesztő szándék mellett is elfogadva őket olyannak amilyenek, hisz élettapasztalatukat, társadalmi – emberi mintáikat és személyes élményeiket saját környezetükből, életterükből hozzák.

Az osztályfőnöki órákon törekednünk kell olyan légkör kialakítására, amely feloldja a tanulóban lévő gátlásokat, segíti őket abban, hogy őszintén nyilatkozzanak meg a „kényes” témákban is. A feloldódáshoz más környezet kell, mint a hagyományosan merev tantermi berendezés, az egymás hátát látó gyerekekkel. A falon legyen lehetőség „területeket” kialakítani saját osztály-, faliújságra, akár falfirkára is. Nem szükséges minden órát ebben a megszokott környezetben tartani, lehet színhely: könyvtár, múzeum, közösségi ház, vagy éppen a természet.

### **Az osztályfőnöki tevékenység jellemzői:**

- Az 5–8. évfolyamon kötelező osztályfőnöki órák nevelési témái lehetnek: kötöttek, szabadon választhatók és aktuális eseményekhez kapcsolódók.
- Az osztályfőnöki óra egyszerre szolgálja az általános műveltség gyarapítását, a világszemlélet és az erkölcsi értékrend alakulását. Fejleszti az önismeretet, felkészíti a tanulókat a kulturált társas kapcsolatok építésére és fenntartására. Hozzájárul a differenciált emberkép és identitástudat alakulásához.
- A tanulókat tudományosan megalapozott ismeretekhez juttatja a természeti- és társadalmi környezetről, az emberről, és megismerteti őket a magatartási szabályokkal és etikai normákkal.
- Az „Ember-, és társadalomismeret, etika” 7. osztályos modul ismeretanyagához számos ponton kapcsolódnak az osztályfőnöki órák témái. Szükség van azonban arra, hogy a javasolt osztályfőnöki program koncentrikusan bővülő ismeretrendszere már 5. osztálytól járuljon hozzá a fiatalok önismeretének, önfejlesztő stratégiájának és erkölcsiségének alakításához (egészséges életmód, konstruktív életvezetés, magatartáskultúra, erkölcsismeret, vallásismeret)
- Az életkornak megfelelő ember-, és társadalomismeretek nyújtásával segítse elő a tanuló szocializálódási folyamatát,
- természeti és társadalmi környezetébe való beilleszkedését.
- Segítse a tanulót kapcsolat-, és viszonyrendszereinek felismerésében, nevelje értékes és hasznos kapcsolatok kialakítására és ápolására.
- Fejlessze a tanuló szociális érzékenységét, toleranciáját, valamint empatikus képességét az életkornak megfelelő társadalmi problémák iránt.

***Elengedhetetlen a tanulók aktív részvétele mind az óra előkészítésében, mind a nevelési téma feldolgozásában!***

### **Kiemelt 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, formálói!



**A tanterv témaköreiben a következő betűjelzésekre hívjuk fel a figyelmet:**

○ **kiemelt fejlesztési feladatok:**

- énkép és önismeret ÉN)
- hon- és népismeret H)
- európai azonosságtudat – egyetemes kultúra E)
- környezeti nevelés K)
- információs és kommunikációs kultúra I)
- testi és lelki egészség TE)
- aktív állampolgárságra nevelés Á)
- gazdasági nevelés G)
- tanulás, gondolkodási kultúra T)
- felkészülés a felnőtt lét szerepeire F)

○ **kulcskompetenciák:**

- kommunikációs k)
- hatékony, önálló tanulás ht)
- döntési d)
- szabálykövető szk)
- lényegkiemelő lk)
- életvezetési é)
- együttműködési, (szociális és állampolgári) egy)
- problémamegoldó p)
- kritikai kr)
- komplex információk kezelésével kapcsolatos képességek, (digitális) i)
- esztétikai-művészeti em)
- kezdeményezőképeség és vállalkozói kv)
- kulturális kifejezőképeség kf)

**Ezek a fejlesztési követelmények természetesen csak a nevelési – oktatási folyamat egészében valósíthatók meg, az osztályfőnöki óráknak kitüntetett szerepe lehet a szintézisteremtésben.**

## **Értékelés**

- Az érdeklődés felkeltésére és aktív cselekvésre alapozott, oldott légkörű személyiségfejlesztés a célunk.
- A nyílt, őszinte légkör megteremtése alapvetően befolyásolhatja a foglalkozások sikerességét.
- A tevékenységek eredményessége egyes témák esetében nehezen objektivizálható, ezért természetesen nem osztályozunk.
- Az ismeretek elsajátításának, a megértésnek és a pozitív viszonyulás kialakulásának végső mércéje a tanulók személyiségében (a kognitív, affektív és szenzomotorikus szférákban) rögzült pozitív irányú változás, a magatartás minősítésére a magatartási osztályzat szolgál.
- Elsősorban az interaktív tanítási-tanulási folyamatban megnyilvánuló aktivitást értékeljük.
- Az anyag megértését a csoportos megbeszélés, feldolgozás, önálló példák és elemzések sora igazolja.
- A tanulók helyes szokásrendszere, életvezetése, testi-lelki harmónikus működése az érték.
- A fogalmak és összefüggések egyéni és csoportos értelmezése, a pozitív értéktételezés, tanulók személyiségében bekövetkezett pozitív irányú változás az érték, a minőség.
- A legfontosabb fogalmak, kategóriák és összefüggések ismeretének mérésére és az eredmények indirekt visszacsatolására számtalan lehetőség kínálkozik a fiatalok szabadságjogának és emberi méltóságának megsértése nélkül.
- Törekedjünk az önértékelés és egymás értékelése valamint a tanári értékelés egyensúlyának összhangjára.
- A helyes ismeretek, belsővé vált normák és pozitív tartalmú cselekvések alapján indirekt visszajelzésre törekedjünk, s az „igazságosztó” értékelést és minősítést mellőzzük!

**A meggyőződést, világnézetet, értékrendet stb. az alkotmányos keretek között magánügyként kezeljük, s az attitűdök minősége felett nem ítélezhetünk.**

***A nevelési témák feldolgozásakor az alábbi tevékenységeket, módszereket használjuk:***

- Beszélgetés, vita, véleménycsere
- Élethelyzetek, szituációk eljátszása azok elemzése
- Kiselőadások
- Jelenetek bemutatása, dramatizálás
- Riportok készítése magnóval és azok írásban való megjelenítése
- Pályázatok kiírása, értékelése
- Régi népi játékok
- Kiállítások
- Osztálytükör
- Fórum

- Vetélkedő
- Irodalmi, zenei szemelvények
- Keresztrejtvények
- Tablók
- Alkalmi divatbemutatók
- Népi játékok
- Játékok
- Sajtófigyelő
- Kirándulás, múzeum és színházlátogatás
- Videofilmek vetítése
- Bábozás
- Gyűjtőmunka otthon és klubszobában (fejleszti a szelektív képességet, növeli az aktív szókinccset, összefogottabbá teszi a csapongó képzeletet)
- Saját készítésű fényképekből kiállítás
- Kamaszpanasz – kérdésláda. Mindenki bedobhatja a kérdését, problémáját jellegével. 7. és 8. osztályosokból egy „szerkesztőbizottság” alakul ún. „pszichológus csoport”. Ők válaszolnak a kérdésekre a faliújságon, segítséget kérhetnek a válaszhoz az iskolapszichológustól, gyógytornásztól, iskolaorvostól, gyógyszerésztől, kozmetikustól, védőnőtől, osztályfőnöktől.
- Célzott kérdések az igazgatóhoz, osztályfőnökhöz, tanárokhoz, kortársakhoz

## KONCENTRIKUSAN BŐVÜLŐ TÉMAKÖRÖK ÓRASZÁMAI

ÉVFOLYAMOK	5.	6.	7.	8.
HETI ÓRASZÁM	1	1	1	1
ÉVES ÓRASZÁM	34	34	34	34
Közösség és személyiség alakítása	11	10	10	9
Tanulás és munka	6	6	4	5
Ember és társadalom	3	3	3	2
Emberismeret	2	3	3	4
Életvitel és gyakorlati ismeretek	5	5	5	4
Pályaorientáció	2	2	4	5
Szabadon felhasználható órák	5	5	5	5
<b>Összesen</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

**OSZTÁLYFŐNÖKI**  
**5. Évfolyam**

## ÓRATERV

Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	11
Tanulás és munka	6
Ember-, és társadalom	3
Emberismeret	2
Életvitel gyakorlati ismeretek	5
Pályaorientáció	2
Szabadon felhasználható órák	5
<b>Ö s s z e s e n :</b>	<b>34 óra</b>

### TÉMAKÖRÖK TARTALMA

### FEJLESZTÉSI FELADATOK

### KULCSKOMPETENCIÁK

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG	ÉN, I, Á, F	k, lk, é, egy, p, kr, em,
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A közösség céljai, feladatai a felső tagozatba lépve (a Házirend áttekintése, változások az alsó tagozathoz képest)</li> <li>• Tartalmas, vonzó élet a közösségben (a felelősi rendszer kialakítása, a felelősök munkájának értékelési rendszere)</li> <li>• Az együttműködő közösség felé (a közös célok elérésének akadályozói: rongálók, rendbontók, passzívok, stb., a fegyelem fontossága, a helyzetképből adódó újabb feladatok meghatározása)</li> <li>• <b><i>Személyes kapcsolatok az osztályban (szociometriai felmérés)</i></b></li> <li>• A tanulmányi és magatartási helyzet értékelése (a közösség fejlődésének értékelése: eredmények és feladatok)</li> <li>• Ismerem-e önmagammat? (tulajdonságaink megismerésének módjai: rendszeres önvizsgálat; mások véleményének meghallgatása, tulajdonságtáblázat készítése alapvető jellemzőinkről (alkat, vérmeleglet, érzelmi világ, stb.).)</li> <li>• Milyen szeretnék lenni? (önismereti teszt alapján a kívánt tulajdonságok meghatározása, megközelítésének módjai)</li> <li>• <b><i>Társas kapcsolatok az osztályban (a kapcsolatok kialakulása feltétele, változásai (tisztelet, szeretet, barátság)</i></b></li> <li>• Öszinteség, titoktartás, segítőkészség (az igaz barátság ismérvei az őszinteség, a titoktartás, segítő-</li> </ul>		

készség, 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

I,Á, T,

k, ht, szk, é, p, kv, d,

- Tanulás és tudás (a tanulás és tudás közti különbség és összefüggés) ; a tanulás akadályai
- Hogyan tanuljunk eredményesen? (tanulási stratégiák: mélyreható, szervezett, mechanikus; tanulási technikák: szöveg hangos olvasása, néma olvasás, elmondás más személynek, önmagunknak, ismétlés, lényegkiemelés; munkafegyelem, tervszerű munka )
- Munka az iskolában (a házirendben szereplő feladatok megbeszélése, a hetes és az ügyeletesek feladatai, a házi feladat-felelős teendői, minden gyerek feladata az iskolában)
- 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)*

#### EMBER ÉS TÁRSADALOM

ÉN, G, I, Á,

egy, é, szk, kr, em,

- 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, gyermeknap, stb.; illemtan az ünnepekkel kapcsolatban)*
- Életem az iskolában (az iskolai közösség hatása a gyermekre; alkalmazkodás az iskola rendjéhez, társaihoz, tanáraihoz; az iskola törvénye: a Házi rend; az iskola hagyományainak megismerése; az iskolai és otthoni élet összehasonlítása; az iskolám szokásai, hagyományai; mit teszek én, hogy to-

vább öregbítem iskolám jó hírét? – hogyan tehetem széppé, otthonosabbá az iskolámat, tantermet?

- **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 őrzőjárat az iskola környékén, a lakóhelyén; tiszta környezet–egészséges ember; a lakóhely értékeinek védelme)**

#### EMBERISMERET

K, ÉN, I,

egy, szk, é,

- 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 lévő 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

TE, T, I, Á,

k, ek, i, em,

- **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 (életteni kísérletek, a cigaretta összetevői; közvetlen hatása az emberre; betegségek okozója, következményei az utódokra; hogyan lehet leszokni?, hogyan tudok visszautasítani?)Részvétel egészségnevelési programban (pl.: DADA)**
- **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

F, I,

p, é, kr,



- Ami érdekel, amit szívesen csinálók (érdeklődésem, képességeim, életpálya-elképzelés)

A szülők, ismerősök foglalkozása, mennyit kell ahhoz tanulni, nehézségek, munkakörülmények, fizetés)

#### **SZABADON FELHASZNÁLHATÓ ÓRÁK (20%)**

- Magatartási, szorgalmi és tanulmányi helyzet értékelése
- Aktuális feladatok (szüreti felvonulás, Mikulás délután, farsang, városi békenap, a Föld napja, stb.)
- Tanulmányi kirándulás előkészítése, értékelése
- Diák-önkormányzati munka

## OSZTÁLYFŐNÖKI 6. évfolyam

### JAVASOLT ÓRATERV

Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	10
Tanulás és munka	6
Ember és társadalom	3
Emberismeret	2
Életvitel gyakorlati ismeretek	5
Pályaorientáció	2
Szabadon felhasználható órák	5
<b>Ö s s z e s e n :</b>	34 óra

#### TÉMAKÖRÖK TARTALMA

#### FEJLESZTÉSI FELADATOK

#### KULCSKOMPETENCIÁK

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG	ÉN, I, TE,	k, lk, é, egy, szk, p, kr, kv,
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A közösség céljai, feladatai a tanévben (a helyzet értékelése, újabb feladatok megjelölése)</li> <li>• 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)</li> <li>• Együtt–egymással (feladatvállalás a közös tevékenységben, a vállalt feladatok pontos, lelkiismeretes ellátása a tanuló képességeinek megfelelően; legmagasabb rendű emberi tevékenység: az együttműködés)</li> <li>• <i>Testre szabott feladatok kiválasztása az egyes tanulók számára tulajdonságainak ismeretében</i></li> <li>• <i>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)</i></li> </ul>		

- **„Tükröm, tükröm mondd meg nékem!” (a testi–lelki harmónia alapja az önismeret, beképzelt-ség és önhietség vagy kishitűség? – a torzult énképek)**
- **Önzés–önzetlenség (különbségtétel az egészséges önszeretet és a túlzott önimádat, az önzés kö-zött; lemondás a másik ember javára; önzetlen cselekedeteink pozitívan hatnak közérzetünkre)**
- **Őszinteség–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, rágalmazás)**
- Tolerancia a másság iránt (más népek, nemzetiségek, különféle embercsoportok (cigányság, zsi-dók, fogyatékosok, stb.) elfogadása, értékeinek megismerése, elismerése, a velük való helyes bá-násmód)
- Milyen az én osztályom? (az osztály feladata törődni minden egyes tagjával, egyidejűleg szem elótt tartani a közösség érdekét; az együttes tevékenységben való részvétel képességének kialakí-tása)
- Helyem az osztályközösségben (az egyes egyének meghatározó szerepe a közösségben, annak megítélésében; az alkalmazkodási képesség, a viselkedési kultúra fejlesztése, helyes önismeret, mások véleményének fontossága)
- **Hogyan küzdjem le rossz szokásaimat? (rossz szokásaim – egészségkárosító hatása, reális én-kép kialakítása bírálat, önbírálat által; reális célok kitűzése a személyiség pozitív megváltozta-tására a fokozatosság érvényesítésével)**
- Baráti kapcsolatok az osztályban (baráti kapcsolatok megtartása, erősítése; újabb lehetséges ba-rátságok kezdeményezése; szociometriai felmérés)

#### TANULÁS ÉS MUNKA

T, I, Á,

k, ht, szk, é, d, kv, p,

- 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 kitű-zése, 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 tanu-lási és munkalehetőségek)
- Munka és személyiség (munkasiker – örömforrás – személyiség, kudarc hatása a személyiségre)

<b>EMBER ÉS TÁRSADALOM</b>	<b>HN, K, G, E,</b>	<b>egy, é, em, i, lk, kf,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nemzeti ünnepeink: március 15.; augusztus 20.; október 23. (a haza iránti szeretet és a magyar nemzethez tartozás érzésének kialakítása az ünnepek gyöngyösi aktualitásának segítségével; az ünnepek történelmi háttérének rövid megismertetése; hogyan ünnepeltünk? – hogyan ünnepe-lünk? – helytörténeti vonatkozások, történelmi emlékhelyek megismertetése)</li> <li>• Szokások – hagyományok (csak az szeretheti igazán szülőföldjét, lakóhelyét, aki ismeri törté-nelmét, az itt élő emberek szokásait, hagyományait; ismerje meg szűkebb környezetének (Gyön-gyös város, a Mátra vidék és Heves megye történelmi emlékhelyeit és történetét, az emberek hitében fellelhető szokásokat, hagyományokat, ezen keresztül a szűkebb pátria szeretetének, ér-tékei megóvásának kialakítása a tanulóknban; a hagyományok ismerete nélkül nem létezik teljes emberi élet)</li> <li>• Hazánk természeti kincsei és ezek védelme (a világörökség részévé nyilvánított értékek bemuta-tása: Hollókő, Budai várnegyed, Aggteleki cseppkőbarlang; hogyan védjük, óvjuk ezeket?; ta-nulmányi kirándulás viselkedési szabályai)</li> </ul>		
<b>EMBERISMERET</b>	<b>ÉN, K, TE,</b>	<b>k, egy, é, kr, i,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Segítség! – megváltoztam !? (a serdülőkor korai szakaszának – 11-14 éves kor – állomásai és ennek hatása a serdülőre, a családra. „Lázadásaim”)</i></li> <li>• <i>Építem önmagam I. (egészséges életrend, napirend összeállítása, annak betartása, hogy távlati célkitűzéseimet megvalósíthassam; szellemi, fizikai munka, a feltöltődés helyes aránya; igé-nyes szórakozás; a „saját idő” fontossága)</i></li> <li>• <i>Építem önmagam II. (a test és a lélek egyensúlya; rendszeres mozgással, sporttal építem a tes-tem és lelkem; testi és lelki tulajdonságok gyűjtése, amit a sport megváltoztat)</i></li> <li>• <i>Önismeret (Ismerd meg önmagad! Te is felelsz önmagad alakításáért. Hit önmagunkban vagy önhittség. Ki legyen a példaképem? Mi legyek, ha nagy leszek?)</i></li> </ul>		
<b>ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK</b>	<b>TE, G, K,</b>	<b>egy, k, é, szk, i,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Az egészség érték: szociális jólléti állapot (milyen a családunk időbeosztása?; nagyító alatt a napirendem; a tevékenységünk sorrendjét, valamint a hozzá szükséges időbeosztást tervezni kell!)</i></li> <li>• <i>A család: konfliktusok mindenütt (kommunikációs zavarok a családban; az összeütközések feloldása; véleményalkotás, ítéletformálás; kritikus gondolkodás; a megfelelő szülő-gyerek kapcsolat)</i></li> </ul>		

- *Kísértésnek kitéve: az alkohol (élettani kísérletek, egészségkárosító hatása, italozás következményei, az alkoholizmus, mint betegség, a családi élet ellensége, vigyázz: osztálykirándulás, házibuli, diszkó) Részvétel egészségnevelési programban (pl.: DADA)*
- *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**

**F, T, H, TE, G,**

**k, d, p, kr, kv,**

- 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 gyöngyösi vállalatoknál, üzemeknél (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?)

#### **SZABADON FELHASZNÁLHATÓ ÓRÁK ( 20%)**

- Magatartási, szorgalmi és tanulmányi helyzet értékelése
- Aktuális feladatok (szüreti felvonulás, Mikulás délután, farsang, városi békenap, a Föld napja, stb.)
- Tanulmányi kirándulás előkészítése, értékelése
- Diák-önkormányzati munka
- Felvilágosító óra a védőnő segítségével
- Erdei iskola előkészítése

## OSZTÁLYFŐNÖKI 7. évfolyam

### ÓRATERV

Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	10
Tanulás és munka	4
Ember és társadalom	3
Emberismeret	3
Életvitel gyakorlati ismeretek	5
Pályaorientáció	4
Szabadon felhasználható órák	5
<b>Ö s s z e s e n :</b>	<b>34 óra</b>

#### TÉMAKÖRÖK TARTALMA

#### FEJLESZTÉSI FELADATOK

#### KULCSKOMPETENCIÁK

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG	I, EN, K,	k, é, egy, i, d,
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A közösség céljai, feladatai a tanévben (a közösség további fejlesztése; a helyesen kialakult értékek, magatartási normák megerősítése; az egyéni és a körérdek érvényre jutását szolgáló tevékenységekre való rávilágítás)</li> <li>• 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)</li> <li>• A kultúrált magatartás szabályai a lányok és fiúk kapcsolatában (legyenek udvariasak, tapintatosak egymással és a kívülállókkal szemben is; tartózkodjanak a kirívó magatartástól!)</li> <li>• Milyen vagyok? (a helyes önértékelés kialakítása bírálat, önbírálat alapján)</li> <li>• <b>Milyen legyek, milyen lehetek? (az ideális „én” elérésére tett erőfeszítések fejlesztik a jellemet; elvárásaim magammal szemben, mások elvárásai velem szemben)</b></li> <li>• Azt gondolod, amit mondasz? (a kommunikáció, metakommunikáció szerepe, fejlesztése; a testnyelv fontossága a mindennapi érintkezésben)</li> <li>• <b>Mi motiválja cselekvéseinket? (ösztönök és tudatos cselekvések; szükségleteink hierarchiája a fizikai szükségletektől az önmegvalósításig)</b></li> <li>• Az emberi együttélés írott és íratlan szabályai (a szabályok szintjei és egymásra épülésük: szokás,</li> </ul>		

<p>erkölcs, jog; a szabályok megszegésének büntetése)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A család, mint a nevelés legfőbb színtere (nevelés, érzelmi védetség; generációk együttélése, munkamegosztás; családi szokások és ünnepek; egymás tiszteletben tartása; demokrácia a családban)</li> <li>• <b>Konfliktusok a családban (a türelem, megértés, odafigyelés szerepe a konfliktus kezelésében, feloldásában; a válás káros hatása a családtagokra, a gyermek fejlődésére)</b></li> <li>• Vitában formálódik a közvélemény (a közös ügyek nyílt, kulturált vitában való megtárgyalása alakítja a helyes közvéleményt; a jó vita jellemzői: fontos kérdésről folyik; őszinte, előítéletektől mentes; következményei láthatóak)</li> </ul>		
<b>TANULÁS ÉS MUNKA</b>	<b>T, Á,ÉN,</b>	<b>k, p, é, egy,, p,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>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)</b></li> <li>• Ki miben jobb? Önellenőrzés, önértékelés</li> <li>• A figyelem fejlesztése (figyelemkoncentrációt javító gyakorlatok, játékok beiktatása)</li> <li>• 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.)</li> </ul>		
<b>EMBER ÉS TÁRSADALOM</b>	<b>HN, E,K, G,</b>	<b>k. egy, lk, i, em, kf,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• „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)</li> <li>• Helytörténeti vonatkozások: Gyöngyös város kiemelkedő személyiségei.</li> <li>• 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)</li> <li>• Életünk a „megszedett 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?)</li> </ul>		
<b>EMBERISMERET</b>	<b>ÉN, K, TE, E, Á,</b>	<b>k, i, p, kv, é, i,</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Önismeret (reális – ideális énkép, önfejlesztő stratégiák, példakép)</b></li> <li>• <b>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)</b></li> </ul>		

- 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**      **TE, K, Á,**      **k, kr, szk, egy, i,**

- *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 ve-le) Részvétel egészségnevelési programban ( pl.: DADA )*
- *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**      **F, Á, I, T, ÉN,**      **é, i, k,**

- 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)

**SZABADON FELHASZNÁLHATÓ ÓRÁK ( 20%)**

- Magatartási, szorgalmi és tanulmányi helyzet értékelése
- Aktuális feladatok (szüreti felvonulás, Mikulás délután, farsang, városi békenap, a Föld napja, stb.)
- Tanulmányi kirándulás előkészítése, értékelése
- Diák-önkormányzati munka
- Ballagtatás előkészítése



## OSZTÁLYFŐNÖKI 8. évfolyam

### ÓRATERV

Témakör	Óra
Közösség és személyiség alakítása	9
Tanulás és munka	5
Ember és társadalom	2
Emberismeret	4
Életvitel gyakorlati ismeretek	4
Pályaorientáció	5
Szabadon felhasználható órák	5
<b>Összesen:</b>	<b>34 óra</b>

#### TÉMAKÖRÖK TARTALMA

#### FEJLESZTÉSI FELADATOK

#### KULCSKOMPETENCIÁK

KÖZÖSSÉG ÉS SZEMÉLYISÉG	ÉN, E, F,	k, egy, kr, i, szk, d, lk,
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Céljaink, feladataink a 8. osztályban (a továbbtanulás megalapozása; elvárás velük szemben a példamutatás tanulmányi, magatartási, stb. téren)</li> <li>• <i>Csoportok az osztályban (klikkek és barátok; sztárok és magányosok)</i></li> <li>• <i>Egyéni képességek a közösség szolgálatában (a kapcsolatteremtés a kooperáció fontossága a közösségben; empátia, tolerancia, konfliktus-, és kudarcűrő képesség)</i></li> <li>• <i>Harcban 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)</i></li> <li>• A felnőtté válás jellemző viselkedési normái (a felnőttkor jellemzői már gyermekkorban jelentkeznek; a szó és a tett, a vágy és az értelem viszonya)</li> <li>• <i>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)</i></li> <li>• Mi dolgozunk a világon? (életünk értelmét mi adjuk céljainkkal, cselekedeteinkkel, hitünkkel; az élet értelme az értelmes élet!)</li> </ul>		

- Generációk együttélése a családban (a tisztelet korra való tekintet nélkül mindenkinek kijár; a család szokásaihoz alkalmazkodni kell; az alkalmazkodás gyakorlással fejleszhető)
- 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

T, Á, F,

egy, kv, d, ht, lk, i,

- A tanulmányi és magatartási helyzet értékelése (helyzetelemzés és célmeghatározás a tanulók önértékelése alapján)
- Aki mer, az nyer (kezdeményezőkészség, kockázatvállalás, vállalkozói bátorság)
- Hogyan írjunk önéletrajzt? A pályázatírás lépései: témaválasztás, anyaggyűjtés, vázlatkészítés, első fogalmazvány megírása, a dolgozat újraírása, a dolgozat dokumentálása, a végleges változat elkészítése; egyéni és csoportmunka összehangolása
- Én és a nyári munka
- Versengés és együttműködés

#### EMBER ÉS TÁRSADALOM

H, E, K, Á,

i, kf, k, lk, em,

- 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

ÉN, K, Á,

k, egy, kv, i,

- *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 sexualitás; mi a különbség a szerelem és a sexualitás között?; miért káros a szexuális élet túl korai megkezdése?; szemérmes, szemérmetlen, pornográf; a tömegkommunikáció és a szex; uralom a nemi ösztönök felett)**
- **Boldogság és szomorúságforrások (mit jelent: boldogság, szomorúság?; a boldogság összetevői, szintjei: szerencsejavak, örömezzet, meglegedettség, értelemmel telített élet; a boldogság kellei: nyitottság, lendület, életkedv, szeretet, helyes önértékelés, tettek; szomorúságforrás: félelem, önbizalom hiánya; állandó szomorúság következménye: depresszió, magány, öngyilkosság; nyújts kezet!)**
- **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 önmevalósításért, az ember alkotásai-ban és utódaiban "él tovább", mi dolgunk a világon?)**

#### **ÉLETVITEL ÉS GYAKORLATI ISMERETEK**

**TE, K,**

**k, egy, i, é,**

- *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) Részvétel egészségnevelési programban (pl.: DADA)*
- *Szabadidő: elhatározástól a megvalósításig (kirándulás szervezése, ruhatár, programkészítés, viselkedési szabályok)*

#### **PÁLYAORIENTÁCIÓ**

**F, ÉN, Á,**

**k, d, egy, p, i,**

- Jövönkre készülünk (pálya, szakma, foglalkozás, beosztás, munkakör, képesítés, képzettség, pályakép)
- ÉN-KÉPEM – személyiségleltár (képességeim, erősségek – gyengeségek – lehetőségek – veszélyek)
- Középfokú iskoláztatás (iskolaszerkezet, felvételi követelmények, pályaalkalmasság, iskolaváltás, helytállás)
- Pályaválasztási döntés (elképzelések, döntés, alternatívák, érvek–ellenérvek)
- „Próbafelvételi” (felkészülés, feszültségoldás, megjelenés, bemutatkozó beszélgetés, kommunikációs stratégiák, taktikák, siker –kudarcc)
- A munkanélküliség állapota, folyamata (munkaerő kereslet és kínálat, esélyteremtés)

#### **SZABADON FELHASZNÁLHATÓ ÓRÁK ( 20%)**

- Magatartási, szorgalmi és tanulmányi helyzet értékelése

- Aktuális feladatok (szüreti felvonulás, Mikulás délután, farsang, városi békenap, a Föld napja, stb.)
- Tanulmányi kirándulás előkészítése, értékelése
- Diák-önkormányzati munka
- A ballagás, bankett előkészítése

## Segédletek

### Tanári kézikönyvek

- 33 osztályfőnöki óra: Óratervek, óravázlatok középiskolai tanárok számára – Tóth Tibor, Szeged: Mozaik, 1995.
- Beszéljük meg! Osztályfőnöki témakörök A-tól Z-ig – Hudyné Gyulai Zsuzsanna – Pózna Gabriella, Bp.: Raabe, 1999.
- Osztályfőnöki kézikönyv – Szabó Kálmán, Bp.: Nemzeti Tankönyvkiadó, 1997.
- Kézikönyv osztályfőnököknek – Szekszárdi Júlia, Bp.: Szakközépiskolai Projekt, 1995.
- A pedagógus új típusú feladatai a modern iskolában
- Osztályfőnöki kézikönyv a minőségbiztosítás jegyében – Fürstné Kólyi Erzsébet, Bp.: Flaccus, 1999.
- Osztályfőnöki kézikönyv az általános iskola 5-8. osztálya számára – Majzik Lászlóné (OPI), Bp.: Tankvkiadó, 1983.
- Osztályfőnöki kézikönyv az ált. iskolák számára – Tóth Tibor, Pest Megyei Pedagógiai Szolgáltató Intézet, Bp., 1998.
- Száz eset, ezer tanulság: történések a nevelés-oktatás világából – Benedek István, Bp.: OKKER K., 2000.
- Mit tehet az osztályfőnök? Mit tegyen a szülő? - konfliktusok és feloldásuk az iskolában, a családban Oláh Erzsébet – Zsidi Zoltán, Debrecen: Tóth Könyvkereskedés, 1998.
- Közösségek rejtett hálózata: A szociometriai értelmezés – Mérei Ferenc, Bp.: TK, 1988.
- Hogyan tanítsuk gyermekeinket tanulni? – Robert Fisher, Bp.: Műszaki Könyvkiadó – Calibra Könyvek, 1999.
- Könyv a tanulásról. Tanulási képességet fejlesztő tréning 12-16 éveseknek – Oroszlány Péter, Bp.: AKG Kiadó, 1998.
- Tanári kézikönyv a tanulás tanításához - Oroszlány Péter, Bp.: AKG Kiadó, 1994.
- Ferku Imre: A pedagógus munkája az ezredfordulón, Nyíregyháza.; MPKITK. 1999.
- Ferku Imre: Tehetségnevelés, Nyíregyháza.; OKTESZT Kiadó, 1996.
- Magánélettan – Bácskai Júlia, Bp.: Pannon - Klett, 1997.
- Illik tudni. a kultúrált viselkedés szabályai – Köves J. Julianna, Bp.: K. u. K. K., 1994.
- Nyelvi illetan – Deme László, Grétsy László, Wacha Imre, Bp.: ILK, 1987.
- Tanítható-e az ember? : Szöveggyűjtemény – Kuslits Katalin, Bp.: Dinasztia, 1993.
- Egészségnevelés: Módszertani ajánlás a NAT alapján – Csutor Béla, Bp.: Flaccus, 1998.
- Útmutató és tanmenetjavaslatok a 3., 4., 5., 6., 7., 8. osztályos lelki egészségtan tankönyvekhez  
Összeállította: Zsíros Lajosné, Bp.: Magister, 1993.
- Kísértés a jóra (Etikai olvasókönyv) Mócz István – Bp.: Szent István Társulat, 1993.

- Erkölcsstani vázlatok: Tankönyvpótló jegyzet az általános iskolák felső tagozatosai a középiskolák tanárai és 1-4. osztályos tanulói számára, összeáll. és szerk. Szabó Pál Tivadar, Bp.: Ikva, 1994.
- Szöveggyűjtemény az Erkölcsi vázlatok c. jegyzethez – szerk. és válogatta Szabó Pál Tivadar, Bp.: Ikva, 1994.

### **Tanítást-tanulást segítő taneszközök**

#### Emberismeret – önismeret

- Önismereti alapok: Emberismeret 13 éveseknek – Réteny Endréné, Bp.: Nemzeti Tankönyvkiadó, 1998.
- Hogyan tanuljak, hogy legyek valaki? – Fürstné dr. Kólyi Erzsébet – Sipos Endre, Bp.: Fürst Stúdió, 1996.
- Hogyan viselkedjem? : hasznos tanácsok tizenéveseknek és szüleiknek – Fürstné dr. Kólyi Erzsébet, Bp.: Konsept, 1994.
- Milyen legyek? : Mit kell tudnom, mit kell tennem? Kis etikai kézikönyv: hasznos tanácsok tizenéveseknek és szüleiknek – Fürstné dr. Kólyi Erzsébet, Bp.: Konsept.

#### Lelki egészségtan (sorozat): Kalauz erkölcsstanhoz

- A szeretetről: 8-9 éves tanulóknak – Zsíros Lajosné, Bp.: Magister, 1993.
- Én és a világ: 9-10 éves tanulóknak – H. Nagy Valéria, Bp.: Magister, 1993.
- A jellem értékei és hibái: 10-11 éves tanulóknak – Polinger Mária, Bp.: Magister, 1993.
- Értelmes élet: 11-12 éves tanulóknak – Polinger Mária – Zsíros Lajosné, Bp.: Magister, 1993.
- A küszöbön: 12-13 éves tanulóknak - Zsíros Lajosné, Bp.: Magister, 1993.
- Életutak. Példaértékű tulajdonságok: 13-14 éveseknek – Szabó Judit – Zsíros Lajosné, Bp.: Magister, 1993.
- Egészséged – Testben – Lélekben: Pozitív Döntéshozás: Mondj Nemet a probléma-helyzetekre: Tanári kézikönyv Bp.: CHEF – Hungary Alapítvány
- Ép testben ép lélek: Segédanyag az egészségneveléshez – Dr. Végh Ilona, Bp.: Nemzeti Tankönyvkiadó, 1998.
- Szeretetfürdőben: Érzelmi-szexuális nevelés és családtervezés, Kézikönyv fiataloknak – Kun János - Kun Jánosné, Bp.: Irkadas, 1994.

#### Az egészséges életért (sorozat):

- Életünk válsághelyzetei: A depresszió és a stressz – Dr. Bíró Sándor, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.

- Szenvedélyeink: Megelőzés, felismerés, rehabilitálás – Dr. Buda Béla, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Maradj fiatal! A sportolás és az egészség – Dr. Frenkl Róbert, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Öröm és öröm: Szexuális úton terjedő betegségek: Megelőzés, felismerés, rehabilitálás – Dr. Timmer Margit, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Miért ne dohányozzunk? Megelőzés, felismerés – Dr. Kovács András – Dr. Kiss András – Dr. Landi Anna, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Kinek ártanak a vírusok? Megelőzés, felismerés, rehabilitálás – Dr. Berenczi György, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Féltékenység (betegség?) – Dr. Haraszi László, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Korunk réme, az AIDS: Megelőzés, felismerés, együttélés – Dr. Marcell István, Bp.: Sub Rosa Kiadó, 1995.
- Életvezetési ismeretek és készségek: A 10-14 éves korosztály nevelőinek tanári kézikönyve – Csendes Éva Budapest: Calibra, 1996.
- Egészségnevelés: Egészségkárosító szenvedélyek megelőzése a tanórán és a tanórán kívüli nevelésben – szerk. Csutor Béla, Bp.: Flaccus, 1998.

#### **Forrásjegyzék az irodalmi ajánláshoz:**

- Molnár Ferenc: A Pál utcai fiúk, Móra Ferenc Könyvkiadó, Budapest 1977. 32.o.
- Oscar Wilde: Dorian gray arcképe
- Mesék – elbeszélések, Európa Könyvkiadó, 1987. 202. o.
- Ami a szívedet nyomja: Mai svéd gyermekversek, Móra Ferenc Könyvkiadó, 1975. 66. o; 53. o.
- Mihálka György: Tisztán avagy gyermekszemmel a felnőttek világa, Kecskemét, 1992. 10. o., 30. o., 72. o.
- Janikovszky Éva: Akár hiszed, akár nem, Móra Ferenc Könyvkiadó, 1984.
- A Nyugat költői Első kötet, Móra Könyvkiadó, 1985. 207.o.
- Antonie de Saint- Exupéry: A kis herceg, LángKiadó, 1994. 63- 65. o.
- Vekerdy Tamás: Beszélgessünk iskolásokról
- Kamaszkor körül, Lásd a MPKITK könyvtárában
- Karinthy Frigyes válogatott művei, Szépirodalmi Könyvkiadó, 1962. 404. o.
- Móricz Zsigmond: Légy jó mindhalálig, Móra Könyvkiadó, 1980. 107., 73., 64. o.
- Kölcsey Ferenc, Tóth Könyvkereskedés Kft., 1997. 92-93. o., 89-90. o.
- Babits Mihály összegyűjtött versei, Századvég kiadó, 1993. 308. o.
- Márai Sándor: Füveskönyv, Akadémiai Kiadó, Helikon Kiadó 52.o., 96. o.
- Janikovszky Éva: A tükör előtt ( Egy kamasz monológja)
- Kincskereső, 1990. szeptember 6. o.

### **Szépirodalmi ajánlások:**

- Mohás Livia: Mit tudsz önmagadról?
- Molnár Ferenc: A Pál utcai fiúk
- Kosztolányi Dezső: A szegény kisgyermek panaszai
- Oscar Wilde: Az önző óriás
- Ingrid Sjöstrand: A felnőttek furcsák néha
- Mihálka György: Én és a nagypapa
- Janikovszky Éva: Akár hiszed, akár nem
- Kosztolányi Dezső: Halotti beszéd
- Antoine de Saint – Exupéry: A kis herceg
- Vekerdy Tamás: Beszélgetünk iskolásokról
- Janikovszky Éva: Már iskolás vagyok
- Janikovszky Éva: Velem mindig történik valami
- Gelléri Andor Endre: Ötös
- Móricz Zsigmond: Légy jó mindhalálig
- Fehér Klára: bezzeg az én időmben
- Kölcsey Ferenc: Parainesis Kölcsey Kálmánhoz
- Marcus Aurelius gondolatai
- Babits Mihály: Hazám
- Kölcsey Ferenc: Parainesis Kölcsey Kálmánhoz
- Buddha: Gyakorlati útmutatás a helyes élethez
- Márai Sándor: Füveskönyv
- Ancsel Éva: Százkilencvennégy bekezdés az emberről
- Adamis Anna: Arra születtem
- Kosztolányi Dezső: Már néha gondolok a szerelemre
- Vekerdy Tamás: Beszélgetünk iskolásokról
- Bruce Lansky: A Murphy szülők törvénykönyve avagy a gyermeknevelés kelepcei
- Vekerdy Tamás: Kamaszkor körül
- Janikovszky Éva: A tükör előtt
- Janikovszky Éva: A lemez két oldala



- Mihálka György: Fáj a fejem
- Vámos Miklós: Cédulák
- Siv Wideberg: Móráéknál
- Mihálka György: Világgá megyek