

PEDAGÓGIAI PROGRAM

1/B MELLÉKLETE

Kecskeméti Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola, Gimnázium,

Szakgimnázium és Alapfokú Művészeti Iskola



KODÁLY
ISKOLA

HELYI TANTERV 2020.

Kecskeméti Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola, Gimnázium,

Szaggimnázium és Alapfokú Művészeti Iskola

Tartalom

Közismeret /B.....	3
Pénzügyi és vállalkozási ismeretek	3
Családi életre nevelés 5. – 8. évfolyam	13
Családi életre nevelés 9. -12. évfolyam.....	52
SNI tanulókra vonatkozó javaslatok.....	91

Közismeret /B

Pénzügyi és vállalkozási ismeretek

Célok és fejlesztési feladatok

- A tanulók tudatos döntéseket tudjanak hozni gazdasági kérdésekben, szaktudásuk megszerzése mellett tudatosan készüljenek vállalkozói karrierjükre.
- Felelősen tudjon pénzügyi döntéseket hozni. Tudatos tervezésre és kockázatvállalásra legyen képes minden szinten: legyen szó egy gyerek életében az első pénzügyi döntésről a babakötvény kapcsán, a pályaválasztásról, a családi költségvetés egy eleméről vagy akár arról, hogy a boltban melyik polcot választják
- Fejlesztendő a diákok azon kompetenciái, melyek egy sikeres munkavállalói, vagy vállalkozói karrier alapjait adják.

Tankönyvek, segédletek

„Iránytű a pénzügyekhez” a Pénziránytű Alapítvány kiadványa

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Az állam gazdasági szerepe	6 óra
Előzetes tudás	Gazdálkodással kapcsolatos személyes tapasztalatok	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Alapvető gazdasági fogalmak, folyamatok megismerése. Tudatos, felelősségteljes állampolgári gondolkodás kialakítása	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>Az állam feladatai napjainkban Az állam bevételei</p> <p>Az állami gazdaságpolitika céljai</p> <p>A költségvetési és a monetáris politika eszköztára</p>	<p>„Te és a gazdaság” a fiatalok gazdasági kapcsolatai</p> <p>Az adók és járulékok szerepének megértése</p> <p>„Tervezz költségvetést”, ami lehet állami, és önkormányzati egyaránt. Szakértői csoportban dolgozva megoldást találni a deficit csökkentésére. A csoport tagjai érveljenek a véleményük mellett.</p> <p>Forráselemzés, önálló véleményalkotás a GDP, GNI, a munkanélküliség, foglalkoztatás, valamint az infláció témákban</p>	<p><i>Etika</i></p> <p>A felelősség új dimenziói a globalizáció korában</p> <p><i>Földrajz</i></p> <p>A modern pénzügyi közvetítő rendszer a világgazdaságban</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>állam, gazdaság, költségvetés, adó, járulék, költségvetési politika, monetáris politika, jegybank, költségvetés, deficit, szufficit, makrogazdasági jövedelem, GDP, GNI, munkanélküliség, foglalkoztatottság, infláció</p>	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A pénzpiac működése	6 óra
Előzetes tudás	A gazdálkodással, bankrendszerrel, pénzkezeléssel kapcsolatos személyes tapasztalatok	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A modern bankrendszer szereplőinek és feladatainak a megismerése. Alapvető pénzügyi fogalmak ismerete.	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
A bankrendszer a mai gazdaságban A tőkepiac és termékei A pénzügyi közvetítők A háztartás, mint megtakarító A háztartás, mint hitel felvevő Nemzetközi pénzpiac alapfogalmai, intézményei	Befektetési lehetőségek összehasonlítása hozamkockázat- futamidő alapján Gyűjtőmunka, prezentáció-készítés a BÉT tevékenységéről Banki ajánlatok összehasonlítása csoportmunkában Bankszámlanyitás gyakorlata, e- banking Árfolyam változások nyomon követése, grafikonok elemzése	Földrajz A modern pénzügyi közvetítő rendszer a világgazdaságban Matematika kamatos kamat- számítás, árfolyamszámítás Informatika Internet használat
Kulcsfogalmak/ fogalmak	piac, pénzpiac, bankrendszer, jegybank, pénzügyi intézmények, megtakarítás, hozam, hitel, kamat, EBKM, EHM, THM, kötvény, részvény, tőzsde, lízing társaság, pénzügyi közvetítők, öngondoskodás, valuta, deviza, árfolyam, Nemzetközi Valutaalap, Világbank	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Egy háztartás költségvetése; munkavállalás	6 óra
Előzetes tudás	A társadalmi környezet munkával kapcsolatos mintáinak, tapasztalatainak ismerete, diákmunka során szerzett tapasztalatok	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A háztartás költségvetése, mint az összes erőforrásokkal való hatékony gazdálkodás eszköze. Munkakeresés, a munkába állás folyamata. A munkavállalók alapvető jogainak, kötelezettségeinek megismerése	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>A család, illetve a háztartás fogalmának eltérése</p> <p>A háztartás költségvetése</p> <p>Álláskeresés: elvárások, álláskeresési technikák</p> <p>Munkába állás: munkaviszonnyal kapcsolatos jogok, kötelezettségek</p> <p>Bérek, járulékok napjainkban</p>	<p>Eltérő jövedelmű, életvitelű családok költségvetésének elkészítése egy hónapra.</p> <p>Bevételek, fix, és választható kiadások, megtakarítás, hitelfelvétel.</p> <p>Álláshirdetések elemzése</p> <p>Kezdeményezőkézség és önismeret fejlesztése: lehetőségek azonosítása a munkavállalás során.</p> <p>Önismeret: pályaorientációs önismereti tesztek: FLAG teszt</p>	<p>Magyar nyelv és irodalom</p> <p>Tájékozódás listaszerű, nem folyamatos szövegekben</p> <p>Informatika Információgyűjtés</p> <p>Dokumentumkészítés Matematika</p> <p>Alapműveletek</p>

<p>Munkaviszony megszűnése, megszüntetése</p>	<p>Önéletrajzírás, a motivációs levél készítése</p> <p>A munkaszerződés tartalmának megismerése</p> <p>Nettó bérszámítás – bérkalkulátor használata</p> <p>Álláskeresést támogató intézmények feladatainak bemutatása (2016 - Járási Hivatalok Foglalkoztatási Osztálya): meghívott előadó segítségével</p>	
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>család, háztartás, költségvetés, hatékony gazdálkodás, önéletrajz, motivációs levél, munkaadó, munkavállaló, munkaszerződés, bruttó bér, nettó bér, levonások, bérjárulékok, munkanélküliség, munkanélküli ellátás, álláskeresési támogatás</p>	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Vállalkozás-vállalat	4 óra
Előzetes tudás	Saját környezetben lévő vállalkozások ismerete. A történelemből megismert híres magyar vállalkozók.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A vállalkozások általános jellemzőinek megismerése. Önismeret erősítése a vállalkozói tulajdonságokkal összefüggésben. A nonprofit szervezetek jelentősége	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
A vállalkozás, vállalkozó fogalma	Egy-egy ismert helyi vállalkozás bemutatása	Történelem A XIX. és XX. század magyar gyáralapítói, vállalkozói
A vállalkozások típusai A vállalkozások környezete A nem nyereségérdekelt szervezetek megismerése Saját vállalkozás előnyök-hátrányok Vállalkozói kompetenciák	Önismereti játékok: kommunikációs készség, kockázat vállalási hajlandóság, konfliktuskezelés, társas hatékonyság. Tervezés és forrásmenedzsment: hosszú, közép és rövidtávú célok kitűzése; prioritások és cselekvési tervek meghatározása; rugalmasság a váratlan változásokhoz való alkalmazkodásban Kezdeményezőkézség fejlesztése: felkészülés a kudarcra, és a próbálkozás folytatása a hosszú távú	Földrajz A termelés tényezői

	egyéni vagy csoport célok eléréseért	
Kulcsfogalmak/ fogalmak	vállalkozás, vállalat, társasági formák, egyéni vállalkozás, társas vállalkozások, társadalmi vállalkozások, alapítványok, civil szervezetek, vevők, szállítók, versenytársak, nyereség, kockázat, önállóság, nyitottság, szervező készség, kockázatvállaló készség, kitartás, céltudatosság, rugalmasság, szaktudás, társadalmi vállalkozás	

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Vállalkozás alapítása, működése	8 óra
Előzetes tudás	Saját környezetben lévő vállalkozások ismerete. Saját ötletek megvalósítása, költségeinek tervezése. Szükségletek, és azok kielégítése javakkal.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	Részvétel új üzleti ötlet kidolgozásában, fogyasztói igények felmérése. Termelés költségeinek felmérése, költségkalkuláció készítése.	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
Üzleti ötlet kidolgozása Vállalkozás alapításának finanszírozási kérdései Vállalkozás alapítás szabályai napjainkban Szükséglet felmérés, piackutatás marketing eszközökkel Bevételek és költségek tervezése, A termelési, szolgáltatási folyamat Adók, járulékok, támogatások	Brain-Storming saját üzleti ötlet kidolgozására Kérdőív készítése a fogyasztói igények felmérésére. A kitöltött kérdőívek adatainak kiértékelése Konkrét vállalkozói ötlet kidolgozása Az adott szakaszban szükséges (technikai, jogi, üzleti és digitális) kompetenciák beépítése, partnerségeken, hálózati kapcsolatokon, a munka kiszervezésén, társadalmi mozgósításon (crowdsourcing), outsourcing vagy bármilyen más együttműködési formán keresztül Saját üzleti ötlet költségkalkulációjának elkészítése	Földrajz A termelés tényezői Informatika Dokumentumkészítés táblázatkezelés Matematika Alapműveletek

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Az üzleti terv	6 óra
Előzetes tudás	Otthoni, vagy iskolai feladat megtervezése, megvalósítása	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Az üzleti terv, mint a vállalkozás vezérfonala, szükségessége a vállalkozás életében. Saját üzleti ötlet üzleti tervének összeállítása, bemutatása.	
Ismeretek	Fejlesztési követelmények	Kapcsolódási pontok
<p>Az üzleti terv szükségessége, felépítése</p> <p>Vezetői összefoglaló</p> <p>A vállalkozás bemutatása, környezete</p> <p>Marketing Terv</p> <p>Működési terv</p> <p>Vezetőség és szervezeti felépítés</p> <p>Pénzügyi terv</p> <p>Mellékletek</p> <p>Sikeres vállalkozások jellemzői</p> <p>Az esetleges kudarc okai, kezelése</p>	<p>Saját üzleti ötlet bemutatása, elemzése</p> <p>SWOT analízis készítése</p> <p>Marketing mix elemei</p> <p>Mérleg, eredmény kimutatás, Cash flow</p> <p>Cégprezentáció készítése, bemutatása</p> <p>Találkozás sikeres helyi vállalkozókkal, vállalat látogatási program keretében</p> <p>A verseny, mint pozitív üzleti erő</p> <p>Kudarcfelismerés és feldolgozás.</p>	<p><i>Informatika</i></p> <p><i>Dokumentumkészítés, prezentációkészítés</i></p> <p><i>Matematika</i></p> <p>Alapműveletek</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	üzleti terv, SWOT analízis, arculat, marketing, marketing mix, szervezeti felépítés, mérleg, eredménykimutatás, cash flow, Business Model Canvas	

<p>A fejlesztés várt eredményei az egy évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A tanuló érti a nemzetgazdaság szereplőinek (háztartások, vállalatok, állam, pénzüzetek) feladatait, a köztük lévő kapcsolatrendszer sajátosságait.</p> <p>Tudja értelmezni az állam gazdasági szerepvállalásának jelentőségét, ismeri főbb feladatait, azok hatásait. Tisztában van azzal, hogy az adófizetés biztosítja részben az állami feladatok ellátásnak pénzügyi fedezetét.</p> <p>Ismeri a mai bankrendszer felépítését, az egyes pénzügyi szereplők főbb feladatait. Képes választani az egyes banki lehetőségek közül. Tisztában van az egyes banki ügyletek előnyeivel, hátrányaival, kockázataival. A bankok kínálatából bankot, bankszámla csomagot tud választani. Tud érvelni a családi költségvetés mellett, a tudatos, hatékony pénzgazdálkodás érdekében.</p> <p>Önismeret i tesztek, játékok segítségével képes átgondolni milyen foglalkozások, tevékenységek illeszkednek személyiségéhez. Tisztában van az álláskeresés folyamatával, a munkaviszonnyal kapcsolatos jogaival, kötelezettségeivel.</p> <p>Ismer vállalkozókat, vállalatokat, össze tudja hasonlítani az alkalmazotti, és a vállalkozói személyiségjegyeket. Érti a leggyakoribb vállalkozási formák jellemzőit, előnyeit, hátrányait.</p> <p>Tisztában van a nem nyereségérdekelt szervezetek gazdaságban betöltött szerepével.</p> <p>Ismeri a vállalkozásalapítás, -működtetés legfontosabb lépéseit, képes önálló vállalkozói ötlet kidolgozására. Meg tudja becsülni egy vállalkozás lehetséges költségeit, képes adott időtartamra költségkalkulációt tervezni.</p> <p>Tisztában van az üzleti tervezés szükségességével, mind egy új vállalkozás alapításakor, mind már meglévő vállalkozás működése esetén. Tájékozott az üzleti terv tartalmi elemeiről.</p> <p>Megismeri a nem üzleti (társadalmi, kulturális, egyéb civil) kezdeményezések pénzügyi-gazdasági igényeit, lehetőségeit.</p> <p>Felismeri a kezdeményezőkézség jelentőségét az állampolgári felelősségvállalásban.</p> <p>Felismeri a sikeres vállalkozás jellemzőit, képes azonosítani az esetleges kudarc okait, javaslatot tud tenni a problémák megoldására.</p>
---	---

Családi életre nevelés 5. – 8. évfolyam

5. - 8. évfolyam

A Nemzeti Alaptanterv által megjelölt fejlesztési területek – nevelési célok között szerepel a családi életre nevelés mint olyan feladat, amelynek minden tantárgy célkitűzései között meg kell jelennie: „A család kiemelkedő jelentőségű a gyerekek, fiatalok erkölcsi érzékének, szeretetkapcsolatainak, önismeretének, testi és lelki egészségének alakításában. A szűkebb és tágabb környezet változásai, az értékrendben jelentkező átrendeződések, a családok egy részének működésében bekövetkező zavarok szükségessé teszik a családi életre nevelés beemelését a köznevelés területére. A köznevelési intézményeknek ezért kitüntetett feladata a harmonikus családi minták közvetítése, a családi közösségek megbecsülése. A felkészítés a családi életre segítséget nyújt a gyermekeknek és fiataloknak a felelős párkapcsolatok kialakításában, ismereteket közvetít a családi életükben felmerülő konfliktusok kezeléséről. Az iskolának foglalkoznia kell a szexuális kultúra kérdéseivel is.”

A családi életre nevelés tantárgy (CSÉN) ezeket a célokat egységes rendszerbe foglalva valósítja meg, nem csökkentve ezzel a többi tantárgy szerepét. Mivel szükségképpen erkölcsi kérdéseket is érint, több közös területet tartalmaz az etika tantárggyal. De kiemelnénk azt a tényt, hogy az etika csak az 1–8. évfolyamon szerepel, míg a CSÉN a 12. osztályig kínál programot. Ezen kívül a CSÉN-nek speciális módszertana van, ami azt jelenti, hogy ha tapasztalható is átfedés bizonyos témákat illetően, a feldolgozás módja különbözik.

A tantárgy nagyobb tematikai egységekben valósítja meg nevelési céljait:

1. A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége és a család működése

Segíteni kívánja a diákokat abban, hogy a mindennapi életükben zajló történéseket jobban megértsék. Ez gondolkodó viszonyulás a mindennapi életükhöz. Ehhez egyrészt szükség van bizonyos ismeretanyag átadására. Másrészt a diákokban olyan szemléletmódbeli beállítódás kialakítása a cél, amely elemzően, tudatosan szétválasztja és ezáltal megismerteti a család komplex rendszerének a működését (családi szerepek, munkamegosztás a családban, családtípusok, a család nevelési stílusa, a szeretet kifejezésének módja, a családon belüli kommunikáció és a légkör, valamint a normák kialakításának rendje és megkövetelése, generációk együttélése, illetve ennek hiánya stb.). Ezáltal az életkor előrehaladtával egyre differenciáltabbá válik a diákok látásmódja, így a családi élet működéséből és azok összefüggéseiből egyre többet megismernek és

megértenek. Egyre több példát látnak maguk előtt, amelyeket tudatosan alkalmazva elkerülhetik a káros, rossz berögződésből adódó sztereotip viselkedésminták alkalmazását és továbbadását, várhatóan a kapcsolataikban, a problémáik kezelésében, az életük autonóm irányításában stb. tapasztalható lesz az egyre kompetensebb viselkedés.

2. *Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés*

Jó kommunikációs képességek kialakítása és/vagy erősítése a diákokban, hogy tudjanak kapcsolatokat kezdeményezni, gondozni és védelmezni, melynek során ki tudják fejezni érzelmeiket. Ismerjék meg a kapcsolatok buktatóit, és a változtatáshoz szükséges eszközöket. A konfliktusokat tanulják meg olyan fokon kezelni és megoldani, hogy azok ne rombolják kapcsolataikat, a tanult készségekkel azokat erősítsék és intimitásukat növeljék. Sajátítsák el, hogy az egészséges határok áthágása miatt esetenként megfelelő döntést kell hozniuk egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról.

Esélyegyenlőség – szemléletformálás. Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).

3. *Jellem és értékrend*

A tematikai egység célja, hogy a diákok értsék meg a jellem és az értékek szerepét és fontosságát, alakuljon ki bennük egy stabil, az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend, amely hosszabb távon jellembeli változást és így viselkedésváltozást eredményezhet.

E tematikai egység szempontjából különösen fontos, hogy milyen emberképre alapoz a tantárgy, milyen sajátosságokat tulajdonítunk az érett személyiségnek:

- *Ismeri, szereti és elfogadja önmagát:* folyamatosan mélyülő önismerete van, amely együtt jár önmaga (múltja, sebei, örömei, képességei és korlátai) derűs, őszinte elfogadásával és egyfajta egészséges önbizalom meglétével.
- *Érzelmileg érett:* józan valóságérzékelésének köszönhetően érzelmi reakciói megfelelnek az őt ért hatásoknak, azokkal egyensúlyban vannak. Képes ellenőrizni érzelmi és szexuális késztetéseit, megfelelő érzelmi egyensúlyra, biztonságra és optimizmusra tett szert, amely tulajdonságok segítségével képes kezelni a frusztrációval járó helyzeteket is.
- *Világos, személyiségébe beépített értékrendszere van,* szilárd viszonyítási pontok vannak életében, amelyek alapján választ kap a legalapvetőbb emberi kérdéseire (Ki

vagyok? Merre tartok? Melyek a korlátaim és lehetőségeim az életben? stb.), és következetes, hosszú távra kiható, megalapozott döntéseket tud hozni.

- *Társas (szociális) kapcsolataiban kielégítő érettségre tett szert*, amely a mások jogainak és szükségleteinek ismeretében és tiszteletében, a más kultúrák és értékrendszerek megértésében, valamint a saját önállóság megőrzésében áll, úgy, hogy közben az ember másokkal őszintén kommunikál, meghallgatja és megérti gondolataikat, együtt dolgozik velük és értük. A saját boldogságát a mások boldogulásáért történő önzetlen elköteleződésben találja meg.
- *Tudatosan, nyitottan és cselekvő módon alakítja környezetét* (értelmi és operatív érettség). Ezen érettség segítségével új ismeretek birtokába jut, bővíti, tágítja, csiszolja és mélyíti eddigi tudását, képes rugalmasan és nyitottan új problémák megoldásába fogni, és kreatív módon hozzáállni a régiekhez.
- *Szakmailag megbízható*: összhang van a gyakorolt szakma és a végzéséhez szükséges képességek elsajátítására vonatkozó érdeklődés között.
- *Lelkileg érett*, azaz a lényének legmélyéből fakadó igényeket tudatosítja, elfogadja, és olyan értékekre irányuló nyitottsággal rendelkezik, melyek választ tudnak adni mélyről jövő igényeire, legbensőbb kérdéseire.

4. *Önismeret és érzelmi intelligencia*

Cél a diákok helyes önértékelése kialakulásának elősegítése, hogy képessé váljanak felismerni, megérteni, elfogadni és hatékonyan használni saját erősségeiket és gyengeségeiket, valamint megtanulják önmagukat az aktuális trendek diktálta elvárásoktól függetlenül értékesnek, fontosnak és hasznosnak látni. Emellett a diákok érzelmi fejlődésének elősegítése, hogy képesek legyenek saját és mások érzelmeit felismerni, megfogalmazni, megérteni, elfogadni és hatékonyan használni.

5. *Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok*

Segíteni kívánja a diákokat kisiskolás kortól kezdve a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősödésében, a nemek közötti alapvető különbségek megismerésében (nemi jelleg, agyműködés, kommunikáció stb.) és a férfi/apa – női/anya szerepekkel kapcsolatos káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori biológiai, lelki, viselkedésbeli változások pozitív megélésében, a termékenység tudatos szemlélet kialakulásában, ahol a gyermek mint ajándék jelenik meg. Elő kívánja segíteni a párkeresés és a párválasztás sikerét. Fontos, hogy a diákok megismerjék a férfi-női párkapcsolatok formáit és az azokban megélt

boldogság/csalódás lehetőségét, emellett kialakuljon bennük a családbarát szemlélet. Kellően felkészüljenek a harmonikus, boldog, elkötelezett párkapcsolaton (házasságon) alapuló érett, felelős, kiegyensúlyozott, egészséges szexualitásra. Ezen túl elsajátíthassák az egészséges szexuális élethez szükséges ismereteket. Az emberi fogantatás és a magzati fejlődés szépségének megismerése kapcsán fogalmazódjon meg bennük, hogy az emberi élet érték a fogantatástól kezdve a természetes halálig.

6. *Útelágazások, zsákutcák, útvesszők, avagy Veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek*

A diákokban alakuljon ki a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége, amelynek alapja a döntési helyzet és a benne rejlő több/kevesebb választási alternatíva felismerése, majd a következményeik tudatosítása minél korábbi életkorban. Fontos tudatosítani a fiatalokban belső erőforrásaikat és felfedeztetni velük megerősítő kapcsolati hálójukat, továbbá a különböző normatív és egyéb típusú változásokat.

A különböző választási lehetőségek és azok következményeinek bemutatásával segítsük elő a veszélyhelyzetek felismerését, a fölöttük gyakorolható tudatos kontroll érzését, a felelős döntéshozatal kialakulását. Segítsük őket saját és mások helyzetének megértésére és elfogadására. Olyan ismeretek átadása és készségek fejlesztése a cél, amelyek elősegítik a segítségkérést (család, barátok és szakemberek felé) és segítségnyújtást, a problémakezelést és -megoldást.

Fel kell készíteni a fiatalokat arra, hogy a változások és veszteségek kezelésében legfőképpen a családnak és a rokonságnak kellene jelentenie a támogató hálót, tőlük várható és nekik nyújtandó a kölcsönös érzelmi, erkölcsi és anyagi támasz. A fiatalok esetében különösen fontos, hogyha a saját erőforrásaikat meghaladja a problémamegoldás, igényeiket megfogalmazva segítséget merjenek és tudjanak kérni, illetve el is fogadják azt a környezetüktől. Meg kell mutatni nekik, hogyha a család, a közeg, amelyben élnek, valamilyen okból nem tud támasz lenni, milyen közösségi vagy intézményi segítséget vehetnek igénybe. Sikeres küzdésük ugyanis utat nyithat az új életszakasz pozitívabb megélése, valamint a benne rejlő lehetőségek teljesebb kihasználása felé.

7. *Változások következményei és kezelésük*

A családi élet változások véget nem érő folyamata, ezért szükséges, hogy a diákok megtanulják elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket. A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelése, valamint a veszteség elfogadása sokféle lelki és mentális kompetenciát igényel. Cél mindezen kompetenciák

kialakulásának elősegítése, fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.

Meg kell ismertetni a fiatalokkal azokat a lélektani folyamatokat, amelyek a változásokat kísérik, fel kell készíteni őket arra, hogy a változások okozta feszültséget, bizonytalanságot miként lehet a helyzet értelmi és érzelmi megértésével sikeresen kezelni.

Fel kell készíteni a fiatalokat azokra a konkrét, személyes változásokra, amelyekkel életükben a következő évek során találkozni fognak (pubertáskori identitáskeresés, intimitás, szülőkről való leválás, társsá és szülővé válás).

A családi életre nevelés foglalkozásai többnyire eltérnek a hagyományos tantervi óráktól. Új formát, oldottabb légkört és az órátartó pedagógus/védőnő/mentálhigiénés szakember és diák viszonyában egyenrangúságot feltételeznek és rugalmasságot igényelnek, melyben a felek megadják egymásnak a kellő tiszteletet, a szólás lehetőségét és a vélemény szabadságát. Az ismeretek átadása nagyon speciálisan történik. Az emberi méltóság, a tisztelet fontosságára neveléssel, a rávezetéssel, az elgondolkodtatással, a saját vélemény megfogalmazásával, a tudatosítással reményeink szerint a fiatalok az átgondolt kérdések és korrekt információk birtokában önálló, felelősen cselekvő, érett személyiséggé válnak, és belső meggyőződésből tudnak jó döntéseket hozni életükkel kapcsolatban. Fontos tudatosítani bennük, a döntés az ő kezükben van, az ő felelősségük.

A tantárgy módszereiben legfőképp a nem formális tanulás eszközeit használja. Fontos a nevelő rendelkezésre állása a diákok számára a személyes beszélgetésekhez; és a megválasztott technikák, eljárások összhangja a közvetíteni szánt értékekkel.

Mivel a tantárgy főként lelki, szellemi és mentális kompetenciák fejlesztésére és szemléletformálásra irányul, a diákok érdemjegy szerinti értékelése irreleváns. Az egyes tematikai egységekhez kapcsolódóan előzetesen, majd a téma lezárását követően lehetőség van tájékozódó/visszajelző kérdőívek kitöltésére, de csak anonim formában.

A tantárgy sikerének kulcsa a foglalkozást tartó szakember és az osztály összehangolódása, a konkrét tematika és tanmenet adekvát, az adott osztályközösség érettségének és érdeklődésének megfelelő kidolgozása, melyet a pedagógus folyamatosan igazít az osztályhoz, attól függően, hogy az egyes témakörök feldolgozásakor milyen esetleges problémák, kezeletlen konfliktusok vagy váratlan reakciók kerülnek felszínre.

Az etikával való kapcsolódások, mivel maguktól értetődőek, nincsenek jelezve.

5–6. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége. A család működése	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Saját családban megélt tapasztalat és más családok (pl. rokonok, ismerősök, barátok) megfigyelése, filmek, irodalmi művek alapján kialakult saját elképzelés, vélemény; korábbi tanévek során család-órán tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A család értékének hangsúlyozása.</p> <p>Pozitív attitűd kialakítása és/vagy megerősítése a család intézménye iránt.</p> <p>A diákok megismertetése a szocializáció fogalmával, a különböző családtípusokkal, az azokban nevelkedő gyermekek életlehetőségeivel.</p> <p>Önálló véleményalkotás fejlesztése a különböző családtípusokról: melyikben lehet boldog, melyik a számukra az ideális, az elfogadható és a kibírhatatlan. Képesség a választás indoklásának megfogalmazására.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p>A család – érték. A család a társadalom életadó alapsejtje.</p> <p>Mi a boldogság? A boldogságkeresés útjai. Mit kell tennünk, hogy boldogok legyünk?</p> <p>Családi gazdálkodás, családi költségvetés, zsebpénz, takarékoskodás.</p> <p style="text-align: center;"><i>1. Biológiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A testi-lelki egészség. Az egészséges életmód. Ki az egészséges? Mit tehetünk, hogy egészségesek legyünk? Egészséges táplálkozás, testedzés, személyi higiéné. – Akceleráció, változás. – Nemi szerepek. – Az élet tisztelete és védelme – a fogantatástól a természetes halálig. 	

2. Családszociológiai témakörök

- A szocializáció fogalma.
- Magatartásminták – harmonikus családi minták. Szerepek, normák, értékek változásai.
- Családtípusok, és azok személyiségre gyakorolt hatása.

3. Pszichológiai témakörök

- A kapcsolatok alakulása és alakítása a családtagok között (szülő-szülő, szülő-gyermek, testvérkapcsolat).
- Szerepek a családban, feladatok, terhek, javak, felelősség elosztása, családi munkamegosztás, kölcsönösség.
- Szerepelvárások, szerepviselkedések, konfliktusok.
- Hagyományok, a múlt ismeretének szerepe a családi közösségek életében, ünnepek a családban.

4. Pedagógiai témakörök

- Szülő-gyermek, szülő-szülő és testvérkapcsolatok működése.
- Generációk közötti kommunikáció és együttműködés.
- Pedagógusok, szülők és diákok jogai és kötelességei.

5. Etikai témakörök

- Az ember személyes cselekvése, tudatosság, szándékosság – jó cselekedet és bűn.
- Az emberi méltóság.
- Lelkiismeret mint belső értékrend. Az értékek rangsora.
- Sajátos erények, tulajdonságok.

Családon belüli kommunikáció és az érzelmek, a szeretet kifejezésének jelentősége; társadalmi szinten berögzült káros sztereotípiák lebontása.

Életkoronként a diákok látásmódjának egyre differenciáltabbá válása,

	<p>hogya a családi élet működésében az összefüggésekből egyre többet megértsenek. Ettől várható a kapcsolataikban, a problémáik kezelésében, az életük autonóm irányításában stb. való egyre kompetensebb viselkedés.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Család, boldogság, testi-lelki egészség, élet tisztelete, harmonikus családi minta, családtípus, hagyomány, ünnep, emberi méltóság.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés</p>	<p>Órakeret 9 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Iskolai és egyéb közösségben megélt kapcsolatok (osztálytársak, barátok, haverok, ismerősök stb.) tapasztalatai, nem tudatos kapcsolatépítési és -kezelési, konfliktusmegoldási stratégiák alkalmazása.</p>	
<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A diákok jó kommunikációs képességeinek kialakítása és/vagy erősítése.</p> <p>A konfliktuskezelési és -megoldó képesség fejlesztése.</p> <p>Esélyegyenlőség – szemléletformálás.</p>	
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	<p><i>Társas kapcsolatok</i></p> <p>Én – te – mi – társas kapcsolatok:</p> <p>A kapcsolatba kerülés lépései.</p> <p>A kapcsolatot fenntartó elemek.</p> <p>Hitelesség, tapintat.</p> <p>A kapcsolatépítés fontos elemei:</p> <p>természetes kíváncsiság, kockáztatás, legyünk önmagunk, kérdezzünk, meghallgatás, elfogadás, bizalom, közös érdeklődés.</p> <p>Család:</p> <p>Kölcsönösség, összetartás, az igazi, elfogadó szeretet, tisztelet. A kétszülős, egyszülős, mozaik- és</p>	

nevelőcsaládok.

Barátság:

A barátság jelentősége, kialakítása, szerepe a serdülő életében. Miért nincsenek egyes embereknek barátai? A különbözőségek elfogadása, összehasonlítás, az elfogadás hiánya, önzés. Barátságtípusok: igazi barát, egyszerű barát, álbarát. A barát választása. Intimitás, érzelmek és gondolatok megosztása. Kölsönös segítség. A csoportnyomás kivédése és határok állítása.

Közösség:

Egynemű és vegyes kortárs közösségek. Beilleszkedés.

Szerelem:

Milyen szerelemre vágnak a lányok, és milyenre a fiúk?
Plátói szerelem.

A szeretettípusok: szeretlek, ha..., szeretlek, mert..., szeretlek, pont.

Házasság:

Elköteleződés és hűség. Rokonok és barátok.
Értékközvetítő példaképek.

Kommunikáció a kapcsolatokban

A kapcsolat és a kommunikáció különböző szintjei:

ismerőssel – közhelyek, baráttal – tények, gondolatok,
elkötelezett baráttal – érzések, transzparencia.
Önállóság, alkalmazkodás, engedelmesség.

Verbális kommunikáció:

őszinteség, egyértelmű fogalmazás, udvariasság,
figyelem, barátságosság, hangszín.

Nonverbális kommunikáció:

mimika, tekintet, gesztusok stb.

Kulturális szignálok:

öltözködés, hajviselet, smink, jelképek stb. kérdésköre.

Értő figyelem:

meghallgatás képessége, megértés, odafigyelés.

Tömegkommunikáció:

A tudatos médiahasználat. A manipuláció eszközei.

A virtuális világ veszélyei.

A mobiltelefon, a számítógép és az internet hatásai a mai emberek életére.

Szeretet-nyelvekkel való ismerkedés: testi érintés, ajándékozás, szívességek, minőségi idő, elismerő szavak.

Hogyan értik meg a fiatalok a felnőtteket? Megértik-e a felnőttek a fiatalokat?

Hogyan gazdálkodunk az időnkkel; a szabadidő hasznos eltöltése.

Esélyegyenlőség – szemléletformálás.

Konfliktuskezelés a kapcsolatokban (család, iskola, barátok, munkahely stb.)

Bevezetés a konfliktusokba:

Véleménykülönbség, vita, veszekedés, konfliktus. A konfliktus fogalma. A konfliktus az élet velejárója.

Előítélet. Alapvető kommunikációs technikák, empátia.

Konfliktusmegoldási stratégiák:

Megoldási lehetőségek (visszavonuló, támadó, kiegyező, engedékeny, közös megegyezésre, kölcsönös megállapodásra törekvő). A konfliktus megoldásának lépései. Törekvés a konfliktusok békés megoldására.

Tolerancia. Hatékony konfrontáció. Megbeszélés, meghallgatás, megbocsátás, újrakezdés. Kezeletlen konfliktusok következményei.

Vitához, veszekedéshez vezető helyzetek.

Családi és iskolai szituációk (pl. kiközösítés, kirekesztés), konfliktusok megoldása.

	<p>Kapcsolat-kezdeményezés, -gondozás, -védelmezés. A kapcsolatok buktatói és a változtatáshoz szükséges eszközök felismerése.</p> <p>A tanult készségek minél hatékonyabb alkalmazása a kapcsolatok megtartása és/vagy megerősítése érdekében.</p> <p>Az egészséges határok áthágása miatt kialakuló helyzetben megfelelő döntéshozatal egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról.</p> <p>Az elfogadás hiányának, az önzésnek, a kiközösítés következményeinek, a kommunikáció szintjeinek, a verbális- és nonverbális kommunikáció fogalmának, az odafigyelés fontosságának, a különböző konfliktus-megoldási stratégiáknak a megismerése.</p> <p>Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elfogadás, bizalom, összetartás, tisztelet, barátságtípus, beilleszkedés, elköteleződés, hűség, értékközvetítő példakép, meghallgatás, tudatos médiahasználat, virtuális világ, szeretet-nyelv, tolerancia, újrakezdés.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Jellem és értékrend	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Az „értékkel”, illetve „értékessel” kapcsolatos önálló gondolatok, személyes tapasztalatok, tanult fogalmak, családban, alsó tagozatban megtanult viselkedési normák.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A jellem és az értékek szerepének és fontosságának megértése.</p> <p>Jellem, érték, értékrend, erkölcs fogalmának megismertetése, erények gyakorlásának elősegítése.</p> <p>Illemtani vonatkozások: viselkedést meghatározó tényezők, fogalmak</p>	

	<p>tisztázása (erkölcs, etika, szokás, törvény stb.), viselkedés változása serdülőkorban (egyén közt és a felnőtt világgal szemben).</p>
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	<p>Fogalmak tisztázása</p> <p>Jellem fogalma.</p> <p>Érték fogalma.</p> <p>Erkölcs fogalma.</p> <p>Értékrend fogalma.</p> <p>Az értékek rangsora. Értéklicit.</p> <p>Szabadság – értelem és akarat kapcsolata. Az ember ösztönös és érzelmi élete. A szabadság mint az ember egyedülálló voltának kifejeződése.</p> <p>Az emberi méltóság.</p> <p>Társadalmi normák, törvények, értékek, társasági viselkedés írott és íratlan szabályai, illetve (étkezés, köszönés, ajándékozás, tegeződés-magázódás).</p> <p>Lelkiismeret mint belső értékrend.</p> <p>Szeretet – a másik ember javának akarása.</p> <p>Mértékletesség – a helyes mérték az ösztönös és érzelmi életben.</p> <p>Felelősségtudat erősítése, magunkért és másokért érzett felelősség.</p> <p>Sajátos erények, tulajdonságok:</p> <p>Hazaszeretet.</p> <p>Alázat.</p> <p>Önuralom.</p> <p>Lemondás.</p> <p>Empátia.</p> <p>Öröm.</p>

	<p>Boldogság.</p> <p>Humor.</p> <p>Játékosság.</p> <p>Cél: Stabil, az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend kialakulása a diákokban, ami jellembeli változást és viselkedésváltozást is eredményezhet.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Jellem, érték, erkölcs, értékrend, szabadság, illetan, lelkiismeret, felelősségtudat, alázat.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önismeret és érzelmi intelligencia	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Korábbi iskolai, családi és egyéb közösségi tapasztalatok alapján kialakult énkép és önértékelés, mely személyenként más és más szintű és minőségű, akárcsak a már kialakult vagy kialakulóban lévő EQ-kompetenciák, melyek továbbfejleszthetők (szociális érzék, empátikus képesség, adekvát érzelemkifejezés és megértés stb.).	
Tantárgyi fejlesztési célok	A helyes önértékelés kialakulásának és az érzelmi fejlődésnek az elősegítése. Az empátia gyakorlása, fejlesztése. Közösségépítés.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p>Egészséges énkép kialakítása, a harmonikus személyiség.</p> <p>A helyes énkép megerősítése.</p> <p>Én- és csoportészlelés. Én-te-mi fogalma.</p> <p>Önértékelés kialakulása.</p> <p>A közvetlen környezet szerepe az önértékelés kialakulásában: szülők, társak (összehasonlítás), barátok, iskola – visszajelzések fontossága.</p>	

A tágabb környezet hatása az önértékelés kialakulásában:
média, internet, trendek.

Értékes tulajdonságok.

Önbecsülés, önkontroll.

Sztereotípiák, benyomáskeltés és szerepek.

Az önértékelésünkre hatást gyakorló három alapkérdés:

Hogyan nézek ki? – Mit gondolok a külsőmről?

Mire vagyok képes? – Milyen teljesítményt nyújtok?

Mennyire vagyok fontos? – Milyen helyet foglalok el a
társadalomban?

Az egészséges önbizalom alapjainak megismerése:

A „tartozom valahová” érzése – szeretnek, elfogadnak,
biztonságban vagyok.

Az „értékes vagyok” érzése – értékesnek, fontosnak tartanak.

A „képes vagyok” érzése – magabiztos, céltudatos,
versenyképes vagyok.

Az EQ-készségek:

Személyes kompetenciák

Éntudat – tudok valamit, vagy tudatában vagyok
valaminek.

Érzelmi tudatosság, önértékelés,
magabiztosság.

Self-management

Önkontroll, átlátszóság, rugalmasság,
kezdemenyezés, optimizmus.

Szociális kompetenciák

	<p>Szociális érzék</p> <p>Empátia, mások megértése, emberekkel bánás.</p> <p>Szociális képességek</p> <p>Kommunikáció, kötődések kialakítása, konfliktuskezelés, hatás másokra, csapatmunka.</p> <p>Az EQ fejlesztési folyamata: ismerd magad – fejleszd magad – add magad.</p> <p>Képességnövelés a saját erősségeik és gyengeségeik felismerésének, megértésének, elfogadásának és hatékony használatának terén.</p> <p>Képesség kialakulása/kialakítása a saját személyiség értékességének, fontosságának és hasznosságának felismerésére az aktuális trendek diktálta elvárásoktól függetlenül.</p> <p>A saját és mások érzelmeinek felismerése, megfogalmazása, megértése, elfogadása, kontrollálása és ezek hatékony használata.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Énkép, harmonikus személyiség, önértékelés, értékes tulajdonság, önbizalom, EQ-készség, személyes kompetencia, szociális kompetencia.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	A férfi és nő különbözőségéről alsó tagozatban, az iskolában megtanult fogalmak, a férfi-női szerepek működéséről az élet különböző szinterein, az apa-anya szerepről a családban szerzett konkrét tapasztalatok vagy éppen ezek hiánya (pl. egyszülős család esetén).	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési	A diákok segítése a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősödésében, a nemek közötti alapvető különbségek	

<p>céljai</p>	<p>megismerésében (nemi jelleg, agyműködés, kommunikáció stb.) és a férfi/apa – női/anya szerepekkel kapcsolatos káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori biológiai-, lelki-, viselkedésbeli változások pozitív megélésében, a termékenységtudatos szemlélet kialakulásában.</p>
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	<p><i>A nemi identitás, az ember kétneműsége – különbségek férfi és nő között</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A férfi és a nő közötti biológiai, pszichológiai és kulturális különbségek. – Nőnek lenni jó, férfinak lenni jó? Miért? – Az igazi férfi és az igazi nő. – Beavatás régen és ma. <p><i>Felelős szexualitás</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A serdülőkori sajátosságok, testi és lelki változások, szépségei, gondjai. Nehéz évek? Szabadság, önállóság, alkalmazkodás, engedelmesség. – Higiénés tanácsok. – A termékenység értéke. A termékenység kincs, amire vigyázni kell és amit óvni kell. A biológiai háttér – női-férfi termékenységi jelek, menstruáció, a női ciklus eseményei, a férfiváérés. A megtermékenyítés csodája. – „Felvilágosítás – kicsit másként” – őszinte, nyílt, érthető, „tabuk” nélküli felvilágosítás. – Növekedés a szeretetben: érzéseink, érzelmeink és ösztönös vágyaink kezelése. – Felelősségvállalás. <p><i>A termékeny szerelem: a gyermek mint ajándék</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Életvédelem, magzatvédelem – a magzati élet megismerése. – Gyermek a családban – apa/anya – férj/feleség szerepek. – A csecsemőgondozás alapismeretei. <p>Az emberi élet értékének tudatosulása a fogantatástól kezdve a természetes halálig.</p> <p>A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai veszélyeinek megismerése.</p>

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nemi identitás, különbségek férfi és nő között, beavatás, serdülőkori testi és lelki változás, termékenység értéke, megtermékenyítés csodája, felvilágosítás, életvédelem.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Útelágazások, zsákutcák, útvesztők <i>avagy</i> veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Feltehetően hiányos, esetleges ismeretek a különböző szenvedélyek konkrét hatásairól, különösen a szervezetet hosszú távon károsító hatásairól, a függőség lehetőségéről és a leszokás nehézségeiről.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A felelős gondolkodás és a döntésképeség fejlesztése, választási alternatívák felismerése, valamint azok következményeinek tudatosítása az életkornak megfelelő szinten.</p> <p>Saját erőforrásokat meghaladó probléma esetén képesség fejlesztése az igényeik megfogalmazására, esetleges segítségkérésre, illetve annak elfogadására. Dohányzás-, alkoholprevenció; a csoportnyomás kivédésének, határok állításának gyakorlása.</p> <p>Az egészség mint érték tudatosítása, a függőség fogalmának megismerése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p><i>Szocializáció – közösséghez tartozás igénye</i></p> <p>Érték, norma, szabály. Többség-kisebbség. Sztereotípiák, előítéletek, diszkrimináció, deviancia, tolerancia.</p> <p>Család szerepe: érzelmi biztonság, elfogadottság érzése, stabil norma- és értékátadás, valamint adekvát feszültségkezelési minták nyújtása.</p> <p>Médiahatás (tudatos használat, funkciók, jellemzők). Virtuális és reális világ.</p> <p>Intézmények szerepe: iskola (iskolai kötődés, tanárok, osztálytársak).</p>	

	<p><i>Döntések és választási lehetőség</i></p> <p>Egészség mint érték– az egészség megőrzése.</p> <p>Függőség, szenvedély – drognélküli világ? A boldogság pótszerei, szerhasználat: dohányzás, alkohol, gyógyszer- és illegális drog: kipróbálás, rendszeres fogyasztás, függés. Hogyan védhetjük meg magunkat a káros hatásoktól? Nemet mondás, visszautasítási technikák gyakorlása.</p> <p>Baleset-megelőzés (pl. közlekedés/sportolás stb.).</p> <p>Bántalmazás és önvédelem: iskolában (kortársbántalmazás) és családban (családon belüli bántalmazás).</p> <p>Fiatalkori bűnelkövetés: áldozattá válás. Bűnmegelőzés.</p> <p><i>Segítségkérés és támasznyújtás</i></p> <p>Emberi kapcsolatok fontossága, család, barátok, segítő szakemberek és szervezetek bemutatása.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Tudatos életvezetés, egészséges életmód, család szerepe, médiahatás (virtuális-reális), deviancia, bántalmazás, baleset-megelőzés, segítségkérés, támasznyújtás.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Változások, azok következményei és kezelésük	Órakeret 7 óra
Előzetes tudás	Az életciklusok változásainak, a serdülőkorral járó testi, lelki, viselkedésbeli változások (kezdeti) megtapasztalása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelése, valamint a veszteség elfogadásához szükséges kompetenciák kialakulásának elősegítése, fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.</p> <p>Az életciklusokkal járó, különösen a serdülőkor és az azzal járó</p>	

	<p>változások, következmények és ezek kezelési lehetőségeinek megismerése/felismerése.</p> <p>A veszteségelfogadás és -feldolgozás módjának, a gyász munka folyamatának, lépéseinek és gyász zükségességének megismerése egyéb veszteségek kapcsán.</p> <p>A családi ünnepek, rítusok szerepének megismerése/felismerése.</p>
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p>Serdülőkori változások.</p> <p>Egészség, egészségtudat. Betegség, öregség, fogyatékoság.</p> <p>A fogyatékosággal élők nehézségei, a segítségnyújtás formái.</p> <p>A halál az élet velejárója.</p> <p>A veszteségek kezelése: a pszichológiai gyász munka lépései (egyéni és közösségi folyamatai).</p> <p>A veszteségek kezelése a családban és a családon kívüli környezetben (erőforrások).</p> <p>A válásról és a mozaikcsaládban élés sajátos nehézségeiről (feszültségkezelési problémák).</p> <p>Együttérzés. Empátia.</p> <p>Stresszkezelés.</p> <p>Családi ünnepek, rítusok áthidaló szerepe a változásokban. (Eljegyzés, esküvő, évfordulók, ballagás, gyászszertartások, szokások az egyes kultúrákban.)</p> <p>A társadalmi változások szerepe.</p> <p>A családi életben folyamatosan jelenlévő változások kezelése, az azokkal járó nehézségek elviselése – a toleranciaszint emelése.</p>
Kulcsfogalmak/fogalmak	<p>Betegség, öregség, fogyatékoság, halál, veszteség, válás, gyász munka, rítus, empátia.</p>

<p>A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén</p>	<p>A tanuló</p> <ul style="list-style-type: none"> – tisztában van a család értékével, pozitív hozzáállás alakul ki benne a család intézménye iránt; – képes a családon belüli jó kommunikációra és érzelmei, szeretete kifejezésére; – meg tudja fogalmazni és össze tudja gyűjteni a boldog család jellemzőit; – tud kapcsolatokat kezdeményezni, gondozni és védelmezni. A konfliktusokat megtanulja kezelni és a felmerülő problémákat megoldani; – elfogadó, pozitív attitűd alakul ki benne a hátrányos helyzetű személyek iránt; – megérti a jellem és az értékek szerepét és fontosságát; – az érett személyiség egyes jegyei kezdenek megjelenni; – megtanulja önmagát értékesnek, fontosnak és hasznosnak látni; – megerősödik benne a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás; – kialakul benne a termékenységtudatos szemlélet; – őszintén, nyíltan mer kommunikálni az intim témákban; – felelősséget érez az életvédelem iránt; – kialakul benne a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége; – képessé válik arra, hogyha a saját erőforrásait meghaladja a problémamegoldás, segítséget mer és tud kérni a környezetétől; – megtanulja elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket; – megismeri az életciklusokkal járó változásokat, mindezek kezelésének lehetőségét, valamint a veszteségek elfogadásának és feldolgozásának módját.
--	---

7–8. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége. A család működése	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	<p>Saját családban megélt tapasztalat és más családok (pl. rokonok, ismerősök, barátok) megfigyelése, filmek, irodalmi művek alapján kialakult saját elképzelés, vélemény; korábbi tanévek során a különböző tantárgyakból a társadalomról, vallásról, világnézetről tanultak alapján kialakult tudás.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A család értékének hangsúlyozása. Pozitív attitűd kialakítása és/vagy megerősítése a család intézménye iránt.</p> <p>Családon belüli kommunikáció és az érzelmek, a szeretet kifejezésének jelentősége.</p> <p>A diákok látásmódjának differenciáltabbá tétele, a társadalmi szinten berögzült káros sztereotípiák lebontása.</p> <p>A családi élet működésében lévő összefüggések minél szélesebb körű megértése/felfogása, ezáltal a kapcsolatokban, a problémák kezelésében, az élet autonóm irányításában stb. való egyre kompetensebb viselkedés erősítése.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p>A család – érték. A család a társadalom életadó alapsejtje. Otthonteremtés.</p> <p>Mi a boldogság? A boldogságkeresés útjai. A boldogtalanság.</p> <p>Miben kapok segítséget a családomtól, miben korlátoz engem a családom?</p> <p>Pályaválasztás.</p> <p>Hivatás és/vagy karrier, életpálya – a hivatás, karrier összeegyeztetése a családi élettel.</p>	

Családi gazdálkodás, családi költségvetés, zsebpénz, takarékoskodás.

1. Biológiai témakörök

- Öröklés (hozott vs. szerzett adottságok).
- A testi-lelki egészség. Az egészséges életmód. Egészséges táplálkozás, túlsúlyosság, kóros soványság.
- Fejlődés, elakadás, akceleráció, változás, krízis.
- A szexuális viselkedés biológiai aspektusai.
- Az élet tisztelete és védelme – a fogantatástól a természetes halálig.

2. Családszociológiai témakörök

- A család mint intézmény, kapcsolódó intézmények, kultúra.
- A család funkciói az egyén és a társadalom szempontjából.
- Magatartásminták, szerepek, normák, értékek változásai.
- Népesedési viszonyaink, a gyermekvállalás alakulása hazánkban.
- Konfliktus a családban – a válás hatása a családokra.
- Elhanyagolás, bántalmazás.
- A családok működését segítő rendszerek (családsegítés, családvédelem stb.).

3. Pszichológiai témakörök

- A család mint rendszer működése, életciklus-váltások.
- Az érzelmi intelligencia, a stresszkezelés, az indulatkezelés, agressziókezelés.
- A világkép, emberkép, istenkép, a hit és vallásosság hatása a családi közösség életére.
- Hagyományok, rítusok szerepe a családi közösségek életében.
- Kommunikációs sajátosságok.
- Nagycsaládok, egygyermekes családok, gyermektelen családok, a családalapítás hiánya, szingli életmód.

	<p><i>4. Pedagógiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Generációk közötti kommunikáció. – Pedagógusok, szülők és diákok jogai és kötelességei. – A gyermekvédelem családi és iskolai követelményei és működése. <p><i>5. Etikai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Szabadság – értelem és akarat kapcsolata. Az ember ösztönös és érzelmi élete. A szabadság mint az ember egyedülálló voltának kifejeződése. – Társadalmi normák, törvények, értékek. – Közösségi és társadalmi értékek. – A család és a kisebb közösségek érték közvetítése. – A társadalom és az állam érték közvetítő szerepe. – Sajátos területek: emberi munka, a politika, a környezetvédelem, a béke. <p>A társadalomban jelen levő családtípusok (nagycsaládok, egygyermekes vagy gyermektelen családok, a családalapítás hiánya, a szingli életmód stb.) megismerése és megvitatása.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Család, boldogság, életpálya, testi-leki egészség, élet tisztelete, népesedési viszonyok, családsegítés, családvédelem, érzelmi és fizikai erőszak, emberi méltóság.</p>

<p>Tematikai egység/ Fejlesztési cél</p>	<p>Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés</p>	<p>Órakeret 9 óra</p>
<p>Előzetes tudás</p>	<p>Iskolai és egyéb közösségben megélt kapcsolatok (osztálytársak, barátok, haverok, ismerősök stb.) tapasztalatai, a család-órán megismert kapcsolatépítési és -kezelési, konfliktusmegoldási stratégiák tudatos alkalmazása.</p>	

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A diákok jó kommunikációs képességeinek kialakítása és/vagy erősítése.</p> <p>A konfliktuskezelési és -megoldó képesség fejlesztése.</p> <p>A konfliktusmegoldás lépéseinek, a kezeletlen konfliktusok következményeinek, a kulturális szignálok (öltözködés, hajviselet, smink, jelképek stb.) jelentőségének a megismerése; ezzel kapcsolatos véleményformálás és érzéskifejezés gyakorlása.</p> <p>Esélyegyenlőség – szemléletformálás. Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).</p>
<p>Ismeretek/fejlesztési követelmények</p>	<p><i>Társas kapcsolatok</i></p> <p>Én – te – mi – társas kapcsolatok.</p> <p>A kapcsolatba kerülés lépései.</p> <p>A kapcsolatot fenntartó elemek.</p> <p>A kapcsolatépítés fontos elemei:</p> <p>természetes kíváncsiság, kockáztatás, legyünk önmagunk, kérdezzünk, meghallgatás, elfogadás, bizalom, közös érdeklődés.</p> <p>Család:</p> <p>A szülők és a jelenlegi fiatalok világának különbségei.</p> <p>Kölcsönösség, összetartás, szeretet, tisztelet.</p> <p>Munkamegosztás, szerepek, kölcsönös segítség. Jogok és kötelességek. Családi ünnepek. Döntések és szabályok. A kétszülős, egyszülős, mozaik- és nevelőcsaládok.</p> <p>Barátság:</p> <p>A barátság jelentősége, kialakítása, szerepe a család életében.</p> <p>A különbözőségek elfogadása, összehasonlítás, az elfogadás hiánya, önzés. A barát választása, életkorok és nemek közötti barátság. Lehet-e igazi barátság fiú és lány között? Intimitás, érzelmek és gondolatok megosztása.</p> <p>Kölcsönös segítség.</p>

A csoportnyomás kivédése és határok állítása.

Közösség:

Egynemű és vegyes kortárs közösségek. Beilleszkedés.

Szerelem, párválasztás:

A párkapcsolatok kialakulása és tartóssága: párkeresés, megismerkedés, „lazázás”, randevúzás, együttjárás, csalódások, szakítás. Intimitás, szenvedély és elköteleződés.

Együttélés, élettársi kapcsolat:

a döntéshozatal nehézségei, az elköteleződés hiányából eredő problémák.

Házasság:

Éltre szóló döntések meghozatala, elköteleződés és hűség. Gyermekvállalás.

Illemtan, szokás, hagyomány, erkölcs.

Hogyan gazdálkodunk az időnkkel; a szabadidő hasznos eltöltése.

Kommunikáció a kapcsolatokban

Az üzenet kódolásának és dekódolásának nehézségei, zavarai.

Érzelmek kommunikációja.

Verbális kommunikáció:

őszinteség, egyértelmű fogalmazás, udvariasság, figyelem, barátságosság, hangszín.

Nonverbális kommunikáció:

mimika, tekintet, gesztusok, proxemika, vokális kommunikáció stb.

Kulturális szignálok:

öltözködés, hajviselet, smink, jelképek stb. kérdésköre.

Belső kommunikáció:

Értékek, szükségletek és célok megfogalmazása. Határok kijelölése. Döntések meghozatala, végrehajtása és felülvizsgálata. Önkontroll, transzparencia.

Értő figyelem:

Meghallgatás képessége, megértés, odafigyelés, visszatükrözés, átírás. Kérdezőtechnikák.

Asszertivitás/Magabiztosság:

Jogosultság az önkifejezéshez. Ötleteink, véleményünk, érzéseink kifejezése és kifejtése. Egyes szám első személy használata. A nemet mondás joga és lehetősége. A kritika nem sértő megfogalmazása. Manipuláció.

Párkapcsolati kommunikáció:

férfi és női kommunikáció sajátosságai, különbözőségei, ebből fakadó félreértések, problémák.

Tömegkommunikáció vagy szociális kommunikáció:

A tudatos médiahasználat és a kétlépcsős kommunikáció.
A manipuláció eszközei.
A virtuális világ veszélyei. A technika által előidézett változás a kommunikációban. Személyesség hiánya.
A mobiltelefon, a számítógép és az internet hatásai a mai emberek életére.

Konfliktuskezelés a kapcsolatokban (család, iskola, barátok, munkahely stb.)

Bevezetés a konfliktusokba:

Kiváltó esemény – meggyőződés – érzelem.
Konfliktuskezelési stílusok. Előítélet. Alapvető kommunikációs technikák, empátia.

Konfliktusmegoldási stratégiák:

Megoldási lehetőségek, elhatározás, kitartás. A konfliktus megoldásának lépései. Az érzelmek kezelése. A saját és a másik fél véleményének, szükségleteinek figyelembe vétele. Tolerancia.

Határok:

Értékek és célok megfogalmazása. Kompromisszum és a határok betartatása. Verbális és fizikai abúzus, társfüggőség.

	<p>Képesség kapcsolatok kezdeményezésére, gondozására és védelmezésére; a kapcsolatok buktatóinak megismerése és a változtatáshoz szükséges eszközök felismerése.</p> <p>A tanult készségek minél hatékonyabb alkalmazása a kapcsolatok megtartása és/vagy megerősítése érdekében.</p> <p>Az egészséges határok áthágása miatt kialakuló helyzetben megfelelő döntéshozatal egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról.</p> <p>Az elfogadás hiányának, az önzésnek, a kiközösítés következményeinek, a kommunikáció szintjeinek, a verbális- és nonverbális kommunikáció fogalmának, az odafigyelés fontosságának, a különböző konfliktusmegoldási stratégiáknak a megismerése.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elfogadás, bizalom, összetartás, tisztelet, beilleszkedés, elköteleződés, hűség, meghallgatás, tudatos médiahasználat, virtuális világ, tolerancia.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Jellem és értékrend	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Az „értékkel”, illetve „értékessel” kapcsolatos önálló gondolatok, személyes tapasztalatok, tanult fogalmak, családban, alsó- és a felső tagozatban megtanult viselkedési normák.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A jellem és az értékek szerepének és fontosságának megértetése. A felelősségtudat erősítése, magunkért és másokért érzett felelősség növelése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<i>Fogalmak tisztázása</i> A jellem fogalma.	

Az érték fogalma.

Az erkölcs fogalma.

Az értékrend fogalma.

Az alapprobléma megértése

Van-e alapunk bizonyos értékekről, viselkedésről, szokásról kijelenteni, hogy helytelen?

Az értéksemlegesség problematikája.

Az erkölcs meghatározása

Az ember személyes cselekvése, tudatosság, szándékosság – jó cselekedet és bűn.

Emberi jogok.

Társadalmi normák, törvények, értékek, társasági viselkedés írott és íratlan szabályai, illetan (udvarlás, együtt járó párok társaság előtti magatartása).

A lelkiismeret mint belső értékrend.

Szeretet – a másik ember javának akarása. Egyéni és szociális szeretet.

Okosság – a többi erény mértéke.

Bátorság – tanúságtétel az igazságról.

Mértékletesség – a helyes mérték az ösztönös és érzelmi életben.

Sajátos erények, tulajdonságok:

Hazaszeretet.

Alázat.

Öröm.

Boldogság.

	<p>Humor.</p> <p>Játékosság.</p> <p><i>Közösségi és társadalmi értékek</i></p> <p>A család és a kisebb közösségek érték közvetítő hatása.</p> <p>A társadalom és az állam érték közvetítő szerepe.</p> <p><i>Sajátos területek:</i> emberi munka, a politika, a környezetvédelem, a béke.</p> <p>Értékrendünk szerint hozzuk döntéseinket.</p> <p>Döntésképeség, döntéshelyzetek, dönteni tudás gyakorlása szituációkkal.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Jellem, érték, erkölcs, értékrend, posztmodern relativizmus, illetan, lelkiismeret, mértékletesség, felelősségtudat, érett személyiség.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önismeret és érzelmi intelligencia	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Korábbi iskolai, családi és egyéb közösségi tapasztalatok alapján kialakult énkép és önértékelés, mely személyenként más és más szintű és minőségű, akár csak a már kialakult vagy kialakulóban lévő EQ-kompetenciák, melyek tovább fejleszthetők (szociális érzék, empatikus képesség, adekvát érzelem kifejezés és megértés stb.) Korábbi években megtanult fogalmak, ismeretek, elsajátított készségek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Saját és mások érzéseinek felismerése, megértése, elfogadása. Egészséges önbizalom elősegítése, személyiség típusok ismertetése.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	Egészséges énkép, a harmonikus személyiség. Mennyire fejlett az akaratom, mennyire vagyok kitartó?	

Tudatosság.

Én- és csoportészlelés. Én-te-mi fogalma.

Önértékelés kialakulása.

A tágabb környezet hatása az önértékelés kialakulásában: média, internet, trendek.

Önbecsülés, önkontroll.

Külső és belső szépség.

Sztereotípiák, benyomáskeltés és szerepek.

Az egészséges önbizalom alapjainak megismerése:

A „tartozom valahová” érzése – szeretnek, elfogadnak, biztonságban vagyok.

Az „értékes vagyok” érzése – értékesnek, fontosnak tartanak.

A „képes vagyok” érzése – magabiztos, céltudatos, versenyképes vagyok.

Személyiség típusok megismerése; temperamentum szerinti beosztás, erősségek, gyengeségek.

Hogyan formálhatja az értelmünk az önértékelésünket?

Az érzelmi intelligencia (EQ) fogalmának és szerepének megértése.

Érzelmek intelligens (képesség a jobbat választani) megértése.

Segítségével képesek vagyunk megérteni az érzéseinket, rájuk gyakorolt hatásukat. Mások érzéseinek megértése.

Érzelmek felismerése és kifejezése; gondolatok és érzelmek kapcsolata; a negatív és pozitív érzelmek kifejezésének eszközei.

Az EQ-készségek:

	<p>Személyes kompetenciák</p> <p>Éntudat – tudok valamit vagy tudatában vagyok valaminek.</p> <p>Érzelmi tudatosság, önértékelés, magabiztosság.</p> <p>Self-management</p> <p>Önkontroll, átlátszóság, rugalmasság, kezdeményezés, optimizmus.</p> <p>Szociális kompetenciák</p> <p>Szociális érzék</p> <p>Empátia, mások megértése, emberekkel bánás, mások fejlesztése, ráérzés a hierarchiára.</p> <p>Szociális képességek</p> <p>Kommunikáció, kötődések kialakítása, konfliktuskezelés, hatás másokra, csapatmunka, vezetés, változások elindítása.</p> <p>Az EQ fejlesztési folyamata: ismerd magad – fejleszd magad – add magad.</p> <p>Gondolkodási hibák, stresszkezelés.</p> <p>Az érzések, gondolatok, testi tapasztalatok tudatosítása, és azok kifejezése.</p> <p>Az én-üzenetek jelentőségének felismerése a kapcsolatokban.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Énkép, harmonikus személyiség, önértékelés, önbecsülés, önkontroll, személyiségtípusok, érzelmek felismerése és kifejezése, EQ-készség, személyes kompetencia, szociális kompetencia.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	<p>Számos konkrét ismeret a férfi-női és apa-anya szerep kérdéskörében, a saját testükkel kapcsolatos higiénés szabályok ismerete, ismeretek a terhességmegszakítás testi-lelki következményeiről; a házassággal-élettársi kapcsolattal, más együttélési formákkal kapcsolatos vélemények és a saját családjukban szerzett pozitív vagy negatív tapasztalatok.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A diákok segítése a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősödésében, a nemek közötti alapvető különbségek megismerésében és a káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori biológiai-, lelki-, viselkedésbeli változások pozitív megélésében, a termékenységtudatos szemlélet kialakításában.</p> <p>A párkeresés és a párválasztás sikerének elősegítése.</p> <p>A férfi-női párkapcsolatok formáinak és az azokban megélt boldogság/csalódás lehetőségének megismerése, kialakítva a diákokban a családbarát szemléletet.</p> <p>Felkészítés a harmonikus, boldog, elkötelezett párkapcsolaton alapuló érett, felelős, kiegyensúlyozott, egészséges szexualitásra.</p> <p>Az emberi élet értékének tudatosítása a fogantatástól kezdve a természetes halálig.</p> <p>Ezek alapján meggyőződés kialakítása, az IGEN kimondása a valódi értékekre, és a NEM vállalása a szexuális promiszkuitásra.</p>	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p><i>A nemi identitás, az ember kétneműsége – különbségek férfi és nő között</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A nem kialakulása, a nemi szerepek összetevői, fejlődése. – Pszichoszexuális fejlődés, személyiségfejlődés. – A férfi és a nő közötti biológiai, pszichológiai és kulturális különbségek. 	

- A férfiak és a nők együttműködése.

Felelős szexualitás

- A nemiséggel kapcsolatos anatómiai és élettani ismeretek.
- A szülők és a jelenlegi fiatalok világának különbségei.
- A serdülőkori biológiai és lelki változások szépségei, gondjai. Higiénés tanácsok.
- A termékenység kincs, amire vigyázni és óvni kell. A biológiai háttér – a megtermékenyítés csodája.
- „Felvilágosítás – kicsit másként” – őszinte, nyílt, érthető, „tabuk” nélküli felvilágosítás.
- A szex mint alapvető emberi szükséglet, célja és szépsége: szaporodás, gyermek; örömszerzés; szeretetkapcsolat kifejezése.
- A szüzesség értéke, mit jelent a tisztaság. Önuralom és lemondás.
- A szexuális úton terjedő betegségek – SZTB-k, az AIDS megelőzése.
- Pornográfia, prostitúció.
- Szex, érosz, agapé: személyes és testi odaadottság.
- Hitek és tévhitek... A felelős szexualitásról kialakult képet befolyásoló tényezők:
 - család (szülők);
 - barátok, kortársak;
 - média (újságok, reklámok, filmek, internet) hatása.
- A szex és a házasság.
 - A szexuális kapcsolatban benne foglaltatik a gyermekáldás lehetősége.
 - Nincs 100%-os védekezési mód.
 - Hormonálisan is odaköt a másikkhoz.

A párkeresés, a párválasztás sikerének elősegítése

- Nővé és férfivá válás az önnevelésben.
- Megismerkedés, találkozás (randevú, internetes párkeresés).
- Párkapcsolat érettsége.

- Növekedés a szabadságban és a felelősségben.
- Növekedés a szeretetben: érzéseink, érzelmeink és ösztönös vágyaink kezelése.
- Életre szóló, helyes döntések meghozatala – elköteleződés. Hűség (holtomiglan-holtodiglan).
- A férfi-nő kapcsolat fajtái: házasság, együttélés, élettársi kapcsolat, együttjárás, laza párkapcsolat.

A termékeny szerelem: a gyermek mint ajándék

- Felelős szülőség, a szülői hivatásra való tudatos felkészülés.
- Születésszabályozás, pozitív és negatív családtervezés – átgondoltság, tervszerűség és felelősség. Teljes körű tájékoztatás a családtervezési módszerekről. Mesterséges és természetes családtervezési formák. Fogamzásgátlás. Egészséges életkezdés.
- Életvédelem, magzatvédelem – abortusz-megelőzés. A magzati élet állomásai.

Az emberi élet a legnagyobb csoda című, magzati életet bemutató film.

- A várandósság – nem „terhesség”. Áldott állapot.
- A szóhasználat szerepe a közgondolkodás alakításában.
- Ismerkedés a szülés eseményével, a szülés baba-mamabarát formáival.

Természetes szülés, császármetszés. A szüléstől való félelem megbeszélése, szülési nehézségek és szövődmények.

- A csecsemőgondozás alapismeretei.
- A csecsemő táplálása, a szoptatás fontossága.
- Gyermek a családban – apa/anya-férj/feleség szerepek.
- Neheztelt termékenység, meddőség kérdése. Örökbefogadás.

Korai teherbeesés. A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai következményei.

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nemi identitás, különbségek férfi és nő között, a megtermékenyítés csodája, felvilágosítás, családtervezés, életvédelem, várandósság, szülés, csecsemőgondozás, meddőség.
------------------------------------	---

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Útelágazások, zsákutcák, útvesztők <i>avagy</i> veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az egészséges életmód alapjai, az alkohol és a dohányzás hosszú távú hatásai. Az illegális drogokkal kapcsolatos fogalmaik (de az ismeretek még hiányosak). A csoportnyomás jelensége. A segítő szervezetek elérhetősége.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A felelős gondolkodás és a döntésképeség fejlesztése, választási alternatívák felismerése, valamint azok következményeinek tudatosítása. Pályaválasztás, életcélok, jövőkép kialakítása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p><i>Szocializáció – a közösséghez tartozás igénye</i></p> <p>Érték, norma, szabály. Konformizmus, csoportnyomás. Többség-kisebbség. Sztereotípa, előítélet, diszkrimináció, deviancia, tolerancia.</p> <p>Társas hatások szerepe általában: kortársak, szociokulturális hatás.</p> <p>Médiahatás (tudatos használat, funkciók, jellemzők).</p> <p>Virtuális-reális? A virtuális világ veszélyei.</p> <p>A mobiltelefon, a számítógép és az internet hatásai a mai emberek életére.</p> <p>Intézmények szerepe: iskola (iskolai kötődés, tanárok, osztálytársak).</p> <p><i>Döntések és választási lehetőség:</i></p> <p>Egészség mint érték:</p> <p>Az egészség megőrzése. Betegségmegelőzés.</p>	

Függőség, szenvedély-, drognélküli világ?

A boldogság pótszerei, szerhasználat: dohányzás, alkohol, gyógyszer és illegális drog, egyéb függőséget okozó szerek és tevékenységek, mobil-, számítógép- és internetfüggés: kipróbálás, rendszeres fogyasztás, függés. Kialakulásban szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok azonosítása, következmények. Nemet mondás, visszautasítási technikák gyakorlása. Dönteni tudás gyakorlása, a döntések felvállalása.

A függőségtől való megszabadulás.

A fiatalkori szexualitás következményei.

Kudarok.

Baleset-megelőzés (pl. közlekedés/sportolás).

Fiatalkori bűnelkövetés.

Áldozattá válás. Bűnmegelőzés.

A bűnelkövetők visszavezetése a társadalomba.

Jövő

Jövőkép(-nyújtás) – család, pályaválasztás. Karrier – hivatás.

Vágyak, álmok és tervek a jövőről. Milyen céljaim vannak az életben?

Rövid- és hosszú távú célok. Kitartás.

A globális problémák és a lokális válaszok.

Értékközvetítő példaképek.

Segítségkérés és támasznyújtás

Az emberi kapcsolatok fontossága. Saját szükségletek, elvárások tudatosítása és asszertív kommunikációja. Problémamegbeszélés, a „titkok” megosztása.

A támasznyújtás módjai – aktív segítségnyújtás.

A döntési folyamat megismerése, a dönteni tudás és a nemet mondás gyakorlása. Segítség kérése és elfogadása.

	<p>A káros szenvedélyek, különösen a drogok, illegális drogok rövid- és hosszú távú hatása.</p> <p>A fiatalkori szexualitásban, a gyermekbántalmazásban, a balesetek kialakulásában szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok azonosítása, következmények felismerése és tudatosítása.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Csoportnyomás, deviancia, médiahatás (virtuális-reális), függőség, nemet mondás, tervek a jövőről, támasznyújtás, aktív segítségnyújtás.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Változások, azok következményei és kezelésük	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Saját tapasztalatok az életciklusok változásaival kapcsolatban.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelése, valamint a veszteség elfogadásához szükséges kompetenciák kialakulásának elősegítése, fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.	
Ismeretek/fejlesztési követelmények	<p>A fejlődéssel járó családi életciklus-váltások, veszteségek mint „normál krízisek”.</p> <p>A serdülőkor lelki, viselkedésbeli változásai.</p> <p>A váratlan, „nem normatív” veszteségek, krízisek kezelése (szenvedés, betegség, fogyatékoság, kudarcok, válás, munkanélküliség, szülők korai halála).</p> <p>Esélyegyenlőség. Fogyatékosághoz való hozzáállás. Fogyatékosági etikett. Fogyatékos személyeket segítő szervezetek.</p> <p>A változásra adott különféle lélektani reakciók (krónikus gyász, pszichoszomatika stb.)</p> <p>Egészségmegőrzés, prevenció.</p>	

	<p>Félelem a betegségtől, az öregségtől és a haláltól. Az időskor értéke. Az időskor és a betegápolás.</p> <p>A halál, az élet velejárója.</p> <p>A veszteségek kezelése: pszichológiai gyászmunka lépései (egyéni és közösségi folyamatai).</p> <p>A veszteségek kezelése a családban és a családon kívüli környezetben (erőforrások).</p> <p>A válásról és a mozaikcsaládban élés sajátos nehézségeiről (feszültségkezelési problémák).</p> <p>Átmeneti rítusok szerepe és lehetőségei a változások kezelésében (kapcsolati rítusok – eljegyzés, esküvő, évfordulók; születéssel kapcsolatos rítusok, egy-egy életszakasz lezárását és egy új megnyitását jelző rítusok – ballagás, születésnap; halállal kapcsolatos rítusok).</p> <p>A társadalmi változások szerepe.</p> <p>A családi életben folyamatosan jelenlévő változások kezelése, az azokkal járó nehézségek elviselése – toleranciaszint emelése.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	„Normál krízis”, „nem normatív” veszteség, krízis, változás, betegség, öregség, fogyatékoság, halál, veszteség, válás, gyászmunka.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<p>A tanuló</p> <ul style="list-style-type: none"> – tisztában van a család értékével, pozitív hozzáállása erősödik a család intézménye iránt; – képes a családon belüli jó kommunikációra, és érzelmei, szeretete kifejezésére; – képes arra, hogy kapcsolataiban, a problémái kezelésében, az élete autonóm irányításában egyre kompetensebben viselkedjen; – ismeri a társadalomban jelen levő családtípusokat; – tud kapcsolatokat kezdeményezni, gondozni és védelmezni; a
---	--

	<p>konfliktusokat tudja kezelni és megoldani;</p> <ul style="list-style-type: none">– megfelelő döntést tud hozni egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról;– ki tudja fejteni véleményét, ki tudja fejezni érzéseit;– elfogadó, pozitív attitűd erősödik benne a hátrányos helyzetű személyek iránt;– érti a jellem és az értékek szerepét és fontosságát;– kezd kialakulni benne egy stabil, az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend. Az érett személyiség kialakulásának útján tovább halad;– képes saját és mások érzéseit felismerni, megérteni, elfogadni;– kezd kialakulni benne az egészséges önbizalom;– tovább erősödik benne a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás; kialakul benne a termékenységtudatos szemlélet;– ismeri a családtervezési módszerek hatásmechanizmusát, mellékhatásait, tisztában van a természetes családtervezés modern módszerének működésével;– felelősséget érez az életvédelem iránt;– a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége fejlődik benne, és kezdi begyakorolni a nemet mondást;– segítséget mer és tud kérni a környezetétől;– megtanulja elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket;– felfedezi a serdülőkor szépségeit és nehézségeit;– képes a betegség-fogyatékoság kérdéskörének kezelésére;– törekszik a változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelésére.– a veszteség elfogadásához szükséges lelki és mentális kompetenciái fejlődnek.
--	---

Családi életre nevelés 9. -12. évfolyam

9 -12. évfolyam

A Nemzeti Alaptanterv által megjelölt fejlesztési területek – nevelési célok között szerepel a családi életre nevelés mint olyan feladat, amelynek minden tantárgy célkitűzései között meg kell jelennie: „A család kiemelkedő jelentőségű a gyerekek, fiatalok erkölcsi érzékének, szeretetkapcsolatainak, önismeretének, testi és lelki egészségének alakításában. A szűkebb és tágabb környezet változásai, az értékrendben jelentkező átrendeződések, a családok egy részének működésében bekövetkező zavarok szükségessé teszik a családi életre nevelés beemelését a köznevelés területére. A köznevelési intézményeknek ezért kitüntetett feladata a harmonikus családi minták közvetítése, a családi közösségek megbecsülése. A felkészítés a családi életre segítséget nyújt a gyermekeknek és fiataloknak a felelős párkapcsolatok kialakításában, ismereteket közvetít a családi életükben felmerülő konfliktusok kezeléséről. Az iskolának foglalkoznia kell a szexuális kultúra kérdéseivel is.”

A családi életre nevelés tantárgy (CSÉN) ezeket a célokat egységes rendszerbe foglalva valósítja meg, nem csökkentve ezzel a többi tantárgy szerepét. Mivel szükségképpen erkölcsi kérdéseket is érint, több közös területet tartalmaz az etika tantárggyal. De kiemelnénk azt a tényt, hogy az etika csak az 1–8. évfolyamon szerepel, míg a CSÉN a 12. osztályig kínál programot. Ezen kívül a CSÉN-nek speciális módszertana van, ami azt jelenti, hogy ha tapasztalható is átfedés bizonyos témákat illetően, a feldolgozás módja különbözik.

A tantárgy nagyobb tematikai egységekben valósítja meg nevelési céljait:

1. A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége és a család működése

Segíteni kívánja a diákokat abban, hogy a mindennapi életükben zajló történéseket jobban megértsék. Ez gondolkodó viszonyulás a mindennapi életükhöz. Ehhez egyrészt szükség van bizonyos ismeretanyag átadására. Másrészt a diákokban olyan szemléletmódbeli beállítódás kialakítása a cél, amely elemzően, tudatosan szétválasztja és ezáltal megismerteti a család komplex rendszerének a működését (családi szerepek, munkamegosztás a családban, családtípusok, a család nevelési stílusa, a szeretet kifejezésének módja, a családon belüli kommunikáció és a légkör, valamint a normák kialakításának rendje és megkövetelése, generációk együttélése, illetve ennek hiánya stb.). Ezáltal az életkor előrehaladtával egyre differenciáltabbá válik a diákok látásmódja, így a családi élet működéséből és azok összefüggéseiből egyre többet megismernek és

megértenek. Egyre több példát látnak maguk előtt, amelyeket tudatosan alkalmazva elkerülhetik a káros, rossz berögződésből adódó sztereotip viselkedésminták alkalmazását és továbbadását, várhatóan a kapcsolataikban, a problémáik kezelésében, az életük autonóm irányításában stb. tapasztalható lesz az egyre kompetensebb viselkedés.

2. *Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés*

Jó kommunikációs képességek kialakítása és/vagy erősítése a diákokban, hogy tudjanak kapcsolatokat kezdeményezni, gondozni és védelmezni, melynek során ki tudják fejezni érzelmeiket. Ismerjék meg a kapcsolatok buktatóit, és a változtatáshoz szükséges eszközöket. A konfliktusokat tanulják meg olyan fokon kezelni és megoldani, hogy azok ne rombolják kapcsolataikat, a tanult készségekkel azokat erősítsék és intimitásukat növeljék. Sajátítsák el, hogy az egészséges határok áthágása miatt esetenként megfelelő döntést kell hozniuk egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról.

Esélyegyenlőség – szemléletformálás. Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).

3. *Jellem és értékrend*

A tematikai egység célja, hogy a diákok értsék meg a jellem és az értékek szerepét és fontosságát, alakuljon ki bennük egy stabil, az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend, amely hosszabb távon jellembeli változást és így viselkedésváltozást eredményezhet.

E tematikai egység szempontjából különösen fontos, hogy milyen emberképre alapoz a tantárgy, milyen sajátosságokat tulajdonítunk az érett személyiségnek:

- *Ismeri, szereti és elfogadja önmagát:* folyamatosan mélyülő önismerete van, amely együtt jár önmaga (múltja, sebei, örömei, képességei és korlátai) derűs, őszinte elfogadásával és egyfajta egészséges önbizalom meglétével.
- *Érzelmileg érett:* józan valóságérzékelésének köszönhetően érzelmi reakciói megfelelnek az őt ért hatásoknak, azokkal egyensúlyban vannak. Képes ellenőrizni érzelmi és szexuális késztetéseit, megfelelő érzelmi egyensúlyra, biztonságra és optimizmusra tett szert, amely tulajdonságok segítségével képes kezelni a frusztrációval járó helyzeteket is.
- *Világos, személyiségébe beépített értékrendszere van,* szilárd viszonyítási pontok vannak életében, amelyek alapján választ kap a legalapvetőbb emberi kérdéseire (Ki

vagyok? Merre tartok? Melyek a korlátaim és lehetőségeim az életben? stb.), és következetes, hosszú távra kiható, megalapozott döntéseket tud hozni.

- *Társas (szociális) kapcsolataiban kielégítő érettségre tett szert*, amely a mások jogainak és szükségleteinek ismeretében és tiszteletében, a más kultúrák és értékrendszerek megértésében, valamint a saját önállóság megőrzésében áll, úgy, hogy közben az ember másokkal őszintén kommunikál, meghallgatja és megérti gondolataikat, együtt dolgozik velük és értük. A saját boldogságát a mások boldogulásáért történő önzetlen elköteleződésben találja meg.
- *Tudatosan, nyitottan és cselekvő módon alakítja környezetét* (értelmi és operatív érettség). Ezen érettség segítségével új ismeretek birtokába jut, bővíti, tágítja, csiszolja és mélyíti eddigi tudását, képes rugalmasan és nyitottan új problémák megoldásába fogni, és kreatív módon hozzáállni a régiekhez.
- *Szakmailag megbízható*: összhang van a gyakorolt szakma és a végzéséhez szükséges képességek elsajátítására vonatkozó érdeklődés között.
- *Lelkileg érett*, azaz a lényének legmélyéből fakadó igényeket tudatosítja, elfogadja, és olyan értékekre irányuló nyitottsággal rendelkezik, melyek választ tudnak adni mélyről jövő igényeire, legbensőbb kérdéseire.

4. *Önismeret és érzelmi intelligencia*

Cél a diákok helyes önértékelése kialakulásának elősegítése, hogy képessé váljanak felismerni, megérteni, elfogadni és hatékonyan használni saját erősségeiket és gyengeségeiket, valamint megtanulják önmagukat az aktuális trendek diktálta elvárásoktól függetlenül értékesnek, fontosnak és hasznosnak látni. Emellett a diákok érzelmi fejlődésének elősegítése, hogy képesek legyenek saját és mások érzelmeit felismerni, megfogalmazni, megérteni, elfogadni és hatékonyan használni.

5. *Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok*

Segíteni kívánja a diákokat kisiskolás kortól kezdve a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősödésében, a nemek közötti alapvető különbségek megismerésében (nemi jelleg, agyműködés, kommunikáció stb.) és a férfi/apa – női/anya szerepekkel kapcsolatos káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori biológiai, lelki, viselkedésbeli változások pozitív megélésében, a termékenységtudatos szemlélet kialakulásában, ahol a gyermek mint ajándék jelenik meg. Elő kívánja segíteni a párkeresés és a párválasztás sikerét. Fontos, hogy a diákok megismerjék a férfi-női párkapcsolatok formáit és az azokban megélt

boldogság/csalódás lehetőségét, emellett kialakuljon bennük a családbarát szemlélet. Kellően felkészüljenek a harmonikus, boldog, elkötelezett párkapcsolaton (házasságon) alapuló érett, felelős, kiegyensúlyozott, egészséges szexualitásra. Ezen túl elsajátíthatják az egészséges szexuális élethez szükséges ismereteket. Az emberi fogantatás és a magzati fejlődés szépségének megismerése kapcsán fogalmazódjon meg bennük, hogy az emberi élet érték a fogantatástól kezdve a természetes halálig.

6. *Útelágazások, zsákutcák, útvesszők, avagy Veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek*

A diákokban alakuljon ki a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége, amelynek alapja a döntési helyzet és a benne rejlő több/kevesebb választási alternatíva felismerése, majd a következményeik tudatosítása minél korábbi életkorban. Fontos tudatosítani a fiatalokban belső erőforrásaikat és felfedeztetni velük megerősítő kapcsolati hálójukat, továbbá a különböző normatív és egyéb típusú változásokat.

A különböző választási lehetőségek és azok következményeinek bemutatásával segítsük elő a veszélyhelyzetek felismerését, a fölöttük gyakorolható tudatos kontroll érzését, a felelős döntéshozatal kialakulását. Érzékenyítsük őket saját és mások helyzetének megértésére és elfogadására. Olyan ismeretek átadása és készségek fejlesztése a cél, amelyek elősegítik a segítségkérést (család, barátok és szakemberek felé) és segítségnyújtást, a problémakezelést és -megoldást.

Fel kell készíteni a fiatalokat arra, hogy a változások és veszteségek kezelésében legfőképpen a családnak és a rokonságnak kellene jelentenie a támogató hálót, tőlük várható és nekik nyújtandó a kölcsönös érzelmi, erkölcsi és anyagi támasz. A fiatalok esetében különösen fontos, hogyha a saját erőforrásaikat meghaladja a problémamegoldás, igényeiket megfogalmazva segítséget merjenek és tudjanak kérni, illetve el is fogadják azt a környezetüktől. Meg kell mutatni nekik, hogyha a család, a közeg, amelyben élnek, valamilyen okból nem tud támasz lenni, milyen közösségi vagy intézményi segítséget vehetnek igénybe. Sikeres küzdésük ugyanis utat nyithat az új életszakasz pozitívabb megélése, valamint a benne rejlő lehetőségek teljesebb kihasználása felé.

7. *Változások következményei és kezelésük*

A családi élet változások véget nem érő folyamata, ezért szükséges, hogy a diákok megtanulják elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket. A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelése, valamint a veszteség elfogadása sokféle lelki és mentális kompetenciát igényel. Cél mindezen kompetenciák

kialakulásának elősegítése, fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.

Meg kell ismertetni a fiatalokkal azokat a lélektani folyamatokat, amelyek a változásokat kísérik, fel kell készíteni őket arra, hogy a változások okozta feszültséget, bizonytalanságot miként lehet a helyzet értelmi és érzelmi megértésével sikeresen kezelni.

Fel kell készíteni a fiatalokat azokra a konkrét, személyes változásokra, amelyekkel életükben a következő évek során találkozni fognak (pubertáskori identitáskeresés, intimitás, szülőkről való leválás, társsá és szülővé válás).

A családi életre nevelés foglalkozásai többnyire eltérnek a hagyományos tantervi óráktól. Új formát, oldottabb légkört és az órátartó pedagógus/védőnő/mentálhigiénés szakember és diák viszonyában egyenrangúságot feltételeznek és rugalmasságot igényelnek, melyben a felek megadják egymásnak a kellő tiszteletet, a szólás lehetőségét és a vélemény szabadságát. Az ismeretek átadása nagyon speciálisan történik. Az emberi méltóság, a tisztelet fontosságára neveléssel, a rávezetéssel, az elgondolkodtatással, a saját vélemény megfogalmazásával, a tudatosítással reményeink szerint a fiatalok az átgondolt kérdések és korrekt információk birtokában önálló, felelősen cselekvő, érett személyiséggé válnak, és belső meggyőződésből tudnak jó döntéseket hozni életükkel kapcsolatban. Fontos tudatosítani bennük, a döntés az ő kezükben van, az ő felelőségük.

A tantárgy módszereiben legfőképp a nem formális tanulás eszközeit használja. Fontos a nevelő rendelkezésre állása a diákok számára a személyes beszélgetésekhez; és a megválasztott technikák, eljárások összhangja a közvetíteni szánt értékekkel.

Mivel a tantárgy főként lelki, szellemi és mentális kompetenciák fejlesztésére és szemléletformálásra irányul, a diákok érdemjegy szerinti értékelése irreleváns. Az egyes tematikai egységekhez kapcsolódóan előzetesen, majd a téma lezárását követően lehetőség van tájékoztató/visszajelző kérdőívek kitöltésére, de csak anonim formában.

A tantárgy sikerének kulcsa a foglalkozást tartó szakember és az osztály összehangolódása, a konkrét tematika és tanmenet adekvát, az adott osztályközösség érettségének és érdeklődésének megfelelő kidolgozása, melyet a pedagógus folyamatosan igazít az osztályhoz, attól függően, hogy az egyes témakörök feldolgozásakor milyen esetleges problémák, kezeletlen konfliktusok vagy váratlan reakciók kerülnek felszínre.

Az etikával való kapcsolódások, mivel maguktól értetődőek, nincsenek jelezve.

9–10. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége. A család működése	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Saját családban megélt tapasztalat és más családok (pl. rokonok, ismerősök, barátok) megfigyelése, filmek, irodalmi művek alapján kialakult saját elképzelés, vélemény; korábbi tanévek során családjórán tanultak.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A család értékének hangsúlyozása.</p> <p>Pozitív attitűd kialakítása és/vagy megerősítése a család intézménye iránt.</p> <p>A diákok megismertetése a párválasztás szociológiai vonatkozásaival (háttér, végzettség, vagyoni helyzet, nemzetiség, vallás, szokások stb.), illetve ehhez kapcsolódóan a családon belüli szerepek, feladatok, felelősség, döntési jog, javak elosztása, a kölcsönösség alakulása fogalmainak megismerése.</p>	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p>A család – érték. A család a társadalom életadó alapsejtje.</p> <p>Mi a boldogság? A boldogságkeresés útjai.</p> <p>Családi gazdálkodás, családi költségvetés, zsebpénz, takarékoskodás.</p> <p><i>1. Biológiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A testi-lelki egészség. Az egészséges életmód. – Nemi szerepek. – Az élet tisztelete és védelme – a fogantatástól a természetes halálig. <p><i>2. Családszociológiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A szocializáció fogalma. – Párválasztás szociológiai vonatkozásai. 	

	<ul style="list-style-type: none"> – Konfliktus a családban – a válás hatása a családokra. – Magatartásminták – harmonikus családi minták. Szerepek, normák, értékek változásai. – Családtípusok és azok személyiségre gyakorolt hatása. <p><i>3. Pszichológiai témakörök:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A személyiség fejlődése (szocializáció) és alakulása a családban. – Szerepek a családban, feladatok, terhek, javak, felelősség elosztása, családi munkamegosztás, kölcsönösség. – Szerepelvárások, szerepviselkedések, konfliktusok. <p><i>4. Pedagógiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Generációk közötti kommunikáció és együttműködés. – Pedagógusok, szülők és diákok jogai és kötelességei. <p><i>5. Etikai témakörök (csak érintőlegesen)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Az emberi méltóság. – Társadalmi normák, értékek. – Szabadság–értelem és akarat kapcsolata. Az ember ösztönös és érzelmi élete. A szabadság mint az ember egyedülálló sajátossága. <p>A családon belüli kommunikáció és az érzelmek, a szeretet kifejezésének jelentősége, társadalmi szinten berögzült káros sztereotípiák lebontása.</p> <p>A látásmód egyre differenciáltabbá válása, a családi élet működésében az összefüggésekből egyre több megértése. A kapcsolatokban, a problémák kezelésében, az élet autonóm irányításában stb. való egyre kompetensebb viselkedés.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Család, boldogság, testi-lelki egészség, élet tisztelete, harmonikus családi minta, ünnep, emberi méltóság.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Iskolai és egyéb közösségben megélt kapcsolatok (osztálytársak, barátok, szerelmesek, haverok, ismerősök stb.) tapasztalatai, nem tudatos kapcsolatépítési és -kezelési, konfliktusmegoldási stratégiák alkalmazása.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A diákok jó kommunikációs képességeinek kialakítása és/vagy erősítése.</p> <p>A konfliktuskezelési és -megoldó képesség fejlesztése.</p> <p>Esélyegyenlőség – szemléletformálás.</p>	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p>Társas kapcsolatok</p> <p>Én – te – mi – társas kapcsolatok:</p> <p>A kapcsolatba kerülés lépései.</p> <p>A kapcsolatot fenntartó elemek.</p> <p>A kapcsolatépítés fontos elemei:</p> <p>Természetes kíváncsiság, kockáztatás, legyünk önmagunk, kérdezzünk, meghallgatás, elfogadás, bizalom, közös érdeklődés.</p> <p>Család:</p> <p>Kölcsönösség, összetartás, az igazi, elfogadó szeretet, tisztelet. Munkamegosztás, szerepek, kölcsönös segítség. Jogok és kötelességek. Családi ünnepek. Döntések és szabályok.</p> <p>Barátság:</p> <p>A barátság jelentősége, kialakítása, szerepe a serdülő életében. A különbözőségek elfogadása, összehasonlítás, az elfogadás hiánya, önzés. A barát választása. Intimitás, érzelmek és gondolatok megosztása. Kölcsönös segítség.</p> <p>A csoportnyomás kivédése és határok állítása.</p> <p>Közösség:</p>	

Egynemű és vegyes kortárs közösségek. Beilleszkedés.

Szerelem:

A párkapcsolatok kialakulása és tartóssága: párkeresés, megismerkedés, „lazítás”, randevúzás, együttjárás, csalódások, szakítás.

Házasság:

Elköteleződés és hűség. Rokonok és barátok.

Értékközvetítő példaképek.

Esélyegyenlőség – szemléletformálás.

Hogyan gazdálkodunk az időnkkel; a szabadidő hasznos eltöltése.

Kommunikáció a kapcsolatokban

Verbális kommunikáció:

őszinteség, egyértelmű fogalmazás, udvariasság, figyelem, barátságosság, hangszín.

Nonverbális kommunikáció:

mimika, tekintet, gesztusok stb.

Kulturális szignálok:

öltözködés, hajviselet, smink, jelképek stb. kérdésköre.

Értő figyelem:

meghallgatás képessége, megértés, odafigyelés, visszatükrözés, átírás. Kérdezéstechnikák.

Párkapcsolati kommunikáció:

férfi és női kommunikáció sajátosságai, különbözőségei, ebből fakadó félreértések, problémák.

Tömegkommunikáció vagy szociális kommunikáció:

a tudatos médiahasználat és a kétlépcsős kommunikáció.

A manipuláció eszközei.

A virtuális világ veszélyei.

Szeretetlenül.

Konfliktuskezelés a kapcsolatokban (család, iskola, barátok, munkahely stb.)

Bevezetés:

Véleménykülönbség, vita, veszekedés, konfliktus.

A konfliktus az élet velejárója. Előítélet. Alapvető kommunikációs technikák, empátia.

Konfliktusmegoldási stratégiák:

Megoldási lehetőségek (visszavonuló, támadó, kiegyező, engedelkeny, közös megegyezésre, kölcsönös megállapodásra törekvő). A konfliktus megoldásának lépései. Törekvés a konfliktusok békés megoldására. Tolerancia. Megbeszélés, meghallgatás, megbocsátás, újrakezdés.

Vitához, veszekedéshez vezető helyzetek.

Kapcsolatkezdeményezés, -gondozás, -védelmezés. A kapcsolatok buktatói és a változtatáshoz szükséges eszközök felismerése.

A tanult készségek minél hatékonyabb alkalmazása a kapcsolatok megtartása és/vagy megerősítése érdekében.

Az értő figyelem készségének elsajátítása, a visszatükrözés, kérdezéstechnikák gyakorlása, a férfi és női kommunikáció sajátosságainak megismerése, a tömegkommunikáció manipulációs hatásainak és az önkontroll fontosságának tudatosítása.

Az elfogadás hiányának, az önzésnek, a kiközösítés következményeinek, a kommunikáció szintjeinek, a verbális- és nonverbális kommunikáció fogalmának, az odafigyelés fontosságának, a különböző konfliktusmegoldási stratégiáknak a megismerése.

A konfliktusmegoldás lépéseinek, a kezeletlen konfliktusok következményeinek tudatosítása.

A tömegkommunikációs eszközök és a virtuális világ személyiségre, társas kapcsolatokra gyakorolt hatásainak megismerése.

Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elfogadás, bizalom, összetartás, tisztelet, barátságtípus, beilleszkedés, elköteleződés, hűség, értékközvetítő példakép, meghallgatás, tudatos médiahasználat, virtuális világ, tolerancia, újrakezdés.
------------------------------------	---

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Jellem és értékrend	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Az „értékkel”, illetve „értékessel” kapcsolatos önálló gondolatok, személyes tapasztalatok, tanult fogalmak, családban, általános iskolában megtanult viselkedési normák.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A jellem és az értékek szerepének és fontosságának megértetése. A diákok elgondolkodtatása a férfiakkal és a nőkkel szembeni elvárásokról, párválasztási szempontok megfogalmazása a jellem szempontjából. Stabil, az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend kialakulásának elősegítése. Érett személyiség kialakulásának elősegítése.	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	Szabadság, értelem és akarat kapcsolata. Az ember ösztönös és érzelmi élete. A szabadság mint az ember egyedülálló sajátossága. Társadalmi normák, törvények, értékek, társasági viselkedés írott és íratlan szabályai, illetve (udvarlás, együttjáró párok társaság előtti magatartása). Lelkiismeret mint belső értékrend és annak karbantartása. Szeretet – a másik ember javának akarása. Mértékletesség – a helyes mérték az ösztönös és érzelmi életben. Sajátos erények, tulajdonságok: Hazaszeretet. Alázat.	

	<p>Önuralom.</p> <p>Lemondás.</p> <p>Empátia.</p> <p>Öröm.</p> <p>Boldogság.</p> <p>Humor.</p> <p>Játékosság.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Jellem, érték, erkölcs, értékrend, posztmodern relativizmus, szabadság, felelősségtudat, alázat.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önismeret és érzelmi intelligencia	Órakeret 9 óra
Előzetes tudás	Korábbi iskolai, családi és egyéb közösségi tapasztalatok alapján kialakult énkép és önértékelés.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A helyes önértékelés kialakulásának és az érzelmi fejlődés elősegítése.</p> <p>A helyes énkép megerősítése.</p> <p>Az empátia gyakorlása, fejlesztése. Közösségépítés.</p> <p>Az önismeret csapdáinak (félelmeink) megismerése.</p> <p>Hivatás, pályaválasztás segítése az önismeret által.</p>	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p>A harmonikus személyiség.</p> <p>Önismeret – személyiségtípusok.</p> <p>Én- és csoportészlelés. Én-te-mi fogalma.</p> <p>Önértékelés kialakulása</p> <p>A közvetlen környezet szerepe az önértékelés kialakulásában:</p>	

szülők, társak (összehasonlítás), barátok, iskola – visszajelzések fontossága.

Értékes tulajdonságok.

Önbecsülés, önkontroll.

Az önismeret csapdái:

Teljesítmény csapdája: „Bizonyos elvárásoknak meg kell felelnem ahhoz, hogy jól érezzem magam.”

Vád szava: „Azok, akik kudarcot vallanak, méltatlanok a szeretetre és megérdemlik a büntetést.”

Az elismerés kényszere: „Bizonyos embereknek el kell ismerniük ahhoz, hogy értékesnek lássam magam.”

A reménytelenség csapdája: „Az vagyok, aki vagyok. Nem tudok megváltozni. Reménytelen eset vagyok.”

Negatív önértékelés és a táplálkozási zavarok (pl. body building, kóros soványság).

Az EQ-készségek:

Személyes kompetenciák

Éntudat – tudok valamit vagy tudatában vagyok valaminek.

Érzelmi tudatosság, önértékelés, magabiztosság.

Self-management

Önkontroll, átlátszóság, rugalmasság, kezdeményezés, optimizmus.

Szociális kompetenciák

Szociális érzék

Empátia, mások megértése, emberekkel bánás.

	<p style="text-align: center;">Szociális képességek</p> <p style="text-align: center;">Kommunikáció, kötődések kialakítása, konfliktuskezelés, hatás másokra, csapatmunka.</p> <p>Az EQ fejlesztési folyamata: ismerd magad – fejleszd magad – add magad.</p> <p>Képességnövelés a saját erősségeik és gyengeségeik felismerésének, megértésének, elfogadásának és hatékony használatának terén.</p> <p>Képesség kialakulása/kialakítása a saját személyiség értékességének, fontosságának és hasznosságának felismerésére az aktuális trendek diktálta elvárásoktól függetlenül.</p> <p>A saját és mások érzelmeinek felismerése, megfogalmazása, megértése, elfogadása, kontrollálása és ezek hatékony használata.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Énkép, harmonikus személyiség, önértékelés, értékes tulajdonság, önbizalom, EQ-készség, személyes kompetencia, szociális kompetencia.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	A férfi és nő különbözőségéről, a férfi-női szerepek működéséről általános iskolában megtanult fogalmak, az élet különböző szinterein, a családban szerzett konkrét tapasztalatok.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A diákok segítése a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősítésében, a nemek közötti alapvető különbségek megismerésében (nemi jelleg, agyműködés, kommunikáció stb.) és a férfi/apa – női/anya szerepekkel kapcsolatos káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori biológiai, lelki, viselkedésbeli változások pozitív megélésében, a termékenységtudatos szemlélet kialakulásában, ahol a gyermek mint ajándék jelenik meg.	

	<p>A párkeresés és a párválasztás sikerének elősegítése.</p> <p>A férfi-női párkapcsolatok formáinak és az azokban megélt boldogság/csalódás lehetőségének megismerése, kialakítva a diákokban a családbarát szemléletet.</p> <p>Felkészítés a harmonikus, boldog, elkötelezett párkapcsolaton (házasságon) alapuló érett, felelős, kiegyensúlyozott, egészséges szexualitásra.</p> <p>Az egészséges szexuális élethez szükséges ismeretek elsajátítása.</p> <p>Korszerű tájékoztatás a szexuális úton terjedő betegségekről (SZTB-k) és a családtervezési módszerekről.</p> <p>A természetes családtervezési módszer (TCST) korszerű ismertetése, és a mesterséges módszerek bemutatása őszinte, nyílt, érthető, „tabuk” nélküli beszélgetések során.</p> <p>Az emberi élet értékének a fogantatástól kezdve a természetes halálig való tudatosítása.</p> <p>Ezek alapján meggyőződés kialakítása, az IGEN kimondása a valódi értékekre, és a NEM vállalása a szexuális promiszkuitásra.</p> <p>A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai veszélyeinek megismerése (abortuszprevenció).</p>
<p>Ismeretek/Fejlesztési követelmények</p>	<p><i>A nemi identitás, az ember kétneműsége – különbségek férfi és nő között</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A férfi és a nő közötti biológiai, pszichológiai és kulturális különbségek. – Az igazi férfi és az igazi nő. <p><i>Felelős szexualitás</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A serdülőkori sajátosságok, testi és lelki változások, szépségei, gondjai; mindezek szexuális-identitásbeli aspektusai. – A termékenység értéke. A termékenység kincs, amire vigyázni kell, és amit óvni kell. A biológiai háttér – női-férfi termékenységi jelek, menstruáció, a női ciklus eseményei, a

férfivá érés. A megtermékenyítés csodája.

- „Felvilágosítás – kicsit másként” – őszinte, nyílt, érthető, “tabuk” nélküli felvilágosítás.
- Növekedés a szeretetben: érzéseink, érzelmeink és ösztönös vágyaink kezelése.
- Felelősségvállalás.
- A szex, mint alapvető emberi szükséglet, célja és szépsége: szaporodás, gyermek; örömszerzés; szeretetkapcsolat kifejezése.
- A szüzesség értéke, mit jelent a tisztaság. Önuralom és lemondás.

A párkeresés, a párválasztás

- Nővé és férfivá válás az önnevelésben.

Életre szóló, helyes döntések meghozatala – elköteleződés. Hűség (holtomiglan-holtodiglan).

A férfi-nő kapcsolat fajtái: házasság, együttélés, élettársi kapcsolat, együttjárás, laza párkapcsolat.

A termékeny szerelem: a gyermek mint ajándék

- Születésszabályozás, pozitív és negatív családtervezés – átgondoltság, tervszerűség és felelősség. Teljes körű tájékoztatás a családtervezési módszerekről, hatásmechanizmus és mellékhatások. Mesterséges és természetes családtervezési formák. Fogamzásgátlás. Egészséges életkezdés.
- Életvédelem, magzatvédelem – abortusz-megelőzés. A magzati élet állomásai.
- A várandósság – nem terhesség. Áldott állapot. A szóhasználat szerepe a közgondolkodás alakításában.
- Csecsemőgondozás alapismeretei.
- Nehezített termékenység, meddőség kérdése.

Korai teherbeesés. A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai következményei.

Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nemi identitás, különbségek férfi és nő között, beavatás, serdülőkori testi és lelki változás, termékenység értéke, megtermékenyítés csodája, felvilágosítás, életvédelem.
------------------------------------	--

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Útelágazások, zsákutcák, útvesztők <i>avagy</i> Veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Ismeretek a különböző szenvedélyek konkrét hatásairól, különösen a szervezetet hosszú távon károsító hatásaikról, a függőség lehetőségéről és a leszokás nehézségeiről.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A felelős gondolkodás és a döntésképeség fejlesztése, választási alternatívák felismerése, valamint azok következményeinek tudatosítása az életkornak megfelelően. Az egészség mint érték tudatosítása, a függőség fogalmának, valamint a függőség kialakulásában szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok megismertetése.	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p><i>Szocializáció – a közösséghez tartozás igénye</i></p> <p>Érték, norma, szabály. Többség – kisebbség. Sztereotípiák, előítélet, diszkrimináció, deviancia, tolerancia.</p> <p>Család szerepe: érzelmi biztonság, elfogadottság érzése, stabil norma- és értékátadás, valamint adekvát feszültségkezelési minták nyújtása.</p> <p>Médiahatás (tudatos használat, funkciók, jellemzők). Virtuális-reális?</p> <p>Intézmények szerepe: iskola (iskolai kötődés, tanárok, osztálytársak).</p> <p><i>Döntések és választási lehetőségek</i></p> <p>Egészség mint érték:</p> <p>Az egészség megőrzése.</p>	

	<p>Függőség, szenvedély – drognélküli világ?</p> <p>A boldogság pótszerei, szerhasználat: dohányzás, alkohol, gyógyszer és illegális drog: kipróbálás, rendszeres fogyasztás, függés. Kialakulásban szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok azonosítása, következmények. Esetleges pozitív attitűd megkérdőjelezése, nemet mondás, visszautasítási technikák gyakorlása.</p> <p>Balesetmegelőzés (pl. közlekedés/sportolás).</p> <p>Bántalmazás és önvédelem:</p> <p>iskolában (kortársbántalmazás) és családban (családon belüli bántalmazás).</p> <p>Segítségkérés és támasznyújtás:</p> <p>Emberi kapcsolatok fontossága-család, barátok, segítő szakemberek és szervezetek bemutatása. Saját szükségletek, elvárások tudatosítása és asszertív kommunikációja. Probléma megbeszélése, a „titkok” megosztása.</p> <p>Támasznyújtás módjai – aktív segítségnyújtás.</p> <p>Saját erőforrásaikat meghaladó problémamegoldás esetén képesség az igényeik megfogalmazására, esetleges segítségkérésre, illetve annak elfogadására.</p> <p>A függőségen belül a dohányzás-, alkoholprevenció, a csoportnyomás kivédésének, határok állításának gyakorlása, valamint a saját szükségletek és elvárások asszertív kommunikációjának gyakorlása, támasznyújtás, aktív segítségnyújtás.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Tudatos életvezetés, egészséges életmód, család szerepe, médiahatás (virtuális – reális), deviancia, bántalmazás, baleset-megelőzés, segítségkérés, támasznyújtás.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Változások, azok következményei és kezelésük	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	<p>Saját tapasztalatok az életciklusok változásairól, a serdülőkor problematikájáról.</p>	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	<p>A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezeléséhez, valamint a veszteség elfogadásához szükséges kompetenciák kialakulásának elősegítése, fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.</p> <p>A veszteségelfogadás és -feldolgozás módjának, a gyász munka folyamatának, lépéseinek és szükségességének megismerése egyéb veszteségek kapcsán.</p> <p>A családi ünnepek, rítusok szerepének megismerése/felismerése.</p> <p>A „normál krízis” fogalmának megértetése; a krízis mint fejlődési lehetőség; az életszakaszok feladatainak megismerése, döntéshelyzetek gyakorlása, erőforrások, kapaszkodók keresésének elősegítése.</p>	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p>A fejlődéssel járó családi életciklus-váltások, veszteségek mint „normál krízisek”.</p> <p>A serdülőkor lelki - viselkedésbeli változásai, gondjai, szépségei, akceleráció.</p> <p>Nehéz évek? Szabadság, önállóság, alkalmazkodás, engedelmisség.</p> <p>Egészség, egészségtudat. Betegség, öregség, fogyatékoság.</p> <p>Esélyegyenlőség. Fogyatékosághoz való hozzáállás. Fogyatékosági etikett. A fogyatékosággal élők nehézségei, a segítségnyújtás formái.</p> <p>Fogyatékos személyeket segítő szervezetek.</p> <p>A halál, az élet velejárója.</p> <p>A veszteségek kezelése: pszichológiai gyász munka.</p> <p>A veszteségek kezelése a családban és a családon kívüli környezetben</p>	

	<p>(erőforrások).</p> <p>A válásról és a mozaikcsaládban élés sajátos nehézségeiről (feszültségkezelési problémák).</p> <p>Együttérzés. Empátia.</p> <p>Stresszkezelés.</p> <p>Családi ünnepek, rítusok áthidaló szerepe a változásokban. (Eljegyzés, esküvő, évfordulók, ballagás, gyászszertartások, szokások az egyes kultúrákban.)</p> <p>A családi életben folyamatosan jelenlévő változások kezelése, az azzal járó nehézségek elviselése – toleranciaszint emelése.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Betegség, öregség, fogyatékoság, halál, veszteség, válás, gyászmunka, rítus, empátia.

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<p>A tanuló</p> <ul style="list-style-type: none"> – tisztában van a család értékével, pozitív hozzáállása erősödik a család intézménye iránt; képes a családbarát szemléletmód megélésére; – törekszik a családon belüli jó kommunikációra és érzelmei, szeretete kifejezésére; – ismeri a családon belüli szerepeket, feladatokat, felelősséget, döntési jogot; – elsajátítja az értő figyelem készségét; – tud kapcsolatokat kezdeményezni, gondozni és védelmezni; – tudatosítja a tömegkommunikáció manipulációs hatásait, ismeri a tömegkommunikációs eszközök és a virtuális világ személyiségre, társas kapcsolatokra gyakorolt hatásait; – ismeri a különböző konfliktusmegoldási stratégiákat, tudja a konfliktusmegoldás lépéseit, tisztában van a kezeletlen konfliktusok következményeivel; – ki tudja fejezni érzelmeit; ismeri az önismeret csapdáit; képes
---	--

	<p>hívását, pályaválasztását segíteni az önismeret által;</p> <ul style="list-style-type: none"> – empátiás készsége fejlődik; az elfogadó, pozitív attitűd erősödik benne a hátrányos helyzetű személyek iránt; – törekszik az egyetemes emberi értékeken alapuló értékrend szerinti életre; – az érett személyiség kialakulásának útján tovább halad; – kialakul benne a termékenységtudatos szemlélet, ahol a gyermek mint ajándék jelenik meg; – alaposan ismeri a családtervezési módszerek hatásmechanizmusát, mellékhatásait, tisztában van a természetes családtervezés modern módszerének működésével; – felelősséget érez az életvédelem iránt; – a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége fejlődik benne, és a nemet mondást kezdi egyre jobban begyakorolni; – ismeri a függőség fogalmát, a kialakulásában szerepet játszó rizikó- és védőfaktorokat; – segítséget mer és tud kérni a környezetétől; – megtanulja elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket; – törekszik a változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelésére; – ismeri a gyász munka folyamatát, lépéseit, a gyász munka szükségességét egyéb veszteségek kapcsán is.
--	---

11–12. évfolyam

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	A család mint a társadalom legalapvetőbb egysége. A család működése	Órakeret 10 óra
Előzetes tudás	Saját családban megélt tapasztalat és más családok (pl. rokonok, ismerősök, barátok) megfigyelése, filmek, irodalmi művek alapján kialakult saját elképzelés, vélemény; korábbi tanévek során családórán tanultak.	

<p>A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai</p>	<p>A család értékének hangsúlyozása.</p> <p>Pozitív attitűd kialakítása és/vagy megerősítése a család intézménye iránt.</p>
<p>Ismeretek/Fejlesztési követelmények</p>	<p>A család – érték. A család a társadalom életadó alapsejtje.</p> <p>Otthonteremtés.</p> <p>Mi a boldogság? A boldogságkeresés útjai. A boldogtalanság.</p> <p>Pályaválasztás.</p> <p>Hivatás és/vagy karrier, életpálya – a hivatás, karrier összeegyeztetése a családi élettel.</p> <p><i>1. Biológiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Öröklés (hozott vs. szerzett adottságok). – A testi-lelki egészség. Az egészséges életmód. Egészséges táplálkozás, túlsúlyosság, kóros soványság. – Fejlődés, elakadás, akceleráció, változás, krízis. – A szexuális viselkedés biológiai aspektusai. – Az élet tisztelete és védelme – a fogantatástól a természetes halálig. <p><i>2. Családszociológiai témakörök</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A család mint intézmény, kapcsolódó intézmények, kultúra. – A család funkciói az egyén és a társadalom szempontjából. – Népesedési viszonyaink, a gyermekvállalás alakulása hazánkban. – A szexuális viselkedés és a párválasztás szociológiai vonatkozásai. – Elhanyagolás, bántalmazás, erőszak. – A családok működését segítő rendszerek (családsegítés, családvédelem stb.). <p><i>3. Pszichológiai témakörök:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A család mint rendszer működése, életciklusváltások. – Szocializáció és identitásformálódás.

– A világgép, emberkép, istenkép, a hit és a vallásosság hatása a családi közösség életére.

– Érzelmi és fizikai erőszak a családban.

4. Pedagógiai témakörök

– Pedagógusok, szülők és diákok jogai és kötelességei.

– A gyermekvédelem családi és iskolai követelményei és működése.

5. Etikai témakörök

– Emberkép, az ember célja, a személy mint az etika vonatkoztatási pontja.

– Az emberi méltóság, az emberi jogok.

– Társadalmi normák, törvények, értékek.

– A társadalom és az állam érték közvetítő szerepe.

– Sajátos területek: emberi munka, a politika, a környezetvédelem, a béke.

Családon belüli kommunikáció és az érzelmek, a szeretet kifejezésének jelentősége, társadalmi szinten berögzült káros sztereotípiák felismerése és lebontása.

A látásmód egyre differenciáltabbá válása, a családi élet működésében az összefüggésekből egyre több megértése. A kapcsolatokban, a problémák kezelésében, az élet autonóm irányításában stb. való egyre kompetensebb viselkedés.

A társadalmi világgép, ideák, eszmék, trendek, a hit és az ateizmus hatásának megismerése és megvitatása a családi közösség életére (nagycsaládok, egygyermekes családok, gyermektelenség, családalapítás hiánya, szingli életmód stb.).

A különböző nevelési stílusok (léggör, normák kialakítása és megkövetelése, gyermeki személyiség felé kifejezett tisztelet és elfogadás vagy ennek hiánya stb.) megismerése és a család személyiségfejlődésre gyakorolt hatásai.

A diákok által jónak tartott formák véleményezése és közösségi szinten

	történi megvitatása.
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Család, boldogság, életpálya, testi-lelki egészség, élet tisztelete, népesedési viszonyok, családsegítés, családvédelem, érzelmi és fizikai erőszak, emberi méltóság.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Társas kapcsolatok – kommunikáció – konfliktuskezelés	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Iskolai és egyéb közösségekben megélt kapcsolatok (osztálytársak, barátok, szerelmesek, haverok, ismerősök stb.) tapasztalatai, nem tudatos kapcsolatépítési és -kezelési, konfliktusmegoldási stratégiák alkalmazása.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	<p>A diákok jó kommunikációs képességeinek kialakítása és/vagy erősítése.</p> <p>A konfliktuskezelési és -megoldó képesség fejlesztése.</p> <p>Esélyegyenlőség – szemléletformálás.</p> <p>Elfogadó, pozitív attitűd kialakítása a hátrányos helyzetű személyekkel (idősek, romák, fogyatékos emberek stb.).</p>	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p><i>Társas kapcsolatok</i></p> <p>Én – te – mi – társas kapcsolatok: A kapcsolati nehézségek. A párkapcsolati érettség.</p> <p>Család: A szülők és a jelenlegi fiatalok világának különbségei. Kölcsönösség, összetartás, szeretet, tisztelet. A kétszülős, egyszülős, mozaik- és nevelőcsaládok. Nevelőszülők, örökbefogadott gyermekek.</p> <p>Barátság: A barátság jelentősége, kialakítása, szerepe a család életében.</p>	

A különbözőségek elfogadása, összehasonlítás, az elfogadás hiánya, önzés.

A barát választása, életkorok és nemek közötti barátság.

Intimitás, érzelmek és gondolatok megosztása. Kölcsönös segítség. A csoportnyomás kivédése és határok állítása.

Közösség:

Közösségi és társadalmi értékek. A család és a kisebb közösségek érték közvetítése.

Szerelem, párválasztás:

A párkapcsolatok kialakulása és tartóssága: párkeresés, megismerkedés, „lazázás”, randevúzás, együttjárás, csalódások, szakítás. Intimitás, szenvedély és elköteleződés.

Együttélés, élettársi kapcsolat:

a döntéshozatal nehézségei, az elköteleződés hiánya.

Házasság:

Életre szóló döntések meghozatala, elköteleződés és hűség.

Gyermekvállalás és gyermeknevelés. Jogi tudnivalók.

Férfi-női különbözőségek, az archetípusok.

Féltékenységi megjelenése a kapcsolatokban.

Hogyan gazdálkodunk az időnkkel; a szabadidő hasznos eltöltése.

Kommunikáció a kapcsolatokban

Érzelem-kommunikáció.

Belső kommunikáció:

értékek, szükségletek és célok megfogalmazása. Határok kijelölése. Döntések meghozatala, végrehajtása és felülvizsgálata. Önkontroll, transzparencia.

Értő figyelem:

Meghallgatás képessége, megértés, odafigyelés, visszatükrözés, átírás. Kérdezéstechnikák.

Asszertivitás / Magabiztosság:

Jogosultság az önkifejezéshez. Ötleteink, véleményünk, érzéseink kifejezése és kifejtése. Egyes szám első személy

használata. A nemet mondás joga és lehetősége. A kritika nem sértő megfogalmazása. Manipuláció.

Párkapcsolati kommunikáció:

a férfi és női kommunikáció sajátosságai, különbözőségei, ebből fakadó félreértések, problémák. Szexuális érzelmek, vágyak és határok felállítása és megosztása a társsal.

Segítség keresése és igénybevétele.

Tömegkommunikáció vagy szociális kommunikáció:

A tudatos médiahasználat és a kétlépcsős kommunikáció. A manipuláció eszközei.

A virtuális világ veszélyei. A technika által előidézett változás a kommunikációban. Személyesség hiánya.

A mobiltelefon, a számítógép és az internet hatásai a mai emberek életére.

Asszertív kommunikáció.

Tranzakció-analízis (Berne).

Konfliktuskezelés a kapcsolatokban (család, iskola, barátok, munkahely stb.)

Bevezetés, alapismeretek bővítése:

A konfliktusok kifejlődése és fokozatai, a patológiás konfliktus. Kiváltó esemény – meggyőződés – érzelem.

Konfliktuskezelési stílusok. Előítélet. Alapvető kommunikációs technikák, empátia.

Konfliktusmegoldási stratégiák:

Megoldási lehetőségek, elhatározás, kitartás. A konfliktus megoldásának lépései. Az érzelmek kezelése. A saját és a másik fél véleményének, szükségleteinek figyelembe vétele. Tolerancia. Hatékony konfrontáció. Kezeletlen konfliktusok következménye.

Határok:

Értékek és célok megfogalmazása. Kompromisszum és a határok betartatása. Verbális és fizikai abúzus, társfüggőség.

	<p>Képesség kapcsolatok kezdeményezésére, gondozására és védelmezésére; a kapcsolatok buktatóinak megismerése és a változtatáshoz szükséges eszközök felismerése.</p> <p>A tanult készségek minél hatékonyabb alkalmazása a kapcsolatok megtartása és/vagy megerősítése érdekében.</p> <p>Az egészséges határok áthágása miatt kialakuló helyzetben megfelelő döntéshozatal egy kapcsolat megszakításáról vagy folytatásáról.</p> <p>Az értő figyelem készségének elsajátítása, a visszatükrözés, kérdezőtechnikák gyakorlása, a férfi és női kommunikáció sajátosságainak megismerése, a tömegkommunikáció manipulációs hatásainak és az önkontroll fontosságának tudatosítása.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Elfogadás, bizalom, összetartás, tisztelet, beilleszkedés, elköteleződés, hűség, meghallgatás, tudatos médiahasználat, virtuális világ, tolerancia.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Jellem és értékrend	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az értékkel, értékrenddel, erkölccsel, törvénnyel stb. kapcsolatos önálló gondolatok, személyes tapasztalatok, korábban megtanult fogalmak, családban, általános és középiskolában megtanult viselkedési normák.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	<p>A jellem és az értékek szerepének és fontosságának megértetése.</p> <p>A diákok elgondolkodtatása az értékrend, a lelkiismeret „karbantartásának”, a közösségi értékek, társadalmi normák fontosságáról.</p> <p>Jellembeli változást és/vagy viselkedésváltozást eredményez(het)ő, stabil, az egyetemes emberi értékekre alapuló értékrend kialakulásának elősegítése. Érett személyiség kialakulásának elősegítése.</p>	
Ismeretek/Fejleszt	Fogalmak tisztázása	

ési követelmények

Az erkölcs meghatározása.

Erkölcsei relativizmus fogalma.

Abszolút igazságfelfogás fogalma.

Az alapprobléma megértése

Van-e alapunk bizonyos értékekről, viselkedésről, szokásról kijelenteni, hogy helytelen?

Az értéksemlegesség problematikája.

Emberkép, az ember célja, a személy mint az etika vonatkoztatási pontja.

Az ember személyes cselekvése, tudatosság, szándékosság – jó cselekedet és bűn.

Emberi jogok.

Szeretet – a másik ember javának akarása. Egyéni és szociális szeretet.

Okosság – a többi erény mértéke.

Bátorság – tanúságtétel az igazságról.

Felelősségtudat erősítése, magunkért és másokért érzett felelősség.

Közösségi és társadalmi értékek

A család és a kisebb közösségek érték közvetítő hatása.

A társadalom és az állam érték közvetítő szerepe.

Értékrendünk szerint hozzuk döntéseinket.

Döntésképeség, döntéshelyzetek, dönteni tudás gyakorlása szituációkkal.

Sajátos területek: emberi munka, a politika, a környezetvédelem, a béke.

A felelősségvállalásnak, a döntéshozatalnak mint az érett, felnőtt

	magatartás fontos ismérveinek gyakorlása.
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Jellem, érték, erkölcs, értékrend, posztmodern relativizmus, illetan, lelkiismeret, mértékletesség, felelősségtudat, érett személyiség.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Önismeret és érzelmi intelligencia	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Korábbi iskolai, családi és egyéb közösségi tapasztalatok alapján kialakult énkép és önértékelés. Az előző években megtanult fogalmak és ismeretek.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	Saját és mások érzéseinek felismerése, megértése, elfogadása. Egészséges önbizalom elősegítése, erősítése. Tévhitok, avagy az önismeret csapdái, ezek felismerése és feloldása, az egészséges önértékelés megőrzéséért.	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	Egészséges énkép, a harmonikus személyiség. Mennyire fejlett az akaratom, mennyire vagyok kitartó? Tudatosság. Én- és csoportészlelés. Én-te-mi fogalma. Önértékelés kialakulása A tágabb környezet hatása az önértékelés kialakulásában: média, internet, trendek. Önbecsülés, önkontroll. Külső és belső szépség. Sztereotípiák, benyomáskeltés és szerepek. Hogyan formálhatja az értelmünk az önértékelésünket? Ellis ABC-elmélete az érzelmekről. A / helyzet + B /	

meggyőződés = C / érzelmek.

Az önismeret csapdái:

Teljesítmény csapdája: „Bizonyos elvárásoknak meg kell felelnem ahhoz, hogy jól érezzem magam.”

Vád szava: „Azok, akik kudarcot vallanak, méltatlanok a szeretetre és megérdemlik a büntetést.”

Az elismerés kényszere: „Bizonyos embereknek el kell ismerniük ahhoz, hogy értékesnek lássam magam.”

A reménytelenség csapdája: „Az vagyok, aki vagyok. Nem tudok megváltozni. Reménytelen eset vagyok.”

Az érzelmi intelligencia (EQ) fogalmának és szerepének megértése

Érzelmek intelligens (képesség a jobbat választani) megértése.

Segítségével képesek vagyunk megérteni az érzéseinket, ránk gyakorolt hatásukat. Mások érzéseinek megértése.

Érzelmek felismerése és kifejezése. Gondolatok és érzelmek kapcsolata.

A negatív és pozitív érzelmek kifejezésének eszközei.

Az EQ-készségek:

Személyes kompetenciák

Éntudat – tudok valamit vagy tudatában vagyok valaminek.

Érzelmi tudatosság, önértékelés, magabiztosság.

Self-management

Önkontroll, átlátszóság, rugalmasság, kezdeményezés, optimizmus.

Szociális kompetenciák

	<p>Szociális érzék</p> <p>Empátia, mások megértése, emberekkel bánás, mások fejlesztése, ráérezés a hierarchiára.</p> <p>Szociális képességek</p> <p>Kommunikáció, kötődések kialakítása, konfliktuskezelés, hatás másokra, csapatmunka, vezetés, változások elindítása.</p> <p>Az EQ fejlesztési folyamata: ismerd magad – fejleszd magad – add magad.</p> <p>Gondolkodási hibák, stresszkezelés.</p> <p>Az érzések, gondolatok, testi tapasztalatok tudatosítása, és azok kifejezése. Az én-üzenetek jelentőségének felismerése a kapcsolatokban, asszertív kommunikáció.</p> <p>Az érzelmi intelligencia fogalmával, szerepének fontosságával, az érzelmi tudatossággal való megismerkedés, önkontroll gyakorlása.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>Énkép, harmonikus személyiség, önértékelés, önbecsülés, önkontroll.</p> <p>Személyiségtípus, érzelmek felismerése és kifejezése, EQ-készség, személyes kompetencia, szociális kompetencia.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Nemiség – férfi/női identitás – szexualitás – párkapcsolatok	Órakeret 12 óra
Előzetes tudás	Az előző két tanév hasonló tematikai egységeiben szerzett ismeretek.	
A tematikai egység nevelési- fejlesztési céljai	A diákok segítése a genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősödésében, a nemek közötti alapvető különbségek megismerésében és a férfi/apa – női/anya szerepekkel kapcsolatos káros sztereotípiák lebontásában, a serdülőkori változások pozitív	

	<p>megélésében, a termékenység tudatos szemlélet kialakulásában.</p> <p>A párkeresés és a párválasztás sikerének elősegítése.</p> <p>Felkészítés a harmonikus, boldog, elkötelezett párkapcsolaton (házasságon) alapuló érett, felelős, kiegyensúlyozott, egészséges szexualitásra.</p> <p>Az egészséges szexuális élethez szükséges ismeretek elsajátítása.</p> <p>Korszerű tájékoztatás a szexuális úton terjedő betegségekről és a családtervezési módszerekről.</p> <p>A természetes családtervezési módszer (TCST) korszerű ismertetése és a mesterséges módszerek bemutatása őszinte, nyílt, érthető, „tabuk” nélküli beszélgetések során.</p> <p>Az emberi élet értékének a fogantatástól kezdve a természetes halálig való tudatosítása.</p> <p>Ezek alapján meggyőződés kialakítása, az IGEN kimondása a valódi értékekre, és a NEM vállalása a szexuális promiszkuitásra.</p> <p>A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai veszélyeinek tudatosítása (abortuszprevenció).</p>
<p>Ismeretek/Fejlesztési követelmények</p>	<p><i>A nemi identitás, az ember kétneműsége – különbségek férfi és nő között</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A nem kialakulása, a nemi szerepek összetevői, fejlődése. – Pszichoszexuális fejlődés, személyiségfejlődés. – A férfi és a nő közötti biológiai, pszichológiai és kulturális különbségek. – A férfiak és nők együttműködése. <p><i>Felelős szexualitás</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – A nemiséggel kapcsolatos anatómiai és élettani ismeretek. – Az emberi szexualitás fogalma; fizikai (biológiai), lelki (pszichológiai), szellemi (spirituális) összetevők; kapcsolata a szerelemmel. – A szülők és a jelenlegi fiatalok világának különbségei.

- A biológiai háttér – a megtermékenyítés csodája.
- Kommunikáció a szexualitás területén.
- A szexuális úton terjedő betegségek (SZTB-k), az AIDS megelőzése.
- Szex, érosz, agapé: személyes és testi odaadottság.
- Hitek és tévhitek... A felelős szexualitásról kialakult képet befolyásoló tényezők:
 - család (szülők);
 - barátok, kortársak;
 - média (újságok, reklámok, filmek, internet) hatása.
- A szex és a házasság. A szex helyének miért a házasságban kellene lennie?
- A szexuális kapcsolatban benne foglaltatik a gyermekáldás lehetősége.
- Nincs 100%-os védekezési mód.
- Hormonális kötődés.
- Szexuális bántalmazás, pornográfia, prostitúció.

A párkeresés, a párválasztás sikere

- Megismerkedés, találkozás (randevú, internetes párkeresés).
- Párkapcsolat érettsége.
- Növekedés a szabadságban és a felelősségben.
- Növekedés a szeretetben: érzéseink, érzelmeink és ösztönös vágyaink kezelése.
- Életre szóló, helyes döntések meghozatala – elköteleződés. Hűség (holtomiglan-holtodiglan).
- Mit tehetünk, és mit kerüljünk el ahhoz, hogy minél sikeresebb, boldogabb és jobb legyen majd a párkapcsolat, a házasság és a család.

A termékeny szerelem: a gyermek mint ajándék

- Felelős szülőség, a szülői hivatásra való tudatos felkészülés.
- Születésszabályozás, pozitív és negatív családtervezés – átgondoltság, tervszerűség és felelősség. Teljes körű tájékozódás a családtervezési módszerekről, hatásmechanizmus és

	<p>mellékhatások. Mesterséges és természetes családtervezési formák, fogamzásgátlás. Egészséges életkezdés.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Életvédelem, magzatvédelem – abortuszmegelőzés. A magzati élet állomásai. – A várandósság – nem terhesség. Áldott állapot. A szóhasználat szerepe a közgondolkodás alakításában. – Ismerkedés a szülés eseményével, a szülés baba-mama-barát formáival. A szülés hatása a párkapcsolatra. – Természetes szülés, császármetszés. A szüléstől való félelem megbeszélése, szülési nehézségek és szövődmények. – Csecsemőgondozás alapismeretei. – A csecsemő táplálása, a szoptatás fontossága. – Gyermek a családban – apa/anya–férj/feleség szerepek. Gyermeknevelés. – Nehezített termékenység, meddőség kérdése. Örökbefogadás. <p>Korai teherbeesés. A művi terhességmegszakítás lelki és fizikai következményei.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	Nemi identitás, különbségek férfi és nő között, megtermékenyítés csodája, családtervezés, életvédelem, várandósság, szülés, csecsemőgondozás, meddőség.

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Útelágazások, zsákutcák, útvesztők <i>avagy</i> Veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek	Órakeret 8 óra
Előzetes tudás	Az egészséges életmód alapjainak, a káros szenvedélyek hosszú távú hatásainak ismerete. A csoportnyomás jelentése, törekvés az ellenállásra. A segítségkérés lehetőségeinek, formáinak, a segítő szervezetek elérhetőségének ismerete, törekvés egymás segítésére.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési	A felelős gondolkodás, a döntési folyamat megismertetése. Támogatás a pályaválasztásban, életcélok, jövőkép kialakításában.	

<p>céljai</p>	<p>Gondolatébresztés a családról mint védőfaktorról: érzelmi biztonság, elfogadás, értékadás, feszültségkezelési minták nyújtása, rossz minta követésének tudatos elkerülése.</p>
<p>Ismeretek/Fejlesztési követelmények</p>	<p><i>Szocializáció – közösséghez tartozás igénye:</i></p> <p>Érték, norma, szabály. Konformizmus, csoportnyomás. Sztereotípiák, előítéletek, diszkrimináció, deviancia, tolerancia.</p> <p>Társas hatások szerepe általában: kortársak, szociokulturális hatás.</p> <p>A virtuális világ veszélyei.</p> <p>A család mint védő faktor: érzelmi biztonság, elfogadottság érzése, stabil norma és értékátadás, valamint adekvát feszültségkezelési minták nyújtása; rossz minta követésének tudatos elkerülése.</p> <p><i>Döntések és választási lehetőség:</i></p> <p>Egészség mint érték:</p> <p>Az egészség megőrzése. Betegségmegelőzés.</p> <p>Függőség, szenvedély, drognélküli világ?</p> <p>A boldogság pótszerei, szerhasználat: dohányzás, alkohol, gyógyszer és illegális drog, egyéb függőséget okozó szerek és tevékenységek, mobil, számítógép és internetfüggés: kipróbálás, rendszeres fogyasztás, függés. Kialakulásban szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok azonosítása, következmények. Nemet mondás, visszautasítási technikák gyakorlása. Dönteni tudás gyakorlása, a döntések felvállalása.</p> <p>A függőségtől való megszabadulás.</p> <p>A fiatalkori szexualitás következményei.</p> <p>Kudarckok.</p> <p>Balesetmegelőzés (pl. közlekedés/sportolás).</p> <p>Fiatalkori bűnelkövetés:</p>

	<p>Veszélyeztető és kriminalizáló tényezők, deviáns karrier. Áldozattá válás. Bűnmegelőzés.</p> <p>A bűnelkövetők visszavezetése a társadalomba.</p> <p>Jövő</p> <p>Jövőkép(nyújtás) – család, pályaválasztás. Karrier – hivatás. Vágyak, álmok és tervek a jövőről. Milyen céljaim vannak az életben?</p> <p>Rövid- és hosszú távú célok. Kitartás. A globális problémák és a lokális válaszok. Értékközvetítő példaképek.</p> <p><i>Segítségkérés és támasznyújtás:</i></p> <p>Emberi kapcsolatok fontossága. Saját szükségletek, elvárások tudatosítása és asszertív kommunikációja. Problémamegbeszélés, a „titkok” megosztása.</p> <p>Támasznyújtás módjai – aktív segítségnyújtás.</p> <p>A dönteni tudás és a nemet mondás gyakorlása.</p> <p>Saját erőforrásaikat meghaladó problémamegoldás esetén képesség az igényeik megfogalmazására, esetleges segítségkérésre, illetve annak elfogadására.</p> <p>A káros szenvedélyekben, a fiatalkori szexualitásban, a gyermekbántalmazásban, a balesetek kialakulásában szerepet játszó rizikó- és védőfaktorok azonosítása, következmények felismerése és tudatosítása.</p>
<p>Kulcsfogalmak/ fogalmak</p>	<p>Csoportnyomás, deviancia, médiahatás, függőség, nemet mondás, jövőkép, támasznyújtás, aktív segítségnyújtás.</p>

Tematikai egység/ Fejlesztési cél	Változások, azok következményei és kezelésük	Órakeret 6 óra
Előzetes tudás	Saját tapasztalatok az életciklusok változásairól, a serdülőkor, a felnőtté válás problematikájáról.	
A tematikai egység nevelési-fejlesztési céljai	A változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelése, valamint a veszteség elfogadásához szükséges kompetenciák további fejlesztése, a változások kezelésével kapcsolatos ismeretek átadása.	
Ismeretek/Fejlesztési követelmények	<p>A fejlődéssel járó családi életciklusváltások, veszteségek mint „normál krízisek”.</p> <p>A felnőtté válás, önállóság, felelősségvállalás, leválás a szülőkről, társadalmi identitás kialakulásának kérdései.</p> <p>A váratlan, „nem normatív” veszteségek, krízisek kezelése (szenvedés, betegség, fogyatékoság, kudarcok, válás, munkanélküliség, szülők korai halála).</p> <p>A változásra adott különféle lélektani reakciók (krónikus gyász, pszichoszomatika stb.).</p> <p>Egészségmegőrzés, prevenció.</p> <p>Félelem a betegségtől, az öregségtől és a haláltól. Az időskor értéke. Az időskor és a betegápolás.</p> <p>A halál, az élet velejárója.</p> <p>A veszteségek kezelése: pszichológiai gyászmunka lépései (egyéni és közösségi folyamatai).</p> <p>A veszteségek kezelése a családban és a családon kívüli környezetben (erőforrások).</p> <p>A válásról és a mozaikcsaládban élés sajátos nehézségeiről (feszültségkezelési problémák).</p>	

	<p>A társadalmi változások szerepe. Bizonytalanság, állandóan változó világhoz való alkalmazkodás.</p> <p>A családi életben folyamatosan jelenlévő változások kezelése, az azzal járó nehézségek elviselése – toleranciaszint emelése.</p> <p>Felnőtté válás, önállóság, felelősségvállalás, leválás a szülőkről, társadalmi identitás kialakulása.</p>
Kulcsfogalmak/ fogalmak	<p>„Normál krízis”, „nem normatív” veszteség, krízis, változás, betegség, öregség, halál, veszteség, válás, gyászmunka.</p>

A fejlesztés várt eredményei a két évfolyamos ciklus végén	<p>A tanuló</p> <ul style="list-style-type: none"> – tisztában van a család értékével, pozitív hozzáállása erősödik a család intézménye iránt; képes a családbarát szemléletmód megélésére; – képes a kapcsolatai, a problémái kezelésében, az élete autonóm irányításában stb. való egyre kompetensebb viselkedésre; – ismeri és képes kritikusan szemlélni a társadalom világnépeinek, ideáknak, eszméknek, trendeknek, a hitnek és az ateizmusnak a családi közösség életére gyakorolt hatását; – megismerkedik a különböző nevelési stílusokkal; – ismeri a párkapcsolati kommunikáció lehetőségeit, buktatóit; érdeklődik az ezzel kapcsolatos pszichológiai irodalom iránt; – ismeri a különböző konfliktusmegoldási stratégiákat, tudja a konfliktusmegoldás lépéseit, tisztában van a kezeletlen konfliktusok következményeivel; – empátiás készsége tovább fejlődik; elfogadó, pozitív attitűd erősödik benne a hátrányos helyzetű személyek iránt; – az érett személyiség kialakulásának útján tovább halad; – képessé válik a felelősségvállalásra, a döntéshozatalra; – fontos számára a lelkiismeret „karbantartása”, fontosak számára a közösségi értékek és a társadalmi normák; – ismeri az érzelmi intelligencia fogalmát, szerepének fontosságát;
---	--

	<p>képesse válik az önkontrollra;</p> <ul style="list-style-type: none">– kialakul benne a termékenység tudatos szemlélet, ahol a gyermek mint ajándék jelenik meg;– alaposan ismeri a családtervezési módszerek hatásmechanizmusát, mellékhatásait, tisztában van a természetes családtervezés modern módszerének működésével;– felelősséget érez az életvédelem iránt;– a felelős gondolkodás és dönteni tudás képessége fejlődik benne, és a nemet mondást kezdi egyre jobban begyakorolni;– képesse válik a reális pályaválasztásra, az életcélok, jövőkép kialakítására;– felismeri, hogy a család az érzelmi biztonság, az elfogadás, az értékátadás helye; képes a rossz minta felismerésére és követésének tudatos elkerülésére;– képes a felnőtté válás lépéseinek gyakorlására az önállóság, a felelősségvállalás és a szülőkről való leválás által;– megtanulja elviselni, sőt kezelni a változással járó nehézségeket;– törekszik a változás okozta feszültségek, bizonytalanságok, a stressz hatékony kezelésére;– ismeri a gyász munka folyamatát, lépéseit, a gyász munka szükségességét egyéb veszteségek kapcsán is;– képes az állandóan változó világhoz való alkalmazkodásra;– tudatosan felkészül a szülői hivatásra.
--	--

SNI tanulókra vonatkozó javaslatok

Helyi tanterv módosult tantárgyi programjai, követelményei -javaslatok-

A tanulási területek és a tanulási területekhez kapcsolódó tantárgyak kimeneti tanulási céljai

A helyi tantervben a NAT - ban és a választott kerettantervben foglaltak az irányadóak, de az egyes tanulási területekhez rendelt tartalmak és fejlesztendő képességek (azok fejlődési útjai, módjai és kialakulásuk időtartama) meghatározása mindenkor a tanulók fejlődésének függvénye. Az egyénre szabottságban és a speciális tartalmak aktuálissá tételében szükség esetén az éppen aktuális szakember (utazó gyógypedagógus) szakmai tanácsai, iránymutatása a meghatározó.

A látási fogyatékos tanulók

Magyar nyelv és irodalom

- a tanulást segítő eszközök használata (pontírógép, számítógép használata)
- a hangos könyvtár és a digitális könyvtár megismertetése
- többlet idő biztosítása szükséges az írás-olvasás jelrendszerének elsajátításához, valamint a köznevelési törvényben meghatározott egyéb alkalmakkor (pl. írásbeli dolgozatok, vizsgák)

Matematika

- egyéb speciális matematikai eszközök használata (adaptált körző, vonalzó stb.)
- a négy alpművelet írásban történő végzése helyett az abakusz használata
- a fejben történő műveletvégzés, a fejszámolás tempójának fokozatos erősítése
- geometriatanítás: a szerkesztés, mértani modellezés speciális eszközökkel történik

Történelem és állampolgári ismeretek, Természettudomány és földrajz, Erkölc és etika

- közvetlen tapasztalatok gyűjtése (konkrét érzékeltetéssel), hangok által közvetített információk
- speciális szemléltetőeszközök használata (pl. domború térkép, ill. domború ábra)
- speciális ismeretek: pozitív diszkrimináció lehetőségei
- állampolgári ismeretek: a látássérült személyekre vonatkozó jogszabályok és érdekvédelmi szerveződések

Idegen nyelv

- hangsúlyos a hallás utáni tanulás
- az önálló tanuláshoz szükséges eszközök használata (pl. pontíró)

Művészetek

- tapintással történő érzékelés a hangsúlyos
- a dráma és színház tanítása (térbeni biztonság, kapcsolatteremtő képesség, kommunikáció)
- kiemelt jelentőségű a térbeli ábrázolás alkalmazása (modellek, agyagozás stb.)
- elsősorban a domborúrajz elsajátítása; absztrakciós készség, kézügyesség fejlesztése
- a zenei hangjegyek rögzítése a Braille-kotta segítségével; a szolmizálás kézjeleit módosított formában lehet alkalmazni

Technológia (digitális kultúra; technika és tervezés)

- hang által közvetítő médiarendszerek dominanciája
- a gépírás, a speciális képernyőolvasó szoftverekkel ellátott számítógép megismerése
- az elektronikus könyvtárak használata
- pályaorientáció (technikai jellegű munkafolyamatok, munkakultúra)
- balesetmentes szerszámhasználat (kiemelt jelentőségű)
- a közlekedési ismeretek, a mindennapos tevékenységek témaköre speciális tartalmakkal

Testnevelés és egészségfejlesztés

- rendszeres fizikai aktivitás, testtudat kialakítása, mozgás megszerettetése
- intenzív mozgás- és tájékozódásfejlesztés
- mozgásbiztonság kialakítása, a balesetek megelőzése, az eséstanítás
- tartáshibák megelőzése, korrigálása (gyógytestnevelés)
- akaraterő, céltudatosság, küzdeni tudás, kitartás
- szabályok betartása, csapatmunka
- lehetőség szerint megismerkedni a látássérült személyek sportolási lehetőségeivel (csörgölabda, úszás stb.)

A beszéd fogvatékos tanulók

Magyar nyelv és irodalom

- kiemelt feladat a nyelvi szintek fejlesztése (beszédhangzók, fonémafeldolgozás, szókinccs és szóhasználat, szóelőhívás, toldalékhasználat, mondataalkotás és szituációhoz kötött nyelvhasználat)
- olvasástanulást megelőző készségfejlesztés
- késleltetett írástanítás
- betűtanításban a négyes asszociáció alkalmazása, multiszenzoros tapasztalatszerzés
- olvasási motiváció (sikerélmény, érzelmi azonosulás a szöveggel)
- szövegértés fejlesztése (fokozatok: terjedelem, szöveg típusa stb.)
- nyelvtani jelenségek feldolgozása sok metanyelvi tapasztalatszerzéssel
- helyesírás: tudatos hibajavítás megtanítása
- rövidebb memoriterek (mnemotechnikai eljárások használatával)
- a feldolgozott irodalmi művek számát, minőségét, a feldolgozás módszereit és mélységét differenciáltan kezeljük
- a költői eszközök felismerése, mondanivalójuk megértése hosszú gyakorlást igényel
- a kötelező olvasmányok megválasztását és elolvasásának idői ütemezését a tanuló tempójához kell igazítani; a hangoskönyvet vagy a rövidített irodalmi változat előnyben

Matematika

- órai magyarázatok: többszöri ismétlés
- meghatározások, definíciók a praktikus példákon keresztül való alkalmazás során
- szöveges feladatok: szöveg nyelvi egyszerűsítése, meggyőződés a megértéséről
- szükség esetén lsd. a diszkalkulia irányelveit (egyéb pszichés fejlődési zavarokkal küzdő tanulók)

Történelem és állampolgári ismeretek

- szituációkon, dramatikus feldolgozáson, közvetlen tapasztalatszerzésen alapuló ismeretszerzést előnyben részesíteni
- nyelvi feldolgozás terén (pl. a törvényszerűségek és az idői egymásutániság kifejezésében) több segítségre és hosszabb időre van szükségük
- egyszerű, célzott kérdések a megfogalmazás megsegítéséhez
- idővonal, gondolattérkép használata

- az összefüggések felismerésének, a lényegi események kiemelésének megsegítése filmrészletekkel, magyarázó animációkkal
- segítség lehet a digitális tankönyv használata, multiszenzoros információfeldolgozás

Erkölc és etika

- szituációs vagy dramatizált játékok
- iskolai konfliktusok közösségi megbeszélése
- filmrészletek, interaktív színházi előadások

Természettudomány és földrajz

- gyakorlati példák, kísérletek hangsúlyos szerepe
- rajzok, folyamatábrák, táblázatok és grafikonok, rövidfilmek segítségével a feldolgozásban
- definíciók, törvények (többletidő, mnemotechnikai eljárások alkalmazásával)
- elsősorban a látható, tapasztalható világ törvényszerűségeit, gyakorlatban is alkalmazható természettudományos ismereteket tanítsunk

Idegen nyelv: élő idegen nyelv

- motiváció, beszédfélelem oldása
- a mindennapi beszéd készségeinek fejlesztése
- lassabb haladás, kisebb lépésekre bontás, több gyakorlás (különösen az első 3 évben)
- gyermekversek, dalok, játékok
- a mindennapokban jól használható alapszókincs
- szókincs bővítése képes szótárakkal, rajzos mnemotechnikák segítségével
- multiszenzoros érzékeltetés segít a bevésésben
- megtanultak alkalmazása változatos szituációkban, sokféle párbeszédben
- később válnak képessé a nyelvtan intenzív tanulására

Művészetek: ének-zene, vizuális kultúra, dráma és színház

- befogadó, alkotó légkör
- önkifejezés, alkotói szabadság
- hangsúlyosabbak a vizuális művészetek, a kézműves tevékenységek
- együtt éneklés-zenélés öröme

- figyelembe kell venni, hogy az ének-zene tantárgyban az időbeli egymásutánosság észlelése, a kottaolvasás, a finom akusztikus megkülönböztető készséget igénylő zenei darabok nehézséget okozhatnak

Technológia (technika és tervezés, digitális kultúra)

- digitális kompetenciák minél jobb elsajátítása (gépírás, felolvasó programok, jegyzetelő programok, digitális átalakító programok)
- a megfelelő eszköz kiválasztásában, az eszközhasználat tanításában a logopédus és az informatikatanár szoros együttműködésére van szükség
- IKT-használat: etikus és felelősségteljes használat megértése és megvalósítása
- nagyon fontos a biztonságos internethasználat tanítása

Testnevelés és egészségfejlesztés

- fontos a jó erőnlét, a megfelelő állóképesség kialakítása
- mozgásfejlesztésére kiemelt gondot kell fordítani (mozgáskoordináció, testtudat, téri orientáció és egyensúly) különösen az alsóbb évfolyamokon
- adaptált, differenciált feladatadás
- az egyes mozgásszekvenciákat célszerű elemi egységekre lebontva, sok ismétlés segítségével tanítani
- mozgásos feladatok változatos formában és szituációkban

A mozgásszervi fogyatékos tanulók

Magyar nyelv és irodalom

- kiemelt feladat a mozgáskorlátozottságból adódó kommunikációs (beszéd és írás) nehézségek ellensúlyozása
- az írástanítást hosszú előkészítő szakasz előzi meg (kéztorna, grafomotorika fejlesztése)
- speciális eszközök használata (digitális eszközök, speciális íróeszköz, ceruzafogó)
- az olvasástanítást szintén hosszú előkészítő időszak előzi meg, melynek során kiemelten fontos a beszéd alaki és tartalmi oldalának fejlesztése

Matematika

- figyelni kell a cselekvéses tapasztalatszerzés gátoltságára, a megismerő tevékenység akadályozottságára, a manipuláció akadályozottságára

- lényeges a lehető legtöbb érzékszerv bevonásával szerzett érzékletek integrálása
- speciális íróeszköz, ceruzafogó használata

Történelem és állampolgári ismeretek

- a társadalmi tapasztalatszerzés hiányainak pótlása
- mozgáskorlátozottakra vonatkozó jogszabályok és érdekvédelmi szerveződések, a fogyatékos személyekkel foglalkozó intézmények ismerete

Erkölc és etika

- önszabályozás, a társas-emocionális szabályok, az etikai normák, a másság elfogadása, a tolerancia, a pozitív diszkrimináció, a jogérvényesítés és általában a speciális szükségletekhez, fogyatékosokhoz kapcsolódó témák elsajátítása

Idegen nyelv

- auditív tanulási módszerek
- beszéd- és kommunikációs zavarok esetén az írásbeli kommunikáció előtérbe helyezése

Művészetek

- manipuláció, finommotorika, eszközhasználat fejlesztése
- közvetlen tapasztaltatás, élmények biztosítása
- percepció fejlesztése, az érzékszervek stimulálása
- optimális testhelyzet beállítása
- dalválasztáskor differenciálás
- ritmuskészség fejlesztése

Technológia (digitális kultúra; technika és tervezés)

- olyan ismeretek, tevékenységformák és eszközök használatának megtanítása, amelyeket a tanuló hasznosítani tud szabadideje eltöltése, pályaválasztása, önálló felnőtt élete során
- a pszichomotoros funkciók célzott fejlesztése
- a munkamozdulatok összerendezettségének és pontosságának folyamatos alakítása és fejlesztése
- magabiztos és pontos számítógép-használat, a számítógép adta lehetőségek kreatív használata

Testnevelés és egészségfejlesztés

- testnevelés tantárgyi órán a tanuló a mozgásvizsgáló szakértői és rehabilitációs bizottság, valamint a tanulóval foglalkozó team véleménye alapján vesz részt
- testnevelésórán való foglalkoztatás a mozgásszervi fogyatékoság típusának megfelelő szakképesítéssel rendelkező utazó gyógy pedagógus (szomatopedagógus) iránymutatása szerint vagy annak részvételével történik
- állapotromlás, a másodlagos károsodások megelőzése
- motoros készségek és képességek fejlesztése, a fizikai kondíció növelése és az egészséges életre nevelés
- mindennapos tevékenykedtetés
- kedvező pszichés hatások kiváltása: sikerélmények nyújtása, testmozgás megszerettetése, önbizalom növelése

Az autizmus spektrumzavarral küzdő tanulók

Magyar nyelv és irodalom

- kommunikációs kompetencia támogatása
- olvasás tanulása-tanítása során a mindennapi élettel összefüggő, a tanuló személyes élményeihez kapcsolódó szövegeket alkalmazása
- kézírás helyett számítógép használata, folyóírás helyett a nyomtatott nagybetűvel való írás

Matematika

- megismerési képességek fejlesztése, az önellenőrzés tanítása, az ismeretek önálló, gyakorlati alkalmazásának segítése, a problémamegoldás menetének tanítása
- különös hangsúlyt kap az oktatás szemléletes és konkrét jellege, a cselekvéses tanulás alkalmazása
- geometria tananyagrészeknél a szerkesztési feladatok a grafomotoros gyengeség miatt extrém nehézséget jelenthetnek, ezért egyénenként megfontolandó e téren az értékelés, minősítés alóli felmentés

Történelem és állampolgári ismeretek, Természettudomány és földrajz

- az időbeliséget és más absztrakt, társas megértést kívánó fogalmak megértését segítő vizuális segédeszközök alkalmazása

- közvetlen, konkrét példákon, élményanyagon keresztüli tapasztalásra kell helyezni a hangsúlyt

Erkölc és etika

- az énkép és önismeret fejlesztése, saját és mások érzelmeinek, nézőpontjának felismerése, megértése, a saját gondolatok és érzelmek kifejezésének tanítása
- a társadalmi együttélés szabályait explicit módon szükséges tanítani

Idegen nyelv

- különösen nagy hangsúlyt kap az idegen nyelv funkcionális használatának fejlesztése
- egyénenként mérlegelni kell, hogy a nyelvtanuláshoz szükséges alapvető készségek adottak-e

Művészetek

- tehetséges tanuló esetén nagyon fontos a tehetség kibontakozásának támogatása, illetve az adott területen meglévő érdeklődés és motiváció kiaknázása a társas kommunikáció fejlesztésében
- túlérzékeny tanulók esetén a stresszforrások csökkentése
- egyéni képességeknek és szükségleteknek megfelelő differenciálás, a részvételre való biztatás, a sikerélmény biztosítása

Technológia (digitális kultúra; technika és tervezés)

- többletfigyelem és az elvárások egyénre szabott csökkentése a társakkal való közös feladatmegoldásban, illetve a tanultak rugalmas, mindennapi felhasználásában
- tantárgyi tartalmak elsajátítása digitális tananyagok beépítésével támogatandó
- egyénre szabott autizmus-specifikus támogatások IKT-eszközökön
- vizuális segítség
- felelős, biztonságos internethasználat kialakítása

Testnevelés és egészségfejlesztés

- kiemelt szerepe van a tantárgynak a stressz csökkentésében, a nagy- és finommozgások, a mozgáskoordináció fejlődésében
- önértékelés, önbecsülés fejlesztésének lehetősége

- szenzoros ingerekre adott szokatlan válaszok (pl. tornateremben, uszodában a zajok, fények) figyelembevétele szükséges
- egyénre szabott vizuális segítségnek (pl. vizuális időmérő, az aktivitások sorrendjét és mennyiségét jelző algoritmusok)