

## 5. évfolyam

Óraszám: 36 óra.

A témakörök áttekintő táblázata:

| <i>Témakör neve</i>              | <i>Óraszám</i> |
|----------------------------------|----------------|
| 1. Test és lélek                 | 12             |
| 2. Kapcsolat, barátság, szeretet | 12             |
| 3. Kortársi csoportok            | 12             |
| <i>Összes óraszám:</i>           | <i>36</i>      |

### 1. Test és lélek

Óraszám: 12 óra

Tanulási eredmények

- A tanulók testi és lelki egészséggel kapcsolatos ismereteinek gyarapítása és az önmagukért való felelősség érzésének erősítése. A beteg és a fogyatékkal élő emberek iránti empátia fejlesztése
- A főbb emberi szervrendszerek ismerete. Az egészséges életmóddal kapcsolatos alapvető ismeretek.

Fejlesztési feladatok és ismeretek

- Egészség és betegség. Fejlődés és szükségletek. (Milyen az egészséges ember? Hogyan kerülhet veszélybe és hogy védhető meg az egészség? Én egészségesen élek? Van olyan szokásom, amelyen jó lenne változtatnom az egészségem érdekében? Miben különbözik egy beteg ember az egészségestől? Hogyan és miért betegedhet meg valaki? Mi változik meg ettől az életében? Milyen az, amikor én beteg vagyok? Mért tartozom felelősséggel saját testi épségemért?)
- Fogyatékoság (Milyen képessége hiányozhat annak, aki valamilyen téren fogyatékos? Vannak-e olyan speciális képességeik a fogyatékkal élőknek, amelyekben ügyesebbek másoknál? Mi a különbség a fogyatékoság és a betegség között? Hogyan alakulhat ki ilyen állapot? Miben és hogyan akadályozza a fogyatékkal élő embereket)
- Lelkiismeret (Mi minden hat a döntéseinkre? Mi a lelkiismeret, és miből érezzük a jelenlétét? Hogyan hat a tetteinkre? Mi történik, amikor hallgatunk rá, és mi történik, amikor nem?)

Fogalmak: Egészség és betegség, fogyatékoság, lelkiismeret

Javasolt tevékenységek

- ön- és társismereti játékok

### 2. Kapcsolat, barátság, szeretet

Óraszám: 12 óra

Tanulási eredmények

- Olvasott, hallott, látott, megélt történetek elmesélése, amelyek középpontjában a barátság témája áll.
- A saját kapcsolati háló szerkezetének tudatosítása. Annak megéreztetése, hogy az őszinte baráti kapcsolatok fontos szerepet játszanak az ember életében. Olyan kommunikációs technikák megismertetése, amelyek segíthetnek a barátság ápolásában és az esetleges konfliktusok feloldásában.

#### Fejlesztési feladatok és ismeretek

- Kapcsolataim (Kikkel tartok szorosabb vagy lazább kapcsolatot? Kihez mi fűz, és milyen mélységűek ezek az érzések? Mi tesz vonzóvá és mi tesz ellenszenvéssé valakit? Milyen módon lehet elnyerni valakinek a rokonszenvét? Milyen eszközöket nem szabad vagy nem érdemes használni ennek során? Miért?)
- Baráti kapcsolatok (Kikkel tartok szorosabb vagy lazább kapcsolatot? Kihez mi fűz, és milyen mélységűek ezek az érzések? Mi tesz vonzóvá és mi tesz ellenszenvéssé valakit? Milyen módon lehet elnyerni valakinek a rokonszenvét? Milyen eszközöket nem szabad vagy nem érdemes használni ennek során? Miért?)
- A kapcsolat ápolása (Milyen formái vannak a szeretet kimutatásának? Milyen szerepe van a kapcsolat ápolásában a személyes találkozásoknak, a telefonnak, az internetnek és a közös programoknak? Milyen problémák és milyen konfliktusok zavarhatják meg a barátságot? Hogyan lehet feloldani ezeket?)

#### Fogalmak: kapcsolatok

#### Javasolt tevékenységek

- szöveges és mozgásos tevékenységek, szituációk

### 3. Kortársi csoportok

Óraszám: 12 óra

#### Tanulási eredmények

- Iskolai és iskolán kívüli közösségekben szerzett személyes tapasztalatok összegzése, tudatosítása.
- A közösséghez való tartozás fontosságának megéreztetése. A csoporttagok közötti összetartozás érzését kiváltó legfontosabb tényezők tudatosítása. Egy-egy személy csoporton belüli helyzetének felismertetése. A csoporton belüli konfliktuskezelés és kárenyhítés néhány technikájának gyakorlati megismertetése. Annak megértetése, hogy mások csoportjai mások számára ugyanolyan értékesek. Az osztályban felmerülő előítéletek és sztereotípiák kezelése

#### Fejlesztési feladatok és ismeretek

- Közösségeim (Milyen csoportokhoz tartozom? Mi változott ezen a téren az utóbbi időben? Milyen okai vannak a változásnak? Melyik csoporthoz mennyire kötődöm, és miért?)
- A mi csoportunk (Melyik csoportomban érzem a legjobban magam, és miért? Mi minden kapcsolja össze a csoport tagjait? Milyen közös tevékenységeink, jeleink, szokásaink és szabályaink vannak? Egyenrangú-e mindenki a csoportban, vagy van-e valamilyen különbség a tagok között? )

- Mások csoportjai (Milyen más csoportok vannak körülöttem, amelyekbe nem tartozom bele? Milyenek látom e csoportok tagjait? Mit tudok róluk? Valóban különböznek-e a mi csoportunk tagjaitól? Ha igen, miben? Mi az oka annak, ha valakit vagy valamilyen csoportot idegennek érzünk? Mi mindenben különbözhet tőlünk egy idegen? Válhat-e baráttá, aki korábban idegen volt? Ha igen, milyen módon? Ha nem, miért nem?)

Fogalmak: csoportok

Javasolt tevékenységek

- csoportszerveződés
- dramatikai tevékenységek