

WĘDRUJĄC^{KU} DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

PROGRAM NAUCZANIA

7

WĘDRUJĄC^{KU} DOROSŁOŚCI

Teresa Król

PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie
dla uczniów klasy 7 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2017

Spis treści

Wstęp	3	Lekcja 9	Mężczyzna i kobieta układ rozrodczy (dla grupy chłopców).....	18
Wychowanie do życia w rodzinie. Nowe podstawy programowe	6	Lekcja 10	Czas oczekiwania	19
Lekcja 1	Dojrzałość, to znaczy...	Lekcja 11	Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo (dla grupy dziewcząt).....	20
Lekcja 2	Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy dziewcząt).....	Lekcja 12	Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo (dla grupy chłopców).....	21
Lekcja 3	Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy chłopców).....	Lekcja 13	Rozwój człowieka	22
Lekcja 4	Dojrzewanie – zmiany psychiczne (dla grupy dziewcząt).....	Lekcja 14	Komunikacja w rodzinie	23
Lekcja 5	Dojrzewanie – zmiany psychiczne (dla grupy chłopców).....	Lekcja 15	Savoir vivre, czyli zasady dobrego wychowania	24
Lekcja 6	Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt).....	Lekcja 16	Pierwsze uczucia	25
Lekcja 7	Przekazywanie życia (dla grupy chłopców).....	Lekcja 17	Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia	26
Lekcja 8	Mężczyzna i kobieta układ rozrodczy (dla grupy dziewcząt).....	Lekcja 18	Uzależnienia behawioralne	27
		Lekcja 19	Ludzie drogowscy	28

Wstęp

1. „Wychowanie do życia w rodzinie” w polskiej szkole

W Ustawie z dnia 14 grudnia 2016 roku „Prawo oświatowe” czytamy:

„Szkoła winna zapewnić każdemu uczniowi warunki niezbędne do jego rozwoju, przygotować go do wypełniania obowiązków rodzinnych i obywatelskich (...). System oświaty zapewnia w szczególności realizację prawa każdego obywatela Rzeczypospolitej Polskiej do kształcenia się oraz prawa dzieci i młodzieży do wychowania i opieki, odpowiednich do wieku i osiągniętego rozwoju; wspomaganie przez szkołę wychowawczej roli rodziny; wychowanie rozumiane jako wspieranie dziecka w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej, wzmacniane i uzupełniane przez działania z zakresu profilaktyki problemów dzieci i młodzieży (...).”

Od wielu lat polska szkoła daje szansę wsparcia dla rodzin. Są to zajęcia edukacyjne „wychowanie do życia w rodzinie” (WDŻ). Zajęcia te funkcjonują jako przedmiot na mocy rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej, wykonującego dyspozycję art. 4, ust. 1 i 3 ustawy z dnia 7 stycznia 1993 r. *O planowaniu rodziny,*

ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (Dz.U. Nr 17, poz. 78 z 1995 r. z późn. zm.).

Wśród różnych zagrożeń współczesnej cywilizacji pojawia się kryzys rodziny: coraz częstszy rozpad związków małżeńskich, wzrastająca liczba samotnych matek, a wśród nich „dzieci rodzące dzieci”. Zachodnia Europa poszukuje dróg wyjścia z tej sytuacji, bo tam zjawiska te coraz bardziej się nasilają. Lepiej jednak wzmocnić działania profilaktyczne niż leczyć.

Jak wskazują rankingi i badania, Polska to kraj, gdzie wartość rodziny nadal jest wysoko ceniona. Dla młodzieży udane życie małżeńskie jest jednym z „barometrów” osiągnięcia szczęścia. Jak więc ten stan zachować, a może nawet polepszyć?

Wielu rodziców, nauczycieli i dyrektorów szkół dostrzega tę szansę w realizacji zajęć „wychowanie do życia w rodzinie”. Dokument stanowiący wprowadzenie zajęć WDŻ to Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1999 r. *w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy*

o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego.

Przedmiot ten wzbudzał i nadal wzbudza wiele kontrowersji i obaw (niektóre środowiska żądają edukacji seksualnej w ujęciu permissywnym), ale obecna wersja przedmiotu może wydatnie wesprzeć rodzinę w jej działaniach wychowawczych. Chodzi o to, aby sposób, w jaki obie strony rodzina i szkoła siebie postrzegają, a także ich oczekiwania były zbieżne, oparte na zbliżonych systemach wartości, polskich tradycjach i przyjętych zasadach postępowania. Cel bowiem jest wspólny: dopomóc młodemu człowiekowi w jego rozwoju psychofizycznym, społecznym i duchowym. Pełne zaangażowanie i optymizm nauczycieli wychowania do życia w rodzinie ułatwi młodzieży wędrowanie ku dorosłości.

2. Nowa podstawa programowa

Reforma oświaty, przywracająca wcześniejszy podział etapów nauczania, wprowadza także nową podstawę programową do wychowania do życia w rodzinie (Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku *w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej*. Dz.U. z dnia 24 lutego 2017 roku, poz. 356).

Nowa podstawa programowa wychowania do życia w rodzinie została sformułowana w języku wymagań:

- **główne kierunki oraz cele kształcenia zapisano jako wymagania ogólne,**
- **treści nauczania oraz oczekiwane umiejętności uczniów zapisano jako wymagania szczegółowe (przedstawione w języku efektów uczenia się).**

Nowa podstawa programowa WDŻ została podzielona na sześć działów tematycznych:

1. Rodzina.
2. Dojrzewanie.
3. Seksualność człowieka.
4. Życie jako fundamentalna wartość.
5. Płodność.
6. Postawy.

Treści zawarte w podstawie programowej zostały rozbudowane i uszczegółowione. Poszerzono i wyeksponowano problemy psychologiczne i wychowawcze. Spiralny układ zagadnień daje szansę na dostosowanie ich do możliwości percepcyjnych uczniów, zapotrzebowań, a także wskazań i oczekiwań rodziców. W starszych klasach te same kwestie będą poszerzane i uzupełniane.

3. Treści nauczania w klasie VII

Program „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII koreluje z tematami podejmowanymi na lekcjach biologii. Dlatego na zajęciach WDŻ uwzględnia się zagadnienia z anatomii i fizjologii układu rozrodczego człowieka. Te wiadomości są uzupełnione o treści z zakresu psychologii i socjologii rodziny. Pokazano

uczniom związek zdobywanej wiedzy z pełnieniem w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych. Wskazuje się, że zagadnienia związane z płodnością wspomagają przygotowanie do rodzicielstwa, opieki prekoncepcyjnej, prenatalnej i postnatalnej. Nie pominięto przy tym kwestii dotyczących szczególnej troski i pomocy świadczonej dzieciom chorym i niepełnosprawnym. W tym przypadku funkcja opiekuńcza rodziny jest nieodzowna. O rodzinie, w której otrzymuje się wsparcie, uczeń dowiadyje się przy realizacji wielu innych zagadnień, np. w obrębie działu komunikacji, budowania relacji, uczuć, kształtowania postaw, tworzenia hierarchii wartości czy poszukiwania autorytetów.

Młodzi ludzie, wchodzący w dorosłość, swoim zachowaniem sprawiają niejednokrotnie problemy, które można zakwalifikować do autodestrukcyjnych. Stąd też wiele miejsca w programie klasy VII zajmują kwestie uzależnień behawioralnych i uzależnień od substancji psychoaktywnych.

W okresie dojrzewania oprócz zmian fizycznych pojawiają się nowe pragnienia i uczucia związane z budzącym się popędem seksualnym. Pragnienie bliskości, czułości i miłości to nowe życiowe doświadczenia, które mogą być fascynujące, ale też mogą stać się przyczyną wielu kłopotów. Tej tematyce także poświęcone są zajęcia w klasie VII.

4. Procedury osiągnięcia celów i środki dydaktyczne

Nauczyciel główny projektant sytuacji dydaktycznej dobiera do treści nauczania najbardziej właściwe metody. Repertuar sposobów i technik działania na zajęciach wychowania do życia w rodzinie może być bogaty i różnorodny. Zamierzeniem programu jest przedstawienie takiej propozycji, która ukierunkuje wychowanków na rozwój zarówno intelektualny, jak też psychiczny, moralny i społeczny. Dlatego zostały zaproponowane formy i metody pracy wzmacniające komunikację, zarówno w relacji: uczeń nauczyciel, jak również uczeń uczeń.

Wychowanie do wolności i odpowiedzialności będzie skuteczne tylko wtedy, gdy uczeń aktywnie włączy się w proces dydaktyczno-wychowawczy i świadomie, z wyboru, przyjmie proponowane wartości.

Zadaniem nauczyciela jest zbudowanie koncepcji lekcji (na podstawie znajomości grupy uczniów), aby wyzwolić czynnik emocjonalny. Otwartość nauczyciela oraz jego pomysłowość będą tu najważniejsze. Obecnie uczniowie funkcjonują w ramach kultury obrazkowej, dlatego można skorzystać z zaproponowanych filmów i prezentacji multimedialnych. Nie jest łatwo przekazywać rzeczy oczywiste, np. wzajemną pomoc w domu rodzinnym, troskę, miłość itp. Tematy te wymagają języka niebanalnego, subtelnego, o dużym ładunku ekspresji.

W tym wypadku filmy mogą okazać się dużą pomocą, ale należy je umiejętnie wpleść w tok lekcji. Aby wzbudzić motywację do nauki, trzeba mieć ciekawe pomysły na przeprowadzenie zajęć. Twórcza postawa nauczyciela będzie tu najważniejsza. Od jego inwencji zależy, czy proces nauczania stanie się interesujący, a lekcje wychowania do życia w rodzinie będą ciekawym wydarzeniem tak dla wychowanka, jak i dla wychowującego.

Metody i techniki sprzyjające realizacji celów zajęć WDŻ to m.in. debata oksfordzka, dyskusja, drama – symulacja ról, burza mózgów, metoda sytuacyjna, metoda trybunału, śnieżnej kuli, metaplan, drzewo decyzyjne, mapa myślowa, wykład, rozmowa kierowana, mówiąca ściana, plakat itp.

Ważne jest zorganizowanie odpowiednich warunków w celu inspirowania uczniów do aktywnego uczestnictwa w zajęciach oraz samodzielnego poszukiwania wiedzy, np. z cyfrowych zasobów internetowych.

W ciągu wielu lat istnienia zajęć prorodzinnych w polskiej szkole zrodziło się niemało ciekawych nauczycielskich pomysłów, doświadczeń, materiałów i pomocy dydaktycznych. Niektórzy z nich zechcieli nimi się podzielić. W środowisku nauczycieli z Opola powstał

zbiór scenariuszy na lekcje wychowania do życia w rodzinie, pod redakcją konsultantki Barbary Charczuk, zatytułowany „Wygrajmy młodość”. Inny zestaw scenariuszy to „Dorastanie do miłości” autorstwa Marii Kwiek i Iwony Nowak. Tematyka tej książki oscyluje wokół budowania tożsamości ucznia, autorefleksji, dokonywania trudnych wyborów, opartych na fundamentalnych wartościach. Dla niektórych nauczycieli takie ujęcie seksualności człowieka może wydawać się nienowoczesne, niełatwe do przekazania. Jest to prawda, ale kryzys wartości powinien zostać zatrzymany u źródła, aby nie stał się normą.

Zaproponowane w programie materiały pomocnicze nie obligują nauczycieli do wyłącznego z nich korzystania. Należy je potraktować jedynie jako pewną propozycję podczas realizacji programu „Wędrując ku dorosłości”. Fachowość nauczycieli, ich pomysłowość i inwencja stworzą niejednokrotnie własne sposoby realizacji zajęć, własne narzędzia i własne materiały.

Wychowanie do życia w rodzinie.

Nowe podstawy programowe

Cele kształcenia wymagania ogólne

- I. Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka. Wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
- II. Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie.
- III. Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania. Pokonywanie trudności okresu dorastania.
- IV. Kształcenie umiejętności przyjęcia integralnej wizji osoby. Wybór i urzeczywistnianie wartości służących osobowemu rozwojowi. Kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami. Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć. Rozwiązywanie problemów.
- V. Pozyskanie wiedzy na temat organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian rozwojowych w okresie prenatalnym i postnatalnym oraz akceptacja własnej płciowości. Przyjęcie integralnej wizji ludzkiej seksualności. Umiejętność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.
- VI. Uświadomienie i uzasadnienie potrzeby przygotowania do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny. Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa.
- VII. Korzystanie ze środków przekazu, w tym z internetu, w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.

Treści nauczania wymagania szczegółowe

I. Rodzina. Uczeń:

- 1) wie, co składa się na dojrzałość do małżeństwa i założenia rodziny; zna kryteria wyboru współmałżonka, motywy zawierania małżeństwa i czynniki warunkujące trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej i rodzinnej;
- 2) rozumie, jakie miejsce zajmuje rodzina w społeczeństwie;
- 3) rozpoznaje typy struktury rodziny: rodzina wielopokoleniowa, rodzina pełna, rodzina niepełna, rodzina zrekonstruowana;
- 4) wyjaśnia miejsce dziecka w rodzinie i jej rolę dla niego: w fazie prenatalnej, podczas narodzin, w fazie niemowlęcej, wczesnodziecięcej, przedpokwitaniowej, dojrzewania, młodości, wieku średniego, wieku późnego;
- 5) potrafi komunikować swoje uczucia i budować prawidłowe relacje rodzinne;
- 6) wie, jak okazać szacunek rodzeństwu, rodzicom i dziadkom oraz docenić ich wkład w życie rodzinne; potrafi wymienić za co i w jaki sposób można wyrazić im wdzięczność;
- 7) rozumie, na czym polega odpowiedzialność wszystkich członków za atmosferę

panującą w rodzinie; wie, jak komunikować uczucia, wyrażać pamięć, składać życzenia z okazji ważnych rocznic rodzinnych, imienin, urodzin, Dni Matki, Ojca, Babci i Dziadka, być uprzejmym i uczynnym każdego dnia;

- 8) zna i rozumie funkcje rodziny, np. prokreacyjna, opiekuńcza, wychowawcza oraz ich znaczenie na poszczególnych etapach rozwoju człowieka;
- 9) wyjaśnia, czego dotyczy i w czym przejawia się rodzinne wychowanie do miłości, prawdy, uczciwości, wychowanie patriotyczne, religijne, moralne;
- 10) przyswaja wartości i tradycje ważne w rodzinie, w tym wspólne świętowanie, organizacja i przeżywanie wolnego czasu;
- 11) zauważa i docenia formacyjną rolę rodziny w zakresie przekazywania wiedzy (o życiu, człowieku, świecie, relacjach międzyludzkich), kształtowania postaw, ćwiczenia umiejętności, tworzenia hierarchii wartości, uczenia norm i zgodnych z nimi zachowań;
- 12) zna i stosuje zasady savoir vivre'u zarówno wobec gości, jak i najbliższych członków rodziny;
- 13) wie, na czym polega instytucjonalna pomoc rodzinie w sytuacji: choroby, uzależnienia, ubóstwa, bezrobocia, zachowań ryzykownych, problemów pedagogicznych, psychologicznych, prawnych.

II. Dojrzewanie. Uczeń:

- 1) rozpoznaje zmiany fizyczne i psychiczne; zauważa i akceptuje zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju;
- 2) zna kryteria dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej;
- 3) rozumie, czym jest cielesność, płciowość, seksualność;
- 4) wskazuje różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców;
- 5) wyjaśnia, na czym polega identyfikacja z własną płcią;
- 6) zna zagrożenia okresu dojrzewania, takie jak: uzależnienia chemiczne i behawioralne, presja seksualna, pornografia, cyberseks, prostytutka nieletnich; potrafi wymienić sposoby profilaktyki i przeciwdziałania;
- 7) omawia problemy wieku młodzieńczego i sposoby radzenia sobie z nimi;
- 8) rozumie, jak budowane są relacje międzyosobowe, wyjaśnia ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym; potrafi przedstawić istotę: koleżeństwa i przyjaźni, sympatii młodzieńczych, pierwszych fascynacji, zakochania, miłości; zwraca uwagę na potrzebę i wartość wzajemnego szacunku, udzielania pomocy, empatii i współpracy;

- 9) uczestniczy w podziale obowiązków; korzysta z pomocy innych i sam jej udziela; potrafi dzielić czas pomiędzy pracę i rekreację; wie jak tworzyć atmosferę świętowania;
- 10) przedstawia rolę autorytetów w życiu człowieka, wymienia osoby uznane za autorytety przez innych i siebie.

III. Seksualność człowieka. Uczeń:

- 1) określa pojęcia związane z seksualnością: męskość, kobiecość, komplementarność, miłość, wartość, małżeństwo, rodzicielstwo, odpowiedzialność; wyjaśnia na czym polega i czego dotyczy integracja seksualna;
- 2) rozumie znaczenie odpowiedzialności w przeżywaniu własnej płciowości oraz budowaniu trwałych i szczęśliwych więzi;
- 3) określa główne funkcje płciowości, takie jak: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo, a także wzajemna pomoc i uzupełnianie, integralna i komplementarna współpraca płci;
- 4) rozumie, na czym polega prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa;
- 5) wyjaśnia, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację;

- | | | |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 6) charakteryzuje związek istniejący pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością; omawia problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej; 7) potrafi wymienić argumenty biomedyczne, psychologiczne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie; 8) przedstawia przyczyny, skutki i profilaktykę przedwczesnej inicjacji seksualnej; 9) zna choroby przenoszone drogą płciową; rozumie ich specyfikę, rozwój i objawy; wie, jakie są drogi przenoszenia zakażenia; zna zasady profilaktyki; 10) potrafi wymienić różnice pomiędzy edukacją a wychowaniem seksualnym; 11) potrafi scharakteryzować i ocenić różne odniesienia do seksualności: permissywne, relatywne i normatywne; 12) rozumie wartość trwałości małżeństwa dla dobrej rodziny. | <ul style="list-style-type: none"> 4) wyraża postawę szacunku i troski wobec życia i zdrowia człowieka od poczęcia do naturalnej śmierci; 5) zna fazy psychofizycznego rozwoju człowieka w okresie prenatalnym i postnatalnym; orientuje się w czynnikach wspomagających i zaburzających jego psychiczny, fizyczny, duchowy i społeczny rozwój; 6) rozumie, czym jest opieka prekonceptyjna i prenatalna uwzględniająca zdrowie ojca, matki i dziecka, formy prewencji, profilaktyki i terapii; 7) ma szacunek dla ludzkiego ciała; zna podstawy higieny; troszczy się o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną; 8) pozytywnie odnosi się do osób z niepełnosprawnością, widząc w nich wartościowych partnerów w koleżeństwie, przyjaźni, miłości i rodzinie; 9) wyraża troskę o osoby chore i umierające; zachowuje pamięć o zmarłych, współtowarzyszy bliskim w przeżywaniu żałoby. | <ul style="list-style-type: none"> 3) zna metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń; 4) przedstawia problem niepłodności; określa jej rodzaje, przyczyny, skutki; wyjaśnia na czym polega profilaktyka i leczenie; 5) definiuje pojęcie antykoncepcji i wymienia jej rodzaje, dokonuje oceny stosowania poszczególnych środków antykoncepcyjnych w aspekcie medycznym, psychologicznym, ekologicznym, ekonomicznym, społecznym i moralnym; 6) zna różnice między antykoncepcją a naturalnym planowaniem rodziny, zapłodnieniem in vitro a naprotechnologią; 7) rozumie, czym jest ciąża i poród oraz jak powinno wyglądać przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny; 8) potrafi wyjaśnić rolę i zadania szkół rodzenia oraz wartość naturalnego karmienia; 9) wie, jak istotne znaczenie, zarówno w aspekcie medycznym, psychologicznym, jak i społecznym ma gotowość członków rodziny na przyjęcie dziecka z niepełnosprawnością; 10) rozumie sytuację rodzin mających trudności z poczęciem dziecka i doświadczających śmierci dziecka przed narodzeniem; 11) wie, czym jest adopcja i rodzina zastępcza oraz jakie jest ich znaczenie dla dzieci, rodziców i społeczeństwa. |
|---|---|---|

IV. Życie jako fundamentalna wartość. Uczeń:

- 1) wyjaśnia, co to znaczy, że życie jest wartością;
- 2) rozumie, na czym polega planowanie dzieciństwa rodziny; wie, jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych;
- 3) zna zasady przygotowania kobiet i mężczyzn na poczęcie dziecka oraz rozumie,

V. Płodność. Uczeń:

- 1) wie, że płodność jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny;
- 2) potrafi przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn;

VI. Postawy. Uczeń:

- 1) potrafi wymienić i uzasadnić normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne oraz sprzeciwić się naciskom skłaniającym do ich łamania;
- 2) wie, że aktywność seksualna, jak każde zachowanie człowieka podlega odpowiedzialności moralnej;
- 3) radzi sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu;
- 4) zna i stosuje zasady savoir-vivre`u w różnych sytuacjach społecznych;
- 5) rozumie zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych; przyjmuje odpowiedzialność za manifestowane reakcje, wypowiedziane i pisane słowa;
- 6) kształtuje i wyraża postawy asertywne, gdy nie może lub nie powinien czegoś wykonać, stara się odmawiać tak, by nie ranić drugiego;
- 7) bierze udział w życiu społecznym przez: wolontariat, stowarzyszenia, grupy nieformalne i aktywność indywidualną; ujawnia wrażliwość na osoby potrzebujące pomocy i zna konkretne sposoby jej udzielania;
- 8) świadomie i odpowiedzialnie korzysta ze środków społecznego przekazu, w tym z internetu dokonując wyboru określonych treści i limitując czas im poświęcany;
- 9) jest odpowiedzialny za własny rozwój i samowychowanie.

Warunki i sposób realizacji

Do zadań szkoły w zakresie realizacji wychowania do życia w rodzinie należy w szczególności:

- 1) wspieranie wychowawczej roli rodziny;
- 2) współpraca z rodzicami w zakresie prawidłowych relacji między nimi a dzieckiem;
- 3) wskazanie norm życia społecznego, pomoc w interioryzacji i ich wspólne przestrzeganie;
- 4) pomoc we właściwym przeżywaniu okresu dojrzewania;
- 5) wzmacnianie procesu identyfikacji z własną płcią; docenianie komplementarności płciowej i współdziałania;
- 6) wspieranie rozwoju moralnego i kształtowania hierarchii wartości;
- 7) promowanie integralnej wizji seksualności człowieka; ukazanie jedności pomiędzy aktywnością seksualną, miłością i odpowiedzialnością;
- 8) wskazywanie na prawo do życia od poczęcia do naturalnej śmierci, potrzebę przygotowania do macierzyństwa i ojcostwa oraz towarzyszenia w chorobie i umieraniu;
- 9) tworzenie klimatu dla koleżeństwa, przyjaźni oraz szacunku dla człowieka;
- 10) pomoc w poszukiwaniu odpowiedzi na podstawowe pytania egzystencjalne;
- 11) informowanie o możliwościach pomocy systemem poradnictwa dla dzieci i młodzieży;

- 12) ukazywanie potrzeby odpowiedzialności w korzystaniu ze środków społecznego przekazu (w tym internetu) w zakresie doboru treści, krytycznej oceny formy przekazu oraz poświęconego czasu;
- 13) pomoc w rozpoznawaniu i rozwijaniu zdolności, w odkrywaniu możliwych dróg realizacji osobowej i zawodowej wychowanka, przygotowywanie do odpowiedzialnego pełnienia zadań na każdej z nich.

Lekcja 1 Dojrzałość, to znaczy...

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, IV, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, I.11, II.2, VI.9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ, • formułować reguły pracy na zajęciach WDŻ, • wymienić kryteria dojrzałości człowieka, • uzasadnić konieczność samowychowania. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych, • że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Czas adolescencji okresem burzliwych przemian zachodzących w organizmie młodego człowieka. 2. Celowość tych przemian a perspektywa życia człowieka dojrzałego. 3. Przygotowanie do podjęcia życiowych ról: męża, żony, ojca, matki. Udział rodziny i szkoły w tym przygotowaniu. 4. Zasady pracy na lekcjach WDŻ. 5. Kryteria dojrzałości człowieka: fizyczne, psychiczne (intelektualne, moralne, duchowe), społeczne, prawne. 6. Samowychowanie; samokształcenie, samosterowanie, samorealizacja. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana oraz emisja filmu nt. celów lekcji WDŻ. • Informacja nauczyciela nt. proponowanych sposobów gratyfikacji pracy uczniów na lekcjach WDŻ. • Rozmowa kierowana nt. zasad pracy na lekcjach WDŻ. • Wykład z prezentacją multimedialną: kryteria dojrzałości. • Debata: co to znaczy samowychowanie? • Mapa myśli: „Rzeźbienie charakteru”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Film „Po co lekcje z wychowania prorodzinnego i seksualnego?” (z serii „JA-TY-MY”). • Ćwiczenia. • Prezentacja multimedialna: kryteria dojrzałości; samowychowanie.

Lekcja 2 Dojrzewanie – rozwój fizyczny

(dla grupy dziewcząt)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.1, II.3, II.4, IV.4, IV.7</p>	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych kobiety i mężczyzny, • opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie adolescencji, • uzasadnić celowość zmian zachodzących w jej organizmie, • opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającego chłopca, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania, • celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych. 2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie pokwitania. 3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającego chłopca. 4. Indywidualne tempo rozwoju. 5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania: <ul style="list-style-type: none"> • właściwe odżywianie, • odpowiednia ilość snu, • aktywność fizyczna, • unikanie używek. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania. • Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania dziewcząt. • Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji. • Ćwiczenia: praca indywidualna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”. • Materiały dot. zdrowego żywienia. • Zeszyt ćwiczeń.

Lekcja 3 Dojrzewanie – rozwój fizyczny

(dla grupy chłopców)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.1, II.3, II.4, IV.4, IV.7</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych mężczyzny i kobiety, • opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji, • uzasadnić celowość zmian zachodzących w jego organizmie, • opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającej dziewczyny, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania, • celowość przemian zachodzących w jego organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych. 2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji, ich funkcje w perspektywie ojcostwa. 3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającej dziewczyny i ich celowość. 4. Indywidualne tempo rozwoju. 5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania: <ul style="list-style-type: none"> • właściwe odżywianie, • odpowiednia ilość snu, • aktywność fizyczna, • unikanie używek. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania. • Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania chłopców. • Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji. • Ćwiczenia: praca indywidualna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”. • Materiały dot. zdrowego żywienia. • Zeszyt ćwiczeń.

Lekcja 4 Dojrzewanie – zmiany psychiczne

(dla grupy dziewcząt)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.13, II.1, II.3, II.4, V.5, V.8, V.9</p>	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt w okresie dojrzewania, • znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji, • rozeznaczyć sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów, • podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • w sytuacji napotkanych trudności powinna zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc, • istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Problemy dziewcząt związane z psychiką: <ul style="list-style-type: none"> • labilność emocjonalna, • pragnienie akceptacji, czułości i miłości, • niezgoda na zmiany fizyczne i wygląd (anoreksja i bulimia), • eksperymentowanie z samą sobą, np. samookaleczenia, ryzykowne zachowania. 2. Ambiwalencja uczuć i postaw. 3. Krytycyzm wobec dorosłych. 4. Poszukiwanie własnej tożsamości. 5. Możliwości wsparcia i pomocy: poradnie, stowarzyszenia itp. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. cytowanych listów i postów młodzieży (internet, prasa) dot. problemów nastolatków. • Praca z filmem. • Rozmowa kierowana: labilność emocjonalna dziewcząt. • Praca w parach: sporządzenie listy podmiotów oferujących pomoc z zasobów internetowych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Listy nastolatków do czasopism lub wpisy na forach internetowych i blogach nt. ich problemów. • Film „Anoreksja i bulimia”. • Materiały prasowe nt. ryzykownych zachowań młodzieży. • Cyfrowe zasoby internetowe.

Lekcja 5 Dojrzewanie – zmiany psychiczne

(dla grupy chłopców)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.13, II.1, II.3, II.4, V.5, V.8, V.9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u chłopców w okresie dojrzewania, • znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji, • rozeznaczyć sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów, • podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • w sytuacji napotkanych trudności powinien zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc, • istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Problemy chłopców związane z psychiką: <ul style="list-style-type: none"> • zwiększona agresja, nadpobudliwość i drażliwość, • skłonność do kłótni, bójek, • chęć imponowania i dominacji w grupie rówieśników. 2. Wzrost wulgarności języka i zachowań. 3. Wzmoczone zainteresowanie sferą erotyczną (pornografia). 4. Ukierunkowanie energii: sport, realizacja pasji i zainteresowań. 5. Różne wzorce męskości (autorytet). 6. Odpowiedzialność za własny rozwój; samosterowanie i samowychowanie. 7. Poradnie, instytucje, które oferują pomoc w rozwiązywaniu problemów. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. problemów nastolatków. • Debata lub dyskusja. • Metoda sytuacyjna: praca z tekstem. • Praca z filmem. • Praca w parach: sporządzenie listy podmiotów oferujących pomoc z zasobów internetowych. 	<ul style="list-style-type: none"> • Film pt. „Przemoc” z serii „Mówię wam, nie warto”. • Materiały źródłowe dotyczące zagrożeń behawioralnych młodzieży. • Materiały prasowe nt. ryzykownych zachowań młodzieży. • Literatura popularnonaukowa. • Cyfrowe zasoby internetowe.

Lekcja 6 Przekazywanie życia

(dla grupy dziewcząt)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, III.7, IV.3, V.1,2</p>	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić funkcje współżycia seksualnego, • przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego rodzicielstwa, • uzasadnić, dlaczego powołanie do życia nowego człowieka powinno być decyzją świadomą i odpowiedzialną, • wymienić warunki, które powinny być stworzone dla mającego się narodzić dziecka, • opisać działanie gruczołów płciowych i wytwarzanych przez nie hormonów. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podejmowanie decyzji o współżyciu seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością nie tylko za siebie i drugą osobę, ale także za ewentualne poczęcie dziecka, • seksualność i intymność wymaga poważnego traktowania. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dwie funkcje (cele) współżycia seksualnego. 2. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru rodziców. 3. Powołanie do życia nowego człowieka aktem wybranym w najdogodniejszym dla niego czasie. 4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów (gamet) żeńskich i męskich w procesie zapłodnienia. 5. Rola i działanie hormonów płciowych. 6. Charakterystyka płodności kobiety (cykliczna) i mężczyzny (stała). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. funkcji współżycia seksualnego. • Praca w grupach. Mapa mentalna: „Świadoma decyzja o prokreacji to...” • Wykład z prezentacją multimedialną o roli gruczołów płciowych i działaniu hormonów. • Rozmowa dydaktyczna nt. cech płodności mężczyzny i płodności kobiety oraz uwarunkowań zdrowia prokreacyjnego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”. • Atlas anatomiczny. • Materiały do mapy mentalnej.

Lekcja 7 Przekazywanie życia

(dla grupy chłopców)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, III.7, IV.3, V.1,2</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić funkcje współżycia seksualnego, • przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego rodzicielstwa, • uzasadnić, dlaczego powołanie do życia nowego człowieka powinno być decyzją świadomą i odpowiedzialną, • wymienić warunki, które powinny być stworzone dla mającego się narodzić dziecka, • opisać działanie gruczołów płciowych i wytwarzanych przez nie hormonów. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podejmowanie decyzji o współżyciu seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością nie tylko za siebie i drugą osobę, ale także za ewentualne poczęcie dziecka. • męskość to także zdolność przewidywania skutków działań również w dziedzinie seksualnej. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dwie funkcje (cele) współżycia seksualnego. 2. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru rodziców. 3. Powołanie do życia nowego człowieka aktem wybranym w czasie dla niego najdogodniejszym. 4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów (gamet) żeńskich i męskich w procesie zapłodnienia. 5. Rola i działanie hormonów płciowych. 6. Charakterystyka płodności kobiety (cykliczna) i mężczyzny (stała). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. funkcji współżycia seksualnego. • Praca w grupach. Mapa mentalna: „Świadoma decyzja o prokreacji to...”. • Wykład z prezentacją multimedialną o roli gruczołów płciowych i działaniu hormonów. • Rozmowa dydaktyczna nt. cech płodności mężczyzny i płodności kobiety oraz warunków zdrowia prokreacyjnego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”. • Atlas anatomiczny. • Materiały do mapy mentalnej.

Lekcja 8 Męczyzna i kobieta układ rozrodczy

(dla grupy dziewcząt)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III, V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.3, III.1, V.2</p>	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> opisać przemiany w organizmie kobiety i mężczyzny, od których zależy ich płodność, rozpoznać dwie fazy cyklu owulacyjnego kobiety, wskazać w cyklu kobiety najważniejszy moment – owulację oraz wyróżnić fazę przed- i poowulacyjną, skorelować wiedzę biologiczną dotyczącą fizjologii i endokrynologii z zaobserwowanymi zmianami w jej cyklu. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> poznanie zmian, które zachodzą w jej organizmie, daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie, współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie. 	<ol style="list-style-type: none"> Budowa i działanie żeńskiego układu płciowego: <ul style="list-style-type: none"> owulacja, zmiany hormonalne w cyklu kobiety, działanie estrogenów, śluz szyjkowy, odbudowa błony śluzowej, fazy podstawowej temperatury ciała (PTC). Dwie fazy cyklu kobiecego. Budowa i działanie męskiego układu płciowego: <ul style="list-style-type: none"> działanie hormonów, wytwarzanie plemników. 	<ul style="list-style-type: none"> Wykład z prezentacją multimedialną. Rozmowa kierowana nt. możliwości dokonywania świadomych wyborów dot. prokreacji; współczesna wiedza daje możliwość rozpoznawania okresu płodnego i niepłodnego w cyklu kobiecym. Debata: TAK czy NIE dla ekologii płodności. 	<ul style="list-style-type: none"> Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”. Materiały źródłowe nt. ekologii płodności. Cyfrowe zasoby internetowe: www.oplodnosci.pl

Lekcja 9 Męczyzna i kobieta układ rozrodczy

(dla grupy chłopców)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III, V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.3, III.1, V.2</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać przemiany w organizmie mężczyzny i kobiety, od których zależy ich płodność, • przedstawić funkcjonowanie męskiego układu rozrodczego, • omówić budowę i funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego, • dokonać charakterystyki płodności mężczyzny i kobiety. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • poznanie zmian, które zachodzą w organizmie kobiety daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie, • współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budowa i działanie męskiego układu płciowego: <ul style="list-style-type: none"> • działanie hormonów, • wytwarzanie plemników. 2. Budowa i działanie żeńskiego układu płciowego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wykład z prezentacją multimedialną. • Rozmowa kierowana nt. możliwości dokonywania świadomych wyborów dot. prokreacji; współczesna wiedza daje możliwość rozpoznawania okresu płodnego i niepłodnego w cyklu kobiecym. • Debata: TAK czy NIE dla ekologii płodności. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”. • Materiały źródłowe nt. ekologii płodności. • Cyfrowe zasoby internetowe: www.oplodnosci.pl

Lekcja 10 Czas oczekiwania

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1,2, IV.1,4,5,6, V.1,2,7,8,9, VI.1</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać budowę komórki jajowej i plemnika oraz proces zapłodnienia, • przedstawić zmiany fizjologiczne w organizmie kobiety w czasie ciąży, • uzasadnić konieczność przestrzegania higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka, • omówić etapy rozwoju prenatalnego dziecka (zygota zarodek płód). <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budowa komórki jajowej i plemnika; zapłodnienie. 2. Higiena ciąży: odżywianie, sen i ćwiczenia fizyczne matki. 3. Profilaktyka prekoncepcyjna; opieka lekarska; kwas foliowy. 4. Ciąża a używki: <ul style="list-style-type: none"> • Alkoholowy Zespół Płodowy (FAS), • nikotyna, narkotyki a zdrowie dziecka. 5. Opieka ojca nad matką w ciąży i ich dzieckiem. 6. Pierwsze dziewięć miesięcy, czyli rozwój dziecka w łonie matki. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wykład z prezentacją multimedialną. • Zajęcia w grupach z materiałami źródłowymi: higiena ciąży. • Ćwiczenie: „mówiąca ściana” ciąża a używki. • Praca z filmem: rozwój prenatalny człowieka. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”. • Encyklopedia zdrowia, materiały oświatowe. • Film: „Człowiek od poczęcia” lub „Cud miłości”. • Cyfrowe zasoby internetowe.

Lekcja 11 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo

(dla grupy dziewcząt)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4, 5, 8, 9, 13, III.2, 3, 5, IV.1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, V.1, 7, 8, 9</p>	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uzasadnić, dlaczego ważny jest w okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem, • podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia, • określić, czym jest naturalny poród i wskazać jego znaczenie dla dziecka, • wymienić korzyści karmienia naturalnego zarówno dla dziecka, jak i dla matki, • wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia, • opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem, • miłość do dziecka jest bezwarunkowa. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znaczenie więzi matki z dzieckiem we wczesnym okresie życia. 2. Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról matki i ojca. 3. Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”. 4. Korzyści karmienia naturalnego. 5. Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego, do rodziny. 	<ul style="list-style-type: none"> • Praca z tekstem źródłowym. • Rozmowa kierowana nt. więzi matki z dzieckiem od najwcześniejszych chwil życia. • Analiza informacji nt. szkół rodzenia (internet, ulotki). • Wyszukiwanie w cyfrowych źródłach informacji o porodzie naturalnym. • Praca z filmem edukacyjnym o karmieniu piersią. • Analiza wypowiedzi rodziców wychowujących dzieci niepełnosprawne. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wypowiedzi (listy) matek oczekujących dziecka. • Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia i porodzie naturalnym. • Film: „Wszystko o karmieniu piersią i pielęgnacji noworodka”. • Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).

Lekcja 12 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo

(dla grupy chłopców)

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4, 5, 8, 9, 13, III.2, 3, 5, IV.1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, V.1, 7, 8, 9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić argumenty, dlaczego dla rozwijającego się w pierwszych 9 miesiącach życia dziecka ważna jest miłość i troska ojca, zarówno o dziecko, jak i o jego matkę, • podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia, • określić rolę mężczyzny przy porodzie, • opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego, • wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ojcostwo jest szczęściem, ale i trudem, czyli poważnym życiowym zadaniem. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znaczenie roli męża/ojca w opiece i trosce o rozwijające się dziecko i jego matkę. 2. Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról ojca i matki. 3. Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”. 4. Razem czy osobno, czyli TAK czy NIE dla wspólnie przeżywanego porodu. 5. Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego do rodziny. 6. Znaczenie więzi matki i ojca z dzieckiem we wczesnym okresie życia. 7. Miłość do dziecka oraz opieka nad nim wyrazem męskiej dojrzałości. 	<ul style="list-style-type: none"> • Burza mózgów nt. roli mężczyzny jako męża i ojca w sytuacji oczekiwania na dziecko. • Praca z materiałem źródłowym o roli szkół rodzenia dla przyszłych rodziców. • Rozmowa kierowana nt. naturalnego porodu. • Praca w grupach: metoda drzewa decyzyjnego – rola mężczyzny przy porodzie. • Pogadanka: rodzi się chore dziecko i... • Mapa mentalna: „Tato i szczęśliwe dziecko”. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiały oświatowe nt. psychologii prenatalnej. • Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia. • Listy ojców, którzy rodzili RAZEM. • Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).

Lekcja 13 Rozwój człowieka

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4,6,8,11, II.2,8,9, III.1,2, IV.4,5, V.9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić fazy rozwoju człowieka od narodzin do późnej starości, • omówić charakterystyczne zmiany rozwojowe w kolejnych okresach życia człowieka, • opisać czynniki wspomagające i zaburzające rozwój fizyczny, psychiczny, duchowy i społeczny człowieka, • wskazać na mocne i słabsze strony różnych okresów życia człowieka. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rozwój człowieka w okresach: noworodkowym, niemowlęcym, poniemowlęcym, przedшкоlnym, młodszym wieku szkolnym, starszym wieku szkolnym i dorosłości (wieku młodzieńczym, średnim i późnym). 2. Czynniki wspomagające i zaburzające rozwój człowieka w aspektach: fizycznym, psychicznym, duchowym i społecznym. 3. Mocne i słabe strony każdego okresu życia. 4. Wspierająca rola rodziny w rozwoju i formacji jej członków. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wykład z prezentacją multimedialną nt. rozwoju człowieka. • Rozmowa kierowana nt. charakterystycznych cech, jakie posiada człowiek i potrzebie wszechstronnego rozwoju. • Burza mózgów: czynniki wspierające i zaburzające rozwój człowieka. • Praca w grupach: mapa mentalna „Mocne i słabe strony człowieka w różnych okresach życia” (każda grupa analizuje wybrany etap życia). 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiały źródłowe nt. rozwoju człowieka. • Prezentacja multimedialna. • Materiały do mapy mentalnej. • Cyfrowe zasoby internetowe.

Lekcja 14 Komunikacja w rodzinie

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.5,6,7,11,12, II.8, IV.8, VI.3,5</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się, • omówić najważniejsze czynniki kontaktu międzyludzkiego, • określić rolę emocji i uczuć w życiu człowieka, • wymienić rodzaje uczuć, • nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać je poprzez komunikat JA, • hierarchicznie usystematyzować swoje uczucia, • rozpoznawać uczucia w przekazie werbalnym i mowy ciała. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich, • potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kontakt werbalny i niewerbalny w relacjach międzyludzkich. 2. Zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się z innymi. 3. Znaczenie rodzinnych rozmów. 4. Uczucia i ich rodzaje. 5. Komunikaty, które budują i które ranią (komunikat JA i komunikat TY). 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. kontaktów werbalnych i niewerbalnych w relacjach z najbliższymi. • Wykład z prezentacją: zasady komunikowania się. • Burza mózgów: dlaczego emocje i uczucia są potrzebne? • Scenki dramowe z komunikatem JA i TY. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiały źródłowe nt. komunikacji interpersonalnej. • Prezentacja multimedialna: zasady komunikowania się. • Polecenia do scenek dramowych.

Lekcja 15 *Savoir vivre*, czyli zasady dobrego wychowania

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.7,12, IV.4</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zdefiniować pojęcie <i>savoir vivre</i>, • wymienić sytuacje, w których stosowanie form grzecznościowych ułatwia kontakty społeczne i uwalnia od negatywnych emocji i konfliktów, • przedstawić różne postacie etykiety, • przedstawić zasady <i>savoir vivre</i> w konkretnych sytuacjach rodzinnych, towarzyskich i społecznych, • wymienić pięć zasad asertywności (sztuka dobrej odmowy), <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kompromitujące zachowania są nietaktowne i utrudniają kontakty społeczne, • przestrzeganie dobrych manier to także troska o innych, aby czuli się dobrze w naszej obecności. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Krótka historia <i>savoir vivre</i> w polskiej literaturze i kulturze. 2. Normy grzecznościowe, które ułatwiają życie rodzinne i społeczne. 3. Etykieta towarzyska, biznesu i protokół dyplomatyczny, czyli wymagane procedury zachowań w określonych sytuacjach. 4. Sytuacje życiowe, które wymagają konkretnych zachowań, np. w szkole, teatrze, kinie, podczas przyjęć rodzinnych itp. 5. Kultura a korzystanie ze środków przekazu. 6. Asertywność – sztuka dobrej odmowy. 7. Lista kompromitujących zachowań. 8. <i>Savoir vivre</i> filozofią miłości do drugiego człowieka. 	<ul style="list-style-type: none"> • Odczytanie i interpretacja wybranego utworu lub jego fragmentu z literatury polskiej nt. zasad dobrego wychowania. • Rozmowa kierowana nt. potrzeby norm grzecznościowych w życiu rodzinnym i społecznym. • Praca w grupach z tekstem źródłowym dot. etykiety w określonych sytuacjach. • Praca indywidualna: rozwiązanie testu „Dobre maniere w praktyce”. • Pogadanka: kulturalna odmowa, czyli pięć zasad asertywności. • Mówiąca ściana: „Wpadki” towarzyskie, czyli kompromitujące zachowania. • Rozmowa kierowana: <i>Savoir vivre</i> filozofią miłości do drugiego człowieka. 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiersz P. Słoty „O zachowaniu się przy stole” z XIV/XV w., fragmenty „Pana Tadeusza” A. Mickiewicza, • Teksty źródłowe nt. etykiety w różnych sytuacjach, • Test „Dobre maniere w praktyce” (ksero dla każdego ucznia), • Fragmenty książki St. Krajskiego „<i>Savoir vivre</i> jako sztuka życia. Filozofia <i>savoir vivre</i>”, Warszawa 2009

Lekcja 16 Pierwsze uczucia

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.1,4,8, III.1,3, VI.5,6,9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać emocje towarzyszące młodzieńczym zauroczeniom, • określić rolę empatii w poznawaniu siebie nawzajem, • przedstawić komunikaty niewerbalne i werbalne i ich rolę w budowaniu bliższych relacji, • wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacje umawiania się na randki. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Charakterystyka pierwszych uczuć, fascynacji, zauroczeń i emocji, które im towarzyszą. 2. Empatia i dokonywane wybory młodzieńczych związków. 3. Realistyczne i nierealistyczne oczekiwania wobec randek. 4. Nieudane randki i decyzje o rozstaniu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. młodzieńczych fascynacji. • Metoda sytuacyjna: analiza różnych historii młodzieńczych miłości na podstawie listów i wypowiedzi dziewcząt / chłopców. • Praca w grupach: ćwiczenie 5 z 25 (wybór kandydatów na randki). • Emisja filmu; dyskusja po filmie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Film „Filiżanka czekolady”, • Karty pracy do ćwiczenia 5 z 25 (dla każdego ucznia), • Listy młodzieży do redakcji czasopism lub portali internetowych nt. młodzieńczych uczuć i fascynacji.

Lekcja 17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.11, 13, II.6,7, IV.1,7, VI.6,8</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wymienić rodzaje uzależnień, • przedstawić czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom, • omówić skutki palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków i dopalaczy, • uzasadnić, że wartość życia jest najistotniejsza, • odmówić uczestnictwa w sytuacji, która prowadzi do uzależnienia. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów, • bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rodzaje uzależnień: chemiczne i behawioralne. 2. Czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom. 3. Uzależnienie od substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol, narkotyki, dopalacze). 4. Wartość życia a używki. 5. Wypracowanie postawy asertywnej. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana nt. rodzajów uzależnień. • Burza mózgów: czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom. • Prezentacja wybranego filmu z serii „Mówię wam, nie warto”. • Dyskusja po filmie. • Mapa mentalna: „Wartość życia a używki”. • Ćwiczenie: jak odmawiać? 	<ul style="list-style-type: none"> • Filmy z serii „Mówię wam, nie warto”: „Alkoholizm”, „Nikotynizm”, „Narkomania”. • Cyfrowe zasoby internetowe nt. uzależnień. • Literatura popularnonaukowa.

Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.11, 13, II.6,7, IV.1,7, VI.6,8</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wymienić rodzaje uzależnień behawioralnych, • opisać objawy uzależnienia od komputera i internetu, • wymienić sygnały ostrzegawcze uzależnienia od smartfona, • opisać, na czym polega wewnętrzny przymus robienia zakupów, • przedstawić problem samo-okaleczeń, • opisać niszczący wpływ pornografii. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uzależnienia behawioralne: internet, smartfon, zakupy, autoagresja, pornografia. 2. Sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera i internetu i ich skutki. 3. Fonoholizm sygnały ostrzegawcze. 4. Zjawisko zakupoholizmu; przyczyny; skutki. 5. Problem autoagresji. 6. Nieprawdziwy obraz ludzkiej seksualności w pornografii; jej uzależniająca wpływ na psychikę młodego człowieka. 7. Czynniki chroniące, które osłabiają skłonność do popadania w nałogi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Burza mózgów nt. skłonności młodych ludzi do popadania w nałogi. • Rozmowa kierowana: sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera, internetu, smartfona, pornografii. • Emisja filmu „Zagrożeni pornografią”. • Dyskusja po filmie. • Burza mózgów: jak wykorzystać i wzmocnić czynniki chroniące przed popadaniem w nałogi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Film „Zagrożeni pornografią”. • Cyfrowe zasoby internetowe. • Literatura popularnonaukowa.

Lekcja 19 Ludzie drogowskazy

Nowe podstawy programowe	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.10, IV.7,9</p>	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zdefiniować pojęcie autorytetu, • określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka, • wymienić cechy osobowości, które budują autorytet, • odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów, • dokonać wyboru właściwego autorytetu, • przedstawić problem upadku autorytetu. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja, • różnice między autorytetem a idolem. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definicja pojęcia „autorytet”. 2. Rola autorytetów w życiu człowieka. 3. Wartości, zachowania, postawy, cechy osobowości, które budują autorytet. 4. Autorytet a idol. 5. Problem upadku niektórych autorytetów. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowa kierowana: próba zdefiniowania pojęcia „autorytet”. • Mapa mentalna: autorytet – cechy osobowości i postaw. • Burza mózgów: autorytet a idol. • Rozmowa kierowana: dlaczego czasem autorytety upadają. 	<ul style="list-style-type: none"> • Słowniki i encyklopedie. • Cyfrowe zasoby internetowe. • Literatura popularnonaukowa.