

Tematyka zajęć WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE KLASA 5

Na podstawie Programu „Wędrując ku dorosłości” – program nauczania wdź w klasie 5, T. Król

nr	Tematyka zajęć	Cele szczegółowe
1	Gdzie dom, tam serce twoje	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić – w zarysie – zagadnienia, które będą omawiane na lekcjach WDŹ w klasie V,</li> <li>• omówić zasady pracy na lekcjach WDŹ,</li> <li>• wymienić komponenty szczęścia rodzinnego, jak: okazywanie sobie szacunku, życzliwości, uprzejmości, wdzięczności, uczynności, itp.</li> <li>• uzasadnić potrzebę włączenia się wszystkich członków rodziny w budowanie prawidłowych relacji rodzinnych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jego odpowiedzialność i działania także przyczyniają się do tworzenia dobrej atmosfery w rodzinie.</li> </ul>
2	Rodzina – moje okno na świat	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać rolę rodziny w zdobywaniu i poszerzaniu wiedzy o bliższym i dalszym otoczeniu, o świecie, o człowieku i o życiu,</li> <li>• opisać, na czym polega pomoc rodziców i dziadków w przyswajaniu norm moralnych oraz w rozwijaniu talentów i zdolności,</li> <li>• wskazać na oddziaływanie rodziców, dziadków, rodzeństwa w kształtowaniu pozytywnych postaw, np. empatii, miłości, szczerości, prawdomówności, itp.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rolę rodziców, dziadków, rodzeństwa w przyswajaniu norm moralnych i zgodnych z nimi zachowań.</li> </ul>
3	Emocje i uczucia	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dostrzec bogactwo stanów emocjonalnych i uczuciowych towarzyszących życiu człowieka,</li> <li>• określić różnice między emocjami a uczuciami,</li> <li>• nazwać różne sposoby wyrażania emocji i uczuć,</li> <li>• opisać biegunowość i stopień natężenia procesów emocjonalno-uczuciowych,</li> <li>• wymienić rodzaje uczuć,</li> <li>• określić rolę uczuć w życiu człowieka.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania samokontroli i formułowania komunikatów społecznie akceptowalnych, m.in. komunikatu „ja”.</li> </ul>
4	Porozmawiajmy	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest komunikacja</li> </ul>

		<p>międzyosobowa,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdefiniować komunikację werbalną i niewerbalną,</li> <li>• dostrzec atuty sztuki porozumiewania się w rodzinie,</li> <li>• wskazać wagę miłości, szacunku i posłuszeństwa dzieci w rodzinie,</li> <li>• określić, czym jest konflikt w rodzinie,</li> <li>• przedstawić potrzebę rozwiązywania konfliktów oraz przeproszania i przebaczenia.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• za dobrą atmosferę w rodzinie odpowiadają wszyscy jej członkowie</li> </ul>
5	Święta coraz bliżej	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić wydarzenia rodzinne i rocznice, które najczęściej świętujemy i o których trzeba pamiętać,</li> <li>• wymienić święta religijne, narodowe, regionalne,</li> <li>• opisać sposoby przygotowania się i obchodzenia świąt,</li> <li>• scharakteryzować atmosferę świąt,</li> <li>• wskazać wartości, które daje nam świętowanie.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• swoją rolę w tworzeniu atmosfery świętowania, w przygotowaniu świąt i rozwijaniu inwencji twórczej z tej okazji.</li> </ul>
6	Zaplanuj odpoczynek	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zaplanować czas na zajęcia domowe, szkolne i rekreację,</li> <li>• wskazać sposoby spędzania wolnego czasu,</li> <li>• dostrzec atuty dobrze zorganizowanego odpoczynku,</li> <li>• opisać korzyści z aktywnego odpoczynku,</li> <li>• określić wagę kontaktów człowieka z przyrodą i światem kultury,</li> <li>• uzasadnić potrzebę rozwijania swoich pasji, zainteresowań i hobby.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• umiejętność zorganizowania czasu wolnego przywraca siły, wzmacnia kontakty międzyludzkie i jest okazją do samorozwoju.</li> </ul>
7	Mądry wybór w świecie gier	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować zjawisko gier komputerowych jako popularny sposób spędzania wolnego czasu,</li> <li>• wskazać na atrakcyjność gier komputerowych dostarczających silnych emocji,</li> <li>• określić rodzaje gier komputerowych,</li> <li>• wymienić pozytywne skutki gier komputerowych,</li> <li>• omówić zagrożenia i wskazać</li> </ul>

		<p>negatywne oddziaływania gier komputerowych.</p> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• powinien ustalić racjonalne zasady korzystania z gier komputerowych.</li> </ul>
8	Uprzejmość i uczynność	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazać, na czym polega istota uprzejmości i uczynności,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego uczynność, dobroć oraz uprzejmość sprzyjają pogłębianiu relacji międzyludzkich,</li> <li>• przedstawić, dlaczego uczynność, dobroć i uprzejmość są istotne w kontaktach z osobami z niepełnosprawnością,</li> <li>• dostrzec w osobach z niepełnosprawnościami wartościowych partnerów w koleżeństwie i przyjaźni.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uczynność, uprzejmość i dobroć sprzyjają tworzeniu i pogłębianiu relacji międzyludzkich</li> </ul>
9	Poszukiwany: przyjaciel	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdefiniować pojęcie przyjaźni,</li> <li>• wskazać istotę i znaczenie przyjaźni w życiu człowieka,</li> <li>• omówić warunki przyjaźni,</li> <li>• wymienić cechy dobrego przyjaciela,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego przyjaźń sprzyja rozwijaniu zainteresowań i pasji,</li> <li>• wskazać sposoby rozwijania przyjaźni.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przyjaźń daje szansę na rozwijanie empatii, życzliwości, zaufania, szczerości – czyli może stać się szkołą charakteru.</li> </ul>
10	Moje ciało (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku,</li> <li>• uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości,</li> <li>• wymienić i omówić funkcje płciowości,</li> <li>• uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci,</li> <li>• zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.</li> </ul>
11	Moje ciało (lekcja dla grupy chłopców)	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku,</li> <li>• uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości,</li> <li>• wymienić i omówić funkcje płciowości,</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci,</li> <li>• zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany</li> </ul>
12	Dojrzewam (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję pokwitania i wiek dziewcząt, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach,</li> <li>• omówić zmiany fizyczne zachodzące w organizmie dziewczynki w tym okresie,</li> <li>• scharakteryzować proces rozwojowy cykli miesiączkowych w okresie pokwitania.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• każda dziewczynka ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.</li> </ul>
13	Dojrzewam (lekcja dla grupy chłopców)	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję pokwitania i wiek chłopców, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach,</li> <li>• omówić zmiany fizyczne chłopców charakterystyczne dla okresu pokwitania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• każdy chłopiec ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.</li> </ul>
14	Dbam o higienę (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatek,</li> <li>• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w celu ochrony zdrowia,</li> <li>• przestawić typowe problemy związane z higieną i dorastaniem,</li> <li>• wymienić podstawowe zasady higieny osobistej.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.</li> </ul>
15	Dbam o higienę (lekcja dla grupy chłopców)	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatków,</li> <li>• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia,</li> <li>• przestawić typowe problemy nurtujące chłopców w okresie dojrzewania,</li> <li>• wymienić podstawowe zasady higieny osobistej nastolatków.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.</li> </ul>
16	Zdrowy styl życia	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p>

	(lekcja dla grupy dziewcząt)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jej rozwój,</li> <li>• przedstawić zasady zdrowego odżywiania,</li> <li>• omówić dobre nawyki żywieniowe,</li> <li>• uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tryb życia nastolatki decyduje o jej zdrowiu i kondycji fizycznej.</li> </ul>
17	Zdrowy styl życia (lekcja dla grupy chłopców)	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jego rozwój,</li> <li>• przedstawić zasady zdrowego odżywiania,</li> <li>• omówić dobre nawyki żywieniowe,</li> <li>• uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tryb życia nastolatka decyduje o jego zdrowiu i kondycji fizycznej.</li> </ul>
18	Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatek,</li> <li>• wyartykułować niepokoje związane z okresem dojrzewania,</li> <li>• przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich,</li> <li>• wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.</li> </ul>
19	Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy chłopców)	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatków,</li> <li>• wskazać niepokoje, których doświadczą nastolatków,</li> <li>• przedstawić skłonność chłopców do zachowań agresywnych i walki o niezależność,</li> <li>• przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich,</li> <li>• wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.</li> </ul>