

Wychowanie do życia w rodzinie w kl. IV - VIII

I. Cele kształcenia – wymagania ogólne

Głównym celem zajęć, zgodnie z podstawą programową, jest ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka oraz pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

Wychowanie do życia w rodzinie uwzględnia czas dorastania, niepokoje i trudności pojawiające się w tym okresie rozwoju oraz sposoby radzenia sobie z nimi zarówno w aspekcie własnej osoby, w kontaktach rówieśniczych, jak i innych.

II. Wymagania szczegółowe zawarte w podstawie programowej (treści nauczania)

1. Podstawowe funkcje rodziny z podkreśleniem miejsca dziecka w rodzinie.
2. Przekaz wartości i tradycji w rodzinie, wspólne świętowanie, spędzanie wolnego czasu.
3. Więzy rodzinna, związki uczuciowe i inne relacje w rodzinie; konflikty i ich rozwiązywanie.
4. Macierzyństwo i ojcostwo; podstawowa wiedza dotycząca budowy i funkcjonowania układu rozrodczego człowieka.
5. Ciąża, rozwój płodu, poród, przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny.
6. Różnice i podobieństwa między chłopcami i dziewczętami; identyfikacja z własną płcią, akceptacja i szacunek dla ciała.
7. Zmiany fizyczne i psychiczne okresu dojrzewania; zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju.
8. Higiena okresu dojrzewania.
9. Prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa; postawy asertywne.
10. Istota koleżeństwa i przyjaźni, wzajemny szacunek, udzielanie sobie pomocy, współpraca, empatia.
11. Mass media – zasady i kryteria wyboru czasopism, książek, filmów i programów telewizyjnych.
12. Instytucje działające na rzecz dziecka i rodziny.
13. Odpowiedzialność za własny rozwój; samowychowanie.

III. Szczegółowe cele kształcenia i wychowania w poszczególnych klasach:

Wychowanie do życia w rodzinie - klasa IV

TEMATYKA:

1. Wspólnota domu, serca i myśli – funkcje rodziny
2. Witaj w domu – funkcje prokreacyjna i opiekuńcza
3. Zasady i normy – funkcje wychowawcza i socjalizacyjna
4. Miłość, która scala – funkcje psychiczno-uczuciowa i kontrolna
5. Jesteśmy razem – funkcje rekreacyjno-towarzyska, kulturowa i ekonomiczna
6. Człowiek istota płciowa
7. Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)
8. U progu dojrzewania (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)
9. Rodzi się dziecko (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)
10. Intymność (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)
11. Obrona własnej intymności (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)
12. Koleżeństwo
13. Dobre wychowanie
14. Internet świat prawdziwy czy nieprawdziwy?

Cele szczegółowe kształcenia i wychowania- wiedza, umiejętności, postawy (LEKCJE KOLEJNE)	Materiał nauczania
<p>1. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić treści, które będą przedmiotem zajęć wychowania do życia w rodzinie, • wzbudzić refleksję nt. przedstawionych celów zajęć WDŻ, • wspólnie tworzyć kontrakt dotyczący zasad pracy na lekcjach WDŻ, • nazwać podstawowe funkcje rodziny. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę zajęć prorodzinnych w nauczaniu szkolnym, • konieczność dostosowania się do wspólnie ustalonych zasad pracy na lekcjach WDŻ. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Poznajmy się. Krótka prezentacja nauczyciela i uczniów. 2. Dojrzewanie (pokwitanie) – ważny okres w życiu człowieka. 3. Udział rodziny i szkoły w przygotowaniu uczniów do podjęcia przyszłych ról życiowych.
<p>2. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnić istotę funkcji prokreacyjnej rodziny, • nazwać stopnie pokrewieństwa i wyjaśnić wielopokoleniowość rodziny, • wskazać znaczenie funkcji opiekuńczej rodziny ze szczególnym uwzględnieniem jej roli w opiece nad najsłabszymi: dziećmi i ludźmi w podeszłym wieku, • przedstawić najważniejsze potrzeby w rodzinie: miłości i akceptacji najbliższych. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę okazywania wdzięczności rodzicom za ich trud związany z opieką nad dziećmi, • rolę empatii i altruizmu wobec innych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gdy rodzina się rozrasta – funkcja prokreacyjna. <ul style="list-style-type: none"> • dziecko – owocem miłości rodziców, • potomstwo – nowi członkowie rodziny; biologiczna ciągłość; rodzina wielopokoleniowa, • rodzina – podtrzymaniem szerszych ludzkich zbiorowości, np. społeczeństw, narodu. 2. Dawanie i branie w rodzinie – wyrazem wspólnoty miłości. 3. Rola rodziny w opiece nad najmłodszymi i najstarszymi jej członkami. 4. Krótka prezentacja treści na lekcjach WDŻ. 5. Podstawowe zasady, które będą obowiązywały na zajęciach WDŻ, np.: angażuję się w zajęcia, słucham uważnie, co mówią inni, nie przerywam itp. 6. Sposoby gratyfikacji za aktywność i pracę na zajęciach WDŻ. 7. Wspólnota domu, serca i myśli, czyli o funkcjach rodziny (wprowadzenie).
<p>3. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wzbudzić refleksję nad swoim zachowaniem w rodzinie, i poza nią, • uzasadnić, dlaczego należy zachowywać się uprzejmie, taktownie wobec innych, • rozróżnić zachowania naganne od nienaganych. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę podjęcia samowychowania i samorozwoju, • satysfakcję, jakiej doznajemy podczas podejmowania właściwych decyzji i odpowiedzialnych wyborów. 	<ol style="list-style-type: none"> 3. <ol style="list-style-type: none"> 1. Funkcja wychowawcza rodziny jako wzajemne uczenie się i współtworzenie kultury bycia, uprzejmości, taktu, współodczuwania, pomocy i miłości. 2. Proces samowychowania jako: <ul style="list-style-type: none"> • refleksja o sobie i dokonywanych wyborach, • umiejętność podejmowania właściwych decyzji, • wybór wzorców (autorytetów), • umiejętność rezygnacji ze swojej wygody na rzecz bliskich osób.
<p>4. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nazwać i przedstawić istotę pojęć: wrażliwość, miłość, empatia, altruizm, • opisać przejawy troski rodzicielskiej o dzieci w realizacji funkcji kontrolnej. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • istotę samowychowania i rozwoju społecznego, • troskę rodziców o dzieci i stawianie im wymagań. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. <ol style="list-style-type: none"> 1. Różne postawy członków rodziny wobec siebie. 2. Zachowania empatyczne a obojętne. 3. Rola rodziców w wychowaniu dzieci do umiejętności współodczuwania. 4. Praca nad swoim charakterem. 5. Istotne znaczenie funkcji kontrolnej rodziny w wychowaniu dzieci.
<p>5. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uzasadnić potrzebę podtrzymywania więzi z bliższą i dalszą rodziną oraz znajomymi, • opisać sposoby spędzania czasu wolnego w rodzinie, • wymienić akcje charytatywne i sposoby działania wolontariatu. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wysiłek rodziców w zapewnieniu potrzeb bytowych rodziny, • walory czynnego odpoczynku, • potrzebę rezygnacji z postawy roszczeniowej i niektórych zachcianek. 	<ol style="list-style-type: none"> 5. <ol style="list-style-type: none"> 1. Dobrze zagospodarowany wolny czas – realizacją funkcji rekreacyjno-towarzyskiej rodziny. 2. Spotkania rodzinne w szerszym gronie – okazją do przekazywania tradycji i wzmocnienia więzi. 3. Wzajemne obdarzanie, szczególnie własnoręcznie wykonany mi upominkami – dużą satysfakcją i radością. 4. Potrzeby bytowe – funkcja ekonomiczna rodziny. 5. Umiejętność dzielenia się z innymi (akcje charytatywne, wolontariat).

<p>6. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić odrębność płci biologicznej, psychicznej i społecznej, • dostrzec i omówić zagadnienie równości płci, • przedstawić istotę uzupełniania się płci (komplementarność). <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • celowość płciowości człowieka – rodzicielstwo, • różne role mężczyzn i kobiet i ich uzupełnianie się. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Płciowość człowieka w aspekcie biologicznym, psychicznym i społecznym. 2. Rola rodziców w traktowaniu dziecka jako istoty płciowej. 3. On i ona w różnych i tożsamy rolach. 4. Komplementarność (wzajemne uzupełnianie się) płci. 5. Równoprawność i równorzędność osób.
<p>7. Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić, czym jest macierzyństwo i ojcostwo, • wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z macierzyństwem. • opisać budowę układu rozrodczego kobiety i mężczyzny, • omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającej dziewczyny i dojrzewającego chłopca. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Okres dojrzewania czasem przygotowania się organizmu kobiety i mężczyzny do podjęcia w przyszłości funkcji macierzyńskiej i ojcowskiej. 2. Budowa żeńskiego układu rozrodczego. 3. Budowa męskiego układu rozrodczego. 4. Funkcjonowanie układu rozrodczego kobiety. 5. Zapłodnienie początkiem życia nowego człowieka; warunki, jakie muszą zaistnieć, aby poczęło się dziecko.
<p>8. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić, czym jest ojcostwo i macierzyństwo, • wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z ojcostwem. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Okres dojrzewania czasem przygotowania się organizmu mężczyzny i kobiety do podjęcia w przyszłości funkcji ojcowskiej i macierzyńskiej. 2. Budowa męskiego układu rozrodczego. 3. Budowa żeńskiego układu rozrodczego.
<ul style="list-style-type: none"> • opisać budowę układu rozrodczego mężczyzny i kobiety, • omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającego chłopca i dojrzewającej dziewczyny. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Funkcjonowanie układu rozrodczego mężczyzny. 5. Zapłodnienie początkiem życia nowego człowieka; warunki, jakie muszą zaistnieć, aby poczęło się dziecko.
<p>9. Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie dziewczynki w okresie dojrzewania, • scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u chłopców, • podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania, • przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescentki, • zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania, • scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, wielkość biustu, kobiece kształty) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, • organizm każdej dziewczynki ma swój własny rytm dojrzewania, • powinna zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju. 	<ol style="list-style-type: none"> 9. 1. Wpływ hormonów na zmiany zachodzące w organizmie. 2. „Huśtawka emocjonalna”, czyli zmiany nastroju – typowe dla adolescentów. 3. Osobnicze cechy(wzrost, figura, wielkość i kształt biustu) a dziedziczenie ich porożdicach. 4. Indywidualne tempo rozwoju; pierwsze zmiany fizyczne, najczęściej między 11. a 14. rokiem życia. 5. Podstawowe informacje dotyczące dojrzewania chłopców. 6. Wpływ trybu życia nastolatki (ruch, odżywanie, sen) na jej rozwój.

<p>10. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie dojrzewania, scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u dziewczynki, podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania, przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescenta, zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania, scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, męska sylwetka) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, organizm każdego chłopca ma swój własny rytm dojrzewania, powinien zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju 	<p>10. 1. Wpływ hormonów na zmiany zachodzące w organizmie.</p> <p>2. „Huśtawka emocjonalna”, czyli zmiany nastroju typowe dla adolescentów.</p> <p>3. Osobnicze cechy (wzrost, męska sylwetka) a dziedziczenie ich po rodzicach.</p> <p>4. Indywidualne tempo rozwoju; pierwsze zmiany fizyczne, najczęściej między 12. a 14. rokiem życia.</p> <p>5. Podstawowe informacje dotyczące dojrzewania dziewcząt.</p> <p>6. Wpływ trybu życia nastolatka (ruch, odżywianie, sen) na jego rozwój.</p>
<p>11. 12. Uczennica/uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> opisać kolejne etapy rozwoju dziecka od poczęcia do narodzin, wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka, uzasadnić, dlaczego miłość matki i ojca do noworodka jest tak ważna. <p>Uczennica/uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> wartość życia ludzkiego od poczęcia, potrzebę otaczania troską i miłością matki oczekującej dziecka, gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcie brata lub siostry do rodziny. 	<p>11. 12. 1. Poczęcie – początkiem życia człowieka.</p> <p>2. Fazy rozwoju prenatalnego dziecka.</p> <p>3. Ciąża: czas trwania; higieniczny tryb życia matki; szkoła rodzenia.</p> <p>4. Poród – zadaniem dla kobiety, ale również dla mężczyzny.</p> <p>5. Karmienie naturalne dziecka.</p> <p>6. Przyjęcie dziecka do rodziny; pomoc starszego rodzeństwa.</p>
<p>13. 14. Uczennica/uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> określić, czym jest intymność, rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej, uzasadnić potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi, 	<p>13. 14. 1. Rozróżnienie kontaktów społecznych, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej.</p> <p>2. Pojęcie intymności i wstydu; wstyd jako ochrona przed uprzedmiotowieniem osoby ludzkiej.</p> <p>3. Prawo człowieka do intymności i nietykalności osobistej.</p>
<ul style="list-style-type: none"> wskazać na potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej. <p>Uczennica/uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> wartość zachowania intymności, prawo każdego człowieka do szacunku jego ciała i godności osobistej. 	<p>4. Sytuacje naturalne bliskości fizycznej, np. u lekarza.</p> <p>5. Przysyłanie nagości (uwarunkowanie klimatyczne, Dziedzictwo kulturowe).</p> <p>6. Strefa intymności barierą dla świata obcych.</p>
<p>15. 16. Uczennica/uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> wymienić sytuacje, które mogą być krępujące i które zawstydzają, określić sposoby właściwej reakcji, gdy ktoś próbuje naruszyć sferę intymności. <p>Uczennica/uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> należy natychmiast zgłaszać sytuacje, w których grozi skrzywdzenie, należy zachować czujność w kontaktach z osobami nieznanymi. 	<p>15. 16. 1. Sytuacje, które mogą naruszać naszą intymność.</p> <p>2. Sposoby możliwych zachowań, jeśli ktoś próbuje przekroczyć sferę intymności: ucieczka, brak zgody, zgłoszenie dorosłym, policji.</p> <p>3. Potrzeba dystansu wobec obcych ludzi.</p>
<p>17. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> określić, co to znaczy „być dobrym kolegą”, „dobrą koleżanką”, uzasadnić, że koleżeństwo przygotowuje do dojrzałej przyjaźni i miłości, rozeznaczyć cechy charakteryzujące różnych liderów (tych, których warto uznać za przywódców i tych, których należy unikać). <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> obawy rodziców związane z wyborem kolegów i koleżanek mają swoje uzasadnienie, w pewnych sytuacjach należy być asertywnym. 	<p>17. 1. Atuty koleżeństwa; umiejętność tworzenia relacji międzyludzkich.</p> <p>2. Istota koleżeństwa; czym jest koleżeństwo?</p> <p>3. Cechy dobrego kolegi / dobrej koleżanki.</p> <p>4. Koleżeństwo – różne oddziaływania na młodego człowieka.</p> <p>5. Lider grupy – jaki może być?; jakiego można uznać za autorytet?</p> <p>6. Asertywność; dlaczego czasem trzeba odmawiać?</p>

<p>18. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uzasadnić, dlaczego zwroty grzecznościowe (np. proszę, dziękuję, przepraszam) ułatwiają życie, • przedstawić dobre maniery w praktyce: w relacjach z najbliższymi, w domu, szkole i miejscach publicznych, • określić dobór stosownego ubioru w różnych miejscach i sytuacjach. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • znajomość zasad dobrego wychowania jest przydatna w życiu każdego, również młodego człowieka. 	<p>18. 1. Zasady dobrego wychowania, dobre maniery, <i>savoir-vivre</i> – istotnymi wartościami w procesie wychowania i bezkonfliktowego życia w społeczności ludzkiej.</p> <p>2. <i>Savoir-vivre</i> – sztuką życia w różnych sytuacjach:</p> <ul style="list-style-type: none"> • w życiu rodzinnym, • w szkole, • w miejscach publicznych, np. w środkach komunikacji, w kinie, teatrze, w sklepie. <p>3. Odpowiedni ubiór w różnych sytuacjach życiowych; umiar i schludność.</p>
<p>19. Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wymienić korzyści, które dają korzystanie z internetu, • określić różne możliwości spędzenia czasu wolnego – w świecie wirtualnym i również w rzeczywistym, • omówić zasady dobrego wychowania w internecie, • przedstawić zjawisko uzależnienia od internetu. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wartości, ale i zagrożenia, które niesie ze sobą korzystanie z internetu, • potrzeba świadomego i odpowiedzialnego korzystania ze środków społecznego przekazu. 	<p>19. 1. Internet – wynalazkiem XX wieku.</p> <p>2. Zalety internetu – korzyści w zdobywaniu wiedzy i utrzymywanie relacji międzyludzkich.</p> <p>3. Czas wolny i rozrywki w internecie i w realu. Jak wyważyć proporcje?</p> <p>4. <i>Savoir-vivre</i> w internecie.</p> <p>5. Jak nie dać się wciągnąć w sieć – czyli o niebezpieczeństwie Uzależnienia od internetu</p>

Wychowanie do życia w rodzinie - klasa V

Tematyka zajęć	Wiedza <i>Uczeń pozna:</i>	Umiejętności <i>Uczeń potrafi:</i>	Postawy <i>Uczeń uświadomi sobie:</i>	Zakładane osiągnięcia <i>Uczeń:</i>
1. O rodzinie i nie tylko, czyli tematyka naszych spotkań	- cele zajęć wychowanie do życia w rodzinie w nauczaniu szkolnym, • treści, które będą przedmiotem zajęć, • podstawowe zasady pracy obowiązujące na lekcjach WdZwR, • sposoby gratyfikacji za aktywne uczestnictwo w	-zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WdZwR, • formułować kontrakt dotyczący podstawowych zasad pracy na lekcjach • nazwać podstawowe funkcje rodziny	- potrzebę zajęć prorodzinnych w nauczaniu szkolnym, • konieczność dostosowania się do wspólnie ustalonych zasad pracy na lekcjach WdZwR.	-dowie się, że celem zajęć WdZwR jest pomoc szkoły w przygotowaniu go do dorosłego życia; zrozumienie i akceptacja przemian dojrzewania, • uwzględni wspólnie ustalone zasady, które będą obowiązywały na zajęciach, • pozna treści, jakie będą
	zajęciach, • podstawowe funkcje rodziny			przedmiotem zajęć w klasie V, a jakie w VI, • uzmysłowi sobie, że problematyka zajęć dotyczy spraw oczywistych, ale ważnych, decydujących o jego wyborach i przyszłym życiu, • dowie się, że rodzina spełnia wiele funkcji.
2. Gdy rodzina się powiększa – funkcja prokreacyjna i opiekuńcza	-istotę funkcji prokreacyjnej rodziny i jej znaczenie dla zastępowalności pokoleń, • stopnie pokrewieństwa; wielopokoleniowość rodziny, • znaczenie funkcji opiekuńczej rodziny ze szczególnym uwzględnieniem jej roli w opiece nad najmłodszy: dziećmi i ludźmi w podeszłym wieku, • najważniejsze potrzeby w rodzinie: miłości i akceptacji najbliższych.	-docenić wysiłek i starania rodziców w roli opiekunów, • docenić pracę rodziców, dziadków, rodzeństwa, • stworzyć drzewo genealogiczne swojej rodziny.	-istotę i sposób okazywania wdzięczności rodzicom za dar życia, opiekę, troskę, miłość, • potrzebę okazywania wdzięczności rodzicom za ich trud związany z opieką nad dziećmi, • rolę empatii, altruizmu wobec innych.	-uświadomi sobie istotę funkcji prokreacyjnej rodziny; jej znaczenie dla społeczeństwa i zastępowalności pokoleń, • zmobilizuje się do przyjęcia postawy osoby współodpowiedzialnej za funkcjonowanie rodziny, • zda sobie sprawę z odpowiedzialnej roli rodziców jako opiekunów, • dostrzeże troskę i miłość rodziców, • dowie się, że rodzina spełnia również funkcję opiekuńczą.

3. Nie jesteście sami – funkcja wychowawcza i psychiczno-uczuciowa rodziny	-„cegiełki” budowli zwanej domem, czyli wartości takie jak: prawdomówność, szczerść, empatia, altruizm itd., • istotę i potrzebę samowychowania, • potrzebę rodzinnej rozmowy w celu uniknięcia błędów, życiowych porażek i rozczarowań.	-wzbudzić refleksję nad swoim zachowaniem w rodzinie, i poza nią, • zachowywać się uprzejmie, taktownie wobec innych, • rozróżnić zachowania naganne od nienaganych, • rozwijać umiejętności empatii.	-rolę wartości – „cegiełek”, które tworzą budowlę zwaną domem, • potrzebę podjęcia współodczuwania, samowychowania i samorozwoju, • satysfakcję, jakiej doznajemy podczas podejmowania właściwych decyzji i odpowiedzialnych wyborów.	-zmobilizuje się do podjęcia procesu samowychowania poprzez refleksję o sobie i kształtowania umiejętności kierowania sobą, • zastanowi się, kto może być dla niego prawdziwym autorytetem • doceni rodzinę jako miejsce wzajemnej troski, współodpowiedzialności za rozwój jej członków, partnerstwa, wymiany poglądów i uczuć, poczucia bezpieczeństwa, wspólnego rozwiązywania problemów, więzi i wsparcia.
4. Domowa księgowość – funkcja ekonomiczna i rekreacyjno-towarzyska rodziny	-złożoność funkcji ekonomicznej rodziny (praca w gospodarstwie domowym, praca zarobkowa, praca opiekuńcza itp.), • potrzebę realizacji funkcji rekreacyjno-towarzyskiej i podtrzymania więzi z bliższą i dalszą rodziną.	-włączyć się w rodzinne dawanie, pomoc itp., • współuczestniczyć w dobrze zaplanowanym wypoczynku, rodzinnej rekreacji.	-potrzebę doskonalenia umiejętności wykonywania prostych czynności w gospodarstwie domowym i włączenia się w budowanie rodzinnej wspólnoty, • walory czynnego odpoczynku, • istotę rodzinnej miłości i satysfakcji z przygotowanych własnoręcznie upominków.	-zorientuje się, że dawanie może przynieść więcej radości niż branie, • uświadomi sobie potrzebę zaplanowania i zorganizowania wspólnego odpoczynku, • dowie się, że trud włożony w przygotowanie upominków, szczególnie samodzielnie wykonanych, daje dużą satysfakcję.
5. „Cześć” czy „dzień dobry”? – funkcja socjalizacyjna,	-istotę funkcji socjalizacyjnej rodziny, • zadania rodziny w zakresie funkcji kulturowej,	-rozwijać umiejętności nawiązywania relacji z szerszym kręgiem ludzi, tj.	-istotę samowychowania i rozwoju społecznego, • potrzebę	-dowie się, że rodzina spełnia również funkcję socjalizacyjną, • doceni kulturową funkcję
kulturowa oraz integracyjno-kontrolna rodziny	• przejawy rodzicielskiej troski o dzieci w realizacji funkcji integracyjno-kontrolnej.	poza rodziną, • współuczestniczyć w poznawaniu dóbr kultury narodowej, • dostrzec potrzebę uzgadniania z rodzicami sposobów spędzania czasu wolnego poza rodziną.	poznawania dorobku kulturowego małej i dużej Ojczyzny, • troska rodziców o dzieci jest wyrazem ich miłości.	rodziny w ogólnym rozwoju człowieka, • pozna potrzebę realizacji funkcji integracyjno-kontrolnej – jako przejawu rodzicielskiej troski.
6. Gdy zdarzają się problemy, gdzie szukać pomocy?	-sytuacje życiowe, które utrudniają harmonijne życie rodzinne, • nazwy instytucji, do których może się zwrócić ze swoim problemem, • numery telefonów, dzięki którym może otrzymać poradę.	-określić (nazwać) problem, który go niepokoi, • nawiązać kontakt z osobą z bliższego lub dalszego otoczenia, aby otrzymać stosowną pomoc, • znaleźć instytucje (telefony, adresy mailowe), do których może z pełnym zaufaniem zwrócić się o pomoc.	-nie ma sytuacji beznadziejnych; zawsze znajdą się ludzie dobrej woli, którzy pomogą w razie potrzeby, • nie można czuć się gorszym, mniej wartościowym człowiekiem, nawet jeśli najbliżsi sprawią zawód, • rozwiązanie wielu problemów zależy także od jego/jej inicjatywy.	-przekona się, że trudne sytuacje rodzinne są coraz powszechniejsze, a dzieci muszą umieć się w nich odnaleźć, • dowie się, w jaki sposób i u kogo można szukać pomocy, • nabierze odwagi, aby dzielić się swoimi trudnościami i problemami z osobami bliskimi lub instytucjami przyjaznymi dziecku.

7. Człowiek – istota płciowa	-odrębność płci jako zespół cech biologicznych, psychicznych i społecznych, • role płciowe i stereotypy dotyczące tych ról, • istotę komplementarności płci.	-określić odrębność biologiczną, psychiczną, społeczną kobiecości i męskości, • dostrzec stereotypy związane z płciowością człowieka.	-że niekoniecznie on i ona muszą występować w różnych rolach, • że istotne jest wzajemne uzupełnianie się płci i wymiana ról związanych z płciowością.	-dowie się, że różnice płciowe i różne role życiowe kobiety i mężczyzny są równoprawne i równorzędne oraz komplementarne. • uświadomi sobie, że wskutek zmian cywilizacyjnych podział ról na męskie i kobiece uległ przeobrażeniom.
8. U progu dojrzewania	-różne terminy określające czas między 11. a 18. rokiem życia, • rodzaje dojrzałości: biologiczną, psychiczną, społeczną.	-scharakteryzować poszczególne rodzaje dojrzałości, • dostrzec i omówić różnice natury fizycznej, psychicznej i społecznej okresu dzieciństwa, dojrzewania i dorosłości, • zrozumieć zachodzące przemiany charakterystyczne dla okresu dojrzewania.	-potrzebę pracy nad sobą, aby osiągnąć dojrzałość psychiczną i społeczną, • że rozpoczyna się w jego życiu okres świadomego dokonywania wyborów i wypracowania własnego systemu wartości.	-potrafi nazwać i scharakteryzować rodzaje dojrzewania oraz zrozumieć przejawy dojrzewania, • dostrzeże potrzebę wypracowania własnego systemu wartości, by móc dokonywać samodzielnie właściwych wyborów.
9. Burza hormonalna i huśtawka nastrojów	-przyczyny huśtawki nastrojów nastolatków, • sposoby łagodzenia młodzieńczej drażliwości, niepohamowania, czasem agresywności, • zorientuje się, że dziewczęta w nieco inny sposób manifestują swoją emocjonalność niż chłopcy.	-dostrzec biegunowość reakcji młodych ludzi, • zrozumieć, dlaczego nierzadko dochodzi do konfliktów międzypokoleniowych, • zmobilizuje się do samokontroli swoich zachowań.	-potrzebę krytycznego spojrzenia na swoje zachowanie wobec kolegów/koleżanek, rodzeństwa oraz nauczycieli i rodziców, • istotną rolę i potrzebę samoopanowania i samowychowania.	-wzbudzi refleksję o niepokojącym otoczeniu, zachowaniach nastolatków, np. bunt, drażliwość, wybuchowość, konfliktowość, • zmobilizuje się do samokontroli i pracy nad sobą, • zda sobie sprawę z tego, że problemy wieku młodzieńczego przemijają.
10. Już się	-rolę mózgu, przysadki	-przyjąć i	-niektóre cechy	-dowie się o ramach
zmieniam, staję się kobietą / zajęcia dla grupy dziewcząt/	mózgowej i hormonów w okresie dojrzewania, • istotę popędu seksualnego i jego związek w dorosłym życiu z miłością i prokreacją, • charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie dziewczynki w okresie dojrzewania, • zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u chłopców.	zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescentki, • zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania.	osobnicze (np. wzrost, wielkość biustu, kobiece kształty) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, • z rozpoczęciem miesiączkowania w jej organizmie rozpoczął się rytm dni płodnych i niepłodnych; istnieje więc (gdyby doszło do współżycia seksualnego) możliwość zajścia w ciążę.	czasowych pokwitania u dziewcząt i u chłopców. • pozna charakterystyczne zmiany, które zachodzą w organizmie nastolatki, • rozumie, że jej organizm przygotowuje się do przyszłej roli matki (fazy cyklu: płodności i niepłodności), • zda sobie sprawę z tego, że dziewczynka, która już miesiączkuje, może zajść w ciążę, gdyby doszło do współżycia seksualnego.

11. Czekają mnie zmiany, stają się mężczyzną /zajęcia dla grupy chłopców/	-rolę mózgu, przysadki mózgowej i hormonów w okresie dojrzewania, • istotę popędu seksualnego i jego związek w dorosłym życiu z miłością i prokreacją, • charakterystyczne przemiany okresu dojrzewania zachodzące w organizmie chłopca, • typowe zmiany okresu dojrzewania u dziewcząt.	-spokojnie przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescenta, • zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania.	-niektóre osobnicze cechy (np. wzrost, sylwetka) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, • wytwarzanie plemników w jądrach mężczyzny objawia się tzw. mokrymi snami, czyli zmazami nocnymi; trzeba to zjawisko zaakceptować.	-zna ramy czasowe pokwitania u chłopca i dziewczyny, • wie, jakie charakterystyczne zmiany zachodzą w tym okresie w organizmie chłopca, • rozumie, że jego organizm przygotowuje się do podjęcia przyszłej roli męża i ojca.
12. Żeński układ rozrodczy – budowa i funkcjonowanie /zajęcia dla grupy dziewcząt/	-budowę układu rozrodczego kobiety, • budowę układu rozrodczego mężczyzny, • funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającej dziewczyny, • funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającego chłopca.	-opisać budowę i funkcjonowanie układu płciowego kobiety, • opisać budowę i funkcjonowanie układu płciowego mężczyzny,	-z chwilą zapłodnienia rozpoczyna się życie nowego człowieka, • współżycie seksualne wiąże się z możliwością poczęcia dziecka.	-zdobędzie podstawową wiedzę dot. budowy i funkcjonowania układu rozrodczego kobiety i mężczyzny, • zrozumie, że jej organizm podejmuje ważną funkcję życiową związaną z podjęciem w przyszłości roli żony i matki.
13. Męski układ rozrodczy – budowa i funkcjonowanie /zajęcia dla grupy chłopców/	-budowę układu rozrodczego mężczyzny, • budowę układu rozrodczego kobiety, • funkcjonowanie układu płciowego dojrzewającego chłopca, • podstawowe informacje dot. funkcjonowania układu płciowego dziewczyny, • warunki, w których może dojść do zapłodnienia i rozwoju życia nowego człowieka (ciąża).	-opisać budowę i funkcjonowanie układu płciowego mężczyzny, • opisać budowę i funkcjonowanie układu płciowego kobiety,	-potrzebę wykształcenia odpowiedzialności za swoje zdrowie, • konieczność higienicznego trybu życia.	-zdobędzie podstawową wiedzę dot. budowy i funkcjonowania układu rozrodczego mężczyzny i kobiety, • zrozumie, że jego organizm przygotowuje się do podjęcia ważnej funkcji życiowej związanej z rolą męża i ojca.
14. Co się ze mną dzieje? Bank pytań dla dziewcząt /zajęcia dla grupy dziewcząt/	-szczegółowe informacje związane z funkcjonowaniem organizmu dojrzewającej dziewczynki, • podstawowe zasady związane z higieną dojrzewania, • sytuacje, w których powinna zgłosić się do lekarza (ginekologa),	-zadawać pytania dotyczące okresu adolescencji – zmian zachodzących w organizmie dziewcząt i chłopców, • porozmawiać z rodzicami nt. okresu pokwitania, • zadbać o właściwą higienę swojego ciała.		-wzbogaci wiedzę nt. okresu dojrzewania, • pozbędzie się niepokojów związanych ze zmianami, które już się rozpoczęły lub dopiero rozpoczną w jej organizmie, • podejmie (zainicjuje) rozmowę z rodzicami nt. okresu pokwitania i dojrzewania
	• informacje związane z funkcjonowaniem organizmu			płciowego.
15. Co się ze mną dzieje? Bank pytań dla chłopców /zajęcia dla grupy chłopców/	-szczegółowe informacje związane z funkcjonowaniem organizmu dojrzewającego chłopca, • sytuacje, w których powinien zasięgnąć porady lekarza – specjalisty, • podstawowe zasady związane z higieną swojego ciała, • informacje związane z funkcjonowaniem organizmu dojrzewającej dziewczyny.	-zadawać pytania dotyczące okresu adolescencji – zmian zachodzących w organizmie chłopców i dziewcząt, • porozmawiać z rodzicami nt. dojrzewania, • zadbać o właściwą higienę swojego ciała.	-potrzebę wykształcenia odpowiedzialności za swoje zdrowie, m.in. przez zdobycie niezbędnej wiedzy anatomiczno-fizjologicznej układu płciowego i jego funkcjonowania, • konieczność higienicznego trybu życia.	-wzbogaci wiedzę nt. okresu dojrzewania chłopców, • pozbędzie się niepokojów związanych ze zmianami, które już się rozpoczęły, lub rozpoczną w jego organizmie, • ośmieli się podejmować (inicjować) rozmowy z rodzicami nt. dojrzewania płciowego.

16. Gdy powiększy się nam rodzina (fazy rozwoju dziecka) /zajęcia dla grupy dziewcząt/	-fazy rozwoju dziecka w okresie prenatalnym, • uwarunkowania zdrowotne i higieniczne, jakich matka powinna przestrzegać w czasie ciąży, • podstawowe informacje dot. porodu i naturalnego karmienia.	-określić początek życia człowieka, • opisać rozwój dziecka od poczęcia do narodzin, • wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka.	-wartość życia ludzkiego od poczęcia, • potrzebę otaczania troską i miłością mamy oczekującej dziecka, • gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcia brata, siostry do rodziny.	-zdobędzie wiedzę o początkach życia człowieka, • zrozumie, że ciąża i poród są naturalnymi procesami w życiu kobiety, • wzbudzi szacunek dla kobiet w ciąży i swojej matki, • dowie się o istotnej roli mężczyzny na pierwszym etapie rodzicielstwa.
17. Gdy powiększy się nam rodzina... rola mężczyzny, ojca /zajęcia dla grupy chłopców/	-fazy rozwoju dziecka w okresie prenatalnym, • uwarunkowania zdrowotne i higieniczne, jakich matka powinna przestrzegać w czasie ciąży, • podstawowe informacje dotyczące porodu i naturalnego karmienia.	-określić początek życia człowieka, • opisać rozwój dziecka od poczęcia do narodzin, • wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka.	-wartość życia ludzkiego od poczęcia, • potrzebę otaczania troską i miłością mamy oczekującej dziecka, • gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcia brata, siostry do rodziny.	-zdobędzie wiedzę o początkach życia człowieka, • zrozumie, że ciąża i poród są naturalnymi procesami w życiu kobiety, • wzbudzi szacunek dla kobiet w ciąży i swojej matki, • dowie się o istotnej roli mężczyzny na pierwszym etapie rodzicielstwa.
18. Sfera intymności – sferą bezpieczeństwa /zajęcia dla grupy dziewcząt/	-pojęcie i znaczenie intymności, • prawo człowieka do intymności i nietykalności osobistej, • sytuacje, w których intymność nie jest zastrzeżona i sytuacje, w których jest zastrzeżona, • potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi.	-rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej, • uzasadnić potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej.	-wartość zachowania intymności, • istotę godności człowieka, szczególnie w sytuacjach intymnych.	-uświadomi sobie konieczność zachowania ostrożności w nawiązywaniu kontaktów z obcymi ludźmi, • powie „nie” w sytuacjach tego wymagających, • nie będzie miała oporów w zgłoszeniu dorosłym, policji itp. przypadku zaistnienia podejrzanej sytuacji.
19. Sfera intymności – sferą bezpieczeństwa /zajęcia dla grupy chłopców/	-pojęcie i znaczenie intymności, • prawo człowieka do intymności i nietykalności osobistej, • sytuacje, w których intymność nie jest zastrzeżona oraz sytuacje, w których jest zastrzeżona,	-rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej, • uzasadnić potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej.	-wartość zachowania intymności, • istotę godności człowieka, szczególnie w sytuacjach intymnych.	-uświadomi sobie konieczność zachowania ostrożności w nawiązywaniu kontaktów z obcymi ludźmi, • powie „nie” w sytuacjach tego wymagających, • nie będzie miał oporów w zgłoszeniu dorosłym, policji itp. zaistnienia podejrzanej sytuacji.
	• potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi.			sytuacji.

Wychowanie do życia w rodzinie – klasa VI

Tematyka zajęć	Wiedza <i>Uczeń pozna:</i>	Umiejętności <i>Uczeń potrafi:</i>	Postawy <i>Uczeń uświadomi sobie:</i>	Zakładane osiągnięcia <i>Uczeń:</i>
1. O budowaniu bliskich relacji w rodzinie	-tematykę i cele lekcji WdŻwR w klasie VI, • podstawowe potrzeby człowieka: fizyczne, emocjonalne, intelektualne i duchowe, • znaczenie bliskich relacji interpersonalnych, • rodzaje postaw i zachowań, • rolę uczuć w życiu człowieka.	-rozeznąć i określić sytuacje w zależności od doznawanych uczuć, • nazywać i wyrażać uczucia.	-potrzebę aktywnego uczestnictwa w zajęciach WdŻwR, • różnorodność zachowań, dzięki którym można wyrażać uczucia, • potrzebę wyrażania uczuć o pozytywnym zabarwieniu, • wagę budowania bliskich relacji w rodzinie.	-zna tematykę lekcji zajęć WdŻwR w klasie VI, • dowie się, jakie są podstawowe potrzeby człowieka, • zorientuje się, że nie ma dobrych i złych uczuć; wszystkie są potrzebne, m.in. motywują do określonych działań, • zda sobie sprawę z potrzeby wyrażania miłości, sympatii, zaufania, czy wsparcia w rodzinie.
2. Jak mówić i słuchać, czyli o komunikacji w rodzinie	-zasady dobrej i skutecznej komunikacji, • czynniki utrudniające komunikację między ludźmi, • potrzebę zrozumienia i akceptacji uczuć członków rodziny, • zasady postępowania, które są ważne w życiu każdego człowieka.	-formułować komunikat „ja”, • dopasować sposób mówienia i język do swojego rozmówcy.	-potrzebę bezpośredniego wyrażania myśli, uczuć i potrzeb, • wagę właściwej komunikacji w rodzinie, • znaczenie komunikatu „ja” i słowa „przepraszam”.	-zorientuje się, że warto znać zasady dobrej i skutecznej komunikacji międzyludzkiej, • dowie się o czynnikach sprzyjających oraz utrudniających dobrą komunikację, • zda sobie sprawę z tego, że warto znać sposoby wyciszania trudnych emocji.
3. Konflikty – jak je rozwiązywać?...	-czynniki wspierające komunikację w rodzinie, • najczęstsze przyczyny konfliktów rodzinnych, • sposoby rozwiązywania konfliktów.	-zwerbalizować normy i zasady postępowania, które odgrywają istotną rolę w relacjach międzyludzkich i uzasadnić ich znaczenie, • wymienić pięć kolejnych kroków, które ułatwiają rozwiązywanie konfliktów.	-istnienie różnych sposobów rozwiązywania konfliktów, • znaczenie gestów, mowy ciała i zwrotów, które podsycają lub wygaszają konflikty.	-uświadomi sobie, że czynniki, które powodują i potęgują sytuacje konfliktowe, to nie tylko słowa, ale również gesty i mowa ciała, • pozna zasady dobrej komunikacji w rodzinie, • dowie się, że psychologowie opracowali pięć kroków ułatwiających rozwiązywanie konfliktów, • potrafi docenić słowo „przepraszam”.
4. Czas wolny – jak go wykorzystać? Świętowanie	-sposoby spędzania wolnego czasu, • korzyści z aktywnego wypoczynku, • wydarzenia i rocznice, które są związane ze świętowaniem, • tradycje rodzinne, regionalne, narodowe.	-zaplanować aktywny wypoczynek, • zorganizować ciekawe spotkanie świąteczne.	-wypoczynek przywraca siły i jest okazją do rozwijania zainteresowań, pasji, hobby, • umiejętność zorganizowania rozrywki wzmacnia kontakty międzyludzkie i jest okazją do samorozwoju, • świętowanie i kultywowanie tradycji rodzinnych, narodowych	-dowie się, że dobrze zorganizowany czas wolny to również szansa na rozwój pasji i zainteresowań, • pozna atuty aktywnego wypoczynku, • zda sobie sprawę z tego, że świętowanie wzmacnia więzi międzyludzkie.

			i regionalnych wzbogaca człowieka i wzmacnia jego tożsamość.	
5. Czego jeszcze nie wiem, nie pamiętam... Powtórka z dojrzwania (dla grupy dziewcząt)	-szczegółowe informacje dotyczące dojrzwania płciowego, • odpowiedzi na wątpliwości dotyczące płciowości człowieka, zgłoszone w „Skrzynce pytań”.	-użyć fachowego nazewnictwa dotyczącego rozwoju układu płciowego kobiety i zmian psychofizycznych w okresie adolescencji, • zgłaszać wątpliwości związane z rozwojem dziewcząt w okresie dojrzwania.	-niewyjaśnione problemy związane z rozwojem psychofizycznym mogą budzić niepokój, rozterki itp. • o sprawach płci można i trzeba rozmawiać rzeczowo i spokojnie.	-pogłębi wiedzę dotyczącą rozwoju psychoseksualnego nastolatki, • nabierze przekonania o potrzebie szukania pozytywnych rozwiązań w sytuacji, gdy zaczynają dominować negatywne emocje, • otrzyma odpowiedzi na nurtujące ją pytania.
6. Czego jeszcze nie wiem, nie pamiętam... Powtórka z dojrzwania (dla grupy chłopców)	-szczegółowe informacje dotyczące dojrzwania płciowego, • odpowiedzi na wątpliwości zgłoszone w „Skrzynce pytań”.	-użyć fachowego nazewnictwa dotyczącego rozwoju układu płciowego mężczyzny i zmian psychofizycznych zachodzących w okresie adolescencji, • zgłaszać wątpliwości związane z rozwojem chłopców w okresie dojrzwania.	-niewyjaśnione problemy związane z rozwojem psychofizycznym mogą budzić niepokój, rozterki itp. • o sprawach płci można i trzeba rozmawiać rzeczowo i spokojnie.	-pogłębi wiedzę dotyczącą rozwoju psychoseksualnego nastolatka, • nabierze przekonania o potrzebie szukania pozytywnych rozwiązań w sytuacji, gdy zaczynają dominować negatywne emocje, • otrzyma odpowiedź na nurtujące go pytania.
7. Nastolatka przed lustrem. Uroda. Higiena. Zdrowie (dla grupy dziewcząt).	-typowe i budzące niepokój problemy okresu dorastania: łojotok i trądzik, potliwość, odkładanie się tkanki tłuszczowej, • zasady higieny osobistej, ubioru i otoczenia, • potrzeby organizmu w okresie adolescencji: aktywności fizycznej, odpowiedniej ilości snu, właściwego odżywiania itd.	-dostosować się do wymogów higieny osobistej, ubioru i otoczenia, • ocenić swój sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny, • zaplanować harmonogram dnia, w którym uwzględni podstawowe zasady higienicznego trybu życia.	-sama odpowiada za swoje zdrowie i dobre samopoczucie, • powinna zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju i niezakłóconego funkcjonowania.	-nabierze przekonania o potrzebie przestrzegania zasad higieny, szczególnie istotnej w okresie dojrzwania, • zda sobie sprawę z tego, że dobrze zaplanowany harmonogram dnia ułatwi realizację jej planów, dając również szansę na rekreację, wypoczynek, • przewiduje konsekwencje działania używek na organizm dojrzewającej dziewczyny.
8. Higiena i zdrowie nastolatka (dla grupy chłopców)	-zasady właściwego odżywiania i higienicznego trybu życia (sen, ruch), • typowe kłopoty nastolatka z cerą, potliwością, przetłuszczaniem się włosów, • zasady higieny osobistej, ubioru, otoczenia.	-ocenić swój sposób odżywiania i tryb życia według zasad higieny, • zaplanować harmonogram dnia, w którym zostaną uwzględnione podstawowe zasady higienicznego trybu życia.	-on sam odpowiada za swoje zdrowie i dobre samopoczucie, • powinien zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju i niezakłóconego funkcjonowania.	-nabierze przekonania o potrzebie przestrzegania zasad higieny, szczególnie istotnej w okresie dojrzwania, • zda sobie sprawę, że dobrze zaplanowany harmonogram dnia ułatwi realizację jego planów, dając również szansę na rekreację, wypoczynek, • przewiduje konsekwencje działania używek na organizm dojrzewającego nastolatka.
9. Jedzenie wrogiem? Nastolatka i właściwe	-zasady właściwego odżywiania i higienicznego trybu życia (sen, ruch), • skutki poważnych	-ocenić swój sposób odżywiania, • zaplanować odpowiedni (zdrowy)	-sama odpowiada za swoje zdrowie i dobre samopoczucie, • powinna zapewnić	-zda sobie sprawę z tego, że jedynie dobór odpowiedniej diety i aktywność fizyczna uchronią ją przed

odżywianie (<i>dla grupy dziewcząt</i>).	zaburzeń funkcjonowania organizmu w przypadku anoreksji i bulimii.	jadłospis.	swojemu organizmowi, szczególnie w okresie skoku pokwitaniowego, warunki do harmonijnego rozwoju, m.in. przez odpowiednio dobrane składniki pokarmowe.	otyłością, • przekona się, że głodzenie się i napadowe objadanie, czyli anoreksja i bulimia to groźne choroby.
10. Zwycięstwo czy porażka, czyli jak spożytkować młodzieńczą energię? (<i>dla grupy chłopców</i>).	-różne postawy życiowe: malkontenta i optymisty, • czynniki utrudniające rozwój młodego człowieka, • czynniki ułatwiające jego rozwój.	-ocenić siebie (cechy pozytywne i negatywne), • ocenić życiowe sytuacje utrudniające rozwój nastolatka.	-„sam jest kowalem swego losu”, czyli wybiera swoją drogę życiową, • sam musi wypracować koncepcję swojego „ja” (tożsamość), by odpowiedzialnie podejmować życiowe zadania.	-zda sobie sprawę z tego, że okres dojrzewania to czas budowania własnej tożsamości, własnego „ja”, • uświadomi sobie, że właściwy rozwój psychofizyczny może być utrudniony przez używki, uzależnienia i niekorzystny wpływ grupy rówieśniczej.
11. Obrona własnej intymności (<i>dla grupy dziewcząt</i>).	-przejawy szacunku dla ciała, • zachowania, które łamią prawo człowieka do intymności, • argumenty za poszanowaniem prawa każdego człowieka do intymności, • sytuacje, które naruszają intymność.	-dbać o swoje ciało (higiena, zdrowie, unikanie używek), • okazywać szacunek dla godności człowieka i jego intymności, • rozemnić sytuacje, w których może być naruszone prawo do intymności, • przyjąć postawę asertywną wobec próby naruszenia jej sfery intymnej.	-potrzebę natychmiastowej reakcji w sytuacji zagrożenia jej intymności, • konieczność wypracowania postawy czujności wobec dziwnych (dwuznacznych) zachowań kolegów i osób nieznanymi lub znajomych/krewnych.	-dowie się o potrzebie szacunku dla godności każdego człowieka i zachowania prawa do intymności, • zwiększy czujność na dwuznaczne i niejasne propozycje kolegów i osób dorosłych, nieznanymi, • zapamięta, w jaki sposób należy zachować się w sytuacji niebezpiecznej.
12. Obrona własnej intymności (<i>dla grupy chłopców</i>).	-przejawy szacunku dla ciała, • zachowania, które łamią prawo człowieka do intymności, • sytuacje, które naruszają intymność, • argumenty za poszanowaniem prawa każdego człowieka do intymności.	-dbać o swoje ciało (higiena, zdrowie, unikanie używek), • okazywać szacunek dla godności człowieka i jego intymności, • rozemnić sytuacje, w których może być naruszone prawo do intymności, • przyjąć postawę asertywną wobec próby naruszenia jego sfery intymnej.	-potrzebę natychmiastowej reakcji w sytuacji zagrożenia jego intymności, • konieczność wypracowania postawy czujności wobec dziwnych (dwuznacznych) zachowań osób nieznanymi lub też znajomych/krewnych.	-dowie się o potrzebie szacunku dla godności każdego człowieka i zachowania prawa do intymności, • zwiększy czujność na dwuznaczne i niejasne propozycje dorosłych, nieznanymi, • zapamięta, w jaki sposób należy zachować się w sytuacji niebezpiecznej.
13. Wśród kolegów i koleżanek	-istotę i atuty koleżeństwa, • różne rodzaje wpływów kolegów i koleżanek na rozwój osobowości młodego człowieka.	-dbać o relacje koleżeńskie, • odmawiać, gdy propozycje kolegów/koleżanek nie są zgodne z jego/jej zasadami, • ocenić, że stan zamożności nie decyduje o wartości człowieka i stosunku do innych ludzi.	-w wyborze kolegów/koleżanek trzeba działać rozsądnie i nie zgadzać się na wszystkie ich propozycje, • empatia, wrażliwość, uczynność oraz umiejętność rozmawiania i słuchania są istotne dla rozwijania więzi	-zrozumie, że satysfakcja życiowa młodego człowieka zależy również od dobrych relacji z kolegami i koleżankami, • zda sobie sprawę z tego, że są sytuacje, w których trzeba umieć być asertywnym, • zwiększy czujność w doborze kolegów i koleżanek.

			koleżeńskich.	
14. Radość z przyjaźni.	-istotę i znaczenie przyjaźni w życiu człowieka, • warunki, w jakich mogą się zrodzić i utrzymać więzi przyjaźni.	• wymienić cechy dobrego przyjaciela, • powołać się na przykłady wielkich przyjaźni z filmu i literatury.	• niezbędny jest (już w wieku młodzieńczym) rozwój życzliwości, empatii, szczerości, zaufania, prawdomówności, by umieć być przyjacielem, • przyjaźń to również możliwość wspólnego rozwijania pasji, zainteresowań, hobby.	• zda sobie sprawę z wartości przyjaźni, • zrozumie, że aby mieć przyjaciela, trzeba umieć być przyjacielem, • nabierze przekonania, że samokształcenie i samowychowanie to właściwa droga do odnalezienia przyjaźni, jej budowania i podtrzymywania.
15. Nie ma na tym świecie rzeczy doskonałych”, czyli o elektronicznych mediach...	• krótką historię mediów elektronicznych w Polsce, • zalety i korzyści, ale także zagrożenia, jakie te media niosą, • zasady, których należy przestrzegać, aby nie uzależnić się od TV, komputera i wirtualnego świata.	• omówić zalety i korzyści elektronicznych mediów, • dostrzec niebezpieczeństwo uzależnienia od TV, Internetu, komputera, telefonu komórkowego.	• korzystanie z elektronicznych mediów może stać się nałogiem, • ucieczka w wirtualny świat nie rozwiązuje problemów w realu, • ograniczenie kontaktów międzyludzkich może utrudnić realizację celów życiowych młodego człowieka.	• przedstawi zalety i korzyści mediów elektronicznych i ich wpływ na rozwój intelektualny młodego człowieka, • zauważy zagrożenia wynikające z niekontrolowanego korzystania z tych mediów, • zda sobie sprawę z potrzeby „dawkowania” czasu spędzanego przy komputerze, telewizji, z telefonem komórkowym.
16. Cyberprzemoc – jak nie zostać jej ofiarą?..	• różne możliwości groźnej manipulacji z użyciem Internetu, • sposoby unikania cyberprzemocy, • konsekwencje, jakie grożą sprawcom cyberprzemocy.	• podać przykłady nękania, straszenia, wyszydzania z użyciem mediów elektronicznych, • znaleźć pomoc w sytuacji zagrożenia cyberprzemocą.	• Internet stworzył iluzję więzi między obcymi ludźmi, • powinien zmniejszyć ryzyko bycia ofiarą przemocy przez świadomość zagrożeń i kontrolę znajomości, • akty cyberprzemocy podlegają karze.	• orientuje się, że anonimowość w Sieci rodzi bezkarność i stwarza niebezpieczne sytuacje, • pozna rodzaje cyberprzemocy, • dowie się, w jaki sposób uniknąć ryzyka stania się ofiarą cyberprzemocy.
17. Media a moje miejsce w świecie (dla grupy dziewcząt)..	• specyfikę prasy młodzieżowej adresowanej do dziewcząt, • zalety i minusy gier komputerowych, • rodzaje zagrożeń dla zdrowia osób uzależnionych od gier komputerowych.	• zauważyć banalizację rzeczywistych problemów młodzieży w czasopiśmie dla dziewcząt, • krytycznie ocenić eksponowanie (w czasopiśmie i reklamie) erotyki traktującej drugiego człowieka przedmiotowo, • sceptycznie odnieść się do korzystania z gier komputerowych, szczególnie w sytuacji wchodzenia na drogę uzależnienia.	• należy poszukiwać ambitnej prasy młodzieżowej, • przedmiotowe traktowanie drugiego człowieka w sferze erotycznej może stać się przyczyną zranień psychicznych, • świat gier komputerowych jest światem iluzji i emocji, które zabijają czas i mogą prowadzić do uzależnienia.	• przekona się, że nie wszystkie tytuły, które oferuje rynek prasowy są ambitne i wspierające rozwój młodego człowieka, • zda sobie sprawę, że media nie zastąpią rzeczywistości, choć umożliwiają jej pełniejsze poznanie, • stosuje w praktyce umiejętność dawki powiższych rozrywek.
18. Media a moje miejsce w świecie (dla grupy chłopców).	• zalety i minusy gier komputerowych oraz czasopism młodzieżowych, • rodzaje zagrożeń dla zdrowia osób uzależnionych od gier komputerowych, • zawartość (tematykę	• krytycznie odnieść się do nadmiernego korzystania z gier komputerowych, • dostrzec zagrożenia dla psychiki i zdrowia fizycznego młodego	• świat gier komputerowych jest światem iluzji i emocji, które zabijają czas i mogą prowadzić do uzależnienia,	• zda sobie sprawę z tego, że wirtualna rzeczywistość to najczęściej iluzja, wyzwalająca silne emocje; czasem uzależniająca, • zrozumie, że z szerokiej oferty gier komputerowych

	popularnych czasopism młodzieżowych).	człowieka uzależnionego od gier komputerowych, • zauważyć w czasopismach dla młodzieży banalizację rzeczywistych problemów młodzieży przy jednoczesnym ekspozycji erotyki traktującej przedmiotowo drugiego człowieka.	• gry komputerowe mogą prowadzić do wzrostu zachowań agresywnych (naśladowictwo tych zachowań), • sfera erotyki ujęta w prasie młodzieżowej traktuje niejednokrotnie drugiego człowieka w sposób przedmiotowy.	i czasopism trzeba umieć wybierać to, co przyczyni się do jego rozwoju, • stosuje w praktyce umiejętność dawki powyższych rozrywek.
19. Co się w życiu liczy? Plany małe i duże	• znaczenie świadomości życiowych celów i planów, • wzorce, jakie mogą sobie stawiać młodzi ludzie, • model przyszłej rodziny, która zaspokoi potrzeby psychicznego bezpieczeństwa, szacunku, przynależności i miłości, • różne postawy ludzi wobec majątności i ubóstwa.	• określić swoje życiowe plany bliższe i dalsze, • zwerbalizować marzenia, • nazwać wzorce i ideały, do których chce zmierzać, • rozróżnić sytuacje, w których wyzwoli altruizm i chęć pomocy innym.	• potrzebę wyznaczenia małych i dużych planów, • znaczenie motywacji i chęci działania, aby te plany zrealizować, • istotę postawy filantropa i wolontariusza (bezinteresowna pomoc potrzebującym).	• dostrzeże korzyści wyniesione z zajęć wychowania do życia w rodzinie • zastanowi się nad swoją przyszłością, planami życiowymi i potrzebą samorozwoju, • doceni tych, którzy pomagają mu wejść w dorosłe życie: rodziców, nauczycieli, przyjaciół.

Wychowanie do życia w rodzinie – klasa VII

TEMATYKA

Lekcja 1 Rozwój człowieka

Lekcja 2 Dojrzałość, to znaczy...

Lekcja 3. 4. Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)

Lekcja 5. 6. Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)

Lekcja 7 Pierwsze uczucia

Lekcja 8. 9. Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)

Lekcja 10 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy (dla grupy dziewcząt) Lekcja 11 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy (dla grupy chłopców) Lekcja 12 Czas oczekiwania

Lekcja 13. 14. Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo (dla grupy dziewcząt, dla grupy chłopców)

Lekcja 15 Komunikacja w rodzinie

Lekcja 16 Savoir vivre, czyli zasady dobrego wychowania Lekcja 17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne

Lekcja 19 Ludzie drogowscy

Trudno sprawdzić osiągnięcia ucznia, ponieważ weryfikatorem wiedzy i umiejętności uczniów będzie życie. Nauczyciel może jedynie dyskretnie monitorować rozwój ucznia poprzez rozmowy i obserwację zachowania i pracy ucznia podczas zajęć. Wszelkie niepokojące informacje, które w ten sposób pozyska powinien wykorzystać w najlepiej pojętym interesie ucznia.

Niezwykle istotnym czynnikiem jest zadbanie o dobro ucznia we wszystkich obszarach jego funkcjonowania, uwzględniając zalecenia zawarte w opiniach/orzeczeniach poradni psychologiczno – pedagogicznych (jeśli takowe uczniowie posiadają).

IV. Sposoby i zasady informowania uczniów i rodziców o postępach uczniów.

W sytuacjach wymagających kontaktu z rodzicami, psychologiem czy pedagogiem, wychowawcą, lekarzem lub policją nauczyciel zachowuje obowiązujące w szkole procedury.

