

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 4 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2017

© Copyright 2017 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

---

ISBN 978-83-65217-14-1

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

www.**KsiegarniaRubikon**.pl

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

# Spis treści

Wstęp .....	5	Lekcja 10	U progu dojrzewania (dla grupy chłopców) .....	21
WDŻ. Nowa podstawa programowa .....	8	Lekcja 11	Rodzi się dziecko (dla grupy dziewcząt) .....	22
Lekcja 1	Wspólnota domu, serca i myśli – funkcje rodziny .....	Lekcja 12	Rodzi się dziecko (dla grupy chłopców) .....	23
	12	Lekcja 13	Intymność (dla grupy dziewcząt) .....	24
Lekcja 2	Witaj w domu – funkcje prokreacyjna i opiekuńcza .....	Lekcja 14	Intymność (dla grupy chłopców) .....	25
	13	Lekcja 15	Obrona własnej intymności (dla grupy dziewcząt) .....	26
Lekcja 3	Zasady i normy – funkcje wychowawcza i socjalizacyjna .....	Lekcja 15	Obrona własnej intymności (dla grupy chłopców) .....	27
	14	Lekcja 17	Koleżeństwo .....	28
Lekcja 4	Miłość, która scala, czyli funkcje psychiczno-uczuciowa i kontrolna .....	Lekcja 18	Dobre wychowanie .....	29
	15	Lekcja 19	Internet świat prawdziwy czy nieprawdziwy? .....	30
Lekcja 5	Jesteśmy razem – funkcje rekreacyjno- -towarzyska, kulturowa i ekonomiczna .....	Ewa Kosińska, Henryk Noga. Opinie o programie .....		31
	16			
Lekcja 6	Człowiek istota płciowa .....			
	17			
Lekcja 7	Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt) .....			
	18			
Lekcja 8	Przekazywanie życia (dla grupy chłopców) .....			
	19			
Lekcja 9	U progu dojrzewania (dla grupy dziewcząt) .....			
	20			



# Wstęp

## Wprowadzenie

Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 2 czerwca 2017 roku zmieniającym rozporządzenie 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 (Dziennik Ustaw 2017, poz. 117) po raz pierwszy wychowaniem do życia w rodzinie zostali objęci uczniowie klasy IV szkoły podstawowej.

Tej zmiany od dawna oczekiwali nauczyciele tych zajęć. Zjawisko akceleracji, czyli szybszego dojrzewania młodego pokolenia wymagało dostosowania się do rzeczywistych potrzeb i oczekiwań odbiorców (uczniów). Dojrzewanie to proces, w którym wzmaga się niepokój związany z przeżywaniem zmian zarówno fizycznych, jak i tych, które dotyczą emocji, uczuć i pragnień. Aby więc skutecznie i w odpowiednim czasie pomóc młodemu pokoleniu w zrozumieniu przemian dziejących się między dzieciństwem a dorosłością, trzeba podejmować rozmowy, wyjaśniać i pomagać w samodzielnym kształtowaniu własnego życia.

Polska szkoła podjęła się tego zadania w toku realizacji lekcji wychowanie do życia w rodzinie (WDŹ).

## Zajęcia WDŻ a prawa rodziców

Wdrożenie do szkół przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie jest wynikiem delegacji Ustawy z dnia 7 stycznia 1993 r. o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (art. 4. ust. 1). W odróżnieniu od innych przedmiotów szkolnych specyfika tych zajęć polega na tym, że są one obowiązkowe dla resortu edukacji (za wprowadzenie i realizację zajęć odpowiedzialny jest dyrektor szkoły), natomiast nie są obowiązkowe dla ucznia.

Dobrowolność udziału w lekcjach wychowania do życia w rodzinie wynika z respektowania praw rodziców jako pierwszych i najważniejszych wychowawców swoich dzieci. Ten szczególny status rodziny jest konsekwencją funkcjonującego w Rzeczypospolitej Polskiej porządku konstytucyjnego. Konstytucja gwarantuje rodzicom prawo do wychowania dzieci zgodnie z własnymi przekonaniem (art. 48 ust. 1 i art. 53 ust. 3). Umocowanie pozycji rodziców uwzględniają również dokumenty międzynarodowe, m.in. art. 26. ust. 3 Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka podkreśla, że rodzice mają prawo pierwszeństwa w wyborze nauczania, które ma być dane ich dzieciom.

Powyższe uwarunkowania prawne wskazują, że nauczyciele i wychowawcy mogą i powinni jedynie wspierać rodzinę w jej zadaniach wychowawczych, również w wychowaniu seksualnym. Często bywa tak (badania to potwierdzają), że rodzice nie potrafią lub nie chcą rozmawiać z dziećmi nt. seksualności i chętnie to zadanie powierzają szkole. Nauczyciel wychowania do życia w rodzinie, działając w imieniu rodziców, towarzyszy uczniom w drodze do dorosłości. Jego rola jest nieodzowna szczególnie wtedy, gdy rodzina nie może skutecznie wychowywać sama (rodziny dysfunkcyjne, niewydolne).

Wychowanie do życia w rodzinie to zajęcia szczególne, ponieważ od nauczyciela wymaga się również spotkania z rodzicami. Za organizację tych spotkań bierze odpowiedzialność dyrektor szkoły (par. 5 ust. 1 i 2 rozporządzenia MEN w sprawie sposobu nauczania szkolnego (...) z dnia 12 sierpnia 1999 r. z późn. zm.).

Nauczyciel przedstawia rodzicom do akceptacji program nauczania, podręcznik i pomoce dydaktyczne. Jeżeli prowadzący zajęcia jest otwarty na współpracę z rodzicami w przygotowaniu uczniów do dorosłości i do podejmowania przez nich odpowiedzialnych wyborów, najczęściej zyskuje aprobatę rodziców. Cel bowiem jest wspólny: pomóc młodemu człowiekowi w harmonijnym rozwoju i przygotowaniu do uczestnictwa w rodzinie obecnej i tej, którą kiedyś założy.

## Koncepcja programu

Integralne ujęcie seksualności (na takim opiera się program) uwzględnia rozwój adolescenta zarówno w aspekcie fizycznym, jak też psychicznym, emocjonalnym, społecznym i duchowym.

Tematyka zajęć dla klasy IV wynika z wymogów podstawy programowej z dnia 14 lutego 2017 roku i dostosowana jest do możliwości percepcyjnych uczniów. Program zakłada także możliwość indywidualizacji procesu kształcenia. Dlatego w zestawie proponowanych zadań i ćwiczeń znajdują się propozycje o różnym stopniu trudności oraz bardziej i mniej czasochłonne. Obudowa programu (proponowane scenariusze zajęć, plansze, filmy czy prezentacje multimedialne) umożliwiają również realizację zajęć w szkołach specjalnych.

Większość treści wpisuje się w spiralny układ programu, co oznacza, że w starszych klasach powraca się do wcześniej poznanych zagadnień, poszerzając i uzupełniając wiedzę na dany temat.

Program realizuje treści zawarte w sześciu działach tematycznych:

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

Zgodnie z rozporządzeniem MEN część zajęć (po 5 godzin w każdej klasie) została zaplanowana z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców. Podział na grupy jedнопłciowe stwarza możliwość otwarcia się na problemy i swobodne rozmowy na tematy bardziej intymne. Propozycji tematów do realizacji w grupach nie należy jednak traktować jako obligatoryjnej. Nauczyciel, znając uczniów i ich oczekiwania, sam może zdecydować o doborze zagadnień omawianych osobno z dziewczętami i z chłopcami.

Również tylko jako propozycję do wyboru trzeba traktować rozwiązania metodyczne zawarte w „Proponowanych procedurach osiągnięcia celów”. Dość szeroka oferta ćwiczeń i warsztatów byłaby trudna do zrealizowania na jednej godzinie lekcyjnej. Dlatego nauczyciel kreator zajęć sam zdecyduje, który rodzaj technik pracy, ćwiczeń czy warsztatów bardziej mu odpowiada, i w której grupie sprawdzają się zaproponowane metody.

W ofercie technik pracy zamieszczono propozycje: pracy w małych grupach, w dwójkach lub pracę indywidualną. Różnorodność metod aktywnych wyzwala u uczniów kreatywność, zaangażowanie, komunikowanie się i współpracę.

## Kryteria oceny ucznia

Specyfika przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie polega również na tym, że zajęcia nie podlegają ocenie i nie mają wpływu na promocję ucznia do klasy programowo wyższej, ani też na ukończenie szkoły. Brak tradycyjnych metod kontroli na tych lekcjach umożliwia uczniom większą swobodę wypowiedzi i odwagę w zadawaniu pytań, zapewniając im „bezpieczną przestrzeń” w komunikacji z rówieśnikami i z osobą prowadzącą. Nie oznacza to jednak, że uczestnikom zajęć nie jest należna gratyfikacja. Nauczyciel ma możliwość wyboru pośrednich metod oceniania. Może to być: pozytywna uwaga, pochwała czy ustalone wcześniej z wychowawcą sposoby „punktowania”. Powinny one mieć wpływ na śródroczną i końcową ocenę z zachowania.

Aktywność uczniów, ich zaangażowanie, przygotowanie materiałów powinny być zauważone i docenione przez nauczyciela. Wzmacnia się tym samym motywację dzieci do uczestnictwa w zajęciach, wyrażania własnych sądów, rozwijania kompetencji.

## Środki dydaktyczne i obudowa metodyczna

Sporą liczbę zajęć zaplanowano z użyciem filmów dydaktycznych (najczęściej są to krótkie scenki). Film może być traktowany jako wprowadzenie do tematu lub ilustracja życiowej sytuacji. Powinien inspirować uczniów do rozmowy lub dyskusji, kształtować ich poglądy i postawy.

Takie było założenie twórców filmów z serii „**Rodzinne przeboje**”. W poprzednich latach były one emitowane, zgodnie z programem nauczania, na lekcjach w klasach V i VI. W roku szkolnym 2017/2018 podobne treści znalazły się w programie klasy IV, więc filmy z tej serii zostały przeniesione do tej klasy. Podręcznik i ćwiczenia dla klasy IV również bazują na tych samych treściach, niekiedy wzbogaconych lub nieco zmienionych.

Nowością będą scenariusze zajęć (z prezentacją multimedialną) dla nauczyciela WDŻ. Wszystkie materiały wzajemnie się uzupełniają.

Lekcje WDŻ często wyzwalają u uczniów szczególną ciekawość i zaangażowanie. Nie powinniśmy tego potencjału zmarnować. A więc powodzenia!

## Wychowanie do życia w rodzinie

# Nowa podstawa programowa

### 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;

- 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 dobra rodziny.

#### **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,

- 4) czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo;
- 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.

#### **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;

- 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.

## 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 system 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.

*Rozporządzenie MEN z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie nowej 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. 365*

## Lekcja 1 Wspólnota domu, serca i myśli – funkcje rodziny

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4, 8</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić treści, które będą przedmiotem zajęć wychowania do życia w rodzinie,</li> <li>• wzbudzić refleksję nt. przedstawionych celów zajęć WDŻ,</li> <li>• wspólnie tworzyć kontrakt dotyczący zasad pracy na lekcjach WDŻ,</li> <li>• nazwać podstawowe funkcje rodziny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę zajęć prorodzinnych w nauczaniu szkolnym,</li> <li>• konieczność dostosowania się do wspólnie ustalonych zasad pracy na lekcjach WDŻ.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poznajmy się. Krótka prezentacja nauczyciela i uczniów.</li> <li>2. Dojrzewanie (pokwitanie) – ważny okres w życiu człowieka.</li> <li>3. Udział rodziny i szkoły w przygotowaniu uczniów do podjęcia przyszłych ról życiowych.</li> <li>4. Krótka prezentacja treści na lekcjach WDŻ.</li> <li>5. Podstawowe zasady, które będą obowiązywały na zajęciach WDŻ, np.: angażuję się w zajęcia, słucham uważnie, co mówią inni, nie przerywam itp.</li> <li>6. Sposoby gratyfikacji za aktywność i pracę na zajęciach WDŻ.</li> <li>7. Wspólnota domu, serca i myśli, czyli o funkcjach rodziny (wprowadzenie).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poznajmy się: autoprezentacja nauczyciela; ćwiczenie integracyjne.</li> <li>• Pogadanka nt. celowości zajęć WDŻ i tematów, które będą poruszane na lekcjach.</li> <li>• Wspólne ustalenie podstawowych zasad pracy na zajęciach WDŻ (kontrakt).</li> <li>• Miniwykład nauczyciela nt. funkcji rodziny i zapowiedź tematyki najbliższych lekcji.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna: funkcje rodziny.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Słowniki, leksykony.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> </ul>

## Lekcja 2 Witaj w domu – funkcje prokreacyjna i opiekuńcza

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4,8 IV.4</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnić istotę funkcji prokreacyjnej rodziny,</li> <li>• nazwać stopnie pokrewieństwa i wyjaśnić wielopokoleniowość rodziny,</li> <li>• wskazać znaczenie funkcji opiekuńczej rodziny ze szczególnym uwzględnieniem jej roli w opiece nad najślabzszymi: dziećmi i ludźmi w podeszłym wieku,</li> <li>• przedstawić najważniejsze potrzeby w rodzinie: miłości i akceptacji najbliższych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę okazywania wdzięczności rodzicom za ich trud związany z opieką nad dziećmi,</li> <li>• rolę empatii i altruizmu wobec innych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gdy rodzina się rozrasta – funkcja prokreacyjna. <ul style="list-style-type: none"> <li>• dziecko – owocem miłości rodziców,</li> <li>• potomstwo – nowi członkowie rodziny; biologiczna ciągłość; rodzina wielopokoleniowa,</li> <li>• rodzina – podtrzymaniem szerszych ludzkich zbiorowości, np. społeczeństw, narodu.</li> </ul> </li> <li>2. Dawanie i branie w rodzinie – wyrazem wspólnoty miłości.</li> <li>3. Rola rodziny w opiece nad najmłodszymi i najstarszymi jej członkami.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Emisja filmu „Witaj w domu”.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie nt. funkcji prokreacyjnej i opiekuńczej rodziny.</li> <li>• Ćwiczenie „mówiąca ściana”.</li> <li>• Mapa mentalna: „Jak mogę włączyć się w rodzinne dawanie?”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Witaj w domu” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 3 Zasady i normy – funkcje wychowawcza i socjalizacyjna

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4, 6, 8, 9, 11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wzbudzić refleksję nad swoim zachowaniem w rodzinie, i poza nią,</li> <li>uzasadnić, dlaczego należy zachowywać się uprzejmie, taktownie wobec innych,</li> <li>rozdzielić zachowania naganne od nienaganych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>potrzebę podjęcia samowychowania i samorozwoju,</li> <li>satysfakcję, jakiej doznajemy podczas podejmowania właściwych decyzji i odpowiedzialnych wyborów.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Funkcja wychowawcza rodziny jako wzajemne uczenie się i współtworzenie kultury bycia, uprzejmości, taktu, współodczuwania, pomocy i miłości.</li> <li>Proces samowychowania jako: <ul style="list-style-type: none"> <li>refleksja o sobie i dokonywanych wyborach,</li> <li>umiejętność podejmowania właściwych decyzji,</li> <li>wybór wzorców (autorytetów),</li> <li>umiejętność rezygnacji ze swojej wygody na rzecz bliskich osób.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pogadanka: Dlaczego proces samowychowania jest trudny, aczkolwiek bardzo potrzebny?</li> <li>Zdanie niedokończone: „Wychowywać siebie, to znaczy...”</li> <li>Emisja filmu pt. „Babcia to babcia”</li> <li>Rozmowa po filmie: dlaczego wychowanie dziecka na człowieka szlachetnego nie jest łatwe?</li> <li>Debata: postawy społecznie akceptowalne (altruizm) i nieakceptowalne (egoizm).</li> <li>Kalambury: powiedzenia i przysłowia nt. pracy.</li> <li>Burza mózgów: dlaczego włączenie się w czynności i prace domowe jest istotne?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Film „Babcia to babcia” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>Rekwizyty do prezentacji kalamburów.</li> <li>Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 4 Miłość, która scala – funkcje psychiczno-uczuciowa i kontrolna

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.5, 7, 8, 9, 11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nazwać i przedstawić istotę pojęć: wrażliwość, miłość, empatia, altruizm,</li> <li>• opisać przejawy troski rodzicielskiej o dzieci w realizacji funkcji kontrolnej.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• istotę samowychowania i rozwoju społecznego,</li> <li>• troskę rodziców o dzieci i stawianie im wymagań.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Różne postawy członków rodziny wobec siebie.</li> <li>2. Zachowania empatyczne a obojętne.</li> <li>3. Rola rodziców w wychowaniu dzieci do umiejętności współodczuwania.</li> <li>4. Praca nad swoim charakterem.</li> <li>5. Istotne znaczenie funkcji kontrolnej rodziny w wychowaniu dzieci.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. rodziny, w której możemy być sobą i o wszystkim porozmawiać.</li> <li>• Burza mózgów: na czym polega miłość w rodzinie.</li> <li>• Debata o znaczeniu funkcji kontrolnej w rodzinie.</li> <li>• Praca plastyczna „Mój dom”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przykładowe scenki rodzinne.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>



## Lekcja 5 Jesteśmy razem – funkcje rekreacyjno-towarzyska, kulturowa i ekonomiczna

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.4, 6, 7, 8, 9, 10, 11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić potrzebę podtrzymywania więzi z bliższą i dalszą rodziną oraz znajomymi,</li> <li>• opisać sposoby spędzania czasu wolnego w rodzinie,</li> <li>• wymienić akcje charytatywne i sposoby działania wolontariatu.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wysiłek rodziców w zapewnieniu potrzeb bytowych rodziny,</li> <li>• walory czynnego odpoczynku,</li> <li>• potrzebę rezygnacji z postawy roszczeniowej i niektórych zachcianek.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dobrze zagospodarowany wolny czas – realizacją funkcji rekreacyjno-towarzyskiej rodziny.</li> <li>2. Spotkania rodzinne w szerszym gronie – okazją do przekazywania tradycji i wzmocnienia więzi.</li> <li>3. Wzajemne obdarzanie, szczególnie własnoręcznie wykonanymi upominkami – dużą satysfakcją i radością.</li> <li>4. Potrzeby bytowe – funkcja ekonomiczna rodziny.</li> <li>5. Umiejętność dzielenia się z innymi (akcje charytatywne, wolontariat).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mówiąca ściana nt. sposobów spędzania wolnego czasu w rodzinie.</li> <li>• Emisja filmu „Tak, zaoszczędziłem!”</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Ćwiczenie: „Planowanie, planowanie”.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. akcji charytatywnych i wolontariatu.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film pt. „Tak, zaoszczędziłem!” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>



## Lekcja 6 Człowiek istota płciowa

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II 3, 4, 5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>określić odrębność płci biologicznej, psychicznej i społecznej,</li> <li>dostrzec i omówić zagrożenie równości płci,</li> <li>przedstawić istotę uzupełniania się płci (komplementarność).</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>celowość płciowości człowieka – rodzicielstwo,</li> <li>różne role mężczyzn i kobiet i ich uzupełnianie się.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Płciowość człowieka w aspekcie biologicznym, psychicznym i społecznym.</li> <li>Rola rodziców w traktowaniu dziecka jako istoty płciowej.</li> <li>On i ona w różnych i tożsamyh rolach.</li> <li>Komplementarność (wzajemne uzupełnianie się) płci.</li> <li>Równoprawność i równorzędność osób.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Miniwykład nauczyciela o istotnym okresie adolescencji w budowaniu dojrzałości i tożsamości płciowej.</li> <li>Burza mózgów: jak język, kultura i tradycja odróżniają świat męski i kobiecy.</li> <li>Emisja filmu „Przecież jesteś dziewczyną!”.</li> <li>Rozmowa po filmie.</li> <li>Pogadanka: jak dziś postrzegane są role kobiece i męskie oraz jakim ulegają przeobrażeniom.</li> <li>Ćwiczenie: „aby w domu było lepiej”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Film „Przecież jesteś dziewczyną!” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> </ul>

## Lekcja 7 Przekazywanie życia

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	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, 3</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest macierzyństwo i ojcostwo,</li> <li>• wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z macierzyństwem.</li> <li>• opisać budowę układu rozrodczego kobiety i mężczyzny,</li> <li>• omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającej dziewczyny i dojrzewającego chłopca.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Okres dojrzewania czasem przygotowania się organizmu kobiety i mężczyzny do podjęcia w przyszłości funkcji macierzyńskiej i ojcowskiej.</li> <li>2. Budowa żeńskiego układu rozrodczego.</li> <li>3. Budowa męskiego układu rozrodczego.</li> <li>4. Funkcjonowanie układu rozrodczego kobiety.</li> <li>5. Zapłodnienie początkiem życia nowego człowieka; warunki, jakie muszą zaistnieć, aby poczęło się dziecko.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. przygotowania się układu rozrodczego adolescentów do podjęcia przyszłych ról matki i ojca.</li> <li>• Emisja filmu pt. „To ze mną też tak będzie?”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Wykład zobrazowany planszami „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” lub prezentacją multimedialną „Twoja i moja historia”: budowa i funkcjonowanie układu płciowego kobiety i mężczyzny.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film pt. „To ze mną też tak będzie?” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Plansze „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna „Twoja i moja historia”.</li> </ul>

## Lekcja 8 Przekazywanie życia (dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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, 3</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest ojcostwo i macierzyństwo,</li> <li>• wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z ojcostwem.</li> <li>• opisać budowę układu rozrodczego mężczyzny i kobiety,</li> <li>• omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającego chłopca i dojrzewającej dziewczyny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Okres dojrzewania czasem przygotowania się organizmu mężczyzny i kobiety do podjęcia w przyszłości funkcji ojcowskiej i macierzyńskiej.</li> <li>2. Budowa męskiego układu rozrodczego.</li> <li>3. Budowa żeńskiego układu rozrodczego.</li> <li>4. Funkcjonowanie układu rozrodczego mężczyzny.</li> <li>5. Zapłodnienie początkiem życia nowego człowieka; warunki, jakie muszą zaistnieć, aby poczęło się dziecko.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. przygotowania się układu rozrodczego adolescentów do podjęcia przyszłych ról ojca i matki.</li> <li>• Emisja filmu pt. „To ze mną też tak będzie?”</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Wykład zobrazowany planszami „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” lub prezentacją multimedialną: budowa i funkcjonowanie układu płciowego kobiety i mężczyzny.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film pt. „To ze mną też tak będzie?” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Plansze „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna</li> </ul>

## Lekcja 9 U progu dojrzewania

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	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, 3, 4, 7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie dziewczynki w okresie dojrzewania,</li> <li>• scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u chłopców,</li> <li>• podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania,</li> <li>• przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescentki,</li> <li>• zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania,</li> <li>• scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, wielkość biustu, kobiece kształty) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje,</li> <li>• organizm każdej dziewczynki ma swój własny rytm dojrzewania,</li> <li>• powinna zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wpływ hormonów na zmiany zachodzące w organizmie.</li> <li>2. „Huśtawka emocjonalna”, czyli zmiany nastroju – typowe dla adolescentów.</li> <li>3. Osobnicze cechy (wzrost, figura, wielkość i kształt biustu) a dziedziczenie ich po rodzicach.</li> <li>4. Indywidualne tempo rozwoju; pierwsze zmiany fizyczne, najczęściej między 11. a 14. rokiem życia.</li> <li>5. Podstawowe informacje dotyczące dojrzewania chłopców.</li> <li>6. Wpływ trybu życia nastolatki (ruch, odżywianie, sen) na jej rozwój.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład nauczyciela nt. burzy hormonalnej w okresie pokwitania i pierwszych objawów dojrzewania u dziewczynki.</li> <li>• Projekcja filmu „Nie wiem, co myśleć?”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną lub planszami nt. przemian fizjologicznych zachodzących w organizmie dziewczynki.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film: „Nie wiem, co myśleć?” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Plansze „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> </ul>

## Lekcja 10 U progu dojrzewania (dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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, 3, 4, 7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie dojrzewania,</li> <li>• scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u dziewczynki,</li> <li>• podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania,</li> <li>• przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescenta,</li> <li>• zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania,</li> <li>• scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, męska sylwetka) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje,</li> <li>• organizm każdego chłopca ma swój własny rytm dojrzewania,</li> <li>• powinien zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wpływ hormonów na zmiany zachodzące w organizmie.</li> <li>2. „Huśtawka emocjonalna”, czyli zmiany nastroju typowe dla adolescentów.</li> <li>3. Osobnicze cechy (wzrost, męska sylwetka) a dziedziczenie ich po rodzicach.</li> <li>4. Indywidualne tempo rozwoju; pierwsze zmiany fizyczne, najczęściej między 12. a 14. rokiem życia.</li> <li>5. Podstawowe informacje dotyczące dojrzewania dziewcząt.</li> <li>6. Wpływ trybu życia nastolatka (ruch, odżywianie, sen) na jego rozwój.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład nauczyciela nt. burzy hormonalnej w okresie pokwitania i pierwszych objawów dojrzewania u chłopca.</li> <li>• Projekcja filmu: „Nie wiem, co myśleć?”</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną nt. przemian fizjologicznych zachodzących w organizmie chłopca.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film: „Nie wiem, co myśleć?” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> </ul>

## Lekcja 11 Rodzi się dziecko

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, 6, 8 II.9 V.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• krótko scharakteryzować okres ciąży,</li> <li>• opisać kolejne etapy rozwoju dziecka od poczęcia do narodzin,</li> <li>• wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego miłość matki i ojca do noworodka jest tak ważna.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartość życia ludzkiego od poczęcia,</li> <li>• potrzebę otaczania troską i miłością matki oczekującej dziecka,</li> <li>• gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcie brata lub siostry do rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poczęcie – początkiem życia człowieka.</li> <li>2. Fazy rozwoju prenatalnego dziecka.</li> <li>3. Ciąża: czas trwania; higieniczny tryb życia matki; szkoła rodzenia.</li> <li>4. Poród – zadaniem dla kobiety, ale również dla mężczyzny.</li> <li>5. Karmienie naturalne dziecka.</li> <li>6. Przyjęcie dziecka do rodziny; pomoc starszego rodzeństwa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją „Twoja i moja historia” nt. poczęcia i początków rozwoju życia człowieka.</li> <li>• Emisja fragmentów filmu „Cud miłości” lub „Od poczęcia dziecko” – fazy rozwoju prenatalnego.</li> <li>• Ćwiczenie utrwalające wiedzę o rozwoju dziecka w łonie matki.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. ciąży i higienicznego trybu życia matki.</li> <li>• Miniwykład nt. porodu.</li> <li>• Pogadanka: dlaczego karmienie naturalne jest tak ważne?</li> <li>• Ćwiczenie: „Gdy powiększa się rodzina”.</li> <li>• „Burza mózgów”: Jak można pomóc rodzicom w opiece nad młodszym rodzeństwem?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna: „Twoja i moja historia”.</li> <li>• Film (fragmenty) o rozwoju dziecka w okresie prenatalnym, np. „Cud miłości” lub „Od poczęcia – dziecko”.</li> <li>• Model 10-tygodniowego dziecka.</li> <li>• Plansze: „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> </ul>

## Lekcja 12 Rodzi się dziecko

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, 6, 8 II.9 V.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• krótko scharakteryzować okres ciąży,</li> <li>• opisać kolejne etapy rozwoju dziecka od poczęcia do narodzin,</li> <li>• wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego miłość matki i ojca do noworodka jest tak ważna.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartość życia ludzkiego od poczęcia,</li> <li>• potrzebę otaczania troską i miłością matki oczekującej dziecka,</li> <li>• gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcie brata lub siostry do rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poczęcie – początkiem życia człowieka.</li> <li>2. Fazy rozwoju prenatalnego dziecka.</li> <li>3. Ciąża: czas trwania; higieniczny tryb życia matki; szkoła rodzenia.</li> <li>4. Poród – zadaniem dla kobiety, ale również dla mężczyzny.</li> <li>5. Karmienie naturalne dziecka.</li> <li>6. Przyjęcie dziecka do rodziny; pomoc starszego rodzeństwa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją „Twoja i moja historia” nt. poczęcia i początków rozwoju życia człowieka.</li> <li>• Emisja fragmentów filmu „Cud miłości” lub „Od poczęcia dziecko” – fazy rozwoju prenatalnego.</li> <li>• Ćwiczenie utrwalające wiedzę o rozwoju dziecka w łonie matki.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. ciąży i higienicznego trybu życia matki.</li> <li>• Miniwykład nt. porodu.</li> <li>• Pogadanka – dlaczego karmienie naturalne jest tak ważne?</li> <li>• Ćwiczenie: „Gdy powiększa się rodzina”.</li> <li>• „Burza mózgów” – Jak można pomóc rodzicom w opiece nad młodszym rodzeństwem?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna: „Twoja i moja historia”.</li> <li>• Film (fragmenty) o rozwoju dziecka w okresie prenatalnym, np. „Cud miłości” lub „Od poczęcia dziecko”.</li> <li>• Model 10-tygodniowego dziecka.</li> <li>• Plansze: „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”.</li> </ul>

## Lekcja 13 Intymność

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest intymność,</li> <li>• rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej,</li> <li>• uzasadnić potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi,</li> <li>• wskazać na potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartość zachowania intymności,</li> <li>• prawo każdego człowieka do szacunku jego ciała i godności osobistej.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozróżnienie kontaktów społecznych, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej.</li> <li>2. Pojęcie intymności i wstydu; wstyd jako ochrona przed uprzedmiotowieniem osoby ludzkiej.</li> <li>3. Prawo człowieka do intymności i nietykalności osobistej.</li> <li>4. Sytuacje naturalne bliskości fizycznej, np. u lekarza.</li> <li>5. Przysyłanie nagości (uwarunkowanie klimatyczne, dziedzictwo kulturowe).</li> <li>6. Strefa intymności barierą dla świata obcych.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Drama: Moje granice.</li> <li>• Pogadanka lub miniwykład nt. rozróżnienia kontaktów społecznych o różnym stopniu bliskości fizycznej, np. w rodzinie, w małżeństwie (absorpcja wstydu przez miłość).</li> <li>• Ćwiczenie: „Kto bliższy sercu?”</li> <li>• Miniwykład nt. nagości w sytuacjach naturalnych: zabiegi higieniczne, kontakty ze służbą zdrowia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>



## Lekcja 14 Intymność

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest intymność,</li> <li>• rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej,</li> <li>• uzasadnić potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi,</li> <li>• wskazać na potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartość zachowania intymności,</li> <li>• prawo każdego człowieka do szacunku jego ciała i godności osobistej.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozróżnienie kontaktów społecznych, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej.</li> <li>2. Pojęcie intymności i wstydu; wstyd jako ochrona przed uprzedmiotowieniem osoby ludzkiej.</li> <li>3. Prawo człowieka do intymności i nietykalności osobistej.</li> <li>4. Sytuacje naturalne bliskości fizycznej, np. u lekarza.</li> <li>5. Przysłanianie nagości (uwarunkowanie klimatyczne, dziedzictwo kulturowe).</li> <li>6. Strefa intymności – barierą dla świata obcych.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Drama: Moje granice.</li> <li>• Pogadanka lub miniwykład nt. rozróżnienia kontaktów społecznych o różnym stopniu bliskości fizycznej, np. w rodzinie, w małżeństwie (absorpcja wstydu przez miłość).</li> <li>• Ćwiczenie „Kto bliższy sercu?”</li> <li>• Miniwykład nt. nagości w sytuacjach naturalnych: zabiegi higieniczne, kontakty ze służbą zdrowia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 15 Obrona własnej intymności

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienić sytuacje, które mogą być krępujące i które zawstydzają,</li> <li>określić sposoby właściwej reakcji, gdy ktoś próbuje naruszyć sferę intymności.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>należy natychmiast zgłaszać sytuacje, w których grozi skrzywdzenie,</li> <li>należy zachować czujność w kontaktach z osobami nieznanymi.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Sytuacje, które mogą naruszać naszą intymność.</li> <li>Sposoby możliwych zachowań, jeśli ktoś próbuje przekroczyć sferę intymności: ucieczka, brak zgody, zgłoszenie dorosłym, policji.</li> <li>Potrzeba dystansu wobec obcych ludzi.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rozmowa kierowana nt. różnych sytuacji, w których łamane jest prawo intymności i o potrzebie zachowania dystansu wobec obcych ludzi.</li> <li>Ćwiczenie: „Prawo człowieka do godności i intymności”.</li> <li>Praca w grupach ćwiczenie asertywności: co powiem, jak się zachowam, gdy np. ktoś obcy zaprasza mnie do swojego domu; chce ofiarować upominek; proponuje przejażdżkę samochodem itp.</li> <li>Miniwykład: sytuacje i miejsca niebezpieczne; jak ich unikać.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 16 Obrona własnej intymności

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić sytuacje, które mogą być krępujące i które zawstydzają,</li> <li>• określić sposoby właściwej reakcji, gdy ktoś próbuje naruszyć sferę intymności.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• należy natychmiast zgłaszać sytuacje, w których grozi skrzywdzenie,</li> <li>• zachować czujność w kontaktach z osobami nieznanymi.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sytuacje, które mogą naruszać naszą intymność.</li> <li>2. Sposoby możliwych zachowań, jeśli ktoś próbuje przekroczyć sferę intymności: ucieczka, brak zgody, zgłoszenie dorosłym, policji.</li> <li>3. Potrzeba dystansu wobec obcych ludzi.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana nt. różnych sytuacji, w których łamane jest prawo intymności i o potrzebie zachowania dystansu wobec obcych ludzi.</li> <li>• Ćwiczenie: „Prawo człowieka do godności i intymności”.</li> <li>• Praca w grupach –ćwiczenie asertywności: co powiem, jak się zachowam, gdy np. ktoś obcy zaprasza mnie do swojego domu; chce ofiarować upominek; proponuje przejażdżkę samochodem itp.</li> <li>• Miniwykład: sytuacje i miejsca niebezpieczne; jak ich unikać.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 17 Koleżeństwo

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8</p> <p>VI.3, 6, 7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, co to znaczy „być dobrym kolegą”, „dobrą koleżanką”,</li> <li>• uzasadnić, że koleżeństwo przygotowuje do dojrzałej przyjaźni i miłości,</li> <li>• rozeznaczyć cechy charakteryzujące różnych liderów (tych, których warto uznać za przywódców i tych, których należy unikać).</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• obawy rodziców związane z wyborem kolegów i koleżanek mają swoje uzasadnienie,</li> <li>• w pewnych sytuacjach należy być asertywnym.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atuty koleżeństwa; umiejętność tworzenia relacji międzyludzkich.</li> <li>2. Istota koleżeństwa; czym jest koleżeństwo?</li> <li>3. Cechy dobrego kolegi / dobrej koleżanki.</li> <li>4. Koleżeństwo – różne oddziaływania na młodego człowieka.</li> <li>5. Lider grupy – jaki może być?; jakiego można uznać za autorytet?</li> <li>6. Asertywność; dlaczego czasem trzeba odmawiać?</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. istoty koleżeństwa.</li> <li>• Emisja filmu „Co kolega może? Co kolega powinien?”.</li> <li>• Rozmowa po filmie: „O co trzeba się starać, aby być dobrym i lubianym kolegą / koleżanką?”</li> <li>• Miniwykład nauczyciela nt. znaczenia koleżeństwa w przygotowaniu do dojrzałej przyjaźni i miłości.</li> <li>• Pogadanka nt. różnych liderów grup.</li> <li>• Drama: uczyliśmy się odmawiać z szacunkiem.</li> <li>• Ćwiczenie: Jak pozostać sobą.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Co kolega może? Co kolega powinien?” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Scenki do dramy.</li> </ul>

## Lekcja 18    Dobre wychowanie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II.</p> <p>Wymagania szczegółowe I.7, 12 VI.4</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego zwroty grzecznościowe (np. proszę, dziękuję, przepraszam) ułatwiają życie,</li> <li>• przedstawić dobre maniere w praktyce: w relacjach z najbliższymi, w domu, szkole i miejscach publicznych,</li> <li>• określić dobór stosownego ubioru w różnych miejscach i sytuacjach.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• znajomość zasad dobrego wychowania jest przydatna w życiu każdego, również młodego człowieka.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zasady dobrego wychowania, dobre maniere, <i>savoir-vivre</i> – istotnymi wartościami w procesie wychowania i bezkonfliktowego życia w społeczności ludzkiej.</li> <li>2. <i>Savoir-vivre</i> – sztuką życia w różnych sytuacjach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• w życiu rodzinnym,</li> <li>• w szkole,</li> <li>• w miejscach publicznych, np. w środkach komunikacji, w kinie, teatrze, w sklepie.</li> </ul> </li> <li>3. Odpowiedni ubiór w różnych sytuacjach życiowych; umiar i schludność.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka wprowadzająca nt. dobrych manier.</li> <li>• Wykład nauczyciela o zasadach zachowania się w różnych sytuacjach życiowych.</li> <li>• Drama – scenki z niestosownymi i stosownymi zachowaniami w miejscach publicznych i w domu.</li> <li>• Emisja filmu „Wstęp tylko w strojach wieczorowych”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Debata nt. ubioru uczniów. Stosowne i niestosowne ubranie w konkretnych sytuacjach.</li> <li>• Ćwiczenie – praca w grupach: „Katalog dobrych manier”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Wstęp tylko w strojach wieczorowych” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Poradniki, materiały źródłowe dot. <i>savoir-vivre’u</i>.</li> </ul>

## Lekcja 19 Internet świat prawdziwy czy nieprawdziwy?

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VII.</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.8, 9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić korzyści, które daje korzystanie z internetu,</li> <li>• określić różne możliwości spędzenia czasu wolnego – w świecie wirtualnym i również w rzeczywistym,</li> <li>• omówić zasady dobrego wychowania w internecie,</li> <li>• przedstawić zjawisko uzależnienia od internetu.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartości, ale i zagrożenia, które niesie ze sobą korzystanie z internetu,</li> <li>• potrzeba świadomego i odpowiedzialnego korzystania ze środków społecznego przekazu.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Internet – wynalazkiem XX wieku.</li> <li>2. Zalety internetu – korzyści w zdobywaniu wiedzy i utrzymywanie relacji międzyludzkich.</li> <li>3. Czas wolny i rozrywki w internecie i w realu. Jak wyważyć proporcje?</li> <li>4. <i>Savoir-vivre</i> w internecie.</li> <li>5. Jak nie dać się wciągnąć w sieć – czyli o niebezpieczeństwie uzależnienia od internetu.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. historii mediów elektronicznych oraz korzyści, jakie niosą.</li> <li>• Zapowiedź i emisja filmu „Spotkamy się w realu”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Ćwiczenie: „Internet – dobrodziejstwo i zagrożenie”.</li> <li>• Praca w grupach – „drzewo decyzyjne”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Spotkamy się w realu” (z serii „Rodzinne przeboje”).</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla kl. IV.</li> <li>• Karty pracy „drzewo decyzyjne”.</li> </ul>

Ewa Kosińska

# OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

autorstwa Teresy Król: „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 4 szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017.

## Cele kształcenia :

Zajęcia dla uczniów klasy 4 stawiają sobie za cel realizowanie zagadnień z zakresu życia seksualnego człowieka oraz przekazania wiedzy o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa. Cele te są zgodne z rozporządzeniem MEN z dnia z dnia 14 lutego 2017 r. 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). Program w swoim założeniu uwzględnia szybko postępujące zjawisko przyspieszenia rozwoju dzieci i młodzieży i konieczność dostosowania poziomu przekazywanej wiedzy do potrzeb i możliwości rozwojowych uczniów. Jest pomocą w przygotowaniu się dziecka do zrozumienia i akceptacji zmian wynikających z dojrzewania fizycznego, nabywania umiejętności radzenia sobie z emocjami i trudnościami w relacjach społecznych. Istotnym założeniem jest poszerzenie wiedzy dziecka o wartości rodziny i małżeństwa oraz przyjęcie integralnej wizji ludzkiej seksualności.*

Cele kształcenia mają swój wyraz w podanych w Programie treściach nauczania i są spójne z wymaganiami szczegółowymi. Ta spójność stanowi ogromny walor całości Programu.

## Budowa programu

Materiał nauczania został podzielony na 6 działów tematycznych. Treści zawierają informacje istotne dla rozwoju psychicznego i społecznego dzieci wchodzących w etap dorastania. Wiedza z poszczególnych działów przekazywana jest na 19 jednostkach lekcyjnych. Pierwsze 5 lekcji obejmuje tematykę rodziny, jej funkcje pro-

kreacyjne, opiekuńcze, wychowawcze i socjalizacyjne. Następnie realizowane są zagadnienia związane z płciowością, przekazywaniem życia, dojrzewaniem oraz intymnością. Ostatni dział (3 lekcje) przeznaczony jest na koleżeństwo, dobre wychowanie i internet w codziennym życiu.

Niektóre działy wymagają podziału na grupy ze względu na płeć, co jest bardzo korzystne dla realizacji treści związanych z intymnością. Dzieci w wieku 10-11 lat (klasa 4) charakteryzują się wstydlivością i omawianie zagadnień z zakresu płciowości będzie korzystniejsze przez pracę w grupach dziewcząt i chłopców osobno.

Spiralny, czyli koncentryczny układ treści daje możliwość utrwalenia wiedzy i jej poszerzenia, dostosowując materiał do wieku i możliwości percepcyjnych ucznia. Program zakłada poszerzenie kwestii podejmowanych w klasie 4 na kolejne klasy, w których będą one uzupełniane.

## Treści nauczania

Program „Wędrując ku dorosłości” obejmuje zestaw podstawowych treści nauczania do zajęć wychowanie do życia w rodzinie, zgodnych z rozporządzeniem MEN. Program określa kolejność realizacji treści, podając tematykę zajęć. Autorka zagadnień wymienianych w wymaganiach

ogólnych wskazuje, do każdego tematu, zakres wiedzy, stosowane metody i oczekiwane rezultaty. Treści tak są dobrane, by kolejny temat był kontynuacją wcześniej zrealizowanych zagadnień i poszerzał stopniowo świadomość ucznia odnośnie roli rodziny, małżeństwa i możliwości własnej aktywności w poznawanych sferach dojrzewania psychofizycznego dziecka.

Szczególnie wartościowe w Programie jest uwzględnienie aktualnych warunków społecznych, w jakich rozwija się uczeń i dostosowanie treści nauczania do jego potrzeb psychospołecznych i fizycznych oraz zainteresowań.

### **Metody i techniki nauczania oraz pomoce dydaktyczne**

Zaproponowane metody i techniki nauczania dostosowane są do rozwoju i możliwości percepcyjnych uczniów. Obecnie młodzież bazuje głównie na obrazach i łatwiej jest zrozumieć uczniowi przekazywane treści nauczania, jeśli oparte są na filmie, slajdach czy prezentacjach. Opiniowany program zakłada wykorzystanie bogatego zaplecza dydaktycznego: krótkich filmów edukacyjnych, obrazów sytuacyjnych, prezentacji multimedialnych itp.), które ułatwią odbiór trudnych treści i będą sprzyjały efektywnemu przyswojeniu wiedzy. W gestii

nauczyciela będzie dobrane odpowiedniej metody, by wyzwolić zaangażowanie uczniów, zmotywować do dyskusji i zadawania pytań oraz uwrażliwić na istotne w życiu wartości. Pozostawienie nauczycielowi dużej swobody w doborze metod i sposobie realizacji treści programowych pozwoli na kreatywne modelowanie zajęć, dostosowanie ich do oczekiwań i możliwości uczniów.

### **Ocena poprawności merytoryczno-dydaktycznej**

- Program „Wędrując ku dorosłości” dla klasy 4, cechuje rzetelność i zgodność z najnowszą wiedzą z dziedziny: medycyny, biologii, psychologii, socjologii i pedagogiki.
- Jest dostosowany do wieku uczniów (10-11 lat) pod względem właściwego doboru pojęć, nazw, terminów i stopnia trudności.
- Zakres materiału rzeczowego jest odpowiednio dostosowany do liczby godzin przewidzianych w ramowym planie nauczania „Wychowania do życia w rodzinie”; uwzględniono również zróżnicowanie materiału dla grup dziewcząt i grup chłopców.
- Program zawiera treści zgodne z przepisami prawa.

Reasumując: Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klas 4, autorstwa Teresy Król, może być przeznaczony do zajęć wychowania do życia w rodzinie na omawianym poziomie rozwoju młodzieży.

Bardzo dokładne wskazówki dotyczące treści, metod i procedur pozwalają zakładać, że realizacja przedstawionych zagadnień istotnie przyczyni się do rozwijania zamierzonych umiejętności u dzieci wkraczających w wiek dorastania.

*mgr Ewa Kosińska*  
psycholog, terapeuta, edukator;  
wieloletni (1990-2006) doradca metodyczny WOM  
i konsultant MCDN w Krakowie, autorka wielu  
publikacji książkowych i artykułów dla nauczycieli  
i wychowawców, pedagogów i psychologów; aktualnie  
szkoleniowiec warsztatów psychologicznych,  
terapeuta w poradni psychologicznej.



Henryk Noga

# OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**autorstwa Teresy Król: „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 4 szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017.**

Od roku szkolnego 2017/2018 zajęcia „wychowanie do życia w rodzinie” zostały wdrożone do nauczania szkolnego już od IV klasy szkoły podstawowej (rozporządzenie MEN z dnia 2 czerwca 2017 roku *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. Dz.U. 2017, poz. 117*).

Zatem program nauczania powinien być dostosowany do możliwości percepcyjnych 10–11-letnich uczniów. Szerokie i rozbudo-

wane podstawy programowe (z dnia 14 lutego 2017 roku) dają szansę skupienia się na zagadnieniach podstawowych i bliskich dzieciom.

## 1. Budowa programu

Treści programowe mają układ spiralny. Istnieje więc możliwość powrotu w klasach starszych do tych samych zagadnień i zaprezentowania ich w stopniu bardziej rozszerzonym i wzbogaconym. Zarówno w nowych podstawach programowych, jak i w programie „Wędrując ku dorosłości” cele szczegółowe kształcenia i wychowania zostały sformułowane w języku wymagań i efektów uczenia się.

W pierwszym punkcie celów kształcenia: „Uczeń potrafi” skupiono się na poszerzeniu zasobu wiedzy i wzbogaceniu umiejętności uczniów. W drugim punkcie: „Uczeń uświadomi sobie” uwypuklono aspekt wychowawczy i formacyjny.

Materiał nauczania jest odzwierciedleniem treści programowych tak dobranych i tak sformułowanych, aby uczeń klasy IV miał możliwość zrozumienia ich, przyjęcia i urzeczywistnienia w swoim życiu. Z bogatej oferty nowych podstaw programowych wybrano te treści, które są bliskie dzieciom w tym wieku, zrozumiałe i celowe. Tematykę rozłożono (zgodnie z rozporządzeniem MEN z dnia 12 sierpnia 1999 roku) na 19 spotkań lekcyj-

nych, w tym po 5 lekcji z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców.

Pierwsze lekcje (1–5) oscylują wokół funkcji rodziny. Następne (6–12) dotyczą przekazywania życia, anatomii i fizjologii układu rozrodczego kobiety i mężczyzny. Treści te są kompatybilne z zagadnieniami, które przewiduje również program przyrody do klasy IV. Lekcje 13–14 uwrażliwiają na prawo każdego człowieka do zachowania własnej intymności, a lekcje 17–19 dotyczą koleżeństwa, zasad dobrego wychowania oraz korzystania z internetu.

W dziale: Proponowane procedury osiągania celów wiele zaplanowanych metod i form ma na celu wzmocnienie u uczniów cech, które będą rozwijały ich osobowość. Realizacja programu daje szansę na odkrycie ważnych życiowych wartości, przybliżenie ich dzieciom i urzeczywistnianie w życiu.

Narzędziami do wdrażania tych wartości są nie tylko zaproponowane filmy z serii „Rodzinne przeboje”, ale przede wszystkim różnorodne metody aktywizujące. Zakłada się, że na zajęciach WDŻ oprócz przekazu wiedzy, ważne jest mobilizowanie wychowanków do samodoskonalenia.

Przykładowe ćwiczenia: burza mózgów – „Jak można pomóc rodzicom w opiece nad młodszym rodzeństwem?” (s. 21); pogadanka: „O co trzeba się starać, aby być dobrym kolegą?” (s. 26)

czy mapa mentalna: „Jak mogę włączyć się w rodzinne dawanie?”(s. 11). Podczas tych i wielu innych ćwiczeń uczniowie dokonują odkrycia takich wartości, jak: altruizm, postawa służby, odpowiedzialność, współdziałanie z otoczeniem, wdzięczność i wzmacnianie więzi rodzinnych.

Realizację ćwiczeń i zajęć warsztatowych wspierają odpowiednie środki dydaktyczne. Będą to np. karty pracy oraz zadania zamieszczone w zeszytach ćwiczeń. Proponuje się, aby metody podające uzupełnić prezentacjami multimedialnymi oraz filmami.

Każda jednostka lekcyjna jest odwołaniem się do nowej podstawy programowej (pierwsza rubryka Programu) ze wskazaniem wymagań ogólnych i wymagań szczegółowych – z podaniem numerów konkretnych zapisów w NPP.

## **2. Ocena programu „Wędrując ku dorosłości” w kontekście nowej podstawy programowej**

Nietrudno zauważyć, że realizacja treści zawartych w nowych podstawach programowych stawia za cel odkrycie tego, co jest w życiu naprawdę ważne i cenne, np. prawidłowe relacje w rodzinie, wychowanie do miłości, prawdy i uczciwości; rola autorytetów w życiu człowieka;

życie jako fundamentalna wartość; troska o osoby chore i niepełnosprawne itp.

Program odwołuje się do tych treści i uwyraźnia je, podejmując tematykę prorodzinną. Wskazuje na rodzinę, w której człowiek doświadcza miłości, serdeczności i zaspokojenia swoich potrzeb. Podkreśla się, że rodzina jest wielką wartością dzięki relacjom między tworzącymi ją osobami. Uczniowie otrzymują podpowiedź, jak tworzyć te relacje i jak zadbać o ich dobrą jakość.

Założenia i cele nowej podstawy programowej mają więc swoje odzwierciedlenie w niniejszym Programie.

## **3. Konkluzja końcowa**

Program „Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy IV szkoły podstawowej” autorstwa Teresy Król jest zgodny z aktualnymi rozporządzeniami MEN i wymienione wyżej walory upoważniają do wydania pozytywnej opinii i rekomendowania go do użytku szkolnego do zajęć „wychowanie do życia w rodzinie” w klasie IV szkoły podstawowej.

*dr hab. prof. nadzw. Henryk Noga*  
Uniwersytet Pedagogiczny - Kraków

TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

PROGRAM  
NAUCZANIA

5

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 5 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2018

© Copyright 2018 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

Program nauczania zgodny z podstawą programową kształcenia ogólnego określoną w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. poz. 356).

---

ISBN 978-83-65217-18-9

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

www.**KsiegarniaRubikon**.pl

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

## Spis treści

Wstęp .....	5	Lekcja 12	<b>Dojrzewam</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	24
Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa .....	9	Lekcja 13	<b>Dojrzewam</b> (lekcja dla grupy chłopców).....	25
Lekcja 1 <b>Gdzie dom, tam serce twoje</b> .....	13	Lekcja 14	<b>Dbam o higienę</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	26
Lekcja 2 <b>Rodzina – moje okno na świat</b> .....	14	Lekcja 15	<b>Dbam o higienę</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	27
Lekcja 3 <b>Emocje i uczucia</b> .....	15	Lekcja 16	<b>Zdrowy styl życia</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	28
Lekcja 4 <b>Porozmawiajmy</b> .....	16	Lekcja 17	<b>Zdrowy styl życia</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	29
Lekcja 5 <b>Święta coraz bliżej</b> .....	17	Lekcja 18	<b>Zrozumieć siebie i innych</b> (lekcja dla grupy dziewcząt).....	30
Lekcja 6 <b>Zaplanuj odpoczynek</b> .....	18	Lekcja 19	<b>Zrozumieć siebie i innych</b> (lekcja dla grupy chłopców).....	31
Lekcja 7 <b>Mądry wybór w świecie gier</b> .....	19	Opinie o programie nauczania WDŻ		
Lekcja 8 <b>Uprzejmość i uczynność</b> .....	20	„Wędrując ku dorosłości” .....		32
Lekcja 9 <b>Poszukiwany: przyjaciel</b> .....	21			
Lekcja 10 <b>Moje ciało</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	22			
Lekcja 11 <b>Moje ciało</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	23			



# Wstęp

## 1. Ważny przedmiot

Szkoła jako instytucja dydaktyczno-wychowawcza łącząca wysiłki rodziców i nauczycieli może pomóc uczniom w osiągnięciu dojrzałości psychoseksualnej. W równym stopniu ważne jest dostarczenie wiedzy, jak i przekazanie pozytywnych wzmocnień. Zajęcia wychowania do życia w rodzinie są jednym z najważniejszych obszarów oddziaływań edukacyjnych. Pomagają młodemu człowiekowi przetrwać współczesne zagrożenia oraz mobilizują do samokontroli emocjonalnej i intelektualnej. Realizowana tematyka dotyczy ważnych dla uczniów zagadnień: relacji w rodzinie, przyjaźni, empatii i uczuć, radzenia sobie z problemami związanymi z okresem dojrzewania. Osobista refleksja uczniów o traktowaniu tych sfer życia z należyłym szacunkiem i odpowiedzialnością umożliwi integralny rozwój w wymiarze fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym. Dlatego też oczekuje się od nauczycieli realizujących te zajęcia szczególnych kompetencji, zaangażowania i troski o młodego człowieka.

## 2. Realizacja zajęć

Aktem prawnym regulującym realizację przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie jest rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1999 roku (Dz.U. nr 67, poz. 756) z późniejszymi zmianami; ostatnie rozporządzenie zmieniające z dnia 2 czerwca 2017 roku (Dz.U. z dnia 9 czerwca 2017 r. poz. 1117).

### Najważniejsze warunki realizacji wychowania do życia w rodzinie:

- w każdej klasie (od czwartej klasy szkoły podstawowej) przeznaczona jest po 14 godzin dla ucznia (w tym po 5 godzin z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców), a tym samym po 19 godzin dla nauczyciela,
- uczeń niepełnoletni nie bierze udziału w zajęciach tylko w przypadku zgłoszenia przez rodziców pisemnej rezygnacji, którą składa dyrektorowi szkoły (uczeń pełnoletni sam zgłasza ewentualną rezygnację z zajęć),
- realizacja zajęć powinna stanowić spójną całość z zadaniami wychowawczo-profilaktycznymi szkoły, a w szczególności:

- 1) wspierać wychowawczą rolę rodziny,
- 2) promować integralne ujęcie ludzkiej seksualności,
- 3) kształtować postawy prorodzinne, prozdrowotne i prospołeczne.

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 tylko o to, aby sposób, w jaki obie strony – rodzina i szkoła – siebie postrzegają, a także ich oczekiwania, były zbieżne i 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.



### 3. Spotkania z rodzicami

Rozporządzenie MEN dotyczące sposobu nauczania szkolnego zajęć wychowania do życia w rodzinie z dnia 12 sierpnia 1999 roku obowiązuje dyrektora szkoły (par. 5, ust. 2) do zorganizowania spotkania nauczyciela WDŻ z rodzicami jeszcze przed rozpoczęciem zajęć. Nauczyciel przedstawia program nauczania, prezentuje podręcznik, ćwiczenia, pomoce dydaktyczne (filmy, prezentacje multimedialne). Spotkanie o charakterze informacyjnym może być wzbogacone treściami pedagogiczno-wychowawczymi. Prowadzący zajęcia WDŻ niejednokrotnie zauważa na swoich lekcjach problemy, które należałoby rozstrzygnąć wspólnie z rodzicami, np. bardzo łatwa dostępność filmów pornograficznych i smartfon w rękach dziecka. Ponadto zasygnalizowane przez uczniów tematy, np. dotyczące komunikacji w rodzinie domagają się wspólnej z rodzicami refleksji i podjęcia debaty.

### 4. Cele kształcenia i wychowania

Nadrzędnym celem zajęć WDŻ jest pomoc wychowankowi, aby stawał się coraz bardziej dojrzałym i odpowiedzialnym człowiekiem. Oprócz poszerzania wiedzy o sobie, o swoich emocjach, przeżyciach i zmianach fizycznych okresu dojrzewania, istotne będzie nabywanie umiejętności komunikacji międzyosobowej,

obdarzania innych szacunkiem, życzliwością, przyjaźnią.

Ważnym zadaniem jest także rozpoznawanie zagrożeń cywilizacyjnych i przezwyciężanie związanych z nimi trudności, nawyków, przyzwyczajzeń. Te trudności mogą także dotyczyć indywidualnych braków, kompleksów przeżywanych przez ucznia, np. związanych z wyglądem, wagą, wzrostem, izolacją w grupie. Przykre przeżycia mogą także wynikać z zaburzeń życia rodzinnego, np. kłótnie, awantury w domu, rozwód rodziców, alkoholizm. Tacy uczniowie będą wymagali szczególnej uwagi i troski nauczyciela.

### 5. Treści nauczania w klasie V

(zgodne z Podstawą programową zajęć szkolnych „wychowanie do życia w rodzinie”, rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku)

#### 1. O budowaniu bliskich relacji w rodzinie

- rodzina miejscem zaspokojenia potrzeb człowieka (biologicznych, fizycznych, emocjonalnych, intelektualnych, i duchowych),

- budowanie relacji a uczucia, postawy i zachowania,
- rodzaje uczuć,
- sposoby wyrażania i komunikowania uczuć, w tym wyrażanie postawy miłości do najbliższych.

#### 2. Formacyjna rola rodziny w zakresie:

- przekazywania wiedzy o życiu, człowieku i świecie,
- kształtowania postaw,
- ćwiczenia umiejętności,
- tworzenia hierarchii wartości,
- uczenia norm i zgodnych z nimi zachowań.

#### 3. Komunikacja w rodzinie

- czynniki wspierające komunikację w rodzinie,
- najczęstsze przyczyny konfliktów rodzinnych,
- umiejętność przeproszenia i wybaczenia.

#### 4. Czas wolny

- sposoby wykorzystania czasu wolnego; rozwijanie pasji, zainteresowań,
- umiejętność organizowania świętowania i kultywowania tradycji rodzinnych, narodowych i regionalnych,

- rola kontaktów ze światem kultury i przyrodą,
- savoir-vivre – właściwe zachowania w kontakcie z przyrodą, w miejscach związanych z kulturą i w domu.

### 5. Budowanie relacji koleżeńskich i przyjacielskich

- umiejętność tworzenia relacji międzyludzkich,
- znaczenie relacji międzyosobowych w rozwoju społeczno-emocjonalnym,
- podtrzymywanie więzi koleżeńskich i przyjacielskich,
- warunki przyjaźni,
- przyjaźń szkołą charakteru,
- pozytywny stosunek do niepełnosprawnych kolegów i przyjaciół.

### 6. Problemy rozwoju psychofizycznego dziewcząt i chłopców

- odmienność tempa rozwoju nastolatków,
- akceleracja – przyspieszenie rozwoju fizycznego,
- labilność emocjonalna w okresie pokwitania,
- wyjaśnienie wątpliwości związanych z rozwojem adolescentów.

### 7. Media – zalety i minusy

- świadome korzystanie ze środków społecznego przekazu,
- wybór określonych treści,
- limitowanie czasu poświęconego mediom.

### 6. Procedury osiągnięcia celów i materiały dydaktyczne

Wychowanie do życia w rodzinie to specyficzny przedmiot, łączący treści z wielu dziedzin nauki, bazujący na twórczej, innowacyjnej pracy nauczyciela. Nie wystarcza sama wiedza osoby prowadzącej i tradycyjne metody podające (pogadanka, wykład), ponieważ efektywność nauczania i wychowania w znacznym stopniu będą zależały od twórczej postawy uczącego. Współczesny nauczyciel jest już przekonany do wykorzystywania metod aktywizujących, stosuje je w praktyce szkolnej i ciągle poszukuje nowych form pracy, dostosowując do indywidualnych potrzeb ucznia, grupy, czy klasy. Wykorzystuje też nowe technologie i techniki multimedialne. Ich wykorzystanie działa motywująco na uczniów i stwarza warunki do osiągnięcia zamierzonych celów dydaktycznych.

Odpowiedzią na oczekiwania nauczycieli wzbogacenia warsztatu pracy są przygotowane scenariusze zajęć autorstwa Barbary Charczuk. Różnorodność rozwiązań metodycznych oraz załączone materiały dla ucznia i nauczyciela (m.in. prezentacje multimedialne do każdej lekcji) mogą być ułatwieniem w planowaniu realizacji zajęć.

Ponadto nowy zestaw filmów z serii „Rodzinne przeboje” dla klasy piątej, który został uwzględniony w przygotowanych scenariuszach, zainteresuje uczniów i zdynamizuje zajęcia. Ułatwi także realizację wielu zaplanowanych tematów. Filmowa scenka z życia rodzinnego łącząca przekaz obrazowy, dźwiękowy i słowny sprawia, że nauka staje się ciekawsza i bardziej atrakcyjna.

Jest jeszcze propozycja ćwiczeń wydanych w odrębnym zeszycie dla ucznia, także zaplanowanych w wymienionych w scenariuszach. Dzięki dołączonym poleceniom, pytaniom i zadaniom mobilizuje się ucznia do refleksji i zaangażowania. Niektóre ćwiczenia utrwalają wiadomości, a inne je uzupełniają.

## 7. Środki dydaktyczne

### Filmy z serii „Rodzinne przeboje”

#### Film 1 „Na słodko i na zgodę”

Spory i kłótnie rodzeństwa – wyglądało to groźnie, ale interwencja i tłumaczenie rodziców okazały się skuteczne.

#### Film 2 „Chyba było warto”

Świętowanie rocznic narodowych – można je oglądać w TV, a można w nich uczestniczyć. Co zyskamy, jeśli zdecydujemy się na życie w realu?

#### Film 3 „Przedziwne życie off-line”

Czas wolny spędzany na podwórkowych grach i zabawach już chyba nie powróci. Dziś przygody, rywalizacja i emocje rozgrywają się przed ekranem, bez ruszania się z fotela. Może jednak warto wyrwać się z bierności i marazmu, aby przekonać się, co naprawdę łączy rodzinę?

#### Film 4 „Jeszcze pięć minut!”

Komputer, gry i... optymalny czas, który im poświęcamy – to problem do rozwiązania prawie w każdym domu. Czy można znaleźć „złoty środek”?

### Film 5 „Radość dawania”

Niezbyt chętnie opuszczamy strefę naszego egoizmu i komfortu, by pomagać osobom niepełnosprawnym. Jeśli jednak zrobimy krok w kierunku potrzebujących, może na tym zyskać również nasze „ja”. Przekonał się o tym nastoletni bohater filmu.

### Podręcznik

*Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy V*, Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, Grażyna Węglarczyk, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

### Ćwiczenia

*Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie. Ćwiczenia dla uczniów klasy V*, red. T. Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

Współautorzy:  
Magdalena Guziak-Nowak  
Teresa Król  
Józef Nowakowski  
Jolanta Tęcza-Ćwierz

### Scenariusze

Barbara Charczuk, *Wędrując ku dorosłości. Scenariusze zajęć z prezentacjami multimedialnymi dla 5 klasy szkoły podstawowej*, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

# Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa

## 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;

- 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 dobra rodziny.

#### IV. Życie jako fundamentalna wartość.

##### Uczeń:

- 1) wyjaśnia, co to znaczy, że życie jest wartością;
- 2) rozumie, na czym polega planowanie dzieciności rodziny; wie, jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych;

- 3) zna zasady przygotowania kobiet i mężczyzn na poczęcie dziecka oraz rozumie, czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo;
- 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.

#### 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;
- 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.

## 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 system 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 Gdzie dom, tam serce twoje

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.6, I.12</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić – w zarysie – zagadnienia, które będą omawiane na lekcjach WDŻ w klasie V,</li> <li>• omówić zasady pracy na lekcjach WDŻ,</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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Co będzie przedmiotem zajęć WDŻ w klasie V?</li> <li>2. Skonstruowanie klasowego kontraktu obowiązującego na lekcjach WDŻ.</li> <li>3. Budowanie szczęścia rodzinnego; odpowiedzialność wszystkich członków za atmosferę panującą w rodzinie: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wzajemna życzliwość,</li> <li>• delikatność i uprzejmość,</li> <li>• poprawna komunikacja,</li> <li>• wdzięczność,</li> <li>• uczynność,</li> <li>• odpowiedzialność i samodzielność,</li> <li>• szacunek okazywany rodzicom, dziadkom, rodzeństwu.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Dyktando”, czyli tematyka zajęć WDŻ w klasie V.</li> <li>• Debata na temat zasad pracy na lekcjach WDŻ i sporządzenie kontraktu.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. wartości rodziny – analiza opowiadania.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „Jak dobrze być razem” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Tekst dyktanda.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały do spisania kontraktu.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>



## Lekcja 2 Rodzina – moje okno na świat

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>WWymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.11</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rodzina inspirująca do: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdobywania i poszerzania wiedzy o świecie, o człowieku i o życiu,</li> <li>• kształtowania postaw uczciwości, szczerości, prawdomówności, miłości.</li> <li>• odkrywania talentów, zdolności i ich rozwijania,</li> <li>• ćwiczenia różnych umiejętności.</li> </ul> </li> <li>2. Pomoc rodziców, dziadków w rozwoju; uczenie norm moralnych i zgodnych z nimi zachowań.</li> <li>3. Stosowanie zasad savoir-vivre'u wobec bliższych członków rodziny, wobec gości i w różnych sytuacjach.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca w grupach: rodzinne drogowskazy.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Odczytanie opowiadania; rozmowa kierowana; refleksja.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „Zwyczajni czy nadzwyczajni” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Polecenia do pracy w grupach.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 3 Emocje i uczucia

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.5, I.7</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bogactwo stanów emocjonalno-uczuciowych człowieka.</li> <li>2. Emocje a uczucia – rozróżnienie.</li> <li>3. Sposoby wyrażania emocji; komunikat „ja”.</li> <li>4. Biegunowość i stopień natężenia procesów emocjonalno-uczuciowych.</li> <li>5. Rodzaje uczuć.</li> <li>6. Rola uczuć w życiu człowieka.</li> <li>7. Zdolność do samokontroli i kształtowania uczuć.</li> <li>8. Dorastanie do dojrzałości emocjonalnej.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana nt. towarzyszących człowiekowi uczuć i emocji.</li> <li>• Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Odczytanie i analiza opowiadania.</li> <li>• Praca w parach: burza mózgów nt. kontrolowania uczuć i wyrażania w sposób społecznie akceptowalny.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „Radości i smutki” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały do pracy w parach.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 4 Porozmawiajmy

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.5, I.6, I.7, VI.5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest komunikacja międzyosobowa,</li> <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 przeproszenia 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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Składowe elementy komunikacji międzyosobowej.</li> <li>2. Komunikacja werbalna i niewerbalna.</li> <li>3. Sztuka rozmowy z rodzicami i rodzeństwem.</li> <li>4. Miłość, szacunek i posłuszeństwo – dlaczego ważne?</li> <li>5. Budująca postawa wdzięczności.</li> <li>6. Sytuacje konfliktowe, które trzeba rozwiązać; przeproszenie i przebaczenie.</li> <li>7. Odpowiedzialność wszystkich za atmosferę panującą w rodzinie.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Akrostych.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Drama.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Praca w grupach.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film 1. „Na słodko i na zgodę” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Polecenia do dramy.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 5 Święta coraz bliżej

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, II</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.7, I.10, II.9</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wydarzenia rodzinne i rocznice, które świętujemy; wyrażanie pamięci.</li> <li>2. Święta religijne, narodowe i regionalne wzbogacające naszą tożsamość.</li> <li>3. Twórcze przygotowanie do świąt.</li> <li>4. Wartości związane ze świętowaniem: <ul style="list-style-type: none"> <li>• przyjazne kontakty społeczne,</li> <li>• rozwijanie inwencji twórczej i wyrażanie siebie,</li> <li>• przeżywanie piękna, ekspresja, przeżywanie miłości,</li> <li>• wspólne spędzanie czasu, gry, zabawy, śpiew, kontemplacja.</li> </ul> </li> <li>5. Umiejętność składania życzeń i wyrażania wdzięczności.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka nt. świąt i świętowania.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: układamy oryginalne życzenia z okazji...</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film 2. „Chyba było warto” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 6 Zaplanuj odpoczynek

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: I, IV, VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.10, II.9</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sztuka życia, czyli jak dzielić czas między pracę i rekreację.</li> <li>2. Atuty dobrze zorganizowanego odpoczynku.</li> <li>3. Sposoby spędzania wolnego czasu.</li> <li>4. Korzyści z aktywnego odpoczynku.</li> <li>5. Rola kontaktów ze światem kultury i przyrody.</li> <li>6. Czas wolny okazją do rozwijania pasji, zainteresowań i hobby.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: „Tort czasu”, czyli jak podzielić czas między pracę i rekreację.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w grupach: reklama dobrego odpoczynku.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną nt. zasad dobrego wypoczynku.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film 3 „Przedziwne życie off-line” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy – „Tort czasu”.</li> <li>• Polecenia do pracy w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 7 Mądry wybór w świecie gier

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, VI.8, 9</p>	<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 negatywne oddziaływanie gier komputerowych.</li> </ul> <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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fascynujący wirtualny świat gier komputerowych.</li> <li>2. Gry komputerowe atrakcyjną formą spędzania wolnego czasu.</li> <li>3. Rodzaje gier i ich wpływ na użytkowników.</li> <li>4. Zalety gier komputerowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwój zdolności poznawczych,</li> <li>• polepszenie spostrzegawczości i refleksu,</li> <li>• wartości edukacyjne, rozwijanie logicznego myślenia.</li> </ul> </li> <li>5. Zagrożenia i negatywne oddziaływanie gier komputerowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zubożenie wobec przemocy; akceptacja agresji,</li> <li>• treści ezoteryczne i okultystyczne,</li> <li>• brak granicy między dobrem a złem (np. nagradzanie nieetycznych zachowań).</li> </ul> </li> <li>6. Racjonalne zasady korzystania z gier komputerowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>• dobór gry,</li> <li>• ustalenie zasad: kiedy i ile czasu, pozycja ciała, oświetlenie.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenie „Gry komputerowe – za i przeciw”.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Ćwiczenie: „Cztery kąty”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film 4. „Jeszcze pięć minut!” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Karty do ćwiczenia „Cztery kąty”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 8 Uprzejmość i uczynność

Nowa podstawa programowa	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, IV,8</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uprzejmość, uczynność i dobroć w kontaktach międzyludzkich.</li> <li>2. Zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej w relacjach koleżeńskich.</li> <li>3. Odpowiedzialność za manifestowane reakcje, wypowiedane i pisane słowa.</li> <li>4. Bezinteresowna dobroć wobec kolegów i przyjaciół.</li> <li>5. Postawy uprzejmości i uczynności wobec kolegów z niepełnosprawnością.</li> <li>6. Osoby z niepełnosprawnościami – wartościowymi partnerami w koleżeństwie i przyjaźni.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka wprowadzająca.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Asocjogram. Praca w grupach.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film 5. „Radość dawania” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Polecenia do pracy w grupach.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 9 Poszukiwany: przyjaciel

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, IV.8, VI.9</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czym jest przyjaźń a czym koleżeństwo? – próba zdefiniowania.</li> <li>2. Znaczenie przyjaźni w życiu człowieka.</li> <li>3. Warunki rozwoju przyjaźni.</li> <li>4. Wartość przyjaźni.</li> <li>5. Przyjaźń a rozwijanie pasji, zainteresowań, hobby.</li> <li>6. Sposoby rozwijania i podtrzymywania przyjaźni.</li> <li>7. Przyjaźń szkołą charakteru.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem: głośne odczytanie opowiadania; pogadanka.</li> <li>• Praca w grupach: mapa mentalna.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „Przyjaciółki” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały do mapy mentalnej.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>



# Lekcja 10 Moje ciało

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.3, 4</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ciało ludzkie i odmienność płci; traktowanie ich z zachowaniem prawa do intymności i szacunku.</li> <li>2. Akceptacja swojej płci.</li> <li>3. Funkcje płciowości: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyrażanie miłości,</li> <li>• budowanie więzi,</li> <li>• przekazywanie życia (rodzicielstwo).</li> </ul> </li> <li>4. Prawo człowieka do godności i miłości. Nieprzestrzeganie tego prawa (wulgaryzmy, przezwiska, wyśmiewanie, poniżanie) degradacją osoby ludzkiej.</li> <li>5. Rola wstydu – obrona wewnętrznego „ja” i godności.</li> <li>6. Sposoby obrony własnej godności, nietykalności i intymności.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Odczytanie opowiadania.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją.</li> <li>• Pogadanka nt. poczucia własnej wartości i akceptacji swojej płci.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „O godności” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 11 Moje ciało

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.3, 4</p>	<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> <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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ciało ludzkie i odmienność płci; traktowanie ich z zachowaniem prawa do intymności i szacunku.</li> <li>2. Akceptacja swojej płci.</li> <li>3. Funkcje płciowości: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyrażanie miłości,</li> <li>• budowanie więzi,</li> <li>• przekazywanie życia (rodzicielstwo).</li> </ul> </li> <li>4. Prawo człowieka do godności i miłości. Nieprzestrzeganie tego prawa (wulgaryzmy, przezwiska, wyśmiewanie, poniżanie) degradacją osoby ludzkiej.</li> <li>5. Rola wstydu – obrona wewnętrznego „ja” i godności.</li> <li>6. Sposoby obrony własnej godności, nietykalności i intymności.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Odczytanie opowiadania.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją.</li> <li>• Pogadanka nt. poczucia własnej wartości i akceptacji swojej płci.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „O godności” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 12 Dojrzewam

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.1, 7</p>	<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 miesięczkowych 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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skok rozwojowy – przyrost długości i ciężaru ciała.</li> <li>2. Wzrost tkanki tłuszczowej i zmiana dziewczęcej sylwetki.</li> <li>3. Zmiana proporcji ciała: zwiększenie obwodu bioder, wydłużenie ramion i dłoni oraz długości nóg i stóp.</li> <li>4. Początek rozwoju piersi i pojawienie się owłosienia.</li> <li>5. Wydzielina śluzowa poprzedzająca pierwszą miesiączkę.</li> <li>6. Początek menstruacji, nieregularność cykli; zapisywanie.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Zdania niedokończone.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zestaw zdań do rozsypanki wyrazowej.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 13 Dojrzewam

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.1, 7</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rola hormonów w okresie pokwitania.</li> <li>2. Skok rozwojowy – przyrost długości i ciężaru ciała oraz układu szkieletowego.</li> <li>3. Przyspieszenie wzrastania dłoni i stóp, zaburzone proporcje kończyn w stosunku do innych części ciała.</li> <li>4. Pogrubienie kości czaszki, rozrost dolnej szczęki i zmiana zgryzu.</li> <li>5. Rozwój narządów płciowych i owłosienia łonowego.</li> <li>6. Samoistne wzwody członka i pierwsze polucje, tzw. mokre sny.</li> <li>7. Zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Zdania niedokończone.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zestaw zdań do rozsypanki wyrazowej.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 14 Dbam o higienę

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7, IV.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatka,</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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nawyki higieniczne, czyli stworzenie warunków wpływających dodatnio na zdrowie człowieka.</li> <li>2. Trądzik młodzieńczy, przyczyny, leczenie, kosmetyczna poprawa.</li> <li>3. Zmiany czynności gruczołów potowych i związane z tym problemy, zasady higieny, odpowiednie kosmetyki.</li> <li>4. Dbłość o włosy.</li> <li>5. Higiena intymna w czasie miesiączki.</li> <li>6. Grzybica pachwin i paznokci.</li> <li>7. Zakażenia paznokci stóp (zanokcica), prawidłowe obcinanie paznokci stóp.</li> <li>8. Higiena odzieży i obuwia.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Autorefleksja.</li> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały piśmienne.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 15 Dbam o higienę

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7, IV.7</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nawyki higieniczne, czyli stworzenie warunków wpływających dodatnio na zdrowie człowieka.</li> <li>2. Trądzik młodzieńczy, przyczyny, leczenie, kosmetyczna poprawa.</li> <li>3. Zmiany czynności gruczołów potowych i związane z tym problemy, zasady higieny, odpowiednie kosmetyki.</li> <li>4. Dbłość o włosy; zapalenie mieszków włosowych.</li> <li>5. Higiena intymna krocza i członka.</li> <li>6. Grzybica pachwin i paznokci.</li> <li>7. Zakażenia paznokci stóp (zanokcica), prawidłowe obcinanie paznokci stóp.</li> <li>8. Higiena odzieży i obuwia.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia</li> <li>• Autorefleksja.</li> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały piśmienne.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

## Lekcja 16 Zdrowy styl życia

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jej rozwój,</li> <li>• przestawić 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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zagrożenia zdrowia nastolatki: <ul style="list-style-type: none"> <li>• niezdrowe odżywianie,</li> <li>• kuszące fast foody,</li> <li>• moda na szczupłą sylwetkę,</li> <li>• zbyt mało ruchu,</li> <li>• siedzący tryb życia,</li> <li>• modne diety ograniczające racjonalne żywienie.</li> </ul> </li> <li>2. Zdrowe żywienie – dobre wzorce: <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwe nawyki żywieniowe,</li> <li>• wspólnie zaplanowane posiłki.</li> </ul> </li> <li>3. Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży.</li> <li>4. Aktywność fizyczna niezbędnym uzupełnieniem dobrej diety.</li> <li>5. Zdrowy sen – zapasem energii na cały dzień.</li> <li>6. Zaburzenia snu; przyczyny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: metaplan.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Debata: jak znaleźć czas i chęci na aktywność fizyczną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy dla grup: metaplan.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Polecenia do ćwiczeń.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 17 Zdrowy styl życia

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.7</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zagrożenia zdrowia nastolatka: <ul style="list-style-type: none"> <li>• niezdrowe odżywianie,</li> <li>• kuszące fast foody,</li> <li>• zbyt mało ruchu,</li> <li>• siedzący tryb życia.</li> </ul> </li> <li>2. Zdrowe żywienie – dobre wzorce: <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwe nawyki żywieniowe,</li> <li>• wspólnie zaplanowane posiłki.</li> </ul> </li> <li>3. Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży.</li> <li>4. Aktywność fizyczna niezbędnym uzupełnieniem dobrej diety.</li> <li>5. Zdrowy sen zapasem energii na cały dzień.</li> <li>6. Zaburzenia snu; przyczyny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: metaplan.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Debata: jak znaleźć czas i chęci na aktywność fizyczną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy dla grup: metaplan.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Polecenia do ćwiczeń.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>



# Lekcja 18 Zrozumieć siebie i innych

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programow	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.7</p>	<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zmienność nastrojów charakterystyczna dla dziewcząt w okresie dojrzewania.</li> <li>2. Zakłopotanie i niepokój – „czy ze mną jest wszystko w porządku?”.</li> <li>3. Nieakceptowanie swojego wyglądu.</li> <li>4. Niepowodzenia w kontaktach z rówieśnikami.</li> <li>5. Izolacja od rówieśników, unikanie kontaktów.</li> <li>6. Walka o niezależność a ustalanie granic tego, co wolno, a czego nie wolno.</li> <li>7. Trudne sytuacje w rodzinie i w otoczeniu.</li> <li>8. Odpowiedzialność za siebie i dokonywane wybory.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna (test).</li> <li>• Ćwiczenie: „Szczepionka”</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fragment powieści L. M. Montgomery „Ania z Zielonego Wzgórza”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Materiały do ćwiczeń.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

# Lekcja 19 Zrozumieć siebie i innych

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatków,</li> <li>• wskazać niepokoje, których doświadcza nastolatek,</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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Koncentracja nad zmianami swojego fizycznego „ja”.</li> <li>2. Zakłopotanie i niepokój – „czy ze mną jest wszystko w porządku?”.</li> <li>3. Labilność emocjonalna; skłonność do agresji.</li> <li>4. Niepowodzenia w kontaktach z rówieśnikami.</li> <li>5. Izolacja od rówieśników, unikanie kontaktów.</li> <li>6. Walka o niezależność a ustalenie granic tego, co wolno, a czego nie wolno.</li> <li>7. Odpowiedzialność za siebie i dokonywane wybory.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenie: „Szczepionka”.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Odczytanie opowiadania; pogadanka, refleksja.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie „Trudna decyzja” (Małgorzata Sasin).</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty ćwiczeń.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V.</li> </ul>

Ewa Piekarska

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy V szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

### **Cele kształcenia i wychowania:**

Program „Wędrując ku dorosłości”, *Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy V szkoły podstawowej* realizuje podstawę programową kształcenia ogólnego dotyczącą zagadnień życia seksualnego człowieka oraz świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa.

Cele nauczania tego przedmiotu są zgodne z rozporządzeniem MEN z dnia 14 lutego 2017 r. 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).

Nadrzędnym celem zajęć WDŻ jest pomoc uczniowi w przygotowaniu się do dorosłego życia, poznania wiedzy dotyczącej rozwoju organizmu człowieka, szczególnie zmian przebiegających w okresie dojrzewania, nabycia

umiejętności radzenia sobie z trudnościami tego okresu.

Istotnym celem szczegółowym jest poszerzenie wiedzy o uczuciach, emocjach, przeżyciach, a także nabycie umiejętności prawidłowej komunikacji interpersonalnej.

Ważnym zadaniem edukacji prorodzinnej jest ochrona pozytywnych relacji między członkami rodziny, obdarzanie bliskich i przyjaciół szacunkiem, życzliwością, przyjaźnią.

Z uwagą przekazywana jest tematyka zagrożeń cywilizacyjnych, rozpoznawania ich, sposobów radzenia sobie z nimi, przewyższania realnych zagrożeń.

### **Budowa programu**

Zakres materiału zawiera 7 działów tematycznych, w obrębie których przekazywana jest wiedza psychologiczna, socjologiczna, dotycząca płciowości – w przystępnej, dostosowanej do wieku formie. Spiralny układ programu zapewnia nawiązanie do treści sygnalizowanych w IV klasie, umiejętnie poszerzonych zgodnie z zainteresowaniami uczniów występujących

równoległe do procesów rozwojowych okresu dorastania.

Tematyka związana z płciowością realizowana jest na lekcjach z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców, zapewniając tym samym komfortowe warunki odbioru treści związanych z intymnością.

### **Treści nauczania**

Treści programowe zawierają zagadnienia związane z rodziną, jej formacyjną rolę w budowaniu bliskich relacji z uwzględnieniem zaspokajania niezbędnych potrzeb, tworzenia hierarchii wartości, sposobów rozwiązywania konfliktów, spędzania wolnego czasu, budowania satysfakcjonujących relacji międzyludzkich.

Oddzielny, ważny dział przekazywanej wiedzy stanowi tematyka psychoseksualna, problemy rozwojowe i praktyczne sposoby radzenia sobie z niepowodzeniami.

Ostatnim omawianym zagadnieniem są media, stanowiące również istotne źródło przekazu wiedzy będącej w kręgu zainteresowań piątoklasistów.

### **Metody, techniki nauczania, materiały dydaktyczne.**

W realizacji programu WDŻ zastosowano różnorodne metody pracy, wymagające aktywnego, kreatywnego podejścia nauczyciela w przekazywaniu treści przedmiotu. Obecne są metody aktywizujące, nowe technologie i techniki multimedialne uzupełnione scenariuszami warsztatów Barbary Charczuk z prezentacjami znacząco przybliżającymi tematykę omawianych zagadnień.

Do środków dydaktycznych wzbogacających przekaz treści należy też zestaw filmów z serii „Rodzinne przeboje”, wywołujących żywą reakcję, budzących refleksję, a także mobilizujących uczniów do dyskusji na ważne życiowe tematy.

Uzupełnienie realizacji przedmiotu stanowić mogą zeszyty ćwiczeń zachęcające do zaangażowania, wspomagające procesy rozwojowe w indywidualnej aktywności.

### **Opinia końcowa:**

Program „Wędrując ku dorosłości” dla klasy V szkoły podstawowej jest atrakcyjną propozycją

do realizacji przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie – z mądrą refleksją i pogłębioną wiedzą psychologiczną. Przy zastosowaniu zarówno innowacyjnych metod, jak i sprawdzonej tradycją i doświadczeniem wiedzy, z powodzeniem odnajduje się we współczesnej szkole.

*mgr Ewa Piekarska*

nauczyciel, terapeuta pedagogiczny, socjoterapeuta,  
psychoterapeuta integralny, edukator.

Mariola Wacławik

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy V szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

Program „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy V szkoły podstawowej autorstwa Teresy Król opracowano zgodnie z przepisami prawa oświatowego, zwłaszcza z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. 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 2017 r. poz. 356).

Opracowany przez autorkę program zawiera założenia wynikające z podstawy programowej, wymagania ogólne i szczegółowe, cele kształcenia, treści nauczania, warunki i sposoby realizacji.

Struktura opracowanego programu opiera się na koncepcji zarówno nauczania spiralnego jak i tematycznego. Dla prowadzących te

zajęcia stanowi to niewątpliwy atut, gdyż takie założenie pozwala nauczycielowi na powracanie w kolejnych latach nauki do tych samych zagadnień i jednocześnie poszerzanie ich o nowe treści oraz umiejętności dostosowane do potrzeb i możliwości rozwojowych uczniów. Daje to także możliwość dostosowania treści do potrzeb środowiskowych, diagnozy wychowawczo-profilaktycznej szkoły, wskazań rodziców.

Treści programowe przewidzianego do realizacji programu zostały podzielone w podstawie programowej na sześć działów tematycznych, które w poszczególnych klasach ewoluują i uzupełniają się. Należą do nich:

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

W ramach tych działów tematycznych w klasie V autorka przeznaczyła do realizacji następujące zagadnienia:

- Rodzina, więzi rodzinne, wartości i tradycje w rodzinie, wspólne świętowanie.
- Komunikacja werbalna i niewerbalna i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych.
- Czas wolny i różne sposoby jego spędzania.
- Relacje międzyludzkie: koleżeństwo i przyjaźń.
- Świat rzeczywisty i wirtualny; świadome korzystanie ze środków społecznego przekazu.
- Rozwój psychofizyczny dziewcząt i chłopców.
- Dojrzewanie; wyjaśnienie wątpliwości związanych z rozwojem adolescentów.
- Higiena okresu dojrzewania.
- Zdrowy styl życia.
- Odpowiedzialność za siebie i innych.

Przewidziane treści mieszczą się w 14 godzinach dla ucznia i 19 dla nauczyciela. Utrzymano podział na grupy jednopłciowe, co niewątpliwie wpłynie na jakość kształcenia i wychowania na zajęciach WDŻ. Przekazywane treści są ujęte z poszanowaniem intymności i szacunku dla płci przeciwnej.

Autorka podejmuje zagadnienia dotyczące wychowania człowieka w harmonii ze sobą, z osobami najbliższymi i społecznością. Zgodnie z zapisami w podstawie programowej uczniowie otrzymują określony zasób informacji, kształcenia i doskonalenia podstawowych umiejętności komunikacyjnych oraz kształtowanie odpowiednich postaw.

Bardzo ważnym atutem programu Wędrując ku dorosłości jest niewątpliwie bogata i różnorodna obudowa metodyczna. Zapropozowane przez autorkę sposoby przekazywania treści wpływają na atrakcyjność zajęć, wywołują u uczniów aktywność i kreatywność.

Dobór odpowiednich treści nie tylko akcentuje wychowawczy aspekt programu, podkreśla

również dbałość o kulturę języka, walkę z przejawami agresji, wulgaryzmami, kształtowanie postaw humanistycznych, patriotycznych, proekologicznych. Jednocześnie treści odwołują się do wartości, które pomogą uczniom dokonać słusznym i mądrych wyborów.

**Biorąc pod uwagę atuty tego programu, jego merytoryczność, zgodność z podstawą programową i wymaganiami zawartymi w rozporządzeniach MEN, rekomenduję go do użytku szkolnego do zajęć wychowania do życia w rodzinie w klasie V szkoły podstawowej.**

*mgr Mariola Waclawik*

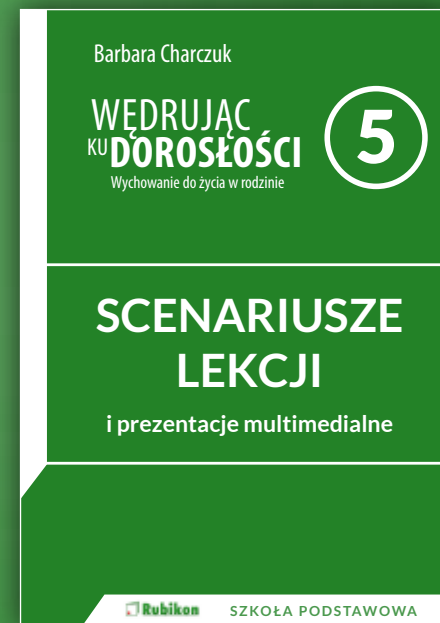
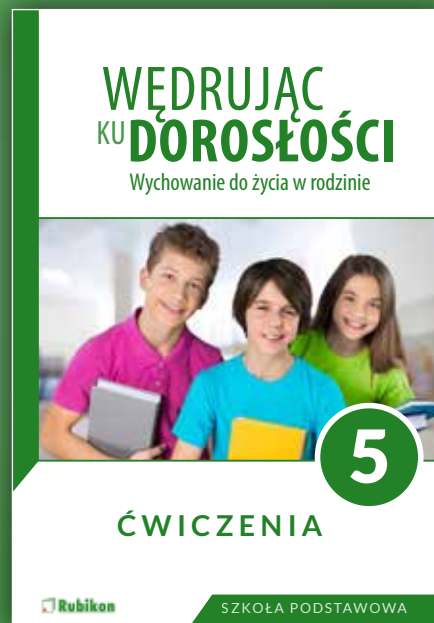
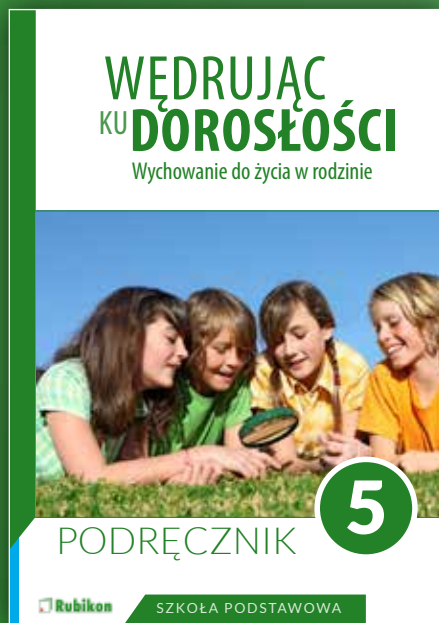
wykładowca i wicedyrektor Krakowskiego Instytutu Rozwoju Edukacji, trener zajęć socjoterapeutycznych, lider ds. profilaktyki, ekspert MEN, egzaminator CKE, szkoleniowiec











TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

PROGRAM  
NAUCZANIA

6

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2019

© Copyright 2019 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

Program nauczania zgodny z podstawą programową kształcenia ogólnego określoną w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. poz. 356).

---

ISBN 978-83-65217-22-6

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

www.**KsiegarniaRubikon**.pl

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

## Spis treści

Wstęp .....	5	Lekcja 11	<b>Dojrzewam do kobiecości</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	25
Wychowanie do życia w rodzinie. Podstawa programowa .....	11	Lekcja 12	<b>Dojrzewam do męskości</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	26
Lekcja 1 <b>Z rodziny się nie wyrasta</b> .....	15	Lekcja 13	<b>Mam swoją godność</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	27
Lekcja 2 <b>Rodzinne wychowanie</b> .....	16	Lekcja 14	<b>Mam swoją godność</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	28
Lekcja 3 <b>Rozwój ku dojrzałości i odpowiedzialności</b> .....	17	Lekcja 15	<b>Media – wybieram świadomie, korzystam bezpiecznie</b> .....	29
Lekcja 4 <b>Sztuka rozmowy</b> .....	18	Lekcja 16	<b>Stalking, hejting, cyberprzemoc</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	30
Lekcja 5 <b>Gdy trudno się porozumieć</b> .....	19	Lekcja 17	<b>Stalking, hejting, cyberprzemoc</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	31
Lekcja 6 <b>O presji rówieśniczej</b> .....	20	Lekcja 18	<b>Jak mogę ci pomóc?</b> .....	32
Lekcja 7 <b>Zarządzanie sobą</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	21	Lekcja 19	<b>Czasami pod górkę. Trudności w okresie dojrzewania</b> .....	33
Lekcja 8 <b>Zarządzanie sobą</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	22	Opinie o programie nauczania WDŻ „Wędrując ku dorosłości” .....		34
Lekcja 9 <b>Mój styl to zdrowie</b> (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	23			
Lekcja 10 <b>Mój styl to zdrowie</b> (lekcja dla grupy chłopców) .....	24			



# Wstęp

## 1. Rola edukacji prorodzinnej w szkole

Zajęcia prorodzinne nabierają nowego znaczenia w kontekście kryzysu rodziny, nie tylko na Zachodzie ale i w Polsce (wzrastająca liczba rozwodów, łatwy dostęp do pornografii, seksualizacja dzieci). W środkach masowego przekazu brakuje dla uczniów dobrych wzorców i właściwych informacji. Rodzice z kolei albo nie mają czasu, by spokojnie i rzeczowo porozmawiać ze swoim nastolatkiem, albo też nie mają wiedzy i nie potrafią poruszać tego tematu. W relacjach rodzinnych często brakuje też wzajemnego zaufania i otwartości.

Od ponad 20 lat w polskiej szkole istnieje przedmiot „wychowanie do życia w rodzinie” – zajęcia edukacyjne w szkołach podstawowych (w klasach IV–VIII) oraz ponadpodstawowych (w klasach I–III) na mocy rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1998 roku, wykonującego dyspozycję art. 4 ust. 3 ustawy z dnia 7 stycznia 1993 roku *o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach przerywania ciąży*.

Od tego czasu istnieje ustawowy obowiązek szkoły wspierania rodziny w jej dziele wychowawczym, również w zakresie wychowania seksualnego. Ustalenia prawne respektują naturalne prawo rodziców do pierwszeństwa w wychowywaniu swoich dzieci, dlatego uczestnictwo uczniów w zajęciach jest uzależnione od ich woli. Zdecydowana większość rodziców nie rezygnuje z możliwości udziału ich dzieci w lekcjach WDŹ, ponieważ dostrzegają atuty tych zajęć i poczytują je za dobrodziejstwo. Przedmiot ten nie tylko dostarcza interdyscyplinarnej wiedzy, ale także kształtuje postawy, system wartości i wyposaża wychowanków w dyspozycje psychiczne niezbędne do optymalnego funkcjonowania w życiu rodzinnym. Dotyczy to życia obecnego, jako nastolatka, ale też w perspektywie przyszłości, tj. jako osoby, która kiedyś założy rodzinę. Lekcje WDŹ ukazują wielowymiarowość życia rodzinnego, wskazują na role i funkcje rodziny oraz wspierają nastolatków w ich psychoseksualnym rozwoju.

W klasie VI szkoły podstawowej szczególny akcent zostaje położony na relacje rodzinne, sztukę rozmowy i dobrej komunikacji. Następny blok tematów związany jest z roztropnym korzystaniem z mediów cyfrowych i zagrożeniami, na które narażony jest młody odbiorca. Godność człowieka w kontekście intymności,

rozwój ku odpowiedzialności to zagadnienia, w których uwzględnia się etyczny wymiar człowieka. Taka koncepcja programowa bazuje na holistycznym ujęciu istoty ludzkiej, kształtując u wychowanków postawy moralne i społeczne.

## 2. Treści nauczania w klasie VI

### 1. Rodzina w społeczeństwie:

- typy i struktury rodziny: wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana,
- rodzina zastępcza; adopcja.

### 2. Pomoc instytucjonalna rodzinie:

- w sytuacji choroby,
- zachowań ryzykownych i uzależnienia,
- ubóstwa i bezrobocia,
- problemów pedagogicznych, psychologicznych i prawnych.

### 3. Komunikacja interpersonalna:

- zasady i znaczenie komunikacji międzyludzkiej,
- odpowiedzialność za manifestowane reakcje – wypowiedane i pisane słowa (również w Internecie),
- radzenie sobie w sytuacji presji grupy,



- kształtowanie i wyrażanie postaw asertywnych,
- sposoby odmawiania tak, by nie ranić drugiej osoby,
- sposoby radzenia sobie w sytuacjach konfliktu i stresu.

#### 4. Higiena i zdrowie nastolatków:

- zasady właściwego odżywiania i higienicznego trybu życia,
- typowe kłopoty nastolatka (z cerą, potliwością, przetłuszczaniem się włosów),
- zasady higieny osobistej, ubioru, otoczenia,
- właściwe odżywianie; zaburzenia funkcjonowania organizmu w przypadku anoreksji i bulimii,
- higieniczny tryb życia: sen, odpoczynek.

#### 5. Obrona własnej intymności:

- szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka,
- zachowania, które łamią prawo do intymności,
- sytuacje, które naruszają intymność,
- asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej,
- konieczność wypracowania postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.

#### 6. Media – za i przeciw:

- specyfika mediów,
- zagrożenie uzależnieniem od gier komputerowych,

- cyberprzemoc (stalking, cyberbulling),
- media społecznościowe (hejting),
- strony pornograficzne (przedmiotowe traktowanie człowieka; możliwość uzależnienia).

### 3. Materiały dydaktyczne

Media stały się nieodłącznym środkiem dydaktycznym. Ich dostępność zdominowała nie tylko komunikację międzyosobową, ale także proces nauczania i uczenia się. W programie „Wędrując ku dorosłości” niemal na każdej lekcji nauczyciel otrzymuje propozycję wykorzystania krótkiego filmu edukacyjnego. Rodzinne scenki filmowe wprowadzają do tematu i rozmowy kierowanej, przybliżają różnorakie problemy, np. dotyczące uzależnień od mediów cyfrowych, wywołując klasową dyskusję.

Dodatkowym materiałem, cenionym przez nauczycieli WDŻ, są dołączone do scenariuszy lekcji prezentacje multimedialne (na płycie CD). Materiał ten stanowi integralną część *Scenariuszy lekcji „Wędrując ku dorosłości”*. *Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy VI* autorstwa Barbary Charczuk. Z każdej lekcji zostały wybrane najistotniejsze treści, sentencje i wnioski, które są godne utrwalenia i zapamiętania. Połączone z odpowiadającym im materiałem ikonograficznym ułatwiają na każdej lekcji realizację toku podającego, tj. miniwykładów nauczyciela.

Oprócz przekazywanej wiedzy, celem zajęć WDŻ jest wzmocnienie wrażliwości uczniów, refleksji nad życiowymi wyborami i twórczego myślenia. Wymienione pomoce stwarzają szansę na realizację tych założeń.

Do refleksji i przemyśleń skłaniają też uczniów opowiadania autorstwa Małgorzaty Sasin (zawarte we wspomnianych *Scenariuszach lekcji B. Charczuk*). Krótkie historie, bliskie przeżyciom i doświadczeniom uczniów, ułatwiają im znalezienie odpowiedzi na ważne, życiowe pytania. Podpowiadają, jakie wartości i zasady są ważne, aby osiągnąć stawiane cele i realizować zakładane plany.

Niewątpliwym ułatwieniem w realizacji zajęć WDŻ w klasie VI jest zeszyt ćwiczeń. Każdy temat rozpoczyna się częścią teoretyczną czyli krótkim przybliżeniem omawianych zagadnień, a druga część zachęca uczniów do samodzielnych zadań. Zróżnicowana forma poleceń i różny sposób wykonania wzmacniają efektywność nauki i pomagają nastolatkom znaleźć odpowiedzi na ważne dla nich pytania.

Podręcznik, ćwiczenia, scenariusze zajęć z prezentacjami multimedialnymi oraz filmy wzbogacają warsztat nauczyciela. Zajęcia pro-dzinne, podczas których nauczyciel wykorzystuje proponowane materiały, zaspokajają zainteresowania uczniów oraz realizują zakładane przez program „Wędrując ku dorosłości” cele ogólne i szczegółowe zajęć wychowania do życia w rodzinie.

## 4. Środki i pomoce dydaktyczne

### 1. Filmy z serii *Rodzinne przeboje*, Rubikon, Kraków 2018

#### Film 1 „Ani kroku wstecz” czas 5:39

Każdy młody człowiek chce być akceptowany przez rówieśników. Niestety często musi dostosowywać się do grupy. Jak być asertywnym? W jaki sposób odważnie odmówić i nie wyjść na mięczaka? Film kształtuje postawę asertywną mimo presji ze strony kolegów i koleżanek.

#### Film 2 „Szczupła wyobraźnia” czas 5:45

Jadłowstręt psychiczny jest poważnym i potencjalnie zagrażającym życiu zaburzeniem odżywiania, który charakteryzuje się głodzeniem siebie i nadmierną utratą wagi. Nastolatki, bardziej niż inna grupa wiekowa, narażone są na anoreksję. Czy mogą eksperymentować z dietami? W jaki sposób optymalnie się odżywiać? Film pokazuje, że świat nie kręci się tylko wokół kalorii.

#### Film 3 „Piórka na wietrze” czas 6:15

Komputery, telefony komórkowe i portale społecznościowe stały się bardzo popularną bronią w szkolnych rozgrywkach. Młodzież nie zdaje sobie sprawy, że nie tylko krzywdzi ofiarę, ale również łamie prawo. Jak się bronić? Jak reagować? Gdy plotka zostaje wypuszczona w świat, zdementowanie jej może być tak trudne, jak łapanie przysłowiowych piórek na wietrze.

#### Film 4 „Naga nie-prawda” czas 5:26

Najbardziej podstępny koń trojański czy wirus są niczym w porównaniu z pornografią – prawdziwą pandemią, która atakuje nasze społeczeństwo. Za sprawą jednego kliknięcia użytkownik ma dostęp do tysięcy filmów porno. Tymczasem nic tak nie zniekształca obrazu kobiecości i męskości, jak oglądanie pornografii.

#### Film 5 „Bez spadochronu” czas 6:36

Wychowywanie dziecka przypomina czasem nawigowanie samolotem bez spadochronu. A przecież – jak mówi filmowa mama – chodzi o to, by dzieci nie były ani zniewolone, ani rozpuszczone. Jakie są etapy wchodzenia w dorosłość i samodzielność? W filmie wywiązuje się rodzicielska dyskusja nt. wypuszczania dzieci spod rodzicielskich skrzydeł.

### 2. Seria *Budowanie relacji*, Rubikon, Kraków 2019

#### Film 1 „Huragan dopiero nadciąga” czas 5:11

Burzliwe emocje okresu dojrzewania kontra opanowanie, stoicka postawa i dystans do świata. Jak sobie radzić z huśtawką nastrojów i popadaniem w skrajności?

Film przedstawia nastoletnich bohaterów, którzy są drażliwi, wybuchowi i nerwowi. Rodzice mierzą się z ich reakcjami często nieadekwatnymi do sytuacji. Jak przetrwać ten okres trudny dla wszystkich domowników?

#### Film 2 „Mistrzowie słowa” czas 6:17

Nastolatek i rodzice – jak się dogadywać? To niełatwy problem, budzący wiele emocji i przeżywany w prawie każdej rodzinie.

Film otwiera „Katalog dobrych rad”, który mogą dokończyć uczniowie na zajęciach wychowania do życia w rodzinie lub na lekcji wychowawczej.

#### Film 3 „Z daleka widok jest lepszy” czas 6:06

Dojrzewający nastolatek często nie potrafi spojrzeć na siebie obiektywnie. Nieprawdziwa opinia na swój temat (niedocenianie siebie) może prowadzić do obaw i kompleksów. Sytuacja przedstawiona w filmie, tj. ciepła relacja Zosi (wycofanej nastolatki) z przyjaciółką Olą i jej rodziną, pomogła Zosi spojrzeć na siebie życzliwie i z akceptacją. Może to być dobry początek budowania obiektywnego obrazu własnej osoby. Ola natomiast dzięki tej relacji dostrzegła atuty własnej rodziny.

#### Film 4 „Bez słów” czas 4:54

Przyjaźń to bliska relacja z innym człowiekiem, oparta na szacunku, trosce i empatii. Tak rozumiana relacja jest źródłem ogromnej satysfakcji, ale trzeba o nią dbać, uczyć się jej i pielęgnować. Dzięki bliskości z drugą osobą rozwijamy się i wzajemnie wspieramy.

Bohaterka filmu przekonuje się, że na prawdziwego przyjaciela zawsze można liczyć. Ważne są jednak czyny, a nie same słowa i obietnice.

### Film 5 „Nudzę się” czas 8:08

Nuda i zniechęcenie, brak zainteresowań, pasji – to stany, których doświadcza Filip - główny bohater filmu. Jego samopoczucie przeciwstawione jest pasji życia Oli i jej koleżanki Zosi. Dziewczyny mają mnóstwo pomysłów, zajęć i... ani chwili na nudzenie się.

Nuda jest nie tylko psychiczną ciężkością. Jest też niebezpiecznym stanem ducha. Nie wolno lekceważyć doświadczenia nudy, aby nie zrobiła z nas nudziarzy i nie popchnęła do niebezpiecznych zachowań.

### 3. Seria Cyfrowy świat, Rubikon, Kraków 2019

#### Film 1 „Amputacja” czas 6:39

Nastolatki na smartfonach piszą SMS-y, przeglądają portale społecznościowe, grają, słuchają muzyki, robią zdjęcia i nagrywają filmy. Komórka daje im poczucie wolności i niezależności.

Bohaterka nie rozstaje się z telefonem. Gdy pewnego dnia smartfon gdzieś się gubi, dziewczyna czuje się tak, jakby amputowano jej dłoń.

Co zrobić, by telefon nie stał się dla nastolatka całym światem?

#### Film 2 „Słówko masowego rażenia” czas 5:38

Nie ma słów obojętnych, każde niesie określony komunikat, wpływa pozytywnie lub destruktywnie. Zarówno w realu jak i w sieci nie jest obojętne, jakich słów używamy.

Szczególnie w internecie młodzi uczestnicy bezkarnie rzucają słowa i opinie, których nie odważyliby się wypowiedzieć w realnym świecie bez obaw o surowe konsekwencje. Co zrobić, by wirtualna przestrzeń nie stała się areną werbalnej agresji?

#### Film 3 „Prawie prawda” czas 6:05

W dobie internetu jesteśmy skazani na mnóstwo informacji, które nie zawsze są prawdziwe. Ola, typowa nastolatka, przekonuje się, jak bolesne mogą być konsekwencje uwierzenia w niezweryfikowaną wcześniej informację. Film uwrażliwia młodych ludzi aby podchodzili do tych informacji z dystansem i nie stali się ofiarą fake newsów.

#### Film 4 „Zgubione mieszkanie” czas 6:47

Łatwo dzisiaj zatracić granicę prywatności. Przemysłane zachowania, rozważa i roztropność są wysoce wskazane zwłaszcza młodym użytkownikom mediów. Bohaterka filmu szybko przekonuje się, czym może się skończyć nieumiejętne korzystanie z sieci.

#### Film 5 „Drogowskaz tuż za rogiem” czas 7:56

W dobie kryzysu autorytetów nie jest łatwo wskazać osoby godne uznania i naśladowania.

Bohaterki filmu próbują zmierzyć się z zadaniem domowym na ten temat. Poszukiwania w internecie okazały się bezskuteczne, a osoby z mądrością życiową znalazły się bardzo blisko.

### 4. Seria Życie w wolności, Rubikon, Kraków 2019

#### UWAGA: Filmy z tej serii realizują głównie program WDŻ do klasy VII i VIII

#### Film 1 „Jeśli uczta, to wykwintna” czas 5:31

Piękna i elegancka uczta wymaga zwykle dłuższych przygotowań, oprawy i dbałości o szczegóły. Podobnie jest z seksem. Jeśli potrafimy czekać, by zawrzeć trwałą i dający poczucie bezpieczeństwa związek, doświadczymy szczęścia. Akt seksualny to nie tylko pożądanie ciała, ale również uczucia, więź i zrozumienie. Na tym polega integracja seksualna.

Film mówi o tym, że seks może być pięknym doświadczeniem. Największą wartość ma wtedy, gdy jest aktem dojrzałej miłości.

#### Film 2 „Wielkie ciacho” czas 7:18

Ty jeszcze tego nie robiłeś?/nie robiłaś? – pytanie z serii presji seksualnej nastolatków. Młodym ludziom niełatwo o argumenty uzasadniające swoje stanowisko, dlatego jeszcze nie... Zakochani bohaterowie filmu muszą zmierzyć się z tym problemem. Są tego samego zdania – chcą czekać. Odzyskali spokój wewnętrzny i wiedzą, że mogą sobie ufać.

**Film 3 „Rzykant myli się raz” czas 5:28**

Chęć zafundowania sobie tatuażu przez młodego bohatera filmu staje się pretekstem do rodzinnej debaty na temat dróg zakażenia wirusem HIV i choroby AIDS. Jak dotąd nie ma skutecznego leku na AIDS, można jedynie spowalniać postępy choroby i przedłużać życie choremu. Młody widz dowie się także o zachowaniach, które dają gwarancję bezpieczeństwa.

**Film 4 „Mamo, powiedz mi...” czas 5:20**

Film podejmuje temat FAS – Płodowego Zespołu Alkoholowego, który jest skutkiem oddziaływania alkoholu na dziecko w okresie prenatalnym. FAS jest chorobą nieuleczalną, której można uniknąć, jeśli matka zachowuje abstynencję w czasie ciąży.

W filmie wywiązuje się rodzicielska dyskusja z córką Olą, która podejrzewa u siebie symptomy FAS. Rodzice uspokajają córkę i obalają mity o nieszkodliwości picia alkoholu w ciąży.

**Film 5 „Rozładowany” czas 5:28**

Napoje energetyzujące to produkty, które mają działanie pobudzające. Ponadto poprawiają koncentrację, zwiększają szybkość reakcji oraz wydolność organizmu. Mają także za zadanie przyspieszenie metabolizmu i przeciwdziałanie zmęczeniu. Czy są bezpieczne dla zdrowia?

Bohater filmu przekonuje się, że zamiast obiecanych w reklamie „skrzydeł” i „zastrzyku energii” otrzymał... kłopoty ze zdrowiem.

**5. Seria Rodzina na piątkę, Rubikon, Kraków 2019**

**Film 1 „Więcej niż ciało” czas 7:40**

Kult ciała jest wszechobecny. Lansowane w mediach kanony piękna, do których należy dążyć, niosą różnego rodzaju następstwa. Z jednej strony są one pozytywne, np. większa dbałość o zdrowie, wybieranie nieprzetworzonego jedzenia, ale z drugiej wywołują powstawanie kompleksów i zbytnią ingerencję w naturę (sterydy, operacje plastyczne).

Film mówi o akceptacji swojego wyglądu, ale także siebie jako osoby: duchowości i psychiki.

**Film 2 „Partycja” czas 6:27**

Z tematem porządku każdy zmagają się na swój sposób. Jedni, bo nie mogą nic znaleźć. Inni, bo czują przymus odkładania wszystkiego na swoje miejsce. Są też tacy, którzy świetnie się odnajdują w bałaganie, ale spotyka ich niezrozumienie otoczenia (najczęściej rodziców). W filmie porządek staje się tematem numer jeden. Okazuje się, że partycja dysku (porządkowanie informacji) może być metaforą umysłu – im jaśniej i czystiej, tym łatwiej pozbierać myśli.

**Film 3 „Z głową w chmurach” czas 4:17**

Koncert muzyki klasycznej staje się pretekstem do rozmów o duchowych przeżyciach. Ciało wyraża osobę, posiada swoją wartość. Jednak do sfery duchowej należy zaspokajanie potrzeb

wyższych, emocjonalnych, spełnianie marzeń, bardziej twórcze i kreatywne życie.

Film o tym, jak sztuka i muzyka odrywają nas od rutyny codzienności i odmieniają.

**Film 4 „Martwa cisza” czas 4:53**

Nawet w najlepszych rodzinach zdarzają się nieporozumienia. Gorzej, gdy po awanturze następuje impas i... cisza. Kłótnia rodziców i ciche dni sprawiają, że atmosfera w domu staje się nie do zniesienia. Gdy rodzice ukradkiem wymieniają piorunujące spojrzenia i szeptem prawią sobie uszczypliwości, dzieci bezbłędnie wyczuwają negatywne emocje i postanawiają coś z tym zrobić. Uciekając się do fortelu, znajdują rozwiązanie, które przerywa ciszę.

**Film 5 „Sami w domu” czas 5:52**

Relacje między rodzeństwem bywają konfliktowe, pełne napięć i nieporozumień. Wśród braci i sióstr dochodzi do kłótni, ostrej wymiany zdań, a nawet... poszturchiwań. Czy można przezwyciężyć wzajemną niechęć i nauczyć się kompromisów? Czy to możliwe, by nie krytykować i oceniać, nie stawiać na swoim, ale akceptować siebie nawzajem? Film pokazuje, że jest to możliwe.

### **6. Podręcznik**

Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król,  
„Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie  
do życia w rodzinie dla uczniów klasy  
VI szkoły podstawowej, Wydawnictwo  
Rubikon, Kraków 2019.

### **7. Ćwiczenia**

„Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do  
życia w rodzinie, Ćwiczenia dla uczniów  
klasy VI szkoły podstawowej, red. T. Król,  
Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2019.

Współautorzy:

Magdalena Guziak-Nowak

Teresa Król

Józef Nowakowski

Jolanta Tęcza-Ćwierz

### **8. Scenariusze**

Barbara Charczuk, „Wędrując  
ku dorosłości”. *Scenariusze zajęć  
z prezentacjami multimedialnymi dla VI  
klasy szkoły podstawowej*, Wydawnictwo  
Rubikon, Kraków 2019.



# Wychowanie do życia w rodzinie.

## Podstawa programowa

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. poz. 356 i z 2018 poz. 1679).

### 1. Cele kształcenia – wymagania ogólne

- II. Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka. Wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
- III. Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie.
- IV. Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania. Pokonywanie trudności okresu dorastania.
- V. 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.
- VI. 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.
- VII. Uświadomienie i uzasadnienie potrzeby przygotowania do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny. Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa.
- VIII. Korzystanie ze środków przekazu, w tym z internetu, w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.

### 2. 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;
- 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: permissive, relatywne i normatywne;
- 12) rozumie wartość trwałości małżeństwa dla dobra rodziny.

#### **IV. Życie jako fundamentalna wartość. Uczeń:**

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

#### **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;
- 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.

#### **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.
- 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 system 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.

### 3. 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;

# Lekcja 1 Z rodziny się nie wyrasta

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: I</p> <p>Wymagania szczegółowe: I,2, 3</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić najważniejsze treści i cele zajęć WDŻ w klasie VI,</li> <li>• przedstawić rodzinę jako najmniejszą grupę (komórkę) społeczną i najważniejsze środowisko rozwoju człowieka,</li> <li>• scharakteryzować różne typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana),</li> <li>• ukazać specyfikę i rolę rodzin zastępczych,</li> <li>• wyjaśnić na czym polega adopcja.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• najważniejsza w rodzinie jest miłość i poświęcony czas</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. WDŻ w klasie VI – tematy i zagadnienia</li> <li>2. Kontrakt klasowy.</li> <li>3. Rodzina – najmniejszą grupą społeczną.</li> <li>4. Rola rodziny w zapewnieniu pomyślnego rozwoju dziecka.</li> <li>5. Typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana.</li> <li>6. Rodzina zastępcza.</li> <li>7. Rodzina adopcyjna.</li> <li>8. Miłość i czas fundamentem życia rodzinnego.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów i ustalanie zasad pracy obowiązujących na lekcjach WDŻ.</li> <li>• Krzyżówka.</li> <li>• Mówiąca ściana – hasło „Rodzina”.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: typy rodzin.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Refleksja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie M. Sasin „O gwiazdach, łzach i nadziei”.</li> <li>• M. Guziak-Nowak „Dzieci z serca”.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Krzyżówka.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karteczki samoprzylepne, arkusze papieru, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 2 Rodzinne wychowanie

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: I</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnić, w czym tkwi istota wychowania w rodzinie,</li> <li>• przedstawić sposoby okazywania miłości, czułości i bliskości w rodzinie,</li> <li>• wskazać znaczenie zasad i norm moralnych w życiu człowieka; dla ludzi wierzących – norm religijnych,</li> <li>• wskazać wagę prawdy i uczciwości oraz postawy uczynności w życiu rodzinnym.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowanie to zachęta do szukania w życiu prawdy, dobra i piękna,</li> <li>• rodzina pomaga budować hierarchię wartości, które wspierają młodego człowieka w podejmowaniu życiowych decyzji.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Znaczenie określenia, że ktoś jest dobrze wychowany (istota wychowania).</li> <li>2. Wychowanie do dobra, prawdy i piękna.</li> <li>3. Znaczenie zasad i norm moralnych w rozwoju człowieka.</li> <li>4. Zaangażowanie poznawcze i emocjonalne rodziny w wychowaniu patriotycznym.</li> <li>5. Formacyjna rola rodziny w tworzeniu hierarchii wartości: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wartości fundamentem rodzinnej wspólnoty,</li> <li>• urzeczywistnianie wartości w podejmowaniu decyzji życiowych,</li> <li>• świadomy i odpowiedzialny wybór stylu życia.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. rodzinnego wychowania.</li> <li>• Śniegowa kula: co ułatwia, a co utrudnia stawanie się coraz lepszym człowiekiem?</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem; pogadanka.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film z serii „Rodzina na piątkę” pt. „Z głową w chmurach”.</li> <li>• Opowiadanie M. Sasin pt. „O dwóch synach”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 3    Rozwój ku dojrzałości i odpowiedzialności

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.11; VI.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić cele życiowe związane z rozwojem i odpowiedzialnością,</li> <li>• zrozumieć troskę rodziców o rozwój samodzielności ich dzieci,</li> <li>• wskazać na rolę aktywności własnej w rozwijaniu swoich predyspozycji i pasji,</li> <li>• określić, na czym polega samowychowanie i odpowiedzialność za własne lub czyjeś czyny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dorosłość i dojrzałość – to nie to samo.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dojrzałość – celem, procesem i kierunkiem rozwoju.</li> <li>2. Troska rodziców o harmonijny rozwój dzieci i osiągnięcie przez nie samodzielności.</li> <li>3. Aktywność własna i samowychowanie.</li> <li>4. Odpowiedzialność za siebie i za innych.</li> <li>5. Dorosłość a dojrzałość; świadomość potrzeby kierowania własnym rozwojem.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Mapa pojęciowa – odpowiedzialność.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Praca z filmem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Film z serii „Rodzinne przeboje” pt. „Bez spadochronu” (do wyemitowania dla rodziców).</li> <li>• Opowiadanie M. Sasin pt. „Konkurs”.</li> <li>• Arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 4 Sztuka rozmowy

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: II; IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić proces komunikacji społecznej,</li> <li>• ukazać wartość sztuki porozumiewania się w życiu rodzinnym i społecznym,</li> <li>• wyjaśnić znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej,</li> <li>• określić, na czym polega umiejętność słuchania,</li> <li>• omówić zasady udanej komunikacji.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• każdy z nas winien być odpowiedzialny za wypowiedane i pisane słowa oraz za manifestowane reakcje.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przebieg procesu komunikacji społecznej.</li> <li>2. Znaczenie sztuki porozumiewania się.</li> <li>3. Komunikacja werbalna i niewerbalna.</li> <li>4. Reguły dobrego słuchania.</li> <li>5. Zasady efektywnej komunikacji.</li> <li>6. Odpowiedzialność za manifestowane reakcje oraz za wypowiedane i pisane słowa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenie „Cztery kąty”.</li> <li>• Praca w grupach – nt. komunikacji niewerbalnej.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Drama.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Mistrzowie słowa” z serii „Budowanie relacji”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Złote myśli nt. sztuki rozmowy.</li> <li>• Arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 5 Gdy trudno się porozumieć

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: II; IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.3, 5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić źródła powstawania sporów i nieporozumień w rodzinie,</li> <li>• odróżnić nieporozumienia od konfliktów,</li> <li>• omówić skutki nierozwiązanych sporów i konfliktów w rodzinie, bliższym i dalszym otoczeniu,</li> <li>• wskazać na atuty komunikacji otwartości i inne czynniki ułatwiające rozwiązywanie spornych kwestii,</li> <li>• przedstawić sposoby rozwiązywania sporów,</li> <li>• wyjaśnić, dlaczego przeproszenie i przebaczenie są bardzo ważne w relacjach międzyludzkich.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nieporozumienia z rodzicami bywają bolesne i trudne, ale najważniejsza jest miłość.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Powszechność zjawiska rodzinnych sporów i nieporozumień; przyczyny.</li> <li>2. Czym są spory i konflikty.</li> <li>3. Skutki nierozwiązanych konfliktów w życiu rodzinnym i społecznym.</li> <li>4. Zalety sytuacji konfliktowych i sporów.</li> <li>5. Techniki rozwiązania spornych kwestii (np. metoda pięciu kroków).</li> <li>6. Przeproszenie i przebaczenie.</li> <li>7. Rodzice, dzieci i nieporozumienia.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Drama.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film z serii „Rodzina na piątkę” pt. „Sami w domu”.</li> <li>• Opowiadanie M. Sasin pt. „O cioci Anieli”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Polecenia do dramy.</li> <li>• Zadania do pracy w grupach.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 6 O presji rówieśniczej

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.3, 4, 9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, na czym polega atrakcyjność grup rówieśniczych,</li> <li>• wyjaśnić, czym jest presja grupy i dlaczego trzeba się jej przeciwstawiać,</li> <li>• podać definicję asertywności,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego stanowcze mówienie NIE wymaga dzielności i odwagi,</li> <li>• wymienić sposoby asertywnego odmawiania,</li> <li>• określić, czym jest stres i jakie są objawy jego przeżywania,</li> <li>• wskazać sytuacje stresowe,</li> <li>• wymienić sposoby radzenia sobie ze stresem.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• radzenie sobie z presją grupy i stresem pomoże uzyskać wewnętrzną równowagę i uodpornić na czynniki zagrażające zdrowiu psychicznemu.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grupy rówieśnicze i ich atrakcyjność.</li> <li>2. Presja rówieśnicza – przymusem wywieranym w konkretnym celu.</li> <li>3. Asertywność sztuką mówienia NIE.</li> <li>4. Odwaga i dzielność tych, którzy nie ulegają presji.</li> <li>5. Sposoby odmawiania, by nie ranić drugiej osoby.</li> <li>6. Trudne sytuacje życiowe przeżywane przez nastolatków.</li> <li>7. Czym jest stres; objawy.</li> <li>8. Sposoby radzenia sobie ze stresem.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Odgrywanie ról.</li> <li>• Burza mózgów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film z serii „Rodzinne przeboje” pt. „Ani kroku wstecz”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zadania dla grup.</li> <li>• Arkusze papieru, pisarki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

# Lekcja 7 Zarządzanie sobą

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, na czym polega zarządzanie sobą i efektywne wykorzystywanie czasu,</li> <li>• ocenić rozkład swojego dnia,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego ważny jest higieniczny tryb życia,</li> <li>• przedstawić znaczenie stosownego ubioru do różnych okoliczności,</li> <li>• omówić zasady zdrowego żywienia,</li> <li>• uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorostania.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie zajęć i efektywne wykorzystywanie czasu.</li> <li>2. Higieniczny tryb życia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• regularny sen,</li> <li>• higiena osobista,</li> <li>• stosowny ubiór.</li> </ul> </li> <li>3. Zasady zdrowego odżywiania.</li> <li>4. Aktywność fizyczna i wypoczynek.</li> <li>5. Własna odpowiedzialność za zdrowie i jakość życia.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w grupach – gwiazda pytań.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Partycja dysku” z serii „Rodzina na piątkę”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>



## Lekcja 8 Zarządzanie sobą

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, na czym polega zarządzanie sobą i efektywne wykorzystywanie czasu,</li> <li>• ocenić rozkład swojego dnia,</li> <li>• uzasadnić, dlaczego ważny jest higieniczny tryb życia,</li> <li>• przedstawić znaczenie stosownego ubioru do różnych okoliczności,</li> <li>• omówić zasady zdrowego żywienia,</li> <li>• uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie zajęć i efektywne wykorzystywanie czasu.</li> <li>2. Higieniczny tryb życia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• regularny sen,</li> <li>• higiena osobista,</li> <li>• stosowny ubiór.</li> </ul> </li> <li>3. Zasady zdrowego odżywiania.</li> <li>4. Aktywność fizyczna i wypoczynek.</li> <li>5. Własna odpowiedzialność za zdrowie i jakość życia.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w grupach – gwiazda pytań.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Partycja dysku” z serii „Rodzina na piątkę”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

# Lekcja 9 Mój styl to zdrowie

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić trzy wymiary zdrowia (wg definicji WHO),</li> <li>• wskazać czynniki, od których zależy zdrowie prokreacyjne,</li> <li>• uzasadnić potrzebę konsultacji lekarskiej w sytuacji zaburzeń zdrowotnych układu rozrodczego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba, konsultacja i leczenie u lekarza specjalisty.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia).</li> <li>2. Zdrowie prokreacyjne, czyli zdolność przekazywania życia.</li> <li>3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne.</li> <li>4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń.</li> <li>5. Pierwsza wizyta u ginekologa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: co wpływa na zdrowie.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie: Małgorzata Sasin „Kobiece sprawy”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Arkusze papieru, kolorowe mazaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 10 Mój styl to zdrowie

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: III</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić trzy wymiary zdrowia (wg definicji WHO),</li> <li>• wskazać czynniki, od których zależy zdrowie prokreacyjne,</li> <li>• uzasadnić potrzebę konsultacji lekarskiej w sytuacji zaburzeń zdrowotnych układu rozrodczego.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba, konsultacja i leczenie u lekarza specjalisty.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia).</li> <li>2. Zdrowie prokreacyjne, czyli zdolność przekazywania życia.</li> <li>3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne: właściwe odżywianie, aktywność fizyczna, abstynencja od alkoholu i papierosów.</li> <li>4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń.</li> <li>5. Leczenie u lekarza specjalisty.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: co wpływa na zdrowie.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Arkusze papieru, kolorowe mazaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

# Lekcja 11 Dojrzewam do kobiecości

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.7</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać istotne cechy kobiecości i męskości,</li> <li>• wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm dziewcząt do roli macierzyństwa,</li> <li>• uzasadnić, że niewłaściwe odżywianie zaburza rozwój (anoreksja, bulimia),</li> <li>• wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej płci.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• W okresie dojrzewania uwydatniają się i kształtują cechy specyficzne dla kobiet.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Być kobietą, być mężczyzną.</li> <li>2. Dojrzewanie dziewcząt w perspektywie macierzyństwa.</li> <li>3. Niewłaściwe odżywianie zaburzeniem funkcjonowania organizmu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• anoreksja,</li> <li>• bulimia.</li> </ul> </li> <li>4. Akceptacja siebie i swojej kobiecości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: gra „kobiece/męskie”.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenie.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Zdania niedokończone.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Szczuła wyobraźnia” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Plakaty z niedokończonymi zdaniem.</li> <li>• Karty „kobiece/męskie”.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 12 Dojrzewam do męskości

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać istotne cechy męskości i kobiecości,</li> <li>• wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm chłopca do pełnienia przyszłych życiowych ról,</li> <li>• uzasadnić, że właściwe odżywianie i prowadzony tryb życia decydują o zdrowiu i kondycji nastolatka,</li> <li>• wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej płci.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jego przyszłość istotnie zależy od przyjętego stylu życia wolnego od używek.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Być mężczyzną, być kobietą.</li> <li>2. Dojrzewanie chłopców w perspektywie pełnienia przyszłych życiowych ról.</li> <li>3. Niewłaściwe odżywianie, używki, niewłaściwy tryb życia zagrożeniem dla zdrowia i kondycji nastolatka.</li> <li>4. Akceptacja siebie i swojej męskości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: gra „kobiece/męskie”.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Zdania niedokończone.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Rozładowany” z serii „Życie w wolności”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Plakaty z niedokończonymi zdaniem.</li> <li>• Karty „kobiece/męskie”.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

# Lekcja 13 Mam swoją godność

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić czym jest wielowymiarowość człowieka,</li> <li>• wyjaśnić, na czym polega poczucie własnej godności,</li> <li>• określić, czym jest szacunek dla ciała w kontekście godności,</li> <li>• przedstawić naturalną potrzebę człowieka do zachowania intymności,</li> <li>• określić zachowania, które łamią prawo do intymności,</li> <li>• uzasadnić konieczność kształtowania postawy szacunku wobec siebie i innych,</li> <li>• wymienić sposoby odmowy wobec próby naruszenia intymności,</li> <li>• podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań.</li> <li>• uzasadnić, dlaczego NIE dla pornografii.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przewidywanie niebezpiecznych sytuacji i asertywna postawa może ją uchronić przed zachowaniami, które mogą okazać się niebezpieczne.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Człowiek istotą wielowymiarową.</li> <li>2. Szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka.</li> <li>3. Naturalna potrzeba intymności.</li> <li>4. Zachowania, które łamią prawo do intymności.</li> <li>5. Sytuacje, które naruszają intymność.</li> <li>6. Asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej (odmowa, jednoznaczne i bezsłowne komunikaty).</li> <li>7. Strony pornograficzne :             <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia przedmiotowym traktowaniem człowieka,</li> <li>• możliwość szybkiego uzależnienia od pornografii</li> <li>• przepisy prawa (art. 200 par. 3 KK).</li> </ul> </li> <li>8. Wypracowanie postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca indywidualna – rysunek, ćwiczenia.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Naga nie-prawda” z serii „Rodzinne przeboje” dla klasy VI.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Kartki A4 dla każdej uczennicy.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 14 Mam swoją godność

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.4</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić czym jest wielowymiarowość człowieka i na czym polega poczucie własnej godności,</li> <li>• określić, czym jest szacunek dla ciała w kontekście godności,</li> <li>• przedstawić naturalną potrzebę człowieka do zachowania intymności,</li> <li>• określić zachowania, które łamią prawo do intymności,</li> <li>• uzasadnić potrzebę szacunku wobec siebie i innych,</li> <li>• wymienić sposoby odmowy wobec próby naruszenia intymności,</li> <li>• podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań.</li> <li>• uzasadnić, dlaczego NIE dla pornografii,</li> <li>• Podać przepisy prawa (KK), które udostępnianie pornografii nieletnim kwalifikuje jako przestępstwo.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• asertywna postawa może uchronić przed zachowaniami, które mogą go narazić na niebezpieczeństwo.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Człowiek istotą wielowymiarową.</li> <li>2. Szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka.</li> <li>3. Naturalna potrzeba intymności.</li> <li>4. Zachowania, które łamią prawo do intymności.</li> <li>5. Sytuacje, które naruszają intymność.</li> <li>6. Asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej (odmowa, jednoznaczne i bezsłowne komunikaty).</li> <li>7. Strony pornograficzne: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia przedmiotowym traktowaniem człowieka,</li> <li>• możliwość szybkiego uzależnienia od pornografii,</li> <li>• przepisy prawa (art. 200 par. 3 KK).</li> </ul> </li> <li>8. Konieczność wypracowania postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca indywidualna – rysunek, ćwiczenia.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Naga nie-prawda” z serii „Rodzinne przeboje” dla klasy VI.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Kartki A4 dla każdego ucznia.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 15 Media – wybieram świadomie, korzystam bezpiecznie

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.8</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• omówić zalety środków masowej komunikacji,</li> <li>• dostrzec mechanizmy manipulacji w reklamie,</li> <li>• ocenić wagę kontaktów wirtualnych i porównać z kontaktami społecznymi (koledzy, przyjaciele) w realu,</li> <li>• krytycznie ocenić sieciowe informacje,</li> <li>• omówić zagadnienie odpowiedzialnego korzystania z mediów elektronicznych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• refleksyjne podejście do mediów i analiza proponowanych treści może uchronić przed poddaniem się manipulacji i uzależnieniem.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zalety środków masowej komunikacji.</li> <li>2. Mechanizmy manipulacji w reklamie.</li> <li>3. Kontakty wirtualne a fizyczna obecność: <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreowanie siebie zgodnie z aktualnymi trendami,</li> <li>• „lajki” i lęk przed utratą polubień,</li> <li>• „sieciowi” znajomi,</li> <li>• Fake newsy.</li> </ul> </li> <li>4. Bierne korzystanie z mediów: <ul style="list-style-type: none"> <li>• brak refleksji i analizy treści,</li> <li>• przyzwyczajenie i uzależnienie.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wizualizacja.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Debata.</li> <li>• Praca z filmem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Prawie prawda” z serii „Cyfrowy świat”.</li> <li>• Opowiadanie: Małgorzata Sasin „Kilka słów o prawieniu komplementów”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>



## Lekcja 16 Stalking, hejting, cyberprzemoc

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.8; II.6</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić ryzyko uzależnienia od Internetu,</li> <li>• omówić zasady roztropnego korzystania z mediów,</li> <li>• krytycznie ocenić sieciowy ekshibicjonizm,</li> <li>• scharakteryzować zjawisko cyberprzemocy i stalkingu,</li> <li>• podać listę argumentów, dlaczego NIE dla hejtu w mediach społecznościowych.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kultura bycia i zasady etyczne powinny obowiązywać również w sieci.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ryzyko uzależnienia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• silna potrzeba korzystania z Internetu,</li> <li>• osłabienie samokontroli,</li> <li>• spędzanie coraz większej ilości czasu on-line,</li> <li>• rozdrażnienie przy próbach ograniczenia korzystania.</li> </ul> </li> <li>2. Zasady roztropnego korzystania z mediów.</li> <li>3. Cyberprzemoc i stalking.</li> <li>4. Nękanie, wyśmiewanie i hejt w przestrzeni wirtualnej.</li> <li>5. Zasady etyczne w mediach.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Wizualizacja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Piórka na wietrze” z serii „Rodzinne przeboje dla klasy VI” lub „Amputacja” z serii „Cyfrowy świat” lub „Spadająca gwiazda” z serii „Edukacja medialna”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

# Lekcja 17 Stalking, hejting, cyberprzemoc

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: VII</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.8; II.6</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić ryzyko uzależnienia od Internetu,</li> <li>• omówić zasady roztropnego korzystania z mediów,</li> <li>• krytycznie ocenić sieciowy ekshibicjonizm,</li> <li>• scharakteryzować zjawisko cyberprzemocy i stalkingu,</li> <li>• podać listę argumentów, dlaczego NIE dla hejtu w mediach społecznościowych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kultura bycia i zasady etyczne powinny obowiązywać również w sieci.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ryzyko uzależnienia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• silna potrzeba korzystania z Internetu,</li> <li>• osłabienie samokontroli,</li> <li>• spędzanie coraz większej ilości czasu on-line,</li> <li>• rozdrażnienie przy próbach ograniczenia korzystania.</li> </ul> </li> <li>2. Zasady roztropnego korzystania z mediów.</li> <li>3. Cyberprzemoc i stalking.</li> <li>4. Nękanie, wyśmiewanie i hejt w przestrzeni wirtualnej.</li> <li>5. Zasady etyczne w mediach.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Wizualizacja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Słówko masowego rażenia” lub „Amputacja” z serii „Cyfrowy świat”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 18 Jak mogę ci pomóc?

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: II</p> <p>Wymagania szczegółowe: VI.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić trudne sytuacje z życia rodzinnego, które wymagają wsparcia najbliższych, udzielenia pomocy, okazania miłości,</li> <li>• wskazać osoby z bliższego i dalszego otoczenia wymagające opieki, zainteresowania się nimi, psychicznego wsparcia,</li> <li>• przedstawić sposoby radzenia sobie z doświadczeniem nudy,</li> <li>• zaproponować formy zaangażowania się w działalność wolontariatu i organizacji, które z założenia pomagają i wspierają potrzebujących.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdarzają się nieraz ludziom z naszego otoczenia trudne sytuacje życiowe, a wtedy osobiste zaangażowanie i pomoc mogą przynieść im ulgę, wyzwolić dobro, które daje również pomagającym radość i satysfakcję.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Osoby z niepełnosprawnościami, chore, samotne – w rodzinie oraz bliższym i dalszym otoczeniu.</li> <li>2. Potrzeba stworzenia chorym i niepełnosprawnym dobrych warunków do życia i rozwoju.</li> <li>3. Problem nudy.</li> <li>4. Mobilizacja do aktywności indywidualnej, zaangażowanie się w stowarzyszeniach udzielających pomocy osobom potrzebującym.</li> <li>5. Sposoby wsparcia osób potrzebujących w ramach wolontariatu.</li> <li>6. Sposoby wyrażania prośby.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca indywidualna i w grupach.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Wizualizacja.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Nudzę się” z serii „Budowanie relacji” lub film „Radość dawania” z serii „Rodzinne przeboje” (jeśli nie był emitowany w klasie V).</li> <li>• Opowiadanie: M. Sasin „Staruszkowy dom”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

## Lekcja 19 Czasami pod górkę. Trudności w okresie dojrzewania

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Środki i pomoce dydaktyczne
<p>Wymagania ogólne: I</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.13</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego trzeba przełamać nieufność przy prośbie o pomoc,</li> <li>• zwerbalizować problemy, które często nurtują młodych ludzi,</li> <li>• przekazać swoje wątpliwości najbliższemu, by dowiedzieć się, co sądzą o przedstawionych problemach,</li> <li>• wskazać specjalistów, do których można udać się po pomoc,</li> <li>• odnaleźć w internecie adresy poradni i instytucji udzielających pomocy w trudnych sytuacjach życiowych.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• osoba przeżywająca trudności i kryzysy może liczyć na życzliwość i wsparcie kompetentnych osób i instytucji.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przełamanie nieufności i pokonanie wstydu, aby zwrócić się o pomoc.</li> <li>2. Instytucjonalna i społeczna pomoc w trudnych sytuacjach życiowych: <ul style="list-style-type: none"> <li>• problemy związane z nauką,</li> <li>• problemy związane z dojrzewaniem,</li> <li>• niska samoocena,</li> <li>• problemy ze zdrowiem,</li> <li>• cyberprzemoc, hejt,</li> <li>• trudne sytuacje rodzinne: choroby, ubóstwo, bezrobocie.</li> </ul> </li> <li>3. Adresy poradni i instytucji niosących pomoc w trudnych sytuacjach życiowych.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Mówiąca ściana”.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Praca w grupach.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opowiadanie M. Sasin „Pomoc dla Janka”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Arkusze papieru, pisaki, magnesy lub masa mocująca.</li> <li>• Karteczki samoprzylepne.</li> <li>• Zadania do pracy grupowej.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VI.</li> <li>• Barbara Charczuk, Scenariusze zajęć „Wędrując ku dorosłości dla klasy VI”</li> </ul>

Prof. nadzw. dr hab. Teresa Olearczyk

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VI szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2019.**

Opracowany przez Teresę Król Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej realizuje cele kształcenia – wymagania ogólne i szczegółowe oraz treści nauczania wynikające z rozporządzenia 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 24 lutego 2017 r. poz. 356).

### 1. Materiał nauczania

Program zajęć WDŻ do klasy 6 jest już ostatnim programem, który wyczerpuje zaplanowany do szkoły podstawowej materiał nauczania. Skupia się on w tej klasie na zagadnieniach związanych z rozwojem psychoseksualnym ucznia, jak również osiągnięciem coraz większej

samodzielności, samowychowania i odpowiedzialności za siebie i innych. Podczas realizacji zaproponowanych tematów uczeń uświadamia sobie potrzebę kierowania własnym rozwojem. Dotyczy to procesu komunikacji społecznej, czyli sztuki efektywnego porozumiewania się, a także odpowiedzialności za manifestowane reakcje i wypowiedzane słowa. Autorka programu podpowiada, jak rozwiązywać spory i konflikty – zarówno w domu rodzinnym, jak też w kontaktach z rówieśnikami.

Nie bez znaczenia będą także lekcje, na których porusza się problem presji rówieśniczej i asertywności. Powiedzenie „nie” wymaga niejednokrotnie odwagi i radzenia sobie ze stresem. Dlatego uczniowie klasy 6 poznają na lekcjach WDŻ sposoby odbarczania stresu, i sztukę zarządzania sobą. O tym, jak chronić swoją godność i nie naruszać prawa do intymności uczniowie dowiedzą się w kontekście zagrożeń medialnych – cyberprzemocy, hejtu, stalkingu i pornografii.

W programie wiele miejsca poświęcono zasadom umiejętnego korzystania z mediów i kulturze bycia, również w sieci. Ryzyko

uzależnień behawioralnych (od mediów społecznościowych, gier komputerowych, pogoni za lajkami, nieustannego bycia online) zostało przedstawione jako realne zagrożenie dla zdrowia i życia.

Problematykę zdrowia uwzględniono nie tylko w aspekcie fizycznym, ale również psychicznym i społecznym. Nie pominięto także czynników, które wpływają na zdrowie prokreacyjne.

Pierwsza lekcja WDŻ w klasie 6 otwiera, a ostatnia zamyka tematykę prorodzinną. O rodzinie można mówić jako o szczególnej wspólnotcie, która rządzi się miłością, społecznymi dążeniami swych członków i uczy współdziałania. Daje też najlepszą szansę na harmonijny rozwój osobowości człowieka.

Bywa jednak i tak, że nastolatek przeżywa problemy, którym rodzina nie jest w stanie sprostać. Dlatego uczeń dowiaduje się, w jakiej sytuacji, gdzie i do kogo może się zwrócić o pomoc.

## 2. Cele kształcenia i wychowania

Ukierunkowanie celów kształcenia – wymagania ogólne w podstawie programowej MEN na integralną wizję osoby ludzkiej dało podstawę do szukania obiektywnej prawdy o człowieku, jego wielowymiarowości i godności. Stąd seksualność człowieka została potraktowana holistycznie, czyli nie tylko w wymiarze biologicznym, ale także psychicznym (emocjonalnym), społecznym i etycznym. Uczeń, który otrzymuje wiedzę na temat czynników istotnych dla jego integralnego rozwoju, dostrzega możliwości samowychowania i nabiera umiejętności dokonywania właściwych wyborów.

## 3. Procedury osiągania celów

Skuteczność zajęć WDŻ w znacznym stopniu zależy od indywidualnego i odpowiedniego doboru form i metod pracy. Prowadzący winien uwzględnić możliwości percepcyjne swoich uczniów i dobierać takie metody, które wyzwolą zaangażowanie uczniów. Propozycje zajęć w programie „Wędrując ku dorosłości” uwzględniają różnorodność metod aktywizujących, np. debata, praca w grupach, burza mózgów, „mówiąca ściana”, wizualizacja, mapa pojęciowa, drama. Metody podające – wykład czy pogadanka – są zwykle uzupełnione prezentacją multimedialną. Do wielu lekcji zaplanowano pracę z filmem lub tekstem opowiadania.

Dzięki tym pomocom następuje naturalne wprowadzenie w zaplanowaną tematykę zajęć. Nierzadko sugeruje się nauczycielowi, aby

zastosował wyciszającą refleksję, która skłoni uczniów do zastanowienia się nad życiowymi dylematami i wyborami.

## 4. Materiały i środki dydaktyczne

Realizacja założonych celów lekcji jest ułatwiona dzięki zaplanowanym i odpowiednio dobranym pomocom i środkom dydaktycznym. Wiele spotkań w klasie rozpoczyna się opowiadaniem autorstwa Małgorzaty Sasin – te krótkie formy są związane tematycznie z zagadnieniami poruszonymi na danej lekcji. Opowiadania te odnajdzie nauczyciel w zaproponowanych scenariuszach zajęć „Wędrując ku dorosłości”. *Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6* autorstwa Barbary Charczuk. Ponadto na dołączonej do scenariuszy płytce CD prowadzący otrzymuje prezentację multimedialną do każdej lekcji. Propozycje filmowe (wymienione we wstępie do programu) także wzbogacają lekcje WDŻ i czynią je bardziej atrakcyjnymi. Wiele z tych filmów zainspiruje uczniów do dyskusji na ważne dla nastolatków tematy.

Dzięki tym środkom dydaktycznym i materiałom założone cele i osiągnięcia uczniów zostaną zrealizowane w sposób satysfakcjonujący i skuteczny.

## 5. Ocena końcowa

Program nauczania Teresy Król „Wędrując ku dorosłości”. *Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej* jest zgodny z najnowszą wiedzą

psychologiczno-pedagogiczną. Stopień trudności został dostosowany do wieku uczniów, a zakres materiału jest odpowiedni do liczby godzin przewidzianych w ramowym planie nauczania zajęć WDŻ, zgodnie z rozporządzeniem z dnia 12 sierpnia 1999 roku *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.*

W planie zajęć uwzględniono zróżnicowanie materiału dla grup dziewcząt i chłopców.

Tak więc program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. *Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej* autorstwa Teresy Król może być przeznaczony do zajęć wychowanie do życia w rodzinie w klasie 6 szkoły podstawowej.

*Prof. nadzw. dr hab. Teresa Olearczyk*

pedagog rodziny; wykładowca Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza-Modrzewskiego, autorka wielu publikacji książkowych i artykułów nt. psychologii społecznej, pedagogiki rodziny i kultury ciszy

Kraków, dnia 12.06.2019



Ewa Kosińska

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VI szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2019.**

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. poz. 356 i poz.1679 z 2018 r.) został przygotowany program zajęć wychowania do życia w rodzinie odpowiadający rozkładowi materiału dla klasy szóstej. Recenzowany program jest częścią serii programów, podręczników i ćwiczeń objętych tytułem „Wędrując ku dorosłości” dla szkół podstawowych.

Szeroki zakres materiału ma charakter interdyscyplinarny i zawiera aktualną wiedzę z:

- psychologii i pedagogiki, wprowadzając w zagadnienia komunikowania się w rodzinie i środowisku rówieńczym, wskazując na mechanizmy radzenia sobie z nudą, konfliktami. Ważnymi zagadnieniami są sprawy rodzin rozbitych i zrekonstruowanych oraz uzależnień od multimediiów.
- biologii rozwoju: szczególnie ważne jest wprowadzenie w świat własnego ciała

i problemów wynikających z okresu dojrzewania biologicznego, zwrócenie uwagi na prawa do intymności i umiejętną obronę tych praw.

- socjologii: pokazuje funkcje rodziny, pomoc w sytuacji zagrożenia współczesnej rodziny (choroby, uzależnienia)
- antropologii: wartości służące osobistemu rozwojowi człowieka ze szczególnym uwzględnieniem wolności i szacunku. Poruszane są zagadnienia istotne w obecnej rzeczywistości: cyberprzemoc, hejting itp.

### 1. Budowa programu

Materiał każdej lekcji jest realizacją kilku haseł z podstawy programowej. Nauczyciel wychowania do życia w rodzinie (WDŻ) korzysta z materiału dydaktycznego, opartego na rzetelnej wiedzy naukowej i wspiera ją scenariuszami oraz filmami. Do każdej lekcji zostały dobrane odpowiednie ikony, pozwalające na utrwalenie podawanych przez nauczyciela treści. Jest to szczególnie ważne, gdyż w tym wieku

dzieci łatwiej zapamiętują materiał zebrane w ciekawą grafikę.

### 2. Cele kształcenia

Cele zostały sformułowane w języku wymagań i wskazują na konkretne umiejętności ucznia, które powinien osiągnąć podczas realizacji zaplanowanego materiału nauczania. Cele wychowawcze – jako szczególnie znaczące na lekcjach WDŻ znalazły swoje stałe miejsce w końcowej części kolumny i zostały opatrzone nagłówkiem: „Uczeń uświadomi sobie, że:”.

### 3. Materiał nauczania

Program podaje tematykę zajęć i określa kolejność realizacji treści. Uszczegółowienie treści nauczania jest dla prowadzącego zajęcia niewątpliwą pomocą w zaplanowaniu procesu dydaktycznego dla każdej jednostki lekcyjnej.

Tematyka dotycząca rozwoju, poszanowania własnej intymności, wprowadza uczniów w świat do tej pory dla nich nierozszyfrowany. Przyjrzenie się z przewodnikiem

(nauczycielem) relacjom rodzinnym i uporządkowanie własnych potrzeb w zgodzie z potrzebami rodziny jest szansą na zmniejszenie konfliktów, wynikających z naturalnych zderzeń się pokoleń. Istotnym zagadnieniem, zawartym w materiale nauczania, są multimedia i wynikające z nich zagrożenia oraz plusy.

Prezentowany w programie materiał nauczania odpowiada potrzebom uczniów w wieku 12-13 lat i umożliwia im poznanie szerokiego aspektu problemów wynikających z życia w obecnym świecie.

#### 4. Metody i formy nauczania

Zaprezentowane w programie metody i techniki nauczania mobilizują uczniów do aktywności, co zwiększa szansę na efektywność zajęć i zainteresowanie uczniów.

W programie dla uczniów klasy 6 zostały m.in. zaproponowane: ćwiczenia, scenariusze z życia, prezentacje multimedialne, filmy, podręcznik. Zastosowanie metod i technik proponowanych nauczycielowi w tym programie ułatwi uczniom zrozumienie podawanych zagadnień i weryfikację własnych postaw, przemyśleń, zachowań.

Skuteczność lekcji WDŻ realizowanych zgodnie z programem „Wędrując ku dorosłości” powinna być duża; nauczyciel ustrzeże się monotonii i wyzwoli zaangażowanie uczniów.

Duża ilość materiałów dydaktycznych pozostawia nauczycielowi swobodę w wyborze

technik i metod, co pozwoli na kreatywne modelowanie zajęć.

#### 5. Pomoce i materiały dydaktyczne

Materiały i pomoce dydaktyczne ułatwiają osiągnięcie zamierzonych celów. Program „Wędrując ku dorosłości” proponuje do każdej lekcji prezentacje multimedialne. Niewątpliwie ułatwią prowadzącemu realizację metod podających (wykład, pogadanka). Percepcja wzrokowa sprzyja ponadto zapamiętaniu istotnych wiadomości.

Do każdej lekcji zostały dołączone także filmy edukacyjne, które oprócz przekazywanych informacji urozmaicą i uatrakcyjnią tematykę poruszaną na zajęciach WDŻ. Wiele z tych filmów ma charakter wychowawczy i profilaktyczny.

Aktywizujące zajęcia wymagają przygotowania przez prowadzącego różnorodnych materiałów do pracy indywidualnej czy grupowej, pomocne będą zawarte w ćwiczeniach dla uczniów ilustrowane, najistotniejsze dla danej tematyki, hasła, zadania, podsumowania.

#### 6. Ocena poprawności merytoryczno-dydaktycznej

Program „Wędrując ku dorosłości” cechuje zgodność z najnowszą wiedzą i rzetelność. Jest dostosowany do możliwości percepcyjnych 12-13-letnich uczniów. Realizuje treści programowe zawarte w rozporządzeniu MEN i jest

dostosowany do liczby godzin przewidywanych w rocznym planie nauczania.

Program zawiera treści zgodne z przepisami prawa i ratyfikowanymi umowami międzynarodowymi.

**Reasumując:** Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy 6, autorstwa Teresy Król, może być przeznaczony do zajęć wychowania do życia w rodzinie na omawianym poziomie rozwoju młodzieży.

*mgr Ewa Kosińska*

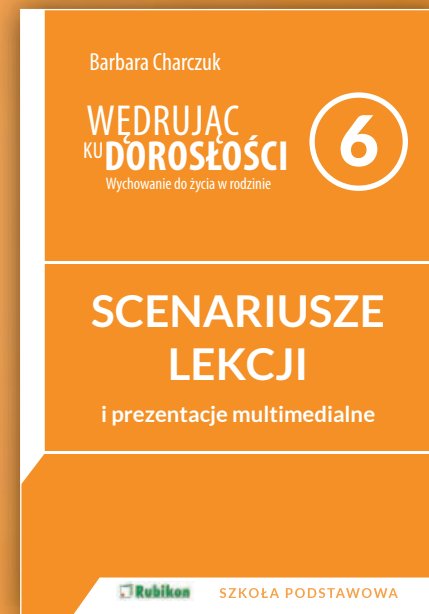
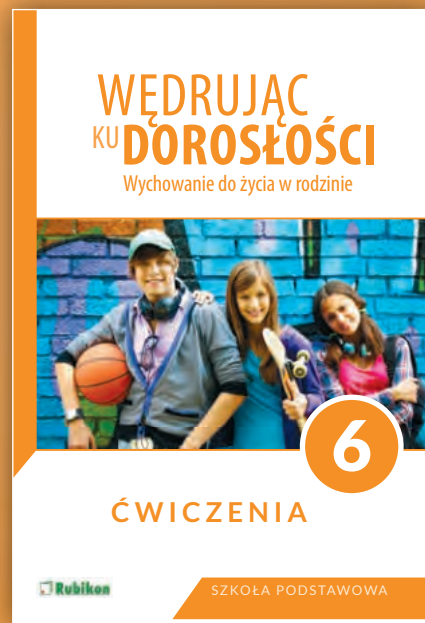
psycholog, terapeuta, edukator; wieloletni (1990-2006) doradca metodyczny WOM i konsultant MCDN w Krakowie, autorka wielu publikacji książkowych i artykułów dla nauczycieli i wychowawców, pedagogów i psychologów, aktualnie szkoleniowiec warsztatów psychologicznych, terapeuta w poradni psychologicznej.











TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

## PROGRAM NAUCZANIA

7

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 7 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2017

© Copyright 2017 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

---

ISBN 978-83-65217-10-3

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

[www.KsiegarniaRubikon.pl](http://www.KsiegarniaRubikon.pl)

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

# Spis treści

Wstęp.....	5	Lekcja 10	<b>Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy</b> (dla grupy dziewcząt).....	22	
Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa.....	9	Lekcja 11	<b>Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy</b> (dla grupy chłopców).....	23	
Lekcja 1	<b>Rozwój człowieka</b> .....	13	Lekcja 12	<b>Czas oczekiwania</b> .....	24
Lekcja 2	<b>Dojrzałość, to znaczy...</b> .....	14	Lekcja 13	<b>Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo</b> (dla grupy dziewcząt).....	25
Lekcja 3	<b>Dojrzewanie – rozwój fizyczny</b> (dla grupy dziewcząt).....	15	Lekcja 14	<b>Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo</b> (dla grupy chłopców).....	26
Lekcja 4	<b>Dojrzewanie – rozwój fizyczny</b> (dla grupy chłopców).....	16	Lekcja 15	<b>Komunikacja w rodzinie</b> .....	27
Lekcja 5	<b>Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania</b> (dla grupy dziewcząt).....	17	Lekcja 16	<b>Savoir vivre, czyli zasady dobrego wychowania</b> .....	28
Lekcja 5	<b>Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania</b> (dla grupy chłopców).....	18	Lekcja 17	<b>Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne</b> .....	29
Lekcja 7	<b>Pierwsze uczucia</b> .....	19	Lekcja 18	<b>Uzależnienia behawioralne</b> .....	30
Lekcja 8	<b>Przekazywanie życia</b> (dla grupy dziewcząt).....	20	Lekcja 19	<b>Ludzie drogowskazy</b> .....	31
Lekcja 9	<b>Przekazywanie życia</b> (dla grupy chłopców).....	21	Ewa Kosińska, Teresa Olearczyk. Opinie o programie.....	32	





# 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 materiały pomocnicze

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.

Niewątpliwą pomocą i ułatwieniem w prowadzeniu zajęć WDŻ będą **scenariusze zajęć pt. Wędrując ku dorosłości dla klasy VII autorstwa Barbary Charczuk**. To bardzo dobrze przygotowana propozycja różnorodnych rozwiązań metodycznych i ćwiczeń połączonych z sugestią wykładów nauczyciela i użyciem prezentacji multimedialnej (płytką DVD z prezentacjami dołączoną do scenariuszy).

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.

## 5. Środki dydaktyczne

Specyfika zajęć WDŻ sprawia, że nauczyciele chętnie sięgają po pomoce i środki dydaktyczne. W ciągu blisko 20 lat (przedmiot w obecnym kształcie został wprowadzony w 1998 roku) ukazało się już wiele pomocy – począwszy od foliogramów, modeli, plansz po filmy edukacyjne.

### Filmy

O pierwszych filmach, np. o serii 30 filmów pt. „W drodze ku dorosłości”, czy serii 10 filmów pt. „Człowiek – Miłość – Rodzina” już mało kto pamięta. Zmieniająca się szybko technologia, moda, a nawet uwarunkowania kulturowo-cywilizacyjne wymuszają tworzenie takich pomocy, które zainteresują uczniów i zachęcą do dyskusji. Mimo że problemy związane z dojrzewaniem i komunikacją w rodzinie są podobne do tych, które przeżywali młodzi ludzie 20 lat temu, to język filmowego przekazu, sposób prezentacji problemów i scenografia są już inne. Dla współczesnego ucznia tamte filmy stały się niemal historyczne.

Nadążając za edukacyjnymi potrzebami współczesnej szkoły został przygotowany nowy serial filmowy „Rodzinne przeboje”.

- Film 1. *Okres dojrzewania – trudny, ale fascynujący*
- Film 2. *Zakochane nastolatki*
- Film 3. *Uczucia i konflikty*
- Film 4. *W dobrym tonie się nie tonie!*
- Film 5. *Idole pod kontrolą*

W tym roku szkolnym nauczyciel WDŻ może wyemitować w klasie VII powyższe odcinki. Odpowiadają one pięciu tematom lekcji programu „Wędrując ku dorosłości”. Są one także uwzględnione w scenariuszach zajęć dla klasy VII autorstwa Barbary Charczuk.

Do lekcji o uzależnieniach nauczyciel może skorzystać z serii filmów „Mówię Wam, nie warto” oraz „Zagroźni pornografią”. Natomiast do lekcji o dojrzewaniu psychicznym dziewcząt przydatny będzie film „Anoreksja i bulimia”, a problematykę dotyczącą rozwoju dziecka w okresie prenatalnym zobrazują filmy „Cud miłości” lub „Od poczęcia – dziecko” ([www.pro-life.pl/filmy/od-poczecia-dziecko](http://www.pro-life.pl/filmy/od-poczecia-dziecko)).

Na spotkaniu z rodzicami nauczyciel może wyemitować dwa krótkie filmy z serii „Ja Ty My”: „Edukacja seksualna, ale jaka?” oraz „Po co lekcje WDŻ?”.

### Podręcznik

„Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VII”, red. Teresa Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017.

#### Współautorzy:

Magdalena Guziak-Nowak  
Teresa Król  
Krystyna Maśnik  
Grażyna Węglarczyk

### Ćwiczenia

„Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie, Ćwiczenia dla uczniów klasy VII”, red. T. Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017

#### Współautorzy:

Małgorzata Bojarska  
Maria Fotruta-Sudor  
Magdalena Guziak-Nowak  
Teresa Król  
Józef Nowakowski  
Jolanta Tęcza-Ćwierz

# Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa

## 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;

- 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 dobra rodziny.

#### **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,

- 4) czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo;
- 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.

#### **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;

- 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.



## 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    Rozwój człowieka

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,</li> <li>• formułować reguły pracy na zajęciach WDŻ,</li> <li>• przedstawić fazy rozwoju człowieka od narodzin do późnej starości,</li> <li>• omówić charakterystyczne zmiany rozwojowe w kolejnych okresach życia człowieka,</li> <li>• opisać czynniki wspomagające i zaburzające rozwój fizyczny, psychiczny, duchowy i społeczny człowieka,</li> <li>• wskazać na mocne i słabsze strony różnych okresów życia człowieka.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przygotowanie do podjęcia życiowych ról: męża, żony, ojca, matki. Udział rodziny i szkoły w tym przygotowaniu.</li> <li>2. Zasady pracy na lekcjach WDŻ.</li> <li>3. Rozwój człowieka od poczęcia do późnej starości.</li> <li>4. Czynniki wspomagające i zaburzające rozwój człowieka w aspektach: fizycznym, psychicznym, duchowym i społecznym.</li> <li>5. Mocne i słabe strony każdego okresu życia.</li> <li>6. Wspierająca rola rodziny w rozwoju i formacji jej członków.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informacja nauczyciela nt. proponowanych sposobów gratyfikacji pracy uczniów na lekcjach WDŻ.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. zasad pracy na lekcjach WDŻ.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną nt. rozwoju człowieka.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. charakterystycznych cech, jakie posiada człowiek i potrzebie wszechstronnego rozwoju.</li> <li>• Burza mózgów: czynniki wspierające i zaburzające rozwój człowieka.</li> <li>• Praca w grupach: mapa mentalna „Mocne i słabe strony człowieka w różnych okresach życia” (każda grupa analizuje wybrany etap życia).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiały źródłowe nt. rozwoju człowieka.</li> <li>• Prezentacja multimedialna „Życie człowieka”.</li> <li>• Materiały do mapy mentalnej.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 2 Dojrzałość, to znaczy...

Nowa podstawa programow	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić kryteria dojrzałości człowieka,</li> <li>• uzasadnić konieczność samowychowania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych,</li> <li>• że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czas adolescencji okresem burzliwych przemian zachodzących w organizmie młodego człowieka.</li> <li>2. Celowość tych przemian a perspektywa życia człowieka dojrzałego.</li> <li>3. Kryteria dojrzałości człowieka: fizyczne, psychiczne (intelektualne, moralne, duchowe), społeczne, prawne.</li> <li>4. Samowychowanie; samokształcenie, samosterowanie, samorealizacja.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu „Okres dojrzewania – trudny, ale fascynujący”.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną: kryteria dojrzałości.</li> <li>• Debata: co to znaczy samowychowanie?</li> <li>• Mapa myśli: „Rzeźbienie charakteru”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Okres dojrzewania – trudny, ale fascynujący” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Prezentacja multimedialna: kryteria dojrzałości; samowychowanie.</li> </ul>

## Lekcja 3 Dojrzewanie – rozwój fizyczny

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych kobiety i mężczyzny,</li> <li>• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie adolescencji,</li> <li>• uzasadnić celowość zmian zachodzących w jej organizmie,</li> <li>• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającego chłopca,</li> <li>• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,</li> <li>• celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych.</li> <li>2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie pokwitania.</li> <li>3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającego chłopca.</li> <li>4. Indywidualne tempo rozwoju.</li> <li>5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania: <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwe odżywianie,</li> <li>• odpowiednia ilość snu,</li> <li>• aktywność fizyczna,</li> <li>• unikanie używek.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.</li> <li>• Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania dziewcząt.</li> <li>• Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji.</li> <li>• Ćwiczenia: praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”.</li> <li>• Materiały dot. zdrowego żywienia.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 4 Dojrzewanie – rozwój fizyczny

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych mężczyzny i kobiety,</li> <li>• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji,</li> <li>• uzasadnić celowość zmian zachodzących w jego organizmie,</li> <li>• opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dojrzewającej dziewczyny,</li> <li>• uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,</li> <li>• celowość przemian zachodzących w jego organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych.</li> <li>2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji, ich funkcje w perspektywie ojcostwa.</li> <li>3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającej dziewczyny i ich celowość.</li> <li>4. Indywidualne tempo rozwoju.</li> <li>5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania: <ul style="list-style-type: none"> <li>• właściwe odżywianie,</li> <li>• odpowiednia ilość snu,</li> <li>• aktywność fizyczna,</li> <li>• unikanie używek.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.</li> <li>• Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania chłopców.</li> <li>• Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji.</li> <li>• Ćwiczenia: praca indywidualna.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”.</li> <li>• Materiały dot. zdrowego żywienia.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 5 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania

(dla grupy dziewcząt)

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

## Lekcja 6 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania (dla grupy chłopców)

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



## Lekcja 7 Pierwsze uczucia

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać emocje towarzyszące młodzieńczym zauroczeniom,</li> <li>• określić rolę empatii w poznawaniu siebie nawzajem,</li> <li>• przedstawić komunikaty niewerbalne i werbalne i ich rolę w budowaniu bliższych relacji,</li> <li>• wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacje umawiania się na randki.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Charakterystyka pierwszych uczuć, fascynacji, zauroczeń i emocji, które im towarzyszą.</li> <li>2. Empatia i dokonywane wybory młodzieńczych związków.</li> <li>3. Realistyczne i nierealistyczne oczekiwania wobec randek.</li> <li>4. Nieudane randki i decyzje o rozstaniu.</li> <li>5. Zakochanie a miłość.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu; dyskusja po filmie.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. młodzieńczych fascynacji.</li> <li>• Metoda sytuacyjna: analiza różnych historii młodzieńczych miłości na podstawie listów i wypowiedzi dziewcząt /chłopców.</li> <li>• Praca w grupach: ćwiczenie 5 z 25 (wybór kandydatów na randki).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Zakochane nastolatki” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Karty pracy do ćwiczenia 5 z 25 (dla każdego ucznia).</li> <li>• Listy młodzieży do redakcji czasopism lub portali internetowych nt. młodzieńczych uczuć i fascynacji.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>



## Lekcja 8 Przekazywanie życia

(dla grupy dziewcząt)

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

## Lekcja 9 Przekazywanie życia

(dla grupy chłopców)

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

# Lekcja 10 Męczyzna i kobieta. Układ rozrodczy

## (dla grupy dziewcząt)

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

# Lekcja 11 Męczyzna i kobieta. Układ rozrodczy

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać przemiany w organizmie mężczyzny i kobiety, od których zależy ich płodność,</li> <li>• przedstawić funkcjonowanie męskiego układu rozrodczego,</li> <li>• omówić budowę i funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego,</li> <li>• dokonać charakterystyki płodności mężczyzny i kobiety.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznanie zmian, które zachodzą w organizmie kobiety daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie,</li> <li>• współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Budowa i działanie męskiego układu płciowego: <ul style="list-style-type: none"> <li>• działanie hormonów,</li> <li>• wytwarzanie plemników.</li> </ul> </li> <li>2. Budowa i działanie żeńskiego układu płciowego.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. możliwości dokonywania świadomych wyborów dot. prokreacji; współczesna wiedza daje możliwość rozpoznawania okresu płodnego i niepłodnego w cyklu kobiecym.</li> <li>• Debata: TAK czy NIE dla ekologii płodności.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.</li> <li>• Materiały źródłowe nt. ekologii płodności.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe: <a href="http://www.oplodnosci.pl">www.oplodnosci.pl</a>.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 12 Czas oczekiwania

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać budowę komórki jajowej i plemnika oraz proces zapłodnienia,</li> <li>• przedstawić zmiany fizjologiczne w organizmie kobiety w czasie ciąży,</li> <li>• uzasadnić konieczność przestrzegania higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka,</li> <li>• omówić etapy rozwoju prenatalnego dziecka (zygota zarodek płód).</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Budowa komórki jajowej i plemnika; zapłodnienie.</li> <li>2. Higiena ciąży: odżywianie, sen i ćwiczenia fizyczne matki.</li> <li>3. Profilaktyka prekoncepcyjna; opieka lekarska; kwas foliowy.</li> <li>4. Ciąża a używki: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alkoholowy Zespół Płodowy (FAS),</li> <li>• nikotyna, narkotyki a zdrowie dziecka.</li> </ul> </li> <li>5. Opieka ojca nad matką w ciąży i ich dzieckiem.</li> <li>6. Pierwsze dziewięć miesięcy, czyli rozwój dziecka w łonie matki.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Zajęcia w grupach z materiałami źródłowymi: higiena ciąży.</li> <li>• Ćwiczenie: „mówiąca ściana” ciąża a używki.</li> <li>• Praca z filmem: rozwój prenatalny człowieka.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. opieki ojca nad matką w ciąży i ich dzieckiem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.</li> <li>• Encyklopedia zdrowia, materiały oświatowe.</li> <li>• Film: „Człowiek od poczęcia” lub „Cud miłości”.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

# Lekcja 13 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo

(dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnić, dlaczego ważny jest w okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem,</li> <li>podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,</li> <li>określić, czym jest naturalny poród i wskazać jego znaczenie dla dziecka,</li> <li>wymienić korzyści karmienia naturalnego zarówno dla dziecka, jak i dla matki,</li> <li>wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia,</li> <li>opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem,</li> <li>miłość do dziecka jest bezwarunkowa.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Znaczenie więzi matki z dzieckiem we wczesnym okresie życia.</li> <li>Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról matki i ojca.</li> <li>Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”.</li> <li>Korzyści karmienia naturalnego.</li> <li>Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego, do rodziny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Praca z tekstem źródłowym.</li> <li>Rozmowa kierowana nt. więzi matki z dzieckiem od najwcześniejszych chwil życia.</li> <li>Analiza informacji nt. szkół rodzenia (internet, ulotki).</li> <li>Wyszukiwanie w cyfrowych źródłach informacji o porodzie naturalnym.</li> <li>Praca z filmem edukacyjnym o karmieniu piersią.</li> <li>Analiza wypowiedzi rodziców wychowujących dzieci niepełnosprawne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wypowiedzi (listy) matek oczekujących dziecka.</li> <li>Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia i porodzie naturalnym.</li> <li>Film: „Wszystko o karmieniu piersią i pielęgnacji noworodka”.</li> <li>Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).</li> <li>Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

# Lekcja 14 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo

(dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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,</li> <li>• podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,</li> <li>• określić rolę mężczyzny przy porodzie,</li> <li>• opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego,</li> <li>• wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ojcostwo jest szczęściem, ale i trudem, czyli poważnym życiowym zadaniem.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Znaczenie roli męża/ojca w opiece i trosce o rozwijające się dziecko i jego matkę.</li> <li>2. Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról ojca i matki.</li> <li>3. Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”.</li> <li>4. Razem czy osobno, czyli TAK czy NIE dla wspólnie przeżywanego porodu.</li> <li>5. Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego do rodziny.</li> <li>6. Znaczenie więzi matki i ojca z dzieckiem we wczesnym okresie życia.</li> <li>7. Miłość do dziecka oraz opieka nad nim wyrazem męskiej dojrzałości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów nt. roli mężczyzny jako męża i ojca w sytuacji oczekiwania na dziecko.</li> <li>• Praca z materiałem źródłowym o roli szkół rodzenia dla przyszłych rodziców.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. naturalnego porodu.</li> <li>• Praca w grupach: metoda drzewa decyzyjnego – rola mężczyzny przy porodzie.</li> <li>• Pogadanka: rodzi się chore dziecko i...</li> <li>• Mapa mentalna: „Tato i szczęśliwe dziecko”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiały oświatowe nt. psychologii prenatalnej.</li> <li>• Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia.</li> <li>• Listy ojców, którzy rodzili RAZEM.</li> <li>• Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 15 Komunikacja w rodzinie

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się,</li> <li>• omówić najważniejsze czynniki kontaktu międzyludzkiego,</li> <li>• określić rolę emocji i uczuć w życiu człowieka,</li> <li>• wymienić rodzaje uczuć,</li> <li>• nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać je poprzez komunikat JA,</li> <li>• hierarchicznie usystematyzować swoje uczucia,</li> <li>• rozpoznawać uczucia w przekazie werbalnym i mowy ciała.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich,</li> <li>• potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kontakt werbalny i niewerbalny w relacjach międzyludzkich.</li> <li>2. Zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się z innymi.</li> <li>3. Znaczenie rodzinnych rozmów.</li> <li>4. Uczucia i ich rodzaje.</li> <li>5. Komunikaty, które budują i które ranią (komunikat JA i komunikat TY).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana nt. kontaktów werbalnych i niewerbalnych w relacjach z najbliższymi.</li> <li>• Wykład z prezentacją: zasady komunikowania się.</li> <li>• Burza mózgów: dlaczego emocje i uczucia są potrzebne?</li> <li>• Scenki dramowe z komunikatem JA i TY.</li> <li>• Emisja filmu „Uczucia i konflikty”; rozmowa po filmie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiały źródłowe nt. komunikacji interpersonalnej.</li> <li>• Prezentacja multimedialna: zasady komunikowania się.</li> <li>• Polecenia do scenek dramowych.</li> <li>• Film „Uczucia i konflikty” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> </ul>



## Lekcja 16 *Savoir-vivre*, czyli zasady dobrego wychowania

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

## Lekcja 17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienić rodzaje uzależnień,</li> <li>przedstawić czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom,</li> <li>omówić skutki palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków i dopalaczy,</li> <li>uzasadnić, że wartość życia jest najistotniejsza,</li> <li>odmówić uczestnictwa w sytuacji, która prowadzi do uzależnienia.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów,</li> <li>bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Rodzaje uzależnień: chemiczne i behawioralne.</li> <li>Czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom.</li> <li>Uzależnienie od substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol, narkotyki, dopalacze).</li> <li>Wartość życia a używki.</li> <li>Wypracowanie postawy asertywnej.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rozmowa kierowana nt. rodzajów uzależnień.</li> <li>Burza mózgow: czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom.</li> <li>Prezentacja wybranego filmu z serii „Mówię wam, nie warto”.</li> <li>Dyskusja po filmie.</li> <li>Mapa mentalna: „Wartość życia a używki”.</li> <li>Ćwiczenie: jak odmawiać?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filmy z serii „Mówię wam, nie warto”: „Alkoholizm”, „Nikotynizm”, „Narkomania”.</li> <li>Cyfrowe zasoby internetowe nt. uzależnień.</li> <li>Literatura popularnonaukowa.</li> <li>Prezentacja multimedialna.</li> </ul>

## Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne

Nowa podstawa programow	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienić rodzaje uzależnień behawioralnych,</li> <li>• opisać objawy uzależnienia od komputera i internetu,</li> <li>• wymienić sygnały ostrzegawcze uzależniania od smartfona,</li> <li>• opisać, na czym polega wewnętrzny przymus robienia zakupów,</li> <li>• przedstawić problem samo-okaleczeń,</li> <li>• opisać niszczący wpływ pornografii.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uzależniania behawioralne: internet, smartfon, zakupy, autoagresja, pornografia.</li> <li>2. Sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera i internetu i ich skutki.</li> <li>3. Fonoholizm sygnały ostrzegawcze.</li> <li>4. Zjawisko zakupoholizmu; przyczyny; skutki.</li> <li>5. Problem autoagresji.</li> <li>6. Nieprawdziwy obraz ludzkiej seksualności w pornografii; jej uzależniająca wpływ na psychikę młodego człowieka.</li> <li>7. Czynniki chroniące, które osłabiają skłonność do popadania w nałogi.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów nt. skłonności młodych ludzi do popadania w nałogi.</li> <li>• Rozmowa kierowana: sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera, internetu, smartfona, pornografii.</li> <li>• Emisja filmu „Zagrożeni pornografią”.</li> <li>• Dyskusja po filmie.</li> <li>• Burza mózgów: jak wykorzystać i wzmocnić czynniki chroniące przed popadaniem w nałogi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Zagrożeni pornografią”.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Literatura popularnonaukowa.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

## Lekcja 19 Ludzie drogowskazy

Nowa podstawa programowa	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><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdefiniować pojęcie autorytetu,</li> <li>• określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka,</li> <li>• wymienić cechy osobowości, które budują autorytet,</li> <li>• odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów,</li> <li>• dokonać wyboru właściwego autorytetu,</li> <li>• przedstawić problem upadku autorytetu.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja,</li> <li>• istnieją różnice między autorytetem a idolem.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definicja pojęcia „autorytet”.</li> <li>2. Rola autorytetów w życiu człowieka.</li> <li>3. Wartości, zachowania, postawy, cechy osobowości, które budują autorytet.</li> <li>4. Autorytet a idol.</li> <li>5. Problem upadku niektórych autorytetów.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana: próba zdefiniowania pojęcia „autorytet”.</li> <li>• Mapa mentalna: autorytet – cechy osobowości i postaw.</li> <li>• Debata oksfordzka: autorytet a idol.</li> <li>• Rozmowa kierowana: dlaczego czasem autorytety upadają.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Słowniki i encyklopedie.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Literatura popularnonaukowa.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.</li> </ul>

Ewa Kosińska

# OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**autorstwa Teresy Król: „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 7 szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017.**

Program nauczania dla klas 7 opiera się na Ustawie z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawa Oświatowego, dotyczącego prawa każdego ucznia i rodziny do uzyskania wsparcia edukacyjnego, koniecznego do wszechstronnego rozwoju i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży. Obecna podstawa programowa wychowania do życia w rodzinie uwzględnia zmiany społeczno-cywilizacyjne, które uwidoczniły się w ciągu ostatnich lat. Dotyczą one zwłaszcza rozpadu małżeństw, wychowania dzieci przez samotne matki, rekonstrukcji rodziny w innej strukturze, coraz młodszy wiek dzieci-matek.

Program „Wędrując ku dorosłości” uwzględnia te nowe treści, przeznaczając na ich realizację odrębne jednostki lekcyjne. Zaangażowanie nauczycieli, otwartych na te nowe wyzwania, pozwoli młodzieży łatwiej przyjąć szybko postępujące zmiany stylu życia w społeczeństwie i dojrzałe wkraczać w dorosłość.

## 1. Cele kształcenia

W nowej podstawie programowej ważny akcent położony jest na ukazanie wartości rodziny i roli każdego człowieka w zdrowym funkcjonowaniu rodziny. Pozyskując wiedzę na temat czynników wpływających na integralny rozwój osoby, uczeń dostrzega możliwości kierowania własnym rozwojem i nabywa umiejętności obrony własnej nietykalności seksualnej i intymności. Znaczące jest ukierunkowanie treści programowych na przygotowanie do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny. W dobie coraz częstszych postaw zagubienia w procesie seksualizacji młodzieży, konieczne jest wprowadzenie nastolatków w odpowiedzialne rodzicielstwo, by „dzieci nie rodziły dzieci”. Służy temu również cel związany z przygotowaniem do zrozumienia i akceptacji procesu dojrzewania i problemów, jakie niesie okres dorastania.

## 2. Budowa programu

Materiał nauczania został podzielony na 6 działów tematycznych. Treści zawarte w poszczególnych działach są zgodne z najnowszymi osiągnięciami naukowymi z psychologii i socjologii rodziny. Korelują z tematyką podejmowaną na lekcjach biologii.

Spiralny czyli koncentryczny układ treści daje możliwość utrwalenia wiedzy i jej poszerzenia, dostosowując materiał do wieku i możliwości percepcyjnych ucznia. Program zakłada poszerzenie kwestii podejmowanych w klasie 7 na kolejne klasy, w których będą one uzupełniane.

## 3. Treści nauczania

Program „Wędrując ku dorosłości” obejmuje zestaw podstawowych treści nauczania do zajęć wychowanie do życia w rodzinie, zgodnych z rozporządzeniem MEN. Program określa kolejność realizacji treści, podając tematykę zajęć. W niektórych zagadnieniach dokonano podziału zajęć na grupy dziewcząt i chłopców, by umożliwić intymność i możliwość pogłębienia zagadnień. Podział na grupy umożliwia podjęcie tematyki, której młodzież może się wstydzic podjąć w obecności kolegów i koleżanek. W grupach jedнопłciowych prowadzący może liczyć na nieskrępowane zadawanie pytań i wyjaśnianie wątpliwości.

#### 4. Metody i techniki nauczania

Zaproponowane metod i techniki nauczania np. debata oksfordzka, drama, metoda trybunału, śnieżnej kuli itp. mobilizują uczniów do aktywności, co zwiększa szansę efektywności zajęć.

Konkretne umiejętności społeczne, zmiana postaw, poszerzenie wiedzy uczniów są możliwe, jeśli nauczyciel zaplanuje zajęcia WdŻwR za pomocą dobrze dobranej metody. Skuteczność lekcji prowadzonych według zaproponowanych w programie „Wędrując ku dorosłości” rozwiązań powinna być duża – nauczyciel ustrzeże się monotonii i wyzwoli zaangażowanie uczniów. Program pozostawia nauczycielowi dużo swobody w wyborze metod, co z kolei pozwoli na kreatywne modelowanie lekcji, w zależności od rozwijającej się sytuacji.

#### 5. Pomoce dydaktyczne i materiały

Osiągnięcie zamierzonych celów ułatwiają odpowiednio dobrane środki dydaktyczne. W programie proponuje się użycie prezentacji multimedialnych oraz filmów edukacyjnych. Będą one sprzyjały bardziej efektywnemu przyswajaniu wiedzy. Program daje nauczycielowi możliwość wykazania swoich twórczych pomysłów, by uatrakcyjnić uczniom przyswajanie wiedzy i pobudzić własną aktywność.

#### 6. Ocena poprawności merytoryczno-dydaktycznej

- Program „Wędrując ku dorosłości” cechuje rzetelność i zgodność z najnowszą wiedzą z dziedziny: medycyny, biologii, psychologii, socjologii i pedagogiki.
- Jest dostosowany do wieku uczniów (klasa 7–13, 14 lat) pod względem właściwego doboru pojęć, nazw, terminów i stopnia trudności.
- Zakres materiału rzeczowego jest odpowiednio dostosowany do liczby godzin przewidzianych w ramowym planie nauczania „Wychowania do życia w rodzinie”; uwzględniono również zróżnicowanie materiału dla grup dziewcząt i grup chłopców.
- Program zawiera treści zgodne z przepisami prawa i ratyfikowanymi umowami międzynarodowymi.

Reasumując: Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klas 7, autorstwa Teresy Król, może być przeznaczony do zajęć wychowania do życia w rodzinie na omawianym poziomie rozwoju młodzieży.

*mgr Ewa Kosińska*

psycholog, terapeuta, edukator;  
wieloletni (1990-2006) doradca metodyczny WOM i konsultant MCDN w Krakowie, autorka wielu publikacji książkowych i artykułów dla nauczycieli i wychowawców, pedagogów i psychologów; aktualnie szkoleniowiec warsztatów psychologicznych, terapeuta w poradni psychologicznej.

Teresa Olearczyk

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**autorstwa Teresy Król: „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 7 szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2017.**

Program „Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VII szkoły podstawowej” autorstwa Teresy Król jest realizacją podstawy programowej dostosowanej do nowego ustroju szkolnego (rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. 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).

Program uwzględnia założenia nowej podstawy programowej „Cele kształcenia – wymagania ogólne”, „Treści nauczania – wymagania szczegółowe” oraz „Warunki i sposób realizacji”.

Treści programowe zostały sformułowane w języku wymagań szczegółowych i efektów uczenia się. Zakres tematyczny nowej podstawy przedmiotu „wychowanie do życia w rodzinie” (WDŻ) w porównaniu z dotychczasową podstawą programową został w znacznym stopniu poszerzony i uszczegółowiony. Treści programowe znalazły swoje miejsce w sześciu działach tematycznych:

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

Nowy, szeroki zakres treści musi się zmieścić w tym samym pensum, tj. 14 godzin dla ucznia, 19 dla nauczyciela w ciągu roku. Realizacja zajęć WDŻ w szkole podstawowej w nowym systemie wynosi 5 lat, tj. od IV do VIII klasy. Utrzymano postulat realizacji z podziałem na grupy

jednopłciowe, co ma również odzwierciedlenie w Programie „Wędrując ku dorosłości.”

### Budowa programu:

W zamierzeniu Autorki treści programowe mają układ spiralny, na przykład zagadnienia związane z charakterystyką zmian fizycznych i psychicznych okresu adolescencji omawiane są już w klasie IV, by później, z innej perspektywy i znacznie szerzej poruszać te problemy w klasie VII. Zadbano o to, by wprowadzane treści z tego działu były kompatybilne z programem biologii.

Każda jednostka lekcyjna odwołuje się do wymagań ogólnych i wymagań szczegółowych w nowej podstawie programowej. Cele zostały zwerbalizowane w języku wymagań. Zakładają one osiągnięcia ucznia w zakresie kształcenia (uczeń potrafi) oraz wychowania (uczeń uświadomi sobie).

Dalsza część programu dotyczy materiału nauczania, który w stopniu uszczegółowionym podano do realizacji każdego tematu lekcji.

W rubryce procedury osiągnięcia celów zamieszczono szeroki wachlarz propozycji z zakresu metodyki, dydaktyki i technik nauczania. Ich dobór został dostosowany do odpowiednio zaplanowanego materiału nauczania.



Planowane zajęcia uwzględniają przede wszystkim takie techniki i metody pracy, które wywołają aktywność uczniów i ich twórczą inwencję.

Propozycja środków dydaktycznych znalazła swoje miejsce w ostatniej rubryce tabeli. Oprócz filmów, prezentacji multimedialnych, plansz, wydawnictw albumowych często poleca się uczniom korzystanie z cyfrowych zasobów internetowych.

Warto zauważyć, że film edukacyjny ma na tych zajęciach szczególne znaczenie, ponieważ język przekazu inspiruje do wydobywania treści wychowawczych i wyzwala klasową debatę.

Program „Wędrując ku dorosłości” uwzględnia obecne potrzeby szkoły, dlatego również znalazła tu miejsce tematyka dotycząca zasad dobrego wychowania (*savoir-vivre*’u). Inny ważny problem dotyczy współczesnych zagrożeń młodzieży. Nie ogranicza się on jedynie do uzależnień chemicznych, lecz również behawioralnych, jak: fonoholizm, zakupoholizm, autoagresja, pornografia i uzależnienia od Internetu.

Niewątpliwą zaletą programu jest holistyczne ujęcie natury człowieka, co daje wychowankom możliwość rozwoju wszystkich wymiarów osobowości. Ułatwi to młodym ludziom dokonywanie ważnych życiowych wyborów w sposób świadomy i odpowiedzialny.

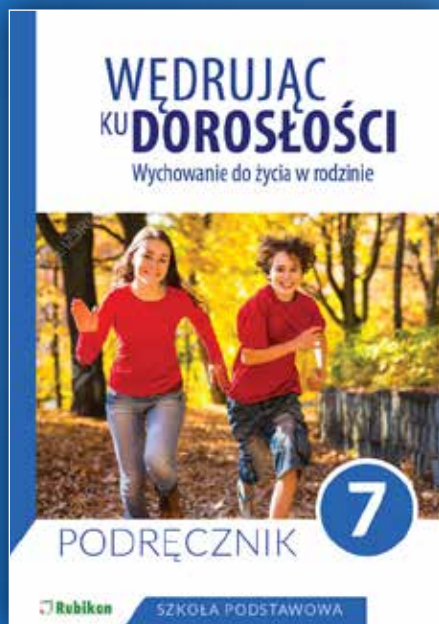
Takie jest założenie przedmiotu i program „Wędrując ku dorosłości” to odzwierciedla.

### Konkluzja kwalifikacyjna

Program „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII wychowania do życia w rodzinie jest zgodny z nową podstawą programową i z wymaganiami zawartymi w rozporządzeniach MEN. Nowatorstwo i wymienione wyżej walory upoważniają do wydania o Programie pozytywnej opinii i rekomendowania go do użytku szkolnego do zajęć „wychowanie do życia w rodzinie” w klasie VII szkoły podstawowej.

*Prof. nadzw. dr hab. Teresa Olearczyk*  
pedagog rodziny; wykładowca Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie oraz Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego, autorka wielu publikacji książkowych i artykułów nt. psychologii społecznej i pedagogiki rodziny





Księgarnia **RUBIKON**.pl



TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

## PROGRAM NAUCZANIA

8

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 8 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2019

© Copyright 2019 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

Program nauczania zgodny z podstawą programową kształcenia ogólnego określoną w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. poz. 356)

---

ISBN 978-83-65217-26-4

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

www.**KsiegarniaRubikon**.pl

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

# Spis treści

Wstęp .....	4	Lekcja 10	Choroby przenoszone drogą płciową .....	23
Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa .....	10	Lekcja 11	AIDS .....	24
Lekcja 1 Budowanie relacji międzysobowych .....	14	Lekcja 12	Metody rozpoznawania płodności (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	25
Lekcja 2 Na początek: zakochanie .....	15	Lekcja 13	Metody rozpoznawania płodności (lekcja dla grupy chłopców) .....	26
Lekcja 3 O etapach i rodzajach miłości .....	16	Lekcja 14	Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	27
Lekcja 4 Rozwój psychoseksualny człowieka (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	17	Lekcja 15	Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (lekcja dla grupy chłopców) .....	28
Lekcja 5 Rozwój psychoseksualny człowieka (lekcja dla grupy chłopców) .....	18	Lekcja 16	Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka .....	29
Lekcja 6 Seksualność człowieka (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	19	Lekcja 17	Inicjacja seksualna. Czy warto czekać? .....	30
Lekcja 7 Seksualność człowieka (lekcja dla grupy chłopców) .....	20	Lekcja 18	Dojrzałość do małżeństwa .....	31
Lekcja 8 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	21	Lekcja 19	Wobec choroby, cierpienia i śmierci .....	32
Lekcja 9 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy chłopców) .....	22	Ewa Kosińska, Mariola Wacławik. Opinie o programie .....		33

# Wstęp

## 1. WDŻ – zadania rodziny i szkoły

Na mocy prawa (art. 4 ustawy o planowaniu rodziny z dnia 7 stycznia 1993 r.) szkoła stała się miejscem przekazywania wiedzy o ludzkiej płciowości, małżeństwie i prokreacji. Ta wiedza z założenia powinna mieć charakter holistyczny (całościowy), ponieważ człowiek jest istotą wielowymiarową: biologiczną, psychiczną, społeczną i duchową. Jesteśmy zdolni do wartościowania i porządkowania procesów, reakcji i zjawisk. Potrafimy doskonalić siebie i kontrolować. Ma to istotne znaczenie przy podejmowaniu wielu zadań związanych z życiem małżeńskim i rodzinnym, które większość wychowanków kiedyś rozpocznie. W polskiej rzeczywistości coraz wyraźniej zaznacza się kryzys rodziny, obserwowany wcześniej w krajach Europy Zachodniej i Północnej. Spada liczba zawieranych małżeństw, występuje niski przyrost demograficzny i wzrasta liczba rozwodów. Dlatego trzeba mieć nadzieję, że szkolne zajęcia wychowanie do życia w rodzinie będą wspierać rodziców w przygotowaniu młodego pokolenia do szczęśliwego, świadomego życia rodzinnego.

Rodzice wprowadzają swoje dzieci w świat umiejętności, obowiązków, norm i wartości, realizując funkcję opiekuńczą i wychowawczą. Młody człowiek, obserwując i uczestnicząc w życiu rodzinnym, przyjmuje wzorce zachowań, rozwiązywania problemów i wzajemnych odniesień.

Zajęcia prorodzinne w szkole uzupełniają wychowawczą funkcję rodziny, przekazując wiedzę, umiejętności i stymulując do rozwoju sfery poznawczej, emocjonalnej, psychicznej, społecznej i etycznej. Proces wychowania na lekcjach WDŻ jest spotkaniem osób: wychowanek i wychowującego, który nie tylko przekazuje wiadomości z różnych dziedzin, ale może także wesprzeć nastolatka w trudnym okresie rozwojowym, wzbudzić ciekawość świata i wskazać zasady oraz wartości stymulujące jego rozwój.

## 2. Różne odniesienia do seksualności – różne programy\*

Podstawa programowa WDŻ, program nauczania i podręcznik uwrażliwiają uczniów na potrzeby drugiego człowieka, mobilizują do samowychowania i poszanowania godności swojej i innych ludzi. Te sprawy nabierają szczególnego znaczenia w kontekście seksualności i przyszłych ról małżeńskich i rodzicielskich.

W odróżnieniu od edukacji seksualnej, czyli permissywnego ujęcia ludzkiej seksualności, wychowanie prorodzinne prowadzi do wytworzenia poczucia odpowiedzialności moralnej, zgodnej z normami i wartościami. Do tych wartości zaliczamy m.in.: miłość, abstynencję seksualną, trwałość małżeństwa, szanowanie uczuć i szacunek dla życia człowieka. Ten typ edukacji został zakwalifikowany przez Amerykańską Akademię Pediatrii\*\* do typu A. Tymczasem edukacja seksualna typu B stawia sobie za cel uświadomienie dzieciom/młodzieży różnego rodzaju zachowania seksualne z przesłaniem, że człowiek jest całkowicie zdeterminowany biologiczną sferą popędową. Informacja, że popęd seksualny wyznacza cały rozwój człowieka jako osoby, jest ogromnym uproszczeniem i ograniczeniem jego wymiarowości. W programie edukacji seksualnej wiedza o seksie jest uzupełniona profilaktyką chorób przenoszonych drogą płciową (w tym AIDS), jednak informacje te nie są związane z żadnym programem wychowania. Inicjatory edukacji seksualnej wyrażają przekonanie, że znajomość mechanizmów funkcjonowania płciowości zminimalizuje podejmowanie przez dzieci i młodzież tzw. ryzykownych zachowań seksualnych. W tym założeniu nie powinny pojawiać się nieplanowane ciążę, aborcje, choroby STD czy przemoc na tle seksualnym. Takie przekonanie znajduje wyraz w programach edukacji seksualnej w krajach Europy Północnej (np. w Szwecji) oraz Zachodniej (np. w Niemczech). To podejście, określane

mianem edukacji permissywnej, stało się podstawą dokumentu „Standardy edukacji seksualnej w Europie” opracowanego w Niemczech pod auspicjami WHO w 2012 roku. We wstępie autorzy piszą, że „seksualność pojawiająca się i rozwijająca w okresie młodzieńczym nie jest traktowana przede wszystkim jako problem i zagrożenie, ale jako istotne źródło rozwoju osobistego człowieka”. Skutki wdrożenia do szkół edukacji permissywnej są szeroko znane. W Niemczech na masową skalę rośnie liczba nadużyć seksualnych wśród dzieci i młodzieży. Oficjalne szacunki mówią o 12–15 tys. przypadków dziennie, najwyższą grupę ryzyka stanowią młodociani w wieku 14–16 lat.

W Polsce po 20 latach realizacji edukacji seksualnej typu A o charakterze prorodzinnym i probstynenckim można mówić o umiarkowanym, ale pewnym sukcesie. Liczba zakażeń wirusem HIV i zachorowań na AIDS od wielu lat utrzymuje się na stabilnym poziomie ok. 900 przypadków nowych zakażeń HIV rocznie. Wskaźnik przerwania ciąży przez polskie nastolatki jest najniższy w Europie (nawet kilkaset razy niższy niż w Szwecji). Odsetek polskich piętnastolatków po inicjacji seksualnej jest także jednym z najniższych (dane EUROSTATU). Jedynie relatywnie wysoka jest częstotliwość urodzeń dzieci przez nastoletnie matki, ale w świetle prawa są one już najczęściej pełnoletnie (przeważają osiemnasto- i dziewiętnastolatki).

Można więc stwierdzić, że częstotliwość tzw. ryzykownych zachowań seksualnych wśród naszych adolescentów jest mniejsza niż w krajach realizujących program edukacji seksualnej typu B. Jednakże seksualizacja dzieci i młodzieży w Polsce nabiera tempa, bo seks staje się wszechobecny w sferze publicznej. Dzieci i młodzież bezustannie konfrontują się z treściami o charakterze erotycznym (filmy, reklamy, billboardy, spektakle). Zaglądają też na strony pornograficzne.

Zajęcia wychowania do życia w rodzinie stały się częścią wielkiej batalii o rozumienie człowieka. Ludzka płciowość może w pełni realizować się tylko w ramach miłości, która nie ogranicza się do fizjologii, szukania i konsumowania wrażeń. Wychowanie do miłości jest realizacją dobra, służby i odpowiedzialności. Zadaniem rodziny i szkoły jest towarzyszenie dzieciom i młodzieży w ich wzrastaniu. Jeżeli wskażemy, że w dziedzinie płci, tak jak w innych sferach istnieje pewna harmonia i porządek, i jeśli je młodzież zachowa, wówczas zapewni sobie szansę doświadczenia satysfakcji i radości oraz spełnienia.

### 3. Zasady wychowania prorodzinnego

Podstawowym celem wychowania do życia w rodzinie, obok przekazu wiedzy, jest stymulowanie uczniów do rozwoju zintegrowanej osobowości. Ten wysiłek edukacyjny opiera się na istotnych zasadach opracowanych przez prof. Krystynę Ostrowską\*\*\*:

- 1) Zajęcia edukacyjne wychowanie do życia w rodzinie powinny być traktowane z całą powagą, jakiej domaga się praca z człowiekiem, któremu przysługuje godność, szacunek, wolność, miłość i troska.
- 2) Uczeń jest członkiem rodziny, ma więc przeszłe i aktualne doświadczenia rodzinne, posiada pewną wiedzę o rodzinie wyniesioną z własnego życia oraz obserwacji innych. Rodzina, w której dziecko żyje, jest ze swej natury pierwszym wychowawcą i nauczycielem w tym zakresie. Rodzice mają niezbywalne prawo i obowiązek wychowywać swoje dzieci. Szkoła nie działa w próżni, musi uwzględniać przeszłe i aktualne doświadczenia dziecka.
- 3) Rodzina wprowadza dzieci w rzeczywistość duchową, religijną, moralną, więc wychowanie do życia w rodzinie nie może abstrahować od tożsamości religijnej uczniów oraz ich rozwoju religijnego, nie może być zamknięte na oficjalne nauczanie Kościołów.

- 4) Wychowanie do życia w rodzinie opiera się na fundamencie wartości i te wartości muszą być jasno akcentowane i uwyrażniane. Przede wszystkim chodzi o takie wartości, jak: życie ludzkie, prawda, miłość, odpowiedzialność, wiara i szacunek dla człowieka.
- 5) Nauczyciel prowadzący zajęcia edukacyjne wychowanie do życia w rodzinie powinien być autentyczny, to znaczy być w zgodzie ze sobą. Nie może uczyć i przekazywać wiedzy o wartościach oraz normach, których sam nie podziela i nie urzeczywistnia.
- 6) Przekaz wiedzy, pomoc w zdobyciu umiejętności i stymulowanie rozwoju osobowości powinny być dostosowane do wieku oraz poziomu rozwoju dzieci i młodzieży.
- 7) Rozwój osobowości w świetle współczesnych kierunków psychologicznych nie może być utożsamiany z rozwojem potrzeby seksualnej ani od niej wyłącznie uzależniane.

## 4. Procedury osiągnięcia celów

Wielość zagadnień zawartych w podstawie programowej i ich uszczegółowienie w kontekście niewielkiej liczby godzin przeznaczonych na ten przedmiot może sprawić trudność w realizacji programu. Oprócz dobrego zaplanowania lekcji, doboru metod i form nauczania, istotne jest skonfrontowanie zaplanowanych zagadnień z możliwościami danego zespołu uczniowskiego, a także z potrzebami uczniów i ich oczekiwaniami. Podczas zajęć WDŻ uczniowie chcą dociekać prawdy, by rozwiązać swoje niepokoje i obawy. Liczą na rozmowę, konfrontację poglądów i dyskusję. Na te rozmowy potrzeba czasu oraz nauczycielskiej cierpliwości i empatii.

Wachlarz metod aktywizujących jest dziś dobrze znany i szeroki (dostępny na: [www.wdz.edu.pl](http://www.wdz.edu.pl) w zakładce „Do pobrania”). Propozycje form pracy do każdej lekcji zawierają również scenariusze zajęć Barbary Charczuk i program nauczania. Jednak to nauczyciel jest reżyserem zajęć, zna specyfikę szkoły, uczniów, środowiska i sam najlepiej zaprojektuje lekcję, aby osiągnąć zamierzone cele. Chodzi głównie o to, aby uczniowie czuli się zmotywowani do nauki, a zajęcia przebiegały sprawnie, w życzliwej i przyjaznej atmosferze.

## 5. Ewaluacja zajęć

Nauczyciel WDŻ powinien doskonalić swój warsztat pracy, modyfikować dobór metod i wzbogacać wiedzę. Odzwierciedleniem efektów działań dydaktyczno-wychowawczych może być ewaluacja. Poziom zadowolenia uczniów mierzymy w różny sposób, może to być podsumowanie ustne (np. w formie rundki), podsumowanie w formie graficznej (np. walizka i kosz, znaczki, termometr), ankieta zawierająca pytania z wyborem odpowiedzi lub pytania otwarte.

Najbardziej istotna będzie ocena po zakończeniu zajęć WDŻ. Dzięki ankietom/kwestionariuszom nauczyciel zorientuje się, co zmienić lub jak udoskonalić zajęcia. Może także dowiedzieć się, w jakim stopniu zajęcia WDŻ zaspokajają oczekiwania i potrzeby uczniów.

Ważny jest także drugi rodzaj oceny, tj. ocena efektów zajęć WDŻ. Nauczyciel powinien sprawdzić, co uczniowie wynieśli z lekcji WDŻ, czego się nauczyli, co zapamiętali. Chodzi nie tylko o zadowolenie uczniów, ale również o wiedzę, czy założone cele i zadania zostały zrealizowane.



## 6. Treści nauczania w klasie VIII

### 1. Rozwój psychoseksualny człowieka

- różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców,
- identyfikacja z własną płcią,
- męskość, kobiecość; komplementarność płci.

### 2. Miłość w życiu człowieka

- budowanie relacji międzysobowych w okresie młodzieńczym,
- zakochanie i miłość,
- rodzaje miłości i etapy jej rozwoju.

### 3. Odpowiedzialność w przeżywaniu własnej płciowości i budowanie szczęśliwych więzi

- integracja seksualna,
- prawo pierwszych połączeń,
- wzajemna pomoc i szacunek,
- związek między aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością,
- problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej,
- argumenty biomedyczne, psychologiczne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie.

### 4. Przedwczesna inicjacja seksualna

- przyczyny, skutki i profilaktyka,
- choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS (specyfika, rozwój, i objawy; profilaktyka),
- ciąża nieletnich; zagrożenie aborcją,
- różne odniesienia do seksualności.

### 5. Płodność człowieka

- charakterystyka płodności mężczyzny i kobiety,
- metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń,
- problemy z płodnością, przyczyny, skutki, profilaktyka i leczenie,
- zapłodnienie *in vitro* a naprotechnologia,
- antykoncepcja i jej rodzaje; ocena w aspekcie medycznym, psychologicznym, ekologicznym i moralnym,
- różnice między antykoncepcją a naturalnym planowaniem rodziny.

### 6. Rodzina w kontekście trwałości małżeństwa, miłości, wzajemnego szacunku i troski

- dojrzałość do małżeństwa i założenie rodziny,
- kryteria wyboru małżonka,
- motywy zawierania małżeństwa,
- czynniki warunkujące trwałość małżeństwa,

- powodzenie relacji małżeńskiej i rodzinnej,
- troska o osoby chore i niepełnosprawne,
- sytuacja rodziny w przypadku śmierci dziecka przed narodzeniem,
- śmierć w rodzinie i współtowarzyszenie bliskim w przeżywaniu żałoby,
- zachowanie pamięci o zmarłych.

### 7. Rodzina a normy i prawo

- etyka życia małżeńskiego i rodzinnego,
- przepisy prawa chroniące rodzinę.

## 7. Środki i pomoce dydaktyczne

### I. Filmy

#### **Seria Rodzinne przeboje, Rubikon, Kraków 2018.**

To krótkie scenki filmowe, które mogą być wstępem do realizowanych tematów. Zachęca do refleksji, rozmów i dyskusji.

- Film 1 „Języki miłości”
- Film 2 „Idealna dziewczyna?”
- Film 3 „Seks i życiowe decyzje”
- Film 4 „Podróż do dorosłości”
- Film 5 „Oswajanie nieobecności”

#### **Seria JA – TY – MY, Rubikon, Kraków 2015.**

Miniwykłady na ważne, choć nie zawsze łatwe tematy pomogą prowadzącemu WDŻ w dostarczeniu wiedzy z zakresu płciowości człowieka. Można się spodziewać, że oparty na wartościach materiał może być trudny do przyjęcia przez młodzież. Podstawą tej wiedzy są jednak fakty, które obalają mity nt. seksualności.

- Film 1 „Edukacja seksualna, ale jaka?” (na spotkaniach z rodzicami)
- Film 2 „Po co lekcje WDŻ?”
- Film 3 „Znam i akceptuję siebie”
- Film 4 „Jak pokochać siebie?”
- Film 5 „Seksualność człowieka”
- Film 6 „Funkcje płciowości”
- Film 7 „Czekać – nie czekać?, czyli o inicjacji seksualnej”
- Film 8 „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową”
- Film 9 „Metody aborcji i jej skutki”
- Film 10 „Rodzaje antykoncepcji”
- Film 11 „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ‘po’”
- Film 12 „Ekologia i planowanie rodziny”

#### **Seria Mówię wam, nie warto, Rubikon, Kraków 2015.**

Wypowiedzi znanych aktorek i fotomodelek o seksbiznesie i prostytucji mogą przekonać młodych ludzi, że warto uczyć się dojrzałej sztuki życia i nie ulegać nowoczesnym trendom prowadzącym donikąd. Do filmów zostały dołączone konspekty lekcji z materiałami dla nauczyciela.

- Film 5 „Prostytucja”
- Film 6 „Seksoholizm”

#### **Seria Zakochanie i co dalej, Rubikon, Kraków 2012.**

Do filmów została dołączona broszurka ze scenariuszami lekcji i materiałami, które mogą pomóc w realizacji nietłatwych tematów.

- Film 2 „Ostry makijaż. Wczesna inicjacja seksualna młodzieży”
- Film 3 „Tato. Pornozniewolenie”

#### **Seria Życie w wolności, Rubikon 2019**

- Film 1 „Jeśli uczta, to wykwintna” (seksualność człowieka)
- Film 2 „Wielkie ciacho” (inicjacja seksualna)
- Film 3 „Rzykant myli się raz” (profilaktyka HIV/AIDS)
- Film 4 „Mamo, powiedz mi” (alkohol i zespół FAS)
- Film 5 „Rozładowany” (napoje energetyzujące)

#### **Seria Rodzina na piątkę, Rubikon 2019**

- Film 1 „Więcej niż ciało” (akceptacja siebie)
- Film 2 „Partycja” (życie i harmonia)
- Film 3 „Z głową w chmurach” (duchowość człowieka)
- Film 4 „Martwa cisza” (emocje i zgoda w rodzinie)
- Film 5 „Sami w domu” (rodzeństwo – relacje)

### Ponadto filmy:

- „Chrońmy nasze dzieci przed pornografią”, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2016 (film dla rodziców i nauczycieli)
- „Zagrożeni pornografią”, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2016 (film dla młodzieży)
- „PLUS MINUS” (Film o HIV/AIDS), Instytut Profilaktyki Uniwersalnej, Kraków 2018
- „Żyję bez ryzyka AIDS”, Homo Homini, Kraków 2000

### Podręcznik

Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, Grażyna Węglarczyk, *„Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII”*, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

### Ćwiczenia

*„Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie, Ćwiczenia dla uczniów klasy 8”*, red. T. Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

### Współautorzy:

- Magdalena Guziak-Nowak
- Teresa Król
- Józef Nowakowski
- Jolanta Tęcza-Ćwierz

### Scenariusze

Barbara Charczuk, *Wędrując ku dorosłości. Scenariusze zajęć z prezentacjami multimedialnymi dla 8 klasy szkoły podstawowej*, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

### Przypisy:

\* Podstawa programowa WDŻ z dnia 14 lutego 2017 r., punkt III. 11.

\*\* Kluzowa Krystyna, Palus Janina, Wronicz Jadwiga, *Edukacja seksualna w Polsce na tle wybranych krajów Unii Europejskiej*, „Wychowawca” nr 6/2011, s. 24-27.

\*\*\* K. Ostrowska, *Zasady wychowania prorodzinnego*, Ministerstwo Edukacji Narodowej o wychowaniu do życia w rodzinie. Biblioteczka reformy nr 31, s. 65.

# Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa

## 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 ży-

czenia 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;

- 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 dobra rodziny.

#### IV. Życie jako fundamentalna wartość.

##### Uczeń:

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

- 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.

##### 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;
- 3) zna metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i dia-

gnostyce 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.



## 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 system 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 Budowanie relacji międzyosobowych

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, VI.5, VI.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać zasady pracy na zajęciach WDŻ,</li> <li>• przyjąć postawę refleksji wobec samego siebie,</li> <li>• dokonać samooceny,</li> <li>• określić, czym jest samowychowanie,</li> <li>• wskazać znaczenie budowania więzi między ludźmi,</li> <li>• wskazać na atuty życia wspólnotowego w organizacjach, stowarzyszeniach, wolontariacie, sporcie itp.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wyzwania autorefleksji niezbędnej do samowychowania,</li> <li>• celowość otwierania się na relacje z innymi ludźmi.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zagadnienia, które będą przedmiotem zajęć WDŻ w klasie VIII.</li> <li>2. Zasady pracy na lekcjach WDŻ.</li> <li>3. Autoportret, czyli obraz samego siebie.</li> <li>4. Czynniki wpływające na rozwój człowieka.</li> <li>5. Relacje i uczucia wyższe (moralne, patriotyczne), związane z życiem wspólnotowym, np. w harcerstwie, w działalności charytatywnej (wolontariat), organizacjach, stowarzyszeniach, sporcie itp.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Graffiti.</li> <li>• Budowanie kontraktu „zasady pracy na lekcjach WDŻ”.</li> <li>• Emisja filmu; pogadanka po filmie.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. samopoznania, samooceny i samokontroli.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wędrujące plakaty.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Więcej niż ciało” z serii „Rodzina na piątkę”.</li> <li>• Film „Znam i akceptuję siebie” z serii „JA – TY – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>



## Lekcja 2 Na początek: zakochanie

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, III.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować miłość jako postawę życzliwości i odpowiedzialności,</li> <li>• określić cechy osoby zakochanej,</li> <li>• nazwać emocje towarzyszące zakochaniu,</li> <li>• opisać miłość platoniczną,</li> <li>• uzasadnić, że możliwa jest droga do miłości od przyjaźni,</li> <li>• wskazać na różnice oczekiwań chłopców i dziewcząt w młodzieńczych związkach.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy empatii i życzliwości wobec innych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Miłość i odpowiedzialność.</li> <li>2. Zakochanie – etapem rozwoju osobowości; przygotowaniem do miłości dojrzałej.</li> <li>3. Chłopiec i dziewczyna – różnice w przeżywaniu miłości.</li> <li>4. Od zakochania do miłości lub od przyjaźni do miłości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kalambury.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. stanu zakochania i emocji towarzyszących temu uczuciu.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Film „Filiżanka czekolady” z serii „Zakochanie i co dalej”.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 3 O etapach i rodzajach miłości

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, III.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić etapy rozwoju miłości,</li> <li>• dokonać charakterystyki:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłości warunkowej „jeżeli”,</li> <li>• ze względu na... „ponieważ”,</li> <li>• bezwarunkowej, czyli osobowej,</li> </ul> </li> <li>• zaprezentować rodzaje miłości,</li> <li>• opisać postawę osoby kochającej miłością dojrzałą.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłości można się uczyć i kształtować postawę dawcy.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Miłości można się uczyć.</li> <li>2. Etapy rozwoju miłości.           <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłość upodobania,</li> <li>• miłość pożądania,</li> <li>• miłość życzliwości i troski.</li> </ul> </li> <li>3. Miłość „jeżeli” (warunkowa), „ponieważ” (ze względu na...) i „pomimo” (bezwarunkowa).</li> <li>4. Miłość dojrzała, czyli pomoc, szacunek, empatia, dobra komunikacja, bliskość, wyłączność, obdarzanie.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w parach z kartami pracy.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Drama (podręcznik, s. 31)</li> <li>• Mapa mentalna lub burza mózgów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Języki miłości” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 4    Rozwój psychoseksualny człowieka

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.2, II.3, II.5</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić biologiczną determinację płci,</li> <li>• omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• określić, czym jest kobiecość/męskość,</li> <li>• określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji własnej płciowości,</li> <li>• znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Biologiczna determinacja płci.</li> <li>2. Wpływ środowiska rodzinnego na rozwój seksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• komunikowanie uczuć,</li> <li>• ukierunkowanie moralne,</li> <li>• identyfikacja z własną płcią,</li> <li>• wychowanie seksualne.</li> </ul> </li> <li>3. Wpływ środowiska rówieśniczego na rozwój psychoseksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• wzmacnianie identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• kształtowanie umiejętności, nawiązywania kontaktów społecznych,</li> <li>• wstępne doświadczenia seksualne.</li> </ul> </li> <li>4. Męskość, kobiecość i wzajemne uzupełnianie się (komplementarność).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Debata lub refleksja: identyfikacja z własną płcią.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Idealna dziewczyna?” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Załączniki.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

## Lekcja 5    Rozwój psychoseksualny człowieka

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.2, II.3, II.5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić biologiczną determinację płci,</li> <li>• omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• określić, czym jest kobiecość/ męskość,</li> <li>• określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji własnej płciowości,</li> <li>• znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Biologiczna determinacja płci.</li> <li>2. Wpływ środowiska rodzinnego na rozwój seksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• komunikowanie uczuć,</li> <li>• ukierunkowanie moralne,</li> <li>• identyfikacja z własną płcią,</li> <li>• wychowanie seksualne.</li> </ul> </li> <li>3. Wpływ środowiska rówieśniczego na rozwój psychoseksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• wzmacnianie identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• kształtowanie umiejętności, nawiązywania kontaktów społecznych,</li> <li>• wstępne doświadczenia seksualne.</li> </ul> </li> <li>4. Męskość, kobiecość i wzajemne uzupełnianie się (komplementarność).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Debata lub refleksja: identyfikacja z własną płcią.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Idealna dziewczyna?” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Załączniki.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 6 Seksualność człowieka

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1, III.2, III.11</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka,</li> <li>• przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominanty podkorowej do korowej,</li> <li>• określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trzy poziomy (piętra) seksualności.</li> <li>2. Integracja seksualna.</li> <li>3. Popęd seksualny człowieka.</li> <li>4. Pierwsze związki erotyczne; odpowiedzialność i prawo do powiedzenia NIE.</li> <li>5. Nieuporządkowany popęd seksualny i zagrożenia:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia,</li> <li>• cyberseks,</li> <li>• prostytutka nieletnich.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wspólnie tworzymy mapę myśli lub asocjogram:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• grupy A nt. integracji seksualnej,</li> <li>• grupy B nt. niedojrzałego traktowania popędu seksualnego.</li> </ul> </li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Jeśli ucztą to wykwićna” z serii „Życie w wolności”</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• materiały piśmiennicze i plakaty.</li> </ul>

# Lekcja 7 Seksualność człowieka

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1, III.2, III.11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka,</li> <li>• przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominanty podkorowej do korowej,</li> <li>• określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trzy poziomy (piętra) seksualności.</li> <li>2. Integracja seksualna.</li> <li>3. Popęd seksualny człowieka.</li> <li>4. Pierwsze związki erotyczne; odpowiedzialność i prawo do powiędzenia NIE.</li> <li>5. Nieuporządkowany popęd seksualny i zagrożenia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia,</li> <li>• cyberseks,</li> <li>• prostytutka nieletnich.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wspólnie tworzymy mapę myśli lub asocjogram: <ul style="list-style-type: none"> <li>– grupy A nt. integracji seksualnej,</li> <li>– grupy B nt. niedojrzałego traktowania popędu seksualnego.</li> </ul> </li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Jeśli uczyła to wykwintna” z serii „Życie w wolności”</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• materiały piśmiennicze i plakaty.</li> </ul>

## Lekcja 8 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.6, III.7, III.8</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna,</li> <li>• scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością,</li> <li>• przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej,</li> <li>• wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie,</li> <li>• wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> <li>2. Miłość, szacunek i odpowiedzialność w relacji chłopak – dziewczyna.</li> <li>3. Przedwczesna inicjacja seksualna – przyczyny, profilaktyka.</li> <li>4. Skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>• skutki psychiczne,</li> <li>• infekcje dróg rodnych,</li> <li>• choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS,</li> <li>• ciąża nastolatki.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. problemów przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenie: „Mówię NIE”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Seks i życiowe decyzje” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 9 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.6, III.7, III.8</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna,</li> <li>• scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością,</li> <li>• przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej,</li> <li>• wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie,</li> <li>• wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> <li>2. Miłość, szacunek i odpowiedzialność w relacji chłopak – dziewczyna.</li> <li>3. Przedwczesna inicjacja seksualna – przyczyny, profilaktyka.</li> <li>4. Skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>• skutki psychiczne,</li> <li>• infekcje dróg rodnych,</li> <li>• choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS,</li> <li>• ciąża nastolatki.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. problemów przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Seks i życiowe decyzje” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>



## Lekcja 10 Choroby przenoszone drogą płciową

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać główne przyczyny szerzenia się chorób przenoszonych drogą płciową,</li> <li>• określić czynniki zwiększające ryzyko zakażenia,</li> <li>• wymienić czynniki chorobotwórcze,</li> <li>• dokonać charakterystyki jednostek chorobowych (rozwój, objawy),</li> <li>• wymienić sposoby prewencji chorób przenoszonych drogą płciową.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę abstynencji seksualnej do małżeństwa jako skutecznej ochrony przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Specyfika chorób przenoszonych drogą płciową – przyczyny ich szerzenia się.</li> <li>2. Rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową: czynniki chorobotwórcze, charakterystyka najważniejszych jednostek chorobowych, rozwój, objawy.</li> <li>3. Skuteczna profilaktyka.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w parach – ćwiczenie: „Prawda / Mit”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową” z serii „Ja-Ty-My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>

## Lekcja 11 AIDS

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dokonać charakterystyki zakażenia HIV i choroby AIDS,</li> <li>• przedstawić historię epidemii AIDS w Polsce i na świecie,</li> <li>• wymienić sytuacje i zachowania, podczas których można zakazić się wirusem HIV,</li> <li>• omówić przebieg choroby AIDS,</li> <li>• opisać takie zachowania, które nie grożą zakażeniem się HIV.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• swoboda seksualna jest zagrożeniem dla zdrowia a nawet życia człowieka.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Istota zakażenia HIV i choroby AIDS.</li> <li>2. Historia epidemii AIDS na świecie i w Polsce.</li> <li>3. Drogi przenoszenia zakażenia.</li> <li>4. Przebieg choroby.</li> <li>5. Profilaktyka.</li> <li>6. Stosunek do chorych i żyjących z HIV.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: ćwiczenie „HIV/AIDS u bliskiej osoby”.</li> <li>• Praca w grupach: Gra planszowa „Seksprześnia i »te« choroby”.</li> <li>• Medytacja.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Rzykant myli się raz” z serii „Życie w wolności”</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 12 Metody rozpoznawania płodności

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	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.2,3,4, V.1,2,3,5</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, na czym polega planowanie dzietności rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych,</li> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację,</li> <li>• przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn,</li> <li>• zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa,</li> <li>• respektowania praw natury, ekologii rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie rodziny: co oznacza, na czym polega?</li> <li>2. Wspólna odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację.</li> <li>3. Płodność kobiety i mężczyzny.</li> <li>4. Wyznaczanie okresów płodności i niepłodności w cyklu owulacyjnym.</li> <li>5. Metody naturalnego planowania rodziny: ich rodzaje w zależności od obserwowanych wskaźników.</li> <li>6. Analiza przykładowej karty obserwacji.</li> <li>7. Korzyści z obserwacji cyklu; diagnostyka zaburzeń.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Emisja filmu „Ekologia i planowanie rodziny”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Praca z podręcznikiem (analiza karty obserwacji cyklu wg metody objawowo-termicznej).</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Przegląd metod NPR na stronie: <a href="http://www.oplodnosci.pl">www.oplodnosci.pl</a></li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ekologia i planowanie rodziny” z serii „Ja – Ty – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

# Lekcja 13 Metody rozpoznawania płodności

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.3,5, IV. 2,3, V.2,3, V.1,2,3</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić na czym polega planowanie dzietności rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych,</li> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację,</li> <li>• przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn,</li> <li>• zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa,</li> <li>• respektowania praw natury, ekologii rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie rodziny: co oznacza, na czym polega?</li> <li>2. Wspólna odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację.</li> <li>3. Płodność kobiety i mężczyzny.</li> <li>4. Wyznaczanie okresów płodności i niepłodności w cyklu owulacyjnym.</li> <li>5. Metody naturalnego planowania rodziny: ich rodzaje w zależności od obserwowanych wskaźników.</li> <li>6. Analiza przykładowej karty obserwacji.</li> <li>7. Korzyści z obserwacji cyklu.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Emisja filmu „Ekologia i planowanie rodziny”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Praca z podręcznikiem (analiza karty obserwacji cyklu wg metody objawowo-termicznej).</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Przegląd metod NPR na stronie: <a href="http://www.oplodnosci.pl">www.oplodnosci.pl</a></li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ekologia i planowanie rodziny” z serii „Ja – Ty – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

# Lekcja 14 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.1, V.5, V.6</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych,</li> <li>• wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych,</li> <li>• opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych,</li> <li>• dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym,</li> <li>• odróżnić działanie środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wybór między NPR a antykoncepcją – wyborem postawy życiowej wobec płodności człowieka.</li> <li>2. Definicja antykoncepcji.</li> <li>3. Podział środków antykoncepcyjnych ze względu na sposób ich działania: mechaniczne, chemiczne, hormonalne.</li> <li>4. Skuteczność i działania uboczne poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>5. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania; aspekt etyczny ich stosowania.</li> <li>6. Planowanie rodziny – wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną lub projekcja filmu.</li> <li>• Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>• Projekcja filmu lub wykład „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ‘po’”.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Debata: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filmy: „Rodzaje antykoncepcji” oraz „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ,po” z serii „Ja-Ty-My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ulotki dołączone do tabletek antykoncepcyjnych oraz ulotki reklamowe antykoncepcji.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 15 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.1, V.5, V.6</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych,</li> <li>• wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych,</li> <li>• opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych,</li> <li>• dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym,</li> <li>• odróżnić działanie środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• że płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wybór między NPR a antykoncepcją – wyborem postawy życiowej wobec płodności człowieka.</li> <li>2. Definicja antykoncepcji.</li> <li>3. Podział środków antykoncepcyjnych ze względu na sposób ich działania: mechaniczne, chemiczne, hormonalne.</li> <li>4. Skuteczność i działania uboczne poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>5. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania; aspekt etyczny ich stosowania.</li> <li>6. Planowanie rodziny – wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną lub projekcja filmu.</li> <li>• Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>• Projekcja filmu lub wykład „Antykoncepcja hormonalna i pigułka „po””.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Debata: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filmy: „Rodzaje antykoncepcji” oraz „Antykoncepcja hormonalna i pigułka „po”” z serii „Ja–Ty–My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ulotki dołączone do tabletek antykoncepcyjnych.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 16 Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.4, V.10, V.11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• omówić główne funkcje płciowości,</li> <li>• określić, czym jest zdrowie prokreacyjne,</li> <li>• wskazać sposoby zapobiegania niepłodności,</li> <li>• omówić rodzaje technik sztucznego zapłodnienia i ich skuteczność,</li> <li>• przedstawić naprotechnologię jako sposób leczenia niepłodności,</li> <li>• scharakteryzować techniki sztucznego zapłodnienia, przedstawić ich konsekwencje medyczne i dokonać ich moralnej oceny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• że rodzicielstwo zastępcze lub adopcja może być źródłem satysfakcji i spełnienia w rodzicielstwie.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo.</li> <li>2. Przyczyny niepłodności i czynniki obniżające płodność.</li> <li>3. Zdrowie prokreacyjne i sposoby zapobiegania chorobie niepłodności (profilaktyka).</li> <li>4. Rodzaje niepłodności.</li> <li>5. Techniki sztucznego zapłodnienia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• sztuczna inseminacja (3 fazy),</li> <li>• zapłodnienie <i>in vitro</i> (4 etapy); skuteczność.</li> </ul> </li> <li>6. Medyczne konsekwencje <i>in vitro</i> dla dziecka i kobiety oraz moralna ocena.</li> <li>7. Naprotechnologia – diagnostyka – leczenie – skuteczność.</li> <li>8. Adopcja i rodzicielstwo zastępcze; ich znaczenie dla dzieci; rodziców i społeczeństwa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka / praca indywidualna.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 17 Inicjacja seksualna. Czy warto czekać?

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.2, III.7, VI.2</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność w sferze seksualnej,</li> <li>• przedstawić argumenty natury psychologicznej, zdrowotnej, społecznej i moralnej za inicjacją w małżeństwie,</li> <li>• rozwiać obiegowe mity dot. inicjacji seksualnej: „trzeba się sprawdzić”, argument „kota w worku”, „wszyscy tak robią”, „wystarczy tylko się zabezpieczyć” itp.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie więzi między mężczyzną i kobietą wymaga wiedzy oraz przyjęcia i respektowania norm etycznych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Odpowiedzialność za sferę seksualną nastolatków.</li> <li>2. Ryzykowne zachowania w sferze seksualnej a poczucie bezpieczeństwa.</li> <li>3. Argumenty psychologiczne, zdrowotne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie.</li> <li>4. Mity o aktywności seksualnej.</li> <li>5. Miłość i szacunek w relacjach chłopak – dziewczyna.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Analiza (dołączonej do filmu) wypowiedzi psychologa.</li> <li>• Praca w parach: inicjacja seksualna – prawda i mity.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w parach: ćwiczenie: „Piramida”.</li> <li>• Praca z tekstem: zdania niedokończone.</li> <li>• Praca w grupach: burza mózgów.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ostry makijaż” z serii „Zakochanie i co dalej?”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Załączniki.</li> </ul>



## Lekcja 18 Dojrzałość do małżeństwa

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, III.12, VI.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego okres narzeczeństwa jest istotny w przygotowaniu do małżeństwa,</li> <li>• wymienić i scharakteryzować rodzaje dojrzałości do małżeństwa,</li> <li>• omówić kryteria wyboru współmałżonka i podać motywy zawierania małżeństwa,</li> <li>• dokonać charakterystyki czynników warunkujących trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej,</li> <li>• przedstawić wewnętrzne i zewnętrzne zagrożenia rodziny,</li> <li>• wymienić akty prawne chroniące życie małżeńskie i rodzinne.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę stwarzania w małżeństwie i rodzinie klimatu miłości, szacunku, troski i bezpieczeństwa.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Narzeczeństwo – przygotowaniem do małżeństwa.</li> <li>2. Dojrzałość do małżeństwa: fizyczna, psychiczna, prawna, ekonomiczna.</li> <li>3. Kryteria wyboru współmałżonka i motywy zawierania małżeństwa.</li> <li>4. Czynniki warunkujące trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej.</li> <li>5. Współczesne zagrożenia rodziny: wewnętrzne i zewnętrzne.</li> <li>6. Normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne (prawo rodzinne).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca w grupach: plakat – współczesne zagrożenia małżeństwa i rodziny.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Podróż do... dorosłości” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 19 Wobec choroby, cierpienia i śmierci

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.4, IV.9, V.10</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać sytuację rodziny, która troszczy się o osoby chore i niepełnosprawne,</li> <li>• zaproponować sposoby pomocy (wolontariat) rodzinie z potrzebami,</li> <li>• przedstawić sytuację rodziny, w której zmarło dziecko po lub przed urodzeniem,</li> <li>• opisać postawę członków rodziny wobec osoby umierającej,</li> <li>• przedstawić etapy przeżywania żałoby.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jest ogniwem w łańcuchu pokoleń i powinien zachować pamięć o przodkach.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rodzina i troska o osobę chore, niepełnosprawne oraz w podeszłym wieku.</li> <li>2. Potrzeba wyrażania miłości i bliskości osobie umierającej.</li> <li>3. Doświadczenie śmierci w rodzinie, również dziecka przed narodzeniem.</li> <li>4. Przeżywanie żałoby, jej etapy.</li> <li>5. Wyciszenie i pozytywne nastawienie do przyszłości.</li> <li>6. Pamięć o zmarłych.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenie „Cztery kąty”.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. zagadnień przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. doświadczenia śmierci w rodzinie.</li> <li>• Przytoczenie świadectw osób, które opiekują się osobami chorymi, niepełnosprawnymi.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Oswajanie nieobecności” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

Ewa Kosińska

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

W związku z nowelizacją podstawy programowej dostosowanej do nowego ustroju szkolnego (rozporządzenie Ministerstwa Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. poz. 356) został przygotowany program zajęć wychowania do życia w rodzinie odpowiadający rozkładowi materiału dla klasy VIII.

Recenzowany program jest ostatnią częścią serii programów, podręczników i ćwiczeń objętych tytułem „Wędrując ku dorosłości” dla II etapu edukacyjnego.

Szeroki zakres materiału ma charakter interdyscyplinarny i zawiera aktualną wiedzę z:

- psychologii rozwoju: komunikacja społeczna nastolatków, komunikacja wychowawcza w rodzinie, uczeń w społeczeństwie informatycznym,
- pedagogiki: asertywność, empatia, samowychowanie,

- biologii rozwoju: skok pokwitaniowy, różnice w rozwoju nastoletnich dziewcząt i chłopców, zróżnicowane tempo rozwoju,
- medycyny: choroby przenoszone drogą płciową, profilaktyka HIV/AIDS, fizjologia płodności kobiety i mężczyzny, metody planowania rodziny, niepłodność – przyczyny i leczenie,
- seksuologii: rozwój psychoseksualny adolescentów, integracja seksualna, przedwczesna inicjacja seksualna i jej skutki, obrona własnej intymności i nietykalności cielesnej,
- socjologii: funkcje rodziny, role rodzinne, zagrożenia współczesnej rodziny, wartość rodziny w życiu osobistym człowieka,
- antropologii: wartości służące osobistemu rozwojowi człowieka ze szczególnym uwzględnieniem okresu dorastania.

Szeroki zakres treści musiał być tak zaplanowany, aby znalazł swoje miejsce w 14 godzinach lekcyjnych (w tym w pięciu z podziałem na grupy jednopłciowe).

### Budowa programu

Materiał każdej lekcji jest realizacją zwykle kilku haseł z podstawy programowej. Nauczyciel wychowania do życia w rodzinie (WDŻ) odnajduje w pierwszej rubryce odpowiednie numery odsyłające do „wymagań ogólnych” i „wymagań szczegółowych”.

### Cele kształcenia

Cele zostały sformułowane w języku wymagań i wskazują na konkretne umiejętności ucznia, które powinien osiągnąć podczas realizacji zaplanowanego materiału nauczania. Cele wychowawcze – jako szczególnie znaczące na lekcjach WDŻ znalazły swoje stałe miejsce w końcowej części kolumny i zostały opatrzone nagłówkiem: „Uczeń uświadomi sobie, że:”.

### Materiał nauczania

Program podaje tematykę zajęć i określa kolejność realizacji treści. Uszczegółowienie treści nauczania jest dla prowadzącego zajęcia

niewątpliwą pomocą w zaplanowaniu procesu dydaktycznego dla każdej jednostki lekcyjnej.

Tematyka dotycząca rozwoju psychoseksualnego, zmian okresu adolescencji, czy planowania poczęć została przydzielona do realizacji w grupach jedнопłciowych. Umożliwia to poszanowanie intymności uczniów. Ponadto w grupach jedнопłciowych młodzież bez skrupowania może prosić nauczyciela o wyjaśnienie wątpliwości.

### Metody i formy nauczania

Szeroki wachlarz metod i technik nauczania mobilizuje uczniów do aktywności, co zwiększa szansę na efektywność zajęć i zainteresowanie uczniów.

W programie dla uczniów klasy VIII zostały m.in. zaproponowane: burza mózgów, praca z filmem, gry dydaktyczne, debata, drama, mapa mentalna, mówiąca ściana, wędrujące plakaty, kalambury, praca w parach i praca w grupach. Wiele ćwiczeń zachęca uczniów do refleksji, inne utrwalają wiedzę.

Skuteczność lekcji WDŻ realizowanych zgodnie z programem „Wędrując ku dorosłości” powinna być duża; nauczyciel ustrzeże się monotonii i wyzwoli zaangażowanie uczniów.

Program pozostawia nauczycielowi dużo swobody w wyborze technik i metod, co pozwoli na kreatywne modelowanie zajęć.

### Pomoce i materiały dydaktyczne

Materiały i pomoce dydaktyczne ułatwiają osiągnięcie zamierzonych celów. Program „Wędrując ku dorosłości” proponuje do każdej lekcji prezentacje multimedialne. Niewątpliwie pomogą prowadzącemu w realizacji metod podających (wykład, pogadanka). Percepcja wzrokowa sprzyja ponadto zapamiętaniu istotnych wiadomości.

Do wielu lekcji zostały włączone także filmy edukacyjne, które oprócz przekazywanych informacji urozmaicą i uatrakcyjnią tematykę poruszaną na zajęciach WDŻ. Wiele z tych filmów ma charakter wychowawczy i profilaktyczny.

Aktywizujące zajęcia wymagają przygotowania przez prowadzącego różnorodnych materiałów do pracy indywidualnej czy grupowej, np. polecenia do kalamburów, dramy, zdania niedokończone, karty pracy itp.

### Ocena poprawności merytoryczno-dydaktycznej

Program „Wędrując ku dorosłości” cechuje zgodność z najnowszą wiedzą i rzetelność. Jest dostosowany do możliwości percepcyjnych 14-15-letnich uczniów. Realizuje treści programowe zawarte w rozporządzeniu MEN i jest dostosowany do liczby godzin przewidywanych w rocznym planie nauczania.

Program zawiera treści zgodne z przepisami prawa i ratyfikowanymi umowami międzynarodowymi.

Reasumując: Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy VIII, autorstwa Teresy Król, może być przeznaczony do zajęć wychowania do życia w rodzinie na omawianym poziomie rozwoju młodzieży.

*mgr Ewa Kosińska*

psycholog, terapeuta, edukator;  
wieloletni (1990-2006) doradca metodyczny WOM  
i konsultant MCDN w Krakowie, autorka wielu  
publikacji książkowych i artykułów dla nauczycieli  
i wychowawców, pedagogów i psychologów; aktualnie  
szkoleniowiec warsztatów psychologicznych,  
terapeuta w poradni psychologicznej.

Mariola Wacławik

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

Program „Wędrując ku dorosłości”. *Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy VIII szkoły podstawowej* autorstwa Teresy Król jest zgodny z przepisami prawa oświatowego, zwłaszcza z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. 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 2017 r. poz. 356).

Głównym celem opracowanego przez autorkę programu jest nie tylko przekazywanie uczniom wiedzy i umiejętności, ale także stymulowanie ich rozwoju w wymiarze psychicznym, społecznym, moralnym i duchowym. Program ten obejmuje wiedzę dotyczącą biologii, psychologii, etyki i zachowań społecznych młodego człowieka.

Nowa podstawa programowa wychowania do życia w rodzinie sformułowana jest w języku wymagań. Główne kierunki oraz cele kształcenia zapisano jako wymagania ogólne, zaś treści nauczania oraz oczekiwane umiejętności uczniów zapisano jako wymagania szczegółowe (przedstawione w języku efektów uczenia się).

Opracowany przez autorkę program zawiera założenia wynikające z podstawy programowej, tj. wymagania ogólne i szczegółowe, cele kształcenia, treści nauczania, warunki i sposoby realizacji.

Budowa opracowanego programu opiera się na koncepcji nauczania spiralnego. To dla prowadzących zajęcia WDŻ daje możliwość powracania do znanych już treści w szerszym ujęciu w kolejnych latach nauki. Zakładane umiejętności oraz treści nauczania zostały dostosowane do potrzeb i możliwości rozwojowych uczniów.

Treści programowe zawarte w podstawie programowej MEN zostały rozłożone tematycznie dla 14 jednostek lekcyjnych (zgodnie

z rozporządzeniem dotyczącym sposobu realizacji zajęć wychowania do życia w rodzinie). Nauczyciel w ciągu jednego semestru realizuje je w trakcie 19 godzin, ponieważ został utrzymany podział na grupy jedнопłciowe (po 5 godzin dla każdej grupy), co niewątpliwie wpływa na jakość kształcenia. To korzystne rozwiązanie daje możliwość pełniejszego przekazania treści z zakresu rozwoju psychoseksualnego człowieka. Uczniowie otrzymują szansę swobodnego zadawania pytań i zgłaszania swoich wątpliwości.

Nowe treści zawarte w podstawie programowej mają ujęcie holistyczne. Dlatego program wychowania do życia w rodzinie eksponuje aspekty psychologiczne, społeczne i pedagogiczne, m.in.: wzajemne relacje międzyludzkie, komunikację interpersonalną, przyjmowane postawy, sposoby postępowania w sytuacji stresu, presji grupy, różnych zdarzeń życia rodzinnego, miłości młodzieńczej (zakochania), etapach rozwoju i rodzajach miłości, seksualności człowieka, przedwczesnej inicjacji seksualnej, chorób przenoszonych drogą

płciową, w tym AIDS, metod rozpoznawania płodności i antykoncepcji, problemu niepłodności, zagadnień związanych z dojrzałością do małżeństwa i wreszcie trudnych doświadczeń związanych z chorobą, cierpieniem, śmiercią i pamięcią o zmarłych. Prezentowane treści są obszerne i wynikają szczególnie z potrzeb zmieniającej się rzeczywistości, współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych, wskazań środowisk wychowawczych.

Autorka podkreśla, że nadrzędnym celem edukacji zgodnie z zapisami w podstawie programowej jest przekazanie uczniom określonego zasobu informacji, kształcenie i doskonalenie podstawowych umiejętności oraz kształtowanie odpowiednich postaw.

Teresa Król szczegółowo prezentuje zróżnicowane sposoby osiągnięcia celów kształcenia i wychowania, proponując i opisując sprawdzone efektywne metody i techniki dydaktyczne. Motywują one uczniów do refleksji i pogłębiania przekazywanych treści. Nie zabrakło też w programie wskazówek dotyczących metod z wykorzystaniem TIK.

We wstępie do programu podkreśla się jednak, że nauczyciel wybierając metody dydaktyczne, powinien uwzględnić możliwości uczniów oraz dostosować określone metody i formy zajęć do realnych warunków swojej placówki oświatowej. Niewątpliwym atutem programu jest akcentowanie zagadnień wychowawczych i profilaktycznych. Zaznacza się wyraźnie sprawę wyboru właściwych postaw, które pomagają uczniom dokonywać

słusznych i mądrych wyborów. Podejmowane tematy skłaniają do samodzielnych ocen i refleksji, rozwijają wrażliwość, uczą aktywnego uczestnictwa w kulturze, szacunku do tradycji, kształtują osobowość, uczą ofiarności, współpracy i altruizmu.

**Biorąc pod uwagę nowatorstwo, walory wychowawcze tego programu, jego zgodność z podstawą programową i wymaganiami zawartymi w rozporządzeniach MEN rekomenduję go do użytku szkolnego do zajęć wychowania do życia w rodzinie w klasie VIII szkoły podstawowej.**

*mgr Mariola Wacławik*

wykładowca i wicedyrektor Krakowskiego Instytutu Rozwoju Edukacji, trener zajęć socjoterapeutycznych, lider ds. profilaktyki, ekspert MEN, egzaminator CKE, szkoleniowiec

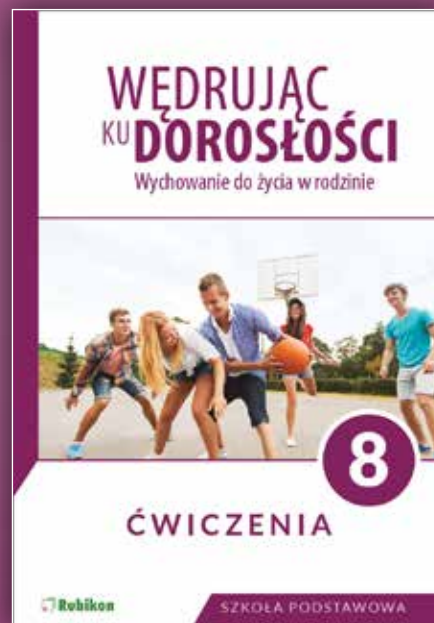
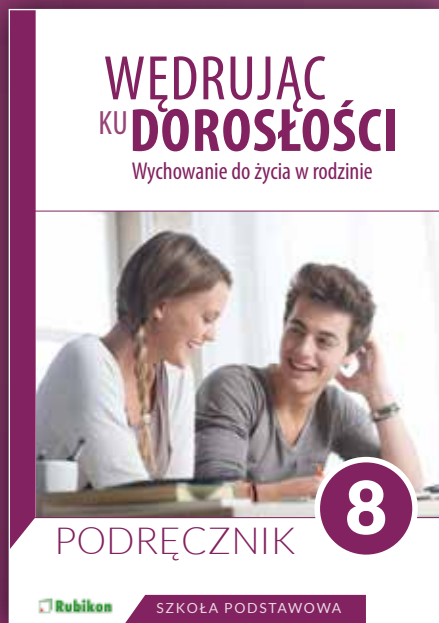












KsięgarniaRUBIKON.pl

