

BOŻENA STRZEMIECZNA

# MOJE DORASTANIE

Wychowanie do życia w rodzinie



Program nauczania dla klas IV-VIII  
szkoły podstawowej

SZKOŁA PODSTAWOWA

**NOWA PODSTAWA PROGRAMOWA**

BOŻENA STRZEMIECZNA

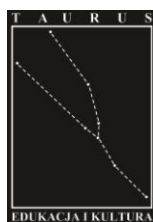
# MOJE DORASTANIE

**Wychowanie do życia w rodzinie**

**Program nauczania dla klas IV-VIII  
szkoły podstawowej**

SZKOŁA PODSTAWOWA

NOWA PODSTAWA PROGRAMOWA



Taurus Edukacja i Kultura

© Copyright by Bożena Strzemieczna

Recenzent merytoryczny i dydaktyczny  
Katarzyna Dmowska

Redakcja  
Wiesława Śleszyńska

Korekta  
Piotr Strzemieczny

Projekt okładki  
Joanna Szumacher

Wydawca  
Taurus Edukacja i Kultura  
05-827 Grodzisk Mazowiecki

Kontakt  
*wychowanie@wychowanie.pl*

Program do wychowania do życia w rodzinie *Moje dorastanie*, przeznaczony do realizacji w klasach IV - VIII szkoły podstawowej (II etap edukacyjny), jest zgodny z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r.* (Dz.U. z 2017 r. poz. 356) 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 dla kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej.

Program opracowany został przez Bożenę Strzemieczną, autorkę pomocy dydaktycznych do wychowania do życia w rodzinie w ramach serii *Moje dorastanie*:

*Zeszytu Ucznia z kartami pracy do klasy IV*

*Zeszytu Ucznia z kartami pracy do klasy V*

*Zeszytu Ucznia z kartami pracy do klasy VI*

*Zeszytu Ucznia do klasy VII*

*Zeszytu Ucznia do klasy VIII*

*Przewodnik dla nauczyciela do wychowania do życia w rodzinie w szkole podstawowej*

**Bożena Strzemieczna** - dyplomowana nauczycielka wychowania do życia w rodzinie i biologii. Autorka programu nauczania wychowania do życia w rodzinie w klasach IV-VIII szkoły podstawowej *Moje dorastanie* i materiałów dydaktycznych do wychowania do życia w rodzinie *Moje dorastanie* dla klas IV-VIII. We współpracy z licznymi wydawnictwami, m.in. Prószyński i S-ka i WSiP wydała poradniki metodyczne dla nauczycieli oraz zeszyty ucznia do gimnazjum.

W 2008 r. autorka programu otrzymała Nagrodę Ministra Edukacji Narodowej.

Od 2010 r. pełni funkcję Wiceprezesa Stowarzyszenia Nowa Kultura i Edukacja, organizacji realizującej międzynarodowe projekty edukacyjne Erasmus+, wcześniej także w ramach projektu Grundtvig. Pełniła rolę koordynatora międzynarodowego i polskiego w projektach dotyczących profilaktyki HIV/AIDS, asertywności i agresji, przeciwdziałaniu przemocy seksualnej wśród nastolatków oraz zwiększania świadomości rodziców w kwestii zdrowego odżywiania i wychowywania dzieci.

Dopuszcza się możliwość modyfikacji zamieszczonych materiałów na potrzeby nauczyciela czy szkoły, jednak bez możliwości obrotu i rozpowszechniania zmodyfikowanych materiałów.

Wszystkie publikacje do wychowania do życia w rodzinie są dostępne w sprzedaży wysyłkowej. Zamówienia można składać w księgarni internetowej [www.wychowanie.pl](http://www.wychowanie.pl) lub telefonicznie pod numerami 605-348-243, 603-616-677.

## **SPIS TREŚCI**

### **ROZDZIAŁ 1**

Koncepcja programu .....6

### **ROZDZIAŁ 2**

Podstawa Programowa przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie .....8

### **ROZDZIAŁ 3**

Liczba godzin i sposób realizacji.....14

### **ROZDZIAŁ 4**

Struktura programu.....16

### **ROZDZIAŁ 5**

Program nauczania wychowania do życia w rodzinie:

Klasa IV.....17

Klasa V.....27

Klasa VI.....38

Klasa VII.....48

Klasa VIII.....58

### **ROZDZIAŁ 6**

Procedury osiągnięcia celów.....71

### **ROZDZIAŁ 7**

Opinia o programie.....76

## KONCEPCJA PROGRAMU

Zgodnie z założeniami nowej podstawy programowej, wychowanie do życia w rodzinie należy postrzegać jako integralną część wychowania ogólnego. Jest oczywiste, że proces wychowania rozpoczyna się w rodzinie i że środowisko rodzinne stanowi najważniejsze ogniwo w procesie wychowawczym. To rodzina wpływa na zdrowie fizyczne i psychiczne swojego dziecka, kształtuje osobowość, uczy dokonywania moralnie właściwych wyborów, wpływa na rozwój intelektualny. Nie da się jednak pominąć znaczenia innych podmiotów wychowawczych, takich jak nauczyciele, grupy rówieśnicze, instytucje wychowawcze. Nauczyciele, realizując zajęcia z wychowania do życia w rodzinie, wspierają w tym zakresie rodziców. Kluczowym elementem współczesnego wychowania staje się zatem współpraca wszystkich środowisk kształtujących osobowość młodego człowieka.

Lata szkoły podstawowej to czas nadchodzących zmian fizycznych i psychicznych związanych z pokwitaniem. Konieczne jest więc przygotowanie nastolatków do zmian, które wkrótce nastąpią, i wykształcenie w nich pozytywnego nastawienia do tego okresu. Zadaniem dorosłych jest także kształcenie u dzieci odpowiedzialności, umiejętności samokontroli i samooceny.

Dorastanie wiąże się z nasileniem krytycyzmu i buntu, zwłaszcza wobec dorosłych, z rozchwianiem emocjonalnym, a jednocześnie z ogromną ciekawością świata. I tak, z jednej strony – różnorodność informacji i wzorców lansowanych w środkach masowego przekazu, z drugiej zaś strony – brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów, mogą powodować trudności w odnalezieniu się dziecka we współczesnym świecie. Rolą dorosłych jest pomoc nastolatkom w poszukiwaniu właściwych dróg. Potrzeba realizowania przez szkołę edukacji prorodzinnej wynika także z ogromnego przyspieszenia przemian zachodzących w naszym kraju, które niosą ze sobą realne zagrożenia.

Program nauczania Wychowanie do życia w rodzinie - seria "Moje dorastanie", ma pełnić funkcję wspierającą rodzinę w wychowywaniu dzieci. Zdając sobie sprawę, że edukacja prorodzinna jest przede wszystkim funkcją domu rodzinnego, program nauczania oraz proponowane do niego materiały pomocnicze są zaprojektowane tak, aby uczniowie zachęcali członków rodziny do uczestnictwa w ćwiczeniach domowych związanych z tematami dotyczącymi życia rodzinnego, zdrowia i higieny czy dojrzewania, co przyczyni się do budowania stabilności, poczucia więzi oraz wzmocnienia komunikacji w rodzinie.

Rozumiejąc konieczność wszechstronnego przygotowania dzieci do życia we współczesnym świecie, nauczyciele powinni w sposób przemyślany i zorganizowany przekazywać rzetelną wiedzę, wpływać na kształtowanie osobowości, promować

zdrowy styl życia, pobudzać do przemyśleń i podejmowania odpowiedzialnych wyborów.

Proponowany program do wychowania do życia w rodzinie *Moje dorastanie* opracowany został z myślą o młodzieży, rodzicach i nauczycielach. Oparto go na treściach zawartych w Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.

W programie przedstawiono cele kształcenia i wychowania, treści nauczania, przewidywane osiągnięcia uczniów wraz z procedurami osiągnięcia celów, a także proponowane środki dydaktyczne. Układ treści programowych odpowiadający poszczególnym klasom związanych jest z poziomem rozwojowym ucznia.

Przedmiot wychowanie do życia w rodzinie w szczególny sposób wpisuje się w realizację zadań wychowawczych szkoły. Sprzyja temu forma zajęć, różniąca się od innych przedmiotów. Uczniowie mogą dobrowolnie uczestniczyć w lekcjach, nie są oceniani, a część godzin lekcyjnych jest realizowana z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców. Ze względu na to, wskazane byłoby ujęcie zajęć w ramowym planie pracy szkoły na pierwszej lub ostatniej godzinie lekcyjnej. Przed przystąpieniem do zajęć należy zorganizować spotkanie z rodzicami w celu przedstawienia pełnej informacji o celach i treściach programu, literaturze oraz pomocach dydaktycznych wykorzystywanych podczas lekcji.

Szczególne role, ze względu na specyfikę przedmiotu, przypada nauczycielowi wychowania do życia w rodzinie, który powinien być dobrze przygotowany merytorycznie do prowadzenia zajęć. Powinien także umieć z łatwością nawiązywać kontakty z uczniami, tworzyć atmosferę otwartości, zaufania i dyskrecji.

Nadrzędnym celem przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie jest stworzenie uczniom warunków sprzyjających poznaniu siebie, wzmocnieniu poczucia własnej wartości oraz zdobyciu rzetelnej wiedzy.

*Zgodnie 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 dnia 24 lutego 2017 r. poz. 356), program nauczania dopuszcza do użytku w danej szkole dyrektor placówki, na wniosek nauczyciela lub nauczycieli.*

Prezentowany program oraz materiały pomocnicze - *Wychowanie do życia w rodzinie dla szkoły podstawowej* *Moje dorastanie* - mają pełnić rolę wspierającą nauczyciela, aby przemyślenia i wnioski płynące z zajęć pomogły młodym ludziom lepiej zrozumieć siebie i innych, a w dalszej perspektywie wpływały na podejmowanie właściwych decyzji.

## **PODSTAWA PROGRAMOWA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE**

*II etap edukacyjny: klasy IV-VIII*

Indywidualna i społeczna wartość rodziny, zarówno w swej strukturze, jak i podejmowanych funkcjach, czyni przygotowanie do jej założenia zadaniem o wyjątkowym znaczeniu. W jego realizacji uczestniczy również szkoła mająca istotny udział w przekazywaniu wiedzy, kształtowaniu umiejętności i postaw.

Nauczyciele, realizując zajęcia z wychowania do życia w rodzinie, wspierając w tym zakresie obowiązki rodziców, powinni zmierzać do tego, aby uczniowie:

- 1) znajdowali w szkole środowisko wszechstronnego rozwoju;
- 2) mieli świadomość procesu rozwoju psychoseksualnego;
- 3) doceniali wartość rodziny i znali zadania, jakie ona pełni;
- 4) uznawali godność człowieka;
- 5) poszukiwali, odkrywali i dążyli do osiągnięcia celów życiowych i wartości ważnych dla odnalezienia własnego miejsca w rodzinie i w świecie;
- 6) uczyli się szacunku dla dobra wspólnego jako podstawy życia społecznego;
- 7) kształtowali w sobie postawę dialogu, umiejętność słuchania innych i rozumienia ich poglądów, umieli współdziałać i współtworzyć dojrzałe więzi osobowe.

## **WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE**

### **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 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 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, wypowiedzane 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.

Podstawa prawna:

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.

#### **LICZBA GODZIN I SPOSÓB REALIZACJI**

*Zgodnie z Rozporządzeniem MEN z dnia 9 czerwca 2017 r.: „Zajęcia są realizowane w klasach IV-VIII szkoły podstawowej, w szkołach ponadpodstawowych: branżowej szkole I stopnia, w klasach I-III liceum ogólnokształcącego i w klasach I-III technikum, dla dzieci i młodzieży, publicznych i niepublicznych o uprawnieniach szkół publicznych.”*

Zajęć tych nie będzie się prowadzić dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym lub uczniów z niepełnosprawnościami sprzężonymi, z których jedną z niepełnosprawności jest niepełnosprawność intelektualna w stopniu umiarkowanym lub znacznym, ponieważ uczniowie ci realizują odrębną podstawę programową kształcenia ogólnego.

Liczbę godzin zajęć edukacyjnych „wychowanie do życia w rodzinie” realizowanych w poszczególnych typach szkół określa 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 (Dz. U. z 2014 r. poz. 395). Rozporządzenie przewiduje prowadzenie zajęć „wychowania do życia w rodzinie” w klasach IV – VIII szkoły

podstawowej (dotychczas w klasach V i VI dotychczasowej sześciolletniej szkoły podstawowej) oraz w branżowej szkole I stopnia.

W odniesieniu do klas gimnazjów i klas dotychczasowych zasadniczych szkół zawodowych oraz szkół ponadgimnazjalnych stosuje się dotychczasowe przepisy.

Zajęcia wychowania do życia w rodzinie będą prowadzone w szkołach podstawowych (w klasach IV-VIII), gimnazjach (w okresie wygaszania) i szkołach ponadpodstawowych w klasach I-III liceum ogólnokształcącego i technikum w każdej klasie po 14 godzin, w tym po 5 godzin z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców.

### PROPONOWANY PRZYDZIAŁ GODZIN

| Klasa | Cała klasa (godziny) | Zajęcia w grupach (godziny) |
|-------|----------------------|-----------------------------|
| 4     | 9                    | 5                           |
| 5     | 9                    | 5                           |
| 6     | 9                    | 5                           |
| 7     | 9                    | 5                           |
| 8     | 9                    | 5                           |

Program do nauczania wychowania do życia w rodzinie w klasach 4–8 został przygotowany do realizacji treści kształcenia zgodnie z ramowym planem nauczania:

- klasa 4 – 0,5 godz. tygodniowo,
- klasa 5 – 0,5 godz. tygodniowo,
- klasa 6 – 0,5 godz. tygodniowo,
- klasa 7 – 0,5 godz. tygodniowo,
- klasa 8 – 0,5 godz. tygodniowo,

Zajęcia wychowania do życia w rodzinie mogą być prowadzone przez nauczycieli posiadających kwalifikacje do nauczania w danym typie szkoły oraz ukończone studia wyższe z zakresu nauk o rodzinie albo studia podyplomowe lub kursy kwalifikacyjne zgodne z treściami programowymi zajęć.

Przed przystąpieniem do zajęć dyrektor szkoły jest zobowiązany do zorganizowania spotkania z rodzicami, podczas którego nauczyciel wychowania do życia w rodzinie przedstawi rodzicom pełną informację o celach i treściach programu, literaturze oraz pomocach dydaktycznych wykorzystywanych podczas lekcji.

## STRUKTURA PROGRAMU

Program nauczania do wychowania do życia w rodzinie dla szkoły podstawowej *Moje dorastanie* jest programem edukacyjnym opartym na kształceniu umiejętności życiowych młodzieży poprzez:

- promowanie zasad leżących u podstaw osobistego i społecznego rozwoju;
- sprzyjaniu rozwojowi wiedzy, umiejętności i postaw wspierających życie rodzinne;
- zapewnianiu możliwości zdobycia wiedzy, postaw i umiejętności dotyczących zdrowia;
- kształcenia umiejętności podejmowania odpowiedzialnych decyzji dotyczących życia rodzinnego, społecznego i seksualnego.

Program, zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku, przedstawia szczegółowe cele kształcenia, treści nauczania - wymagania szczegółowe. Program określa także przewidywane osiągnięcia uczniów a także Procedury osiągania celów oraz proponowane środki dydaktyczne.

Układ treści programowych odpowiadający poszczególnym klasom wynika z wymogów podstawy programowej, dostosowany jest także do poziomu rozwojowego uczniów.

Podczas opracowywania Programu nauczania wychowania do życia w rodzinie w klasach 4–8 szkoły podstawowej wzięto pod uwagę młodszy niż dotychczas wiek uczniów rozpoczynających naukę tego przedmiotu. Program nauczania uwzględnia wymienione powyżej zapisy podstawy programowej dotyczące zadań szkoły i zalecenia kształtowania najważniejszych umiejętności zdobywanych przez ucznia, celów kształcenia oraz treści nauczania. Szczególną uwagę zwrócono na zachowanie spójności i ciągłości nauczania w kolejnych klasach szkoły podstawowej. Treści przekazywane w ramach wychowania do życia w rodzinie w klasie ósmej tworzą logiczną całość w połączeniu z wiedzą zdobytą przez uczniów podczas zajęć realizowanych od klasy czwartej.

Do programu zaproponowana została obudowa metodyczna - Przewodnik dla nauczyciela oraz Zeszyty ucznia wraz z kartami pracy do klasy IV - VIII w ramach serii *Moje dorastanie*. Są one jedynie propozycją, ponieważ to nauczyciel, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom i potrzebom uczniów, sam będzie podejmował decyzję o doborze zagadnień i kolejności ich realizacji.



## PROGRAM NAUCZANIA WYCHOWANIA DO ŻYCIA W RODZINIE

# KLASA IV

### LEKCJA 1

#### NASZE ZASADY KLASOWE

*Lekcja organizacyjna*

##### Cele edukacyjne

- Przedstawienie uczniom programu nauczania.
- Poznanie zasad obowiązujących na zajęciach dotyczących kultury dyskusji, aktywności i otwartości wobec poruszanych problemów.
- Stworzenie uczniom warunków do bliższego poznania się i dobrej współpracy w grupie.

##### Treści nauczania

- Tworzymy klasę.
- Zapoznanie z programem nauczania.

##### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Nawiązanie dobrych relacji z kolegami i koleżankami.
- Przełamanie onieśmielenia.
- Ustalenie zasad panujących na zajęciach.
- Poznanie programu nauczania.

##### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.

##### Środki dydaktyczne

Arkusze papieru, mazaki.

### LEKCJA 2

#### NASZE RODZINY

##### Cele edukacyjne

- Wskazanie roli rodziny w społeczeństwie.
- Przedstawienie uczniom różnych typów struktur rodziny.

##### Treści nauczania

- Rola i miejsce rodziny w społeczeństwie.
- Typy struktury rodziny.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Uświadomienie sobie roli rodziny.
- Umiejętność rozpoznania rodziny wielopokoleniowej, pełnej, niepełnej, zrekonstruowanej.
- Uzmysłowanie sobie, w czym przejawia się rodzinne wychowanie do miłości.

#### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna;
- Rozmowa kierowana;  
Praca ucznia z rodzicami.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, arkusz papieru dla każdego ucznia, klej, markery, kredki, czasopisma ze zdjęciami rodzin, kilka zdjęć rodzinnych od każdego dziecka (dzieci muszą przynieść je na lekcję), wełna.

## **LEKCJA 3 RELACJE RODZINNE**

#### Cele edukacyjne

- Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka.
- Ukazanie możliwości budowania prawidłowych relacji rodzinnych i ich roli w życiu człowieka.

#### Treści nauczania

- Szacunek do rodzeństwa, rodziców, dziadków.
- Atmosfera w rodzinie.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Rozumienie na czym polega odpowiedzialność wszystkich członków za atmosferę panującą w rodzinie.
- Uprzejmość i uczynność każdego dnia.
- Pamięć o ważnych rocznicach i świętach rodzinnych.
- Umiejętność komunikowania uczuć, składania życzeń z okazji imienin, urodzin, Dni Matki, Ojca, Babci, Dziadka.
- Przyswojenie wartości i kontynuowanie tradycji ważnych w rodzinie.
- Zrozumienie roli wspólnego świętowania w rodzinie i spędzania czasu wolnego.

### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupie.
- Miniwykład.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 4 NIEZAPOMNIANE CHWILE**

### Cele edukacyjne

- Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka.
- Uświadomienie roli tradycji w budowaniu jedności rodziny i zapewnianiu poczucia bezpieczeństwa.

### Treści nauczania

- Atmosfera panująca w rodzinie.
- Wspólne świętowanie.
- Wartości i tradycje ważne w rodzinie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność wyrażania pamięci, składania życzeń z okazji ważnych rocznic i świąt rodzinnych - imienin, urodzin, Dni Matki, Ojca, Babci, Dziadka.
- Zrozumienie roli wspólnego świętowania w rodzinie i spędzania czasu wolnego.
- Kontynuowanie rodzinnych tradycji.
- Uzmysłowanie sobie, w czym przejawia się rodzinne wychowanie patriotyczne.

### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 5**

### **JAK BYĆ DOBRYM PRZYJACIELEM?**

#### Cele edukacyjne

- Ukazywanie roli koleżeństwa i przyjaźni w życiu człowieka.

#### Treści nauczania

- Relacje międzyosobowe.
- Cechy dobrego przyjaciela.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność przedstawienia istoty koleżeństwa i przyjaźni.
- Zrozumienie istnienia potrzeby i wartości wzajemnego szacunku, udzielania pomocy, empatii i współpracy.
- Uświadomienie sobie, że współpraca, wzajemna pomoc i zrozumienie umacniają więzi koleżeńskie.

#### Procedury osiągania celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupie.
- Rozmowa kierowana.
- Miniwykład.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, karteczki papieru z napisem: „(Imię przyjaciela) to mój dobry przyjaciel, ponieważ ...”.

## **LEKCJA 6**

### **TACY SAMI**

#### Cele edukacyjne

- Okazywanie szacunku innym ludziom.
- Zwalczanie uprzedzeń i dyskryminacji wobec osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności.

#### Treści nauczania

- Potrzeba i wartość wzajemnego szacunku, empatii.
- Postawy wobec osób niepełnosprawnych.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność pozytywnego odnoszenia się do osób z niepełnosprawnością widząc w nich wartościowych partnerów w koleżeństwie, przyjaźni, miłości, rodzinie.

### Procedury osiągania celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.
- Miniwykład.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, wózek inwalidzki lub kule (w miarę możliwości), opaska na oczy lub apaszka.

## **LEKCJA 7** **ZDROWY STYL ŻYCIA** *Gra towarzyska*

### Cele edukacyjne

- Poznanie podstawowych zasad pozwalających zachować zdrowie.
- Stworzenie uczniom warunków do bliższego poznania się i dobrej współpracy w grupie.

### Treści nauczania

- Troska o zdrowie.
- Zasady współpracy w grupie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność podejmowania osobistych wyborów związanych z prowadzeniem zdrowego stylu życia: podstawy higieny; troska o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczna.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.
- Gra w zeszycie ucznia.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## LEKCJA 8 CZY WIESZ CO JESZ?

### Cele edukacyjne

- Poznanie zasad odżywiania pozwalających zachować zdrowie.

### Treści nauczania

- Troska o zdrowie: właściwe odżywianie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność układania jadłospisu.
- Uświadomienie sobie, że zdrowe odżywianie jest wyborem.
- Zrozumienie, że właściwe odżywianie pomaga rosnąć i utrzymać zdrowie.

### Procedury osiągania celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Miniwykład.

### Środki dydaktyczne

Plansza: Piramida żywieniowa, owoce i warzywa przyniesione przez uczniów.

## LEKCJA 9 ZŁOTA REGUŁA

### Cele edukacyjne

- Ukazywanie możliwości dokonania autorefleksji nad wartościami w życiu człowieka.
- Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy.
- Zachęcanie i wzmacnianie pozytywnych zachowań.

### Treści nauczania

- Szacunek, odpowiedzialność, uczciwość.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność dokonywania wyboru i urzeczywistniania wartości służących osobowemu rozwojowi.
- Umiejętność okazywania szacunku członkom rodziny.
- Przyjęcie postawy szacunku wobec siebie i szacunku dla innych.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 10 WIRUALNY ŚWIAT**

#### Cele edukacyjne

- Korzystanie ze środków przekazu w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.

#### Treści nauczania

- Świat rzeczywisty i świat wirtualny: gry komputerowe, Internet, portale społecznościowe.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność korzystania z środków społecznego przekazu.
- Znajomość zagrożeń okresu dojrzewania: pornografia, cyberseks.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 11**

### **UWAGA! NIEBEZPIECZEŃSTWO!**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Wyjaśnienie znaczenia słów: nałóg, uzależnienie.
- Określenie czynników ryzyka i czynników ochronnych związanych z używaniem substancji (narkotyków i alkoholu).

#### Treści nauczania

- Uzależnienia i jego konsekwencje.
- Instytucjonalna pomoc rodzinie: uzależnienia, zachowania ryzykowne.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że istnieją zagrożenia okresu dojrzewania: uzależnienia, zachowania ryzykowne.
- Uświadomienie sobie niszczącego wpływu nałogów na zdrowie człowieka.
- Umiejętność zachowań asertywnych w różnych sytuacjach życiowych.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Odgrywanie ról.
- Rozmowa kierowana.
- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Miniwykład.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, dla każdej grupy tabelka: Jakie mogą być skutki rodzinne, towarzyskie, zawodowe dla osób zażywających alkohol lub narkotyki?

## **LEKCJA 12**

### **CZAS NA ZMIANY**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.



### Treści nauczania

- Dojrzewanie dziewcząt i chłopców.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie objawów dojrzewania.
- Uświadomienie sobie kolejności zmian w okresie adolescencji.
- Zrozumienie, że każdy dojrzewa według własnego zegara biologicznego.
- Nabranie pozytywnego nastawienia do zmian towarzyszących dojrzewaniu.

### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w parach.
- Pogadanka.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, tablice poglądowe.

## **LEKCJA 13**

### **PRZEMOC WOBEC DZIECI**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Definiowanie, czym jest przemoc wobec dzieci i młodzieży i jakie są jej rodzaje.
- Poznanie oznak przemocy.
- Omówienie sposobów zapobiegania przemocy.

### Treści nauczania

- Przemoc wobec dzieci;

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność określenia metod, które pomagają zapobiegać lub radzić sobie z przemocą.
- Umiejętność rozpoznawania sytuacji ryzykownych, w których może dojść do przemocy i nadużyć seksualnych.

### Procedury osiągnięcia celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w parach.
- Miniwykład.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, nagranie z głośnym płaczem małego dziecka.

## **LEKCJA 14**

### **HIGIENA CODZIENNA OKRESU DOJRZEWANIA**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Poznanie podstawowych zasad higieny okresu dojrzewania

#### Treści nauczania

- Współczesne metody i środki higieny osobistej.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie konieczności przestrzegania zasad higieny.
- Poznanie odpowiednich dla siebie środków higienicznych i kosmetycznych.
- Uświadomienie sobie, że dbałość o własne ciało to również zdrowy styl życia.
- Poznanie skutków nieprzestrzegania zasad higieny.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Pogadanka,
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.

#### Środki dydaktyczne

- Środki higieniczne i kosmetyczne, środki do higieny w czasie miesiączki, arkusze papieru, kolorowe czasopisma, kredki, flamastry.

# KLASA V

## LEKCJA 1 POZNAJMY SIĘ

*Lekcja organizacyjna*

### Cele edukacyjne

- Wzajemne poznanie się z uczniami.
- Wspólne ustalenie zasad, obowiązujących podczas zajęć.
- Przedstawienie uczniom programu nauczania.

### Treści nauczania

- Tworzenie zgranej grupy.
- Zapoznanie uczniów z programem nauczania.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie sensu uczestnictwa w zajęciach wychowania do życia w rodzinie.
- Aktywne uczestnictwo w życiu klasy.
- Umiejętność współpracy w grupie.

### Procedury osiągania celów

- Praca grupowa.
- Zabawy integracyjne.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Piłka do gry, arkusze papieru, plakat.

## LEKCJA 2 MÓJ DOM

### Cele edukacyjne

- Zrozumienie znaczenia pojęcia „rodzina”.
- Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka.
- Wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
- Wzmocnienie poczucia więzi z rodziną.
- Uświadomienie sobie własnego miejsca w rodzinie.
- Przeświadczenie o tworzeniu odpowiedniej atmosfery przez wszystkich członków rodziny.

### Treści nauczania

- Podstawowe funkcje rodziny.
- Różnorodne formy rodzin.
- Miejsce dziecka w rodzinie.
- Obowiązki członków rodziny.
- Atmosfera życia rodzinnego i relacje rodzinne.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Uświadomienie sobie, że istnieją różne formy rodzin na przykład rodzina niepełna, adopcyjna, zastępcza, formalna, nieformalna.
- Umiejętność okazania szacunku rodzeństwu, rodzicom i dziadkom oraz docenianie ich wkładu w życie rodzinne.
- Zrozumienie za co i w jaki sposób można wyrazić wdzięczność rodzinie.
- Uczestniczenie w podziale obowiązków; korzysta z pomocy innych i sam jej udziela.
- Umiejętność dzielenia czasu pomiędzy pracą i rekreacją; tworzenie atmosfery świętowania.
- Stosowanie zasad savoir vivre'u w życiu codziennym.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Metody sytuacyjne.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, fotografie rodzinne.

## **LEKCJA 3 MOJA HISTORIA**

### Cele edukacyjne

- Pogłębianie więzi rodzinnej.
- Poszukiwanie informacji o historii rodziny.
- Umiejętność komunikacji.

### Treści nauczania

- Przekaz wartości i tradycji w rodzinie.
- Więź rodzinna.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Znajomość historii swojej rodziny.
- Wzmocnienie poczucia więzi z rodziną.

#### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, zdjęcia przyniesione z domu, dodatkowe teksty, klej, nożyczki.

## **LEKCJA 4 MOJE PODWÓRKO**

#### Cele edukacyjne

- Poznanie cech dobrego kolegi i przyjaciela.
- Zrozumienie roli więzi koleżeńskich.
- Rozwijanie umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych.
- Kształtowanie cech osobowości ułatwiających kontakty społeczne.
- Uświadomienie sobie zachowań budujących i niszczących koleżeństwo oraz przyjaźń.

#### Treści nauczania

- Koleżeństwo – przyjaźń.
- Cechy dobrego kolegi – przyjaciela.
- Rozwiązywanie konfliktów.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność rozpoznania cech dobrego kolegi, przyjaciela.
- Okazywanie szacunku rówieśnikom.
- Postrzeganie pozytywnego znaczenia relacji koleżeńskich i przyjacielskich.
- Umiejętność przewidywania konsekwencji swoich zachowań.
- Zrozumienie konieczności rozwiązywania konfliktów i problemów zaistniałych w grupie.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca grupowa.
- Metody sytuacyjne.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 5 MOJA SZKOŁA**

### Cele edukacyjne

- Kształtowanie motywacji i nawyku samokształcenia.
- Budowanie poczucia wiary we własne możliwości.
- Umiejętność samooceny.

### Treści nauczania

- Kierowanie własnym rozwojem.
- Podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie roli motywacji.
- Podejmowanie prób kierowania własnym rozwojem.
- Poznanie sposobów motywowania się do nauki szkolnej i innych zajęć.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 6 MOJE UCZUCIA I EMOCJE** *Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć.

- Świadomość istnienia sytuacji, które źle wpływają na samopoczucie własne i innych.
- Doskonalenie umiejętności komunikowania i odczytywania sygnałów niewerbalnych.

#### Treści nauczania

- Emocje i uczucia.
- Empatia.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność rozpoznawania emocji i uczuć (mimika, gesty, głos, zachowanie).
- Uświadomienie sobie roli negatywnych i pozytywnych emocji w relacjach interpersonalnych.
- Zrozumienie wpływu pozytywnych emocji na tworzenie właściwej atmosfery w grupie; rozwiązywanie konfliktów.
- Umiejętność komunikowania swoich uczuć i świadomego kształcenia empatii.
- Zrozumienie konieczności rozwiązywania konfliktów i problemów.

#### Procedury osiągania celów

- Praca z tekstem.
- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, kartki z napisanymi słowami:

*gniew, wściekłość, zawód, smutek, rozpacz, zadowolenie, radość, wstyd, strach, spokój,*  
4 kartki z napisanym zdaniem: *Z matematyki mamy zadane 3 ćwiczenia do domu,*  
fragmenty książki Grzegorza Kasdepke *Bon czy Ton, Savoir-vivre dla dzieci, pt. Emocje.*

## **LEKCJA 7 MOJA SAMOOCENA**

#### Cele edukacyjne

- Wzmacnianie poczucia własnej wartości.
- Kierowanie własnym rozwojem.
- Świadomość z istnienia sytuacji, które źle wpływają na samopoczucie własne i innych.

- Doskonalenie umiejętności komunikowania swoich uczuć i odczytywania sygnałów niewerbalnych.

#### Treści nauczania

- Emocje i uczucia.
- Pozytywne myślenie.
- Empatia.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć (słowa, mimika, gesty, głos, zachowanie).
- Uświadomienie sobie roli negatywnych i pozytywnych emocji w relacjach interpersonalnych.
- Podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.
- Zrozumienie wpływu pozytywnych emocji na umiejętność radzenia sobie ze stresem; osiągnięcie spokoju wewnętrznego.
- Rozwijanie samoświadomości i poczucia własnej wartości.
- Świadome kształcenie empatii.

#### Procedury osiągania celów

- Praca z tekstem.
- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 8**

### **MOJE PRAWA**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Zrozumienie idei powszechnych praw człowieka.
- Poznanie podstawowych praw przysługujących dzieciom.

#### Treści nauczania

- Prawa dziecka.
- Postawy asertywne.



- Obowiązki wynikające z posiadanych praw.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie praw dziecka i zrozumienie ich idei.
- Świadomość, że posiadanie praw wiąże się także z obowiązkami wobec innych ludzi (rówieśników i dorosłych).
- Umiejętność asertywnej odmowy.
- Wskazanie, do kogo można zwrócić się o pomoc w sytuacji, gdy dzieci są ofiarami lub świadkami aktu przemocy.

#### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, karty papieru, fragmenty Konwencji o prawach dziecka, książeczka *Mam prawo! Czyli nieomal wszystko, co powinniście wiedzieć o prawach dziecka a nie macie kogo spytać* autorstwa Grzegorza Kasdepke.

## **LEKCJA 9**

### **MOJE BEZPIECZEŃSTWO**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Rozróżnianie odmiennych rodzajów przemocy.
- Zrozumienie istnienia różnic pomiędzy skarżeniem na dany temat, a mówieniem/ informowaniem dorosłych o sytuacjach niebezpiecznych dla danej osoby (bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne).

#### Treści nauczania

- Akceptacja i szacunek dla ciała.
- Postawy asertywne.
- Obowiązki wynikające z posiadanych praw.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że każdy człowiek - w tym szczególnie dziecko - ma prawo do intymności i nietykalności seksualnej.

- Umiejętność asertywnej odmowy.
- Uświadomienie konieczności zgłaszania dorosłym sytuacji niebezpiecznych (ryzykownych), w których uczestniczą dzieci lub są ich obserwatorami.
- Wskazanie, do kogo można zwrócić się o pomoc w sytuacji, gdy dzieci są ofiarami lub świadkami aktu przemocy.
- Odróżnianie skarżenia od informowania w sytuacjach zagrożenia.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 10** **MOJE DORASTANIE. DZIEWCZĘTA**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Umiejętność identyfikowania u siebie zmian zachodzących w okresie pokwitania.
- Zrozumienie, że czas pokwitania dotyczy zarówno własnej płci, jak i płci przeciwnej.
- Uświadomienie istnienia różnic w dojrzewaniu chłopców i dziewcząt.

#### Treści nauczania

- Zmiany fizyczne i psychiczne okresu dorastania.
- Dojrzewanie dziewcząt.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie różnic i podobieństw między chłopcami a dziewczętami.
- Identyfikacja z własną płcią.
- Poznanie zmian okresu dorastania.
- Stosowanie prawidłowej terminologii.
- Umiejętność dyskusowania w grupie o problemach dotyczących dojrzewania.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, fragmenty filmu (np. film animowany *Co się ze mną dzieje*), tablice poglądowe.

## **LEKCJA 11** **MOJE DORASTANIE. CHŁOPCY**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Umiejętność identyfikowania u siebie zmian zachodzących w okresie pokwitania.
- Zrozumienie, że czas pokwitania dotyczy zarówno własnej płci, jak i płci przeciwnej.
- Uświadomienie istnienia różnic w dojrzewaniu chłopców i dziewcząt.

### Treści nauczania

- Zmiany fizyczne i psychiczne okresu dorastania.
- Dojrzewanie chłopców.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie zmian okresu dorastania.
- Stosowanie prawidłowej terminologii.
- Umiejętność dyskusowania w grupie o problemach dotyczących dojrzewania.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, fragmenty filmu (np. film animowany *Co się ze mną dzieje*), tablice poglądowe.

## **LEKCJA 12** **MOJA DIETA**

### Cele edukacyjne

- Zrozumienie pojęć „zrównoważona dieta”, „śmieciowe jedzenie”.
- Umiejętność wyboru zdrowego stylu życia.

### Treści nauczania

- Promocja zdrowych nawyków żywieniowych.
- Zdrowy styl życia.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Okazywanie szacunku dla ludzkiego ciała; troska o zdrowie: właściwe odżywianie;
- Umiejętność dokonywania wyborów pomiędzy zdrowymi produktami a „śmieciowym jedzeniem”.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Mini wykład.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta, klej, nożyczki.

## **LEKCJA 13 MÓJ DZIEŃ**

### Cele edukacyjne

- Uświadomienie, jak ważna jest umiejętność organizacji czasu.
- Tworzenie odpowiednich warunków do nauki.
- Rozwijanie różnych form wypoczynku.

### Treści nauczania

- Metody dobrej organizacji czasu.
- Zdrowy styl życia.
- Podstawowe zasady higieny.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność organizacji czasu pracy i wypoczynku.
- Wywiązywanie się z podjętych zobowiązań.
- Wyrobienie nawyku systematyczności.
- Umiejętność określenia zagrożeń wynikających z nadmiernego używania Internetu.
- Stosowanie zasad higieny i zdrowego stylu życia.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta.

## **LEKCJA 14** **MOJE DORASTANIE** *Gra towarzyska*

### Cele edukacyjne

- Utrwalenie wiadomości i umiejętności dotyczących zdrowego stylu życia.
- Kształtowanie prozdrowotnych nawyków.

### Treści nauczania

- Zdrowy styl życia.
- Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność dokonywania odpowiednich wyborów.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, gra, nożyczki, pionki, kostka do gry.

Na podsumowanie zajęć wychowania do życia w rodzinie w V klasie proponujemy uczniom grę *Moje dorastanie*, która umożliwi sprawdzenie, czego nauczyli się podczas roku szkolnego. Gra została dołączona do zeszytu ucznia. Aby przystąpić do zabawy, uczniowie muszą wyciąć karty, które znajdują się na oddzielnej wkładce.

# KLASA VI

## LEKCJA 1 POZNAJMY SIĘ LEPIEJ *Lekcja organizacyjna*

### Cele edukacyjne

- Przedstawienie uczniom programu nauczania.
- Uświadomienie uczniom wpływu różnorodnych wydarzeń na życie.

### Treści nauczania

- Tworzymy grupę.
- Samopoznanie i samoświadomość.
- Program nauczania wdźwzr.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność dokonywania oceny wydarzeń z własnego życia.
- Umiejętność współpracy w grupie.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Metody sytuacyjne.

### Środki dydaktyczne

Arkusze papieru, zeszyt ucznia.

## LEKCJA 2 MOJA RODZINA

### Cele edukacyjne

- Wzmocnienie poczucia więzi z rodziną.
- Przeświadczenie o potrzebie tworzenia atmosfery domowej przez wszystkich członków rodziny.
- Ukazywanie możliwości rozwiązywania konfliktów.

### Treści nauczania

- Relacje w rodzinie.
- Obowiązki i odpowiedzialność członków rodziny.
- Konflikty i ich rozwiązywanie.
- Osoby starsze w rodzinie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
- Zrozumienie, że konflikty w relacjach międzyludzkich są nieuniknione.
- Podejmowanie prób rozwiązywania konfliktów zaistniałych w domu.
- Zrozumienie zasad komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenia w relacjach interpersonalnych.
- Przyjmowanie odpowiedzialności za manifestowane reakcje, wypowiedziane i pisane słowa.
- Docenianie roli wszystkich członków rodziny.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.
- Metody sytuacyjne.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta.

## **LEKCJA 3 MOJE RODZINNE TRADYCJE**

### Cele edukacyjne

- Uświadomienie, jak ważne jest wspólne spędzanie wolnego czasu w rodzinie.
- Celebrowanie tradycji rodzinnych.
- Rozwijanie szacunku dla różnorodności zwyczajów i tradycji innych rodzin.

### Treści nauczania

- Przekaz wartości i tradycji w rodzinie.
- Wspólne świętowanie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Rozpoznawanie rodzinnych tradycji i rozumienie, dlaczego są one ważne.
- Zrozumienie, że rodziny są podobne do siebie, ale także się różnią - różne struktury rodziny.
- Umiejętność tworzenia atmosfery świętowania.
- Znajomość roli rodzinnego wychowania patriotycznego, religijnego.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.

- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta.

## **LEKCJA 4 MÓJ WOLNY CZAS**

### Cele edukacyjne

- Uświadomienie, jak ważne dla naszego zdrowia fizycznego i psychicznego są różne formy spędzania wolnego czasu.
- Identyfikacja zagrożeń dostępnych w Internecie.

### Treści nauczania

- Formy spędzania wolnego czasu.
- Hobby w życiu człowieka.
- Bezpieczeństwo w Internecie.
- Kierowanie własnym rozwojem.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Okazywanie szacunku dla ludzkiego ciała; znajomość podstaw higieny; troska o zdrowie: odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną.
- Umiejętność organizacji różnych form wypoczynku.
- Umiejętność dzielenia czasu na pracę i rekreację.
- Zrozumienie, na czym polega bezpieczne korzystanie z Internetu.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Burza mózgów.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta, arkusze papieru.



## **LEKCJA 5 MOJE PROBLEMY**

### Cele edukacyjne

- Zrozumienie konieczności identyfikowania swoich problemów.
- Uświadomienie sobie, że należy podejmować próby radzenia sobie ze stresem i problemami pojawiającymi się w okresie dojrzewania.

### Treści nauczania

- Problemy nastolatków i ich rozwiązywanie.
- Współpraca.
- Empatia.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność identyfikacji problemów.
- Rozpoznawanie objawów zastraszania przez inne osoby (rówieśników i dorosłych).
- Podejmowanie prób rozwiązywania problemów.
- Umiejętność skutecznej interwencji.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ankieta.

## **LEKCJA 6 MOJE DECYZJE**

### Cele edukacyjne

- Poznanie podstawowych zasad właściwego podejmowania decyzji.
- Zrozumienie konieczności dokonywania dobrych wyborów w obliczu presji grupy.

### Treści nauczania

- Wybory i decyzje nastolatków.
- Wartości w życiu człowieka.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność określania celów osobistych.
- Umiejętność rozpoznawania sytuacji wymagających podjęcia decyzji.
- Umiejętność podejmowania odpowiedzialnych decyzji i dokonywania dobrych wyborów.
- Umiejętność oceny korzyści i skutków alternatywnych rozwiązań.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, „banknoty” 50 zł, 100 zł, 200 zł, 500zł, - dla każdej grupy komplet o równowartości 1000 zł, karty z napisami: *miłość, uroda, bogactwo, uczciwość, szczęście, moc, wolność, zdrowie*

## **LEKCJA 7**

### **MOJE DOJRZEWANIE**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Uświadomienie istnienia zmian, które pojawiają się w okresie dojrzewania u dziewcząt i chłopców.
- Zrozumienie konieczności radzenia sobie ze zmianami fizycznymi i emocjonalnymi.
- Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania słownictwa związanego z płciowością człowieka i rozrodczością.
- Uświadomienie sobie konieczności pokonywania trudności okresu dorastania (fizycznych i psychicznych).

#### Treści nauczania

- Dojrzewanie.
- Płeć - różnice w budowie fizycznej i psychicznej kobiety i mężczyzny.
- Problemy nastolatków związane z dojrzewaniem.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że zmiany są nieodzownym elementem dojrzewania.
- Umiejętność identyfikacji problemów fizycznych dotyczących okresu pokwitania.
- Rozumienie pojęć: cielesność, płciowość, seksualność.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Miniwykład.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, pytania przygotowane przez nauczyciela, plansze np. Edutop, Centrum Wydawniczo-Oświatowe, film animowany np. *Co się ze mną dzieje, Przemiany okresu dojrzewania*, pudełko na pytania, pytania przygotowane przez nauczyciela.

## **LEKCJA 8 MOJE CIAŁO**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Znajomość budowy układu rozrodczego.
- Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania słownictwa związanego z płciowością i rozrodzością człowieka.

### Treści nauczania

- Budowa układu rozrodczego człowieka.
- Zapłodnienie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie budowy układów rozrodczych człowieka.
- Zrozumienie, jak dochodzi do zapłodnienia.
- Zrozumienie istnienia związku między zmianami, które występują w okresie dojrzewania a rozwojem zdolności do reprodukcji.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Miniwykład.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, plansze np. *Co się dzieje z moim ciałem?*, zestaw plansz Bro-Posz, film np. *Narodziny życia* z serii „Wszechświat naszego ciała”.

## **LEKCJA 9 MOJA INTYMNOŚĆ**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Rozwijanie świadomości nastolatków związanej z prawem do intymności seksualnej.
- Pomoc w rozróżnianiu sytuacji przemocy seksualnej.
- Zrozumienie konieczności szukania pomocy w sytuacjach presji seksualnej.
- Podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.

### Treści nauczania

- Intymność seksualna.
- Presja i przemoc seksualna.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Rozpoznawanie sytuacji zagrażających zdrowiu, bezpieczeństwu a nawet życiu.
- Umiejętność ochrony i obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej.
- Prezentowanie postawy szacunku do innych osób.
- Zrozumienie wpływu mediów i Internetu na zdrowie i psychikę nastolatka.
- Rozwijanie umiejętności odmowy w zachowaniach, które postrzegane są jako złe dla nich samych.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, pudełko na pytania, kartki z pytaniami przygotowanymi przez nauczyciela.

## LEKCJA 10 MOJA HISTORIA

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Znajomość funkcjonowania układu rozrodczego.
- Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania słownictwa związanego z rozrodzością człowieka.

### Treści nauczania

- Rola układów rozrodczych człowieka.
- Komórki rozrodcze.
- Zapłodnienie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie funkcjonowania układów rozrodczych człowieka.
- Zdobywanie wiedzy na temat, jak dochodzi i na czym polega zapłodnienie.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Miniwykład.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, plansze układu rozrodczego, film animowany *Narodziny* z serii „Było sobie życie”.

## LEKCJA 11-12 MOJE PIERWSZE DNI ŻYCIA

### Cele edukacyjne

- Pozyskanie wiedzy na temat organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian rozwojowych w okresie prenatalnym i postnatalnym.
- Uświadomienie zakresu obowiązków rodzicielskich.

### Treści nauczania

- Cięża
- Rozwój płodu. Poród.
- Przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny.

- Macierzyństwo i ojcostwo.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie etapów życia płodowego.
- Zrozumienie, że rodzicielstwo wymaga stałego i ciągłego zaangażowania.
- Przewidywanie konsekwencji zachowań seksualnych.
- Umiejętność współpracy w grupie, słuchania i prowadzenia dyskusji.

#### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, arkusze papieru, plansze np. Edutop, Centrum Wydawniczo-Oświatowe, fragmenty filmu np. *Skąd się wzięłem*, *Cud miłości*, *Narodziny* - z serii „Było sobie życie”.

## **LEKCJA 13 MOJA HIGIENA**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Utrwalenie właściwych nawyków higieny osobistej.
- Nabranie przekonania, że przestrzeganie zasad higieny to element zdrowego stylu życia.

#### Treści nauczania

- Podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania.
- Środki higieny osobistej.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że higiena osobista jest nieodzownym elementem życia codziennego zapewniającym zdrowie.
- Umiejętność odpowiedniego wyboru oraz właściwego stosowania środków higienicznych i pielęgnacyjnych.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, środki higieniczne i kosmetyczne.

## **LEKCJA 14** **MÓJ STYL ŻYCIA**

### Cele edukacyjne

- Utrwalenie wiadomości i umiejętności dotyczących zdrowego stylu życia.
- Kształtowanie prozdrowotnych nawyków.

### Treści nauczania

- Zdrowy styl życia.
- Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność dokonywania odpowiednich wyborów.
- Okazywanie szacunku dla ludzkiego ciała; znajomość podstaw higieny; troska o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną;

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, gra.

Na podsumowanie zajęć wychowania do życia w rodzinie w VI klasie proponujemy uczniom grę w formie kart, które zostały dołączone do Przewodnika dla nauczyciela.

# KLASA VII

## LEKCJA 1

### O CZYM BĘDZIEMY ROZMAWIAĆ NA LEKCJACH WDŹWR W KLASIE VII?

#### Cele edukacyjne:

- Przedstawienie uczniom programu nauczania.
- Poznanie zasad obowiązujących na zajęciach dotyczących kultury dyskusji, aktywności i otwartości wobec poruszanych problemów.
- Stworzenie uczniom warunków do bliższego poznania się i dobrej współpracy w grupie.

#### Treści nauczania:

- Program nauczania wychowania do życia w rodzinie.
- Zasady współpracy w grupie.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów:

- Nabycie umiejętności współpracy w grupie.
- Zrozumienie potrzeby omawiania i rozwiązywania problemów wieku młodzieńczego i sposobów radzenia sobie z nimi.

#### Procedury osiągania celów:

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne:

Arkusze papieru, mazaki.

## LEKCJA 2

### POZNAJ SIEBIE

#### Cele edukacyjne

- Wybór i urzeczywistnianie wartości służących rozwojowi osobowemu.
- Przyjęcie integralnej wizji osoby. Kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.
- Pomoc w budowaniu poczucia własnej wartości.
- Rozwiązywanie problemów.

#### Treści nauczania

- Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie.



### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Nabranie umiejętności refleksyjnego spojrzenia na siebie.
- Uświadomienie sobie, że jest się odpowiedzialnym za własny rozwój.
- Rozwijanie umiejętności życiowych, pozytywnych motywacji oraz doceniania samego siebie.
- Zrozumienie potrzeby omawiania i rozwiązywania problemów wieku młodzieńczego i sposobów radzenia sobie z nimi.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, duże kwiaty wycięte z papieru - po jednym dla każdego ucznia.

## **LEKCJA 3-4 WAŻNE DECYZJE**

### Cele edukacyjne

- Pomoc młodzieży w rozwijaniu poczucia własnej wartości, umiejętności życiowych i pozytywnych motywacji.
- Wyposażenie w umiejętności, które mogą pomóc w osiągnięciu swoich celów.
- Okazywanie szacunku innym ludziom, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie.
- Wybór i urzeczywistnianie wartości służących osobowemu rozwojowi.
- Kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.

### Treści nauczania

- Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie, odpowiedzialność, szacunek;
- Rola autorytetów w życiu człowieka. Osoby uznane za autorytety.
- Formacyjna rola rodziny w zakresie wartości, norm, postaw i zachowań.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie wagi wpływu dokonywanych wyborów w życiu człowieka.
- Uznanie autorytetów w domu, szkole i społeczności.
- Prezentowanie postaw szacunku i odpowiedzialności wobec siebie i innych ludzi.
- Zrozumienie, że każdy powinien kształtować cechy swojej osobowości.
- Przystawianie wartości i tradycji ważnych w rodzinie.
- Rozumienie, dlaczego życie jest wartością fundamentalną.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Odgrywanie ról.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, lista materialnych i niematerialnych rzeczy.

## **LEKCJA 5 ASERTYWNOŚĆ NA CO DZIEŃ**

### Cele edukacyjne

- Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć.
- Pomoc w rozwijaniu umiejętności asertywnej odmowy i umiejętności radzenia sobie ze stresem.
- Kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji.
- Ochrona nastolatków, które są narażone na ryzyko negatywnych wpływów.

### Treści nauczania

- Kształtowanie i wyrażanie postaw asertywnych.
- Zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
- Odpowiedzialność za swoje reakcje.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Uświadomienie sobie wagi dokonywanych czynów i wypowiedzanych słów.
- Umiejętność radzenia sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu.
- Uzmysłowanie sobie, że komunikowanie się to mówienie i słuchanie.
- Umiejętność otwartego i bezpośredniego wyrażania swoich myśli, uczuć, przekonań (reakcji asertywnych).
- Kształtuje i wyraża postawy asertywne, gdy nie może lub nie powinien czegoś wykonać stara się odmawiać tak, by nie ranić drugiego.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.
- Rozmowa kierowana.
- Odgrywanie ról.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 6**

### **JAK SIĘ DOGADAĆ W RODZINIE?**

#### Cele edukacyjne

- Poznanie sposobów radzenia sobie z konfliktem.
- Pomoc w zrozumieniu zasadności budowania prawidłowych relacji rodzinnych.

#### Treści nauczania

- Relacje rodzinne.
- Konflikt pokoleń - przyczyny i sposoby rozwiązywania.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Nabycie umiejętności podejmowania prób rozwiązywania konfliktów w rodzinie.
- Zrozumienie, że należy przewidywać konsekwencje swoich zachowań.
- Doskonalenie umiejętności komunikowania się i budowania prawidłowych relacji rodzinnych.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Miniwykład.
- Odgrywanie ról.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, fragment dowolnego filmu przedstawiającego konfliktową sytuację rodzice - dzieci.

## **LEKCJA 7**

### **JAK BYĆ DOBRYM PRZYJACIELEM?**

#### Cele edukacyjne

- Uświadomienie cech dobrego kolegi i przyjaciela.
- Pomoc w podejmowaniu wysiłku samowychowawczego.

#### Treści nauczania

- Relacje międzyosobowe, ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym.
- Istota koleżeństwa i przyjaźni.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność budowania relacji koleżeńskich, współpracy i kształtowania cech dobrego kolegi/przyjaciela.
- Zdolność do empatii.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 8** **SAVOIR- VIVRE DLA KAŻDEGO**

#### Cele edukacyjne

- Poznanie podstawowych zasad savoir-vivre'u w domu rodzinnym i różnych sytuacjach.
- Umiejętność stosowania właściwych zachowań w różnych sytuacjach życiowych.

#### Treści nauczania

- Dobre maniere i savoir-vivre.
- Przyjęte normy zachowania w różnych miejscach i sytuacjach.
- Słowniczek i wyrażenia związane z tematem lekcji (zwroty, pozdrowienia, wyrażanie prośby, odpowiadanie, zachowania w miejscach publicznych, odmawianie, słownictwo związane z dobrymi obyczajami).

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Znajomość i umiejętność stosowania zasad savoir vivre'u w różnych sytuacjach życiowych.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna.
- Rozmowa kierowana.
- Miniwykład.
- Odgrywanie ról.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, cztery arkusze papieru A2.

**LEKCJA 9**  
**ETAPY DOJRZAŁOŚCI**  
*Lekcja z podziałem na grupy*

Cele edukacyjne

- Pomoc w zrozumieniu i akceptacji kryteriów dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej.

Treści nauczania

- Etapy dojrzałości.
- Emocje.

Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że każdy człowiek osiąga kolejne etapy dojrzałości w stosownym dla siebie czasie i tempie.
- Poznanie kryteriów dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej.
- Zdobywanie wiedzy o czynnikach, które wpływają na osiągnięcie danego etapu dojrzałości.

Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Miniwykład.
- Odgrywanie ról.

Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

**LEKCJA 10**  
**W CYFROWYM ŚWIECIE**

Cele edukacyjne

- Świadome i odpowiedzialne korzystanie ze środków masowego przekazu, w tym Internetu, w sposób selektywny.
- Uświadomienie sobie istnienia niekorzystnych oddziaływań Internetu.
- Pomoc w rozwijaniu umiejętności krytycznego myślenia.

Treści nauczania

- Środki masowego przekazu.
- Świat rzeczywisty i świat wirtualny: gry komputerowe, Internet, portale społecznościowe.
- Bezpieczeństwo w Internecie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Świadome, odpowiedzialne i bezpieczne korzystanie ze środków masowego przekazu, w tym Internetu, w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.
- Umiejętność dokonywania wyboru określonych treści i limitowanie czasu korzystania z Internetu.
- Uświadomienie sobie zagrożeń związanych z Internetem: pornografia, cyberseks.
- Umiejętność przedstawiania roli autorytetów w życiu człowieka, wymieniania osób uznanych za autorytety przez innych i siebie.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, Internet lub przygotowana prezentacja dotycząca cyberprzemocy; wywiad z młodym Kamilem Stochem

(<https://www.youtube.com/watch?v=277TASChoAg>).

## **LEKCJA 11 MIŁOŚĆ NIEJEDNO MA IMIĘ**

### Cele edukacyjne

- Pomoc w ukazywaniu różnic między zakochaniem a dojrzałą miłością.
- Uświadomienie sobie, na czym polega dobry i zły związek.
- Zapoznanie uczniów z różnicami pomiędzy wyobrażeniem o romantycznej miłości a rzeczywistością.

### Treści nauczania

- Zakochanie i miłość.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów:

- Zrozumienie, jak budowane są relacje: sympatie, zakochanie, miłość.
- Dostrzeganie różnic między zakochaniem a dojrzałą miłością.
- Uświadomienie sobie, że dojrzewanie do miłości jest procesem.
- Zrozumienie istnienia związku pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością.

### Procedury osiągnięcia celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, przygotowana przez nauczyciela prezentacja składająca się z kilku grafik, kserokopie kilku kart „Czy to miłość...”, flamastry: czerwony, żółty, zielony.

## **LEKCJA 12-13 KROK OD DOROSŁOŚCI**

### LEKCJA 12

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Znajomość funkcji poszczególnych narządów układów rozrodczych.
- Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

### Treści nauczania

- Rola poszczególnych narządów układu rozrodczego.
- Zapłodnienie.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Rozpoznawanie zmian fizycznych i psychicznych okresu dojrzewania.
- Zrozumienie, że każdy dojrzewa w swoim, indywidualnym tempie.
- Znajomość hormonów warunkujących płodność kobiet i mężczyzn.

### Procedury osiągnięcia celów

- Pogadanka.
- Film.
- Praca indywidualna.

### Środki dydaktyczne:

Zeszyt ucznia, plansze – układy rozrodcze, film, np. *Skąd się wziąłem?*, *Wszechświat naszego ciała*, *Tajemnice ludzkiego organizmu*, *Co się ze mną dzieje?* *Dziewczęta – przemiany wieku dojrzewania* oraz *Chłopcy – przemiany wieku dojrzewania* (innego, dowolnie wybranego dotyczącego tej tematyki).

## LEKCJA 13

### *Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Znajomość metod rozpoznawania płodności.
- Poznanie objawów płodności i możliwości wykorzystania ich w planowaniu rodziny.

#### Treści nauczania

- Fizjologia płodności.
- Hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność rozpoznawania objawów płodności.
- Poznanie przydatności metod naturalnych w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Pogadanka.
- Film.
- Praca indywidualna.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, plansze – układy rozrodcze, film, np. *Skąd się wziąłem?*, *Wszechświat naszego ciała*, *Tajemnice ludzkiego organizmu*, *Co się ze mną dzieje?* *Dziewczęta – przemiany wieku dojrzewania* oraz *Chłopcy – przemiany wieku dojrzewania* (innego, dowolnie wybranego dotyczącego tej tematyki).

## **LEKCJA 14**

### **MOJE NIEPOKOJE**

#### *Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.
- Pokonywanie trudności okresu dojrzewania.
- Rozwiązywanie problemów.

#### Treści nauczania

- Problemy związane z dojrzewaniem.



- Popęd płciowy w okresie dojrzewania.
- Zmiany psychiczne towarzyszące pokwitaniu.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że rozchwianie emocjonalne jest nieodłącznym elementem dojrzewania.
- Poznanie problemów związanych z pojawiającym się w okresie dojrzewania popędem płciowym.
- Umiejętność omawiania i pokonywania trudności wieku młodzieńczego.
- Poznanie sposobów radzenia sobie z trudnościami okresu dojrzewania.
- Zrozumienie, że dojrzewanie dziecka jest również trudnym czasem dla jego rodziców.

#### Metody i techniki pracy

- Pogadanka.
- Dyskusja.

#### Środki dydaktyczne

Pisma młodzieżowe przyniesione przez uczniów, listy nastolatków zamieszczane w Internecie.

# KLASA VIII

## LEKCJA 1 MĘSKOŚĆ, KOBIECOŚĆ

### Cele edukacyjne

- Akceptacja własnej płciowości.
- Wzmacnianie procesu identyfikacji z własną płcią.

### Treści nauczania

- Podstawowe informacje o rozwoju seksualnym człowieka: tożsamość płciowa - kobiecość i męskość.
- Różnice psychoseksualne między kobietami i mężczyznami.
- System poradnictwa dla dzieci i młodzieży.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Świadomość i zrozumienie istnienia różnic psychoseksualnych między mężczyznami a kobietami.
- Zrozumienie, na czym polega identyfikacja z własną płcią.
- Umiejętność określenia pojęć związanych z seksualnością: męskość, kobiecość, komplementarność, cielesność, seksualność, płciowość.
- Umiejętność wyjaśnienia, na czym polega i czego dotyczy integracja seksualna.
- Umiejętność szukania pomocy w trudnych sytuacjach życiowych.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna i grupowa.
- Rozmowa kierowana.
- Dyskusja.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## LEKCJA 2 ETAPY MIŁOŚCI

### Cele edukacyjne

- Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć.
- Ukazanie jedności pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością.

### Treści nauczania

- Sympatie młodzieńcze, pierwsze fascynacje, miłość platoniczna, miłość młodzieńcza, miłość dojrzała.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, że miłości jest procesem rozwijającym się.
- Umiejętność przedstawienia cech odróżniających koleżeństwo, przyjaźń, sympatie młodzieńcze, fascynacje, zakochanie, miłości dojrzałej.
- Nabranie przekonania że miłość małżeńską trzeba pielęgnować.
- Umiejętność wyjaśnienia na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację.
- Zrozumienie, że aktywność seksualna jak każde zachowanie człowieka podlega odpowiedzialności moralnej.

### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Praca grupowa.
- Dyskusja.
- Łańcuch skojarzeń.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 3 INICJACJA SEKSUALNA**

### Cele edukacyjne

- Przyjęcie integralnej wizji ludzkiej seksualności.
- Przedstawienie konsekwencji fizycznych, psychicznych, moralnych, uczuciowych przedwczesnej inicjacji seksualnej.
- Przedstawienie argumentów biomedycznych, psychologicznych, społecznych i moralnych za inicjacją seksualną w małżeństwie.

### Treści nauczania

- Cieleśność, płciowość seksualność.
- Inicjacja seksualna.
- Związek pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością;
- Ryzyko związane z wczesną inicjacją.

- Konieczność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Umiejętność wyjaśnienia na czym polega i czego dotyczy integracja seksualna.
- Zrozumienie znaczenia odpowiedzialności w przeżywaniu własnej płciowości oraz budowaniu trwałych i szczęśliwych więzi.
- Charakteryzuje związek istniejący pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością.
- Uświadomienie sobie negatywnego wpływu alkoholu i narkotyków na podjęcie decyzji o inicjacji seksualnej.
- Zrozumienie, że własny system przekonań pełni najważniejszą rolę w podejmowaniu decyzji dotyczącej inicjacji (umiejętność asertywnej odmowy).
- Zrozumienie na czym polega prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa.
- Umiejętność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej.
- Podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami.

#### Procedury osiągania celów

- Burza mózgów.
- Dyskusja w oparciu o fragmentów listów z czasopism dla młodzieży.
- Studium przypadku.
- Debata.
- Praca indywidualna.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, listy z czasopism dla młodzieży.

## **LEKCJA 4 MAŁŻEŃSTWO**

#### Cele edukacyjne

- Przygotowanie do życia w związku.
- Uzasadnienie potrzeby przygotowania do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny.

#### Treści nauczania

- Dojrzałość do małżeństwa i założenia rodziny.
- Kryteria wyboru współmałżonka.

- Wartości związane z seksualnością człowieka: miłość, małżeństwo, odpowiedzialność.
- Normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie sensu i celu miłości małżeńskiej.
- Poznanie motywów zawierania małżeństwa i czynników warunkujących trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej i rodzinnej.
- Uświadomienie sobie wpływu obojga małżonków na trwałość związku.
- Poznanie zachowań sprzyjających wzmacnianiu więzi między małżonkami.

#### Procedury osiągania celów

- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.
- Dyskusja.
- Debata.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 5 RODZICIELSTWO**

#### Cele edukacyjne

- Przygotowanie do odgrywania ról małżeńskich i rodzicielskich.
- Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa.

#### Treści nauczania

- Miejsce rodziny w społeczeństwie.
- Funkcje rodziny: prokreacyjna, opiekuńcza, wychowawcza oraz ich znaczenie na poszczególnych etapach rozwoju człowieka.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Rozumienie roli obojga małżonków w budowaniu związku.
- Umiejętność wyjaśnienia czego dotyczy i w czym przejawia się rodzinne wychowanie do miłości, prawdy, uczciwości, wychowanie patriotyczne, religijne, moralne.
- Uświadomienie sobie konieczności rozwiązywania konfliktów występującymi w rodzinie.

- Umiejętność określenia głównych funkcji płciowości takich jak: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo, a także wzajemna pomoc i uzupełnianie, integralna i komplementarna współpraca płci.
- Zrozumienie wartości trwałości małżeństwa dla dobra rodziny.
- Zrozumienie na czym polega adopcja i czym jest rodzina zastępcza oraz jakie jest ich znaczenie dla dzieci, rodziców i społeczeństwa.
- Uświadomienie sobie nadrzędnej roli rodziców w procesie wychowywania dzieci.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Dyskusja.
- Burza mózgów.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.
- Metody sytuacyjne.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.

## **LEKCJA 6**

### **PLANOWANIE RODZINY**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Płodność wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.

#### Treści nauczania

- Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo.
- Metody naturalnego planowania rodziny. Metody rozpoznawania płodności.
- Metody i środki antykoncepcyjne. Aspekt zdrowotny, psychologiczny i etyczny.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Przedstawia problem niepłodności; określa jej rodzaje, przyczyny, skutki; wyjaśnia na czym polega profilaktyka i leczenie.
- Poznanie metod rozpoznawania płodności, ich przydatności w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.
- Definiuje pojęcie antykoncepcji i wymienia jej rodzaje, dokonuje oceny stosowania poszczególnych środków antykoncepcyjnych w aspekcie medycznym, psychologicznym, ekologicznym, ekonomicznym, społecznym i moralnym.
- Zna różnice między antykoncepcją a naturalnym planowaniem rodziny, zapłodnieniem in vitro a naprotechnologią.

- Pozyskanie rzetelnej wiedzy na temat środków antykoncepcyjnych.
- Zrozumienie sytuacji rodzin mających trudności z poczęciem dziecka i doświadczających śmierci dziecka przed narodzeniem.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Drama.
- Dyskusja.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, prezentacja lub ulotki środków antykoncepcyjnych

## **LEKCJA 7 WYCHOWANIE DZIECI W RODZINIE**

#### Cele edukacyjne

- Wspieranie wychowawczej roli rodziny.
- Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa.

#### Treści nauczania

- Odpowiedzialne rodzicielstwo.
- Wychowanie dzieci w rodzinie.
- Formacyjna rola 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.
- Instytucjonalna pomoc rodzinie w różnych sytuacjach życiowych.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie i zrozumienie roli czynników wpływających na rozwój dziecka.
- Świadomość zmieniających się potrzeb dziecka w kolejnych latach jego życia.
- Poznanie i zrozumienie formacyjnej roli rodziny.
- Poznanie przyczyn konfliktów w rodzinie oraz zrozumienie konieczności rozwiązywania ich.
- Znajomość istnienia instytucjonalnej pomocy rodzinie w sytuacji: choroby, uzależnienia, ubóstwa, bezrobocia, zachowań ryzykownych, problemów pedagogicznych, psychologicznych, prawnych.

### Procedury osiągnięcia celów

- Drama.
- Dyskusja.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, ulotki miejscowych instytucji pomocy społecznej.

## **LEKCJA 8 WARTOŚĆ ŻYCIA**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Przyjęcie pozytywnej postawy wobec życia ludzkiego.
- Ukazanie wartości moralnego wychowania w rodzinie.

### Treści nauczania

- Życie jako wartość.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zrozumienie, na czym polega planowanie dzietności rodziny.
- Uświadomienie sobie, jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych.
- Znajomość zasad przygotowania kobiet i mężczyzn na poczęcie dziecka oraz zrozumienie, czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo.
- Zrozumienie, jak istotne znaczenie, zarówno w aspekcie medycznym, psychologicznym, jak i społecznym ma gotowość członków rodziny na przyjęcie dziecka z niepełnosprawnością.
- Wyrażanie postawy szacunku i troski wobec życia i zdrowia człowieka od poczęcia do naturalnej śmierci.

### Procedury osiągnięcia celów

- Fragmenty filmu.
- Pogadanka.
- Praca indywidualna.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia.



## **LEKCJA 9**

### **PRZEBIEG I HIGIENA CIĄŻY**

#### Cele edukacyjne

- Pozyskanie wiedzy na temat organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian rozwojowych w okresie prenatalnym i postnatalnym.
- Pomoc w uświadomieniu, że poczęcie dziecka jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.

#### Treści nauczania

- Przebieg i higiena ciąży.
- Rozwój człowieka: faza prenatalna, narodziny.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Znajomość faz psychofizycznego rozwoju człowieka w okresie prenatalnym i postnatalnym.
- Orientowanie się w czynnikach wspomagających i zaburzających jego psychiczny, fizyczny, duchowy i społeczny rozwój.
- Zrozumienie, czym jest opieka prekonceptyjna i prenatalna uwzględniająca zdrowie ojca, matki i dziecka, formy prewencji, profilaktyki i terapii.
- Znajomość zmian zachodzących w organizmie kobiety w okresie ciąży, porodu i połogu.
- Zdobycie ogólnej wiedzy o wpływie na rozwój płodu zdrowia kobiety w czasie ciąży oraz jej stylu życia w tym okresie.
- Zrozumienie, jak powinno wyglądać przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny.
- Umiejętność wyjaśnienia roli i zadania szkół rodzenia oraz wartości naturalnego karmienia.
- Znajomość podstawowych zasad codziennej opieki nad niemowlęciem.

#### Procedury osiągania celów

- Praca indywidualna.
- Pogadanka.
- Rozmowa kierowana.

#### Środki dydaktyczne

Ulotki informacyjne dla kobiet w ciąży, fragmenty filmu.

## LEKCJA 10

### ROZWÓJ CZŁOWIEKA - CIĄGLE W DRODZE

#### Cele edukacyjne

- Znajomość organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian od narodzin po późny wiek dojrzały.

#### Treści nauczania

- Ontogeneza człowieka.
- Miejsce dziecka w rodzinie i jej rola.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Znajomość faz rozwojowych człowieka.
- Dostrzeganie zmian zachodzących w okresie noworodkowym, niemowlęcym, poniemowlęcym, przedszkolnym, szkolnym, dorosłości i późnego wieku dojrzałego.
- Rozumie jakie miejsce zajmuje dziecko w rodzinie i jaka jest jej rola dla niego: w fazie prenatalnej, podczas narodzin, w fazie niemowlęcej, wczesnodziecięcej; przedpokwitaniowej, dojrzewania, młodości, wieku średniego, wieku późnego.
- Pozytywnie odnosi się do osób z niepełnosprawnością, widząc w nich wartościowych partnerów w koleżeństwie, przyjaźni, miłości i rodzinie.
- Wyraża troskę o osoby chore i umierające; zachowuje pamięć o zmarłych, współtowarzyszy bliskim w przeżywaniu żałoby.

#### Procedury osiągania celów

- Pogadanka.
- Praca indywidualna.
- Dyskusja.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, książeczka zdrowia dziecka, fragmenty filmu *Czarny balonik*.

## LEKCJA 11

### PROBLEMY EMOCJONALNE MŁODZIEŻY

#### Cele edukacyjne

- Rozwiązywanie problemów i pokonywanie trudności okresu dorastania.

#### Treści nauczania

- Problemy i trudności nastolatków związane z okresem dojrzewania: (napięcia seksualne, tożsamość).

- Zagrożenia okresu dojrzewania: narkomania, presja seksualna, uzależnienia, pornografia, prostytutka nieletnich, anoreksja.
- Pomoc w rozeznaniu sytuacji wymagających porady lekarza lub innych specjalistów.
- Różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców; postawy i wzajemne oczekiwania.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Znajomość korzyści płynących z panowania nad własnymi popędami.
- Umiejętność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.
- Umiejętność przewidywania konsekwencji dokonywanych przez siebie wyborów.
- Poszukiwanie pomocy przy problemach związanych z określeniem własnej tożsamości płciowej i innych problemów wieku młodzieńczego.
- Znajomość różnic pomiędzy edukacją a wychowaniem seksualnym.
- Umiejętność scharakteryzowania i oceny różnych odniesień do seksualności: permissywnych, relatywnych i normatywnych.
- Znajomość zagrożeń okresu dojrzewania, takich jak: uzależnienia chemiczne i behawioralne, presja seksualna, pornografia, cyberseks, prostytutka nieletnich; potrafi wymienić sposoby profilaktyki i przeciwdziałania.
- 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.

#### Procedury osiągania celów

- Dyskusja.
- Burza mózgów.
- Metody sytuacyjne.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, czasopisma młodzieżowe, posty z portali społecznościowych.

## **LEKCJA 12**

### **ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU**

#### Cele edukacyjne

- Umiejętność korzystania ze środków masowego przekazu w sposób selektywny, umożliwiającą obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.

### Treści nauczania

- Środki masowego przekazu i ich wpływ na osobowość i życie młodego człowieka.
- Zagrożenia w okresie dojrzewania.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Uświadomienie sobie wpływu środków masowego przekazu na postrzeganie świata oraz zachowania młodzieży.
- Umiejętność korzystania ze środków masowego przekazu w sposób selektywny.
- Rozumienie niszczącego wpływu prostytutki, narkotyków i alkoholu na psychikę, zdrowie, budowanie więzi międzyludzkich oraz zachowania seksualne.
- Umiejętność stosowania zachowań asertywnych w różnorodnych sytuacjach życiowych.

### Procedury osiągania celów

- Debata.
- Dyskusja.
- Praca indywidualna.
- Praca w grupach.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, czasopisma, posty z portali społecznościowych.

## **LEKCJA 13** **CHOROBY PRZENOSZONE DROGĄ PŁCIOWĄ**

*Lekcja z podziałem na grupy*

### Cele edukacyjne

- Znajomość dróg przenoszenia infekcji oraz profilaktyki.

### Treści nauczania

- Infekcje przenoszone drogą płciową - drogi przenoszenia zakażenia, profilaktyka, aspekt społeczny.

### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Zdobycie wiedzy na temat chorób przenoszonych drogą płciową (STD), zrozumienie ich specyfiki, rozwoju, objawów.
- Poznanie dróg przenoszenia zakażenia.
- Zrozumienie przyczyn występowania STD i czynników je wywołujących.
- Zrozumienie na czym polega profilaktyka STD.

- Poznanie konsekwencji zdrowotnych, społecznych i moralnych wynikających z chorób przenoszonych drogą płciową.
- Uświadomienie sobie, że ponosi się odpowiedzialność za zdrowie swoje i drugiego człowieka.

#### Procedury osiągnięcia celów

- Wykład.
- Studium przypadku.
- Dyskusja.
- Praca w grupach.
- Praca indywidualna.

#### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia – karty dydaktyczne, ulotki informacyjne, fragment filmu dotyczącego dróg przenoszenia HIV.

## **LEKCJA 14** **PRZEMOC I NADUŻYCIA SEKSUALNE**

*Lekcja z podziałem na grupy*

#### Cele edukacyjne

- Różne aspekty i przejawy przemocy ze strony innych ludzi.
- Kształcenie umiejętności rozpoznawania sytuacji ryzykownych, w których może dojść do przemocy i nadużyć seksualnych.
- Przekazanie informacji o tym gdzie osoby doświadczające przemocy lub jej świadkowie mogą zwracać się o pomoc i wsparcie.

#### Treści nauczania

- Przemoc i nadużycia seksualne wobec młodzieży.

#### Przewidywane osiągnięcia uczniów

- Poznanie czynników, które mogą sprzyjać przemocy wobec młodych ludzi.
- Wykształcenie w sobie postawy szacunku wobec ciała własnego i innych ludzi.
- Rozumienie znaczenia „intymne obszary ciała”.
- Umiejętność omawiania problemów związanych z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.
- Umiejętność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.
- Zdobycie informacji dotyczących tego, gdzie osoby doświadczające przemocy lub jej świadkowie mogą zwracać się o pomoc i wsparcie.

### Procedury osiągnięcia celów

- Rozmowa kierowana.
- Debata.
- Metody sytuacyjne.
- Praca indywidualna.

### Środki dydaktyczne

Zeszyt ucznia, Konwencja o Prawach dziecka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

Prowadzenie zajęć wychowania do życia w rodzinie wymaga od nauczyciela odpowiedniego przygotowania, kwalifikacji, a także zdobywanego w trakcie lat pracy doświadczenia. Lekcje wychowania do życia w rodzinie znacznie odbiegają swoją specyfiką od innych szkolnych przedmiotów. Z jednej strony nauczycielowi przypada mniej prac związanych z realizacją przedmiotu: nie ma klasówek do przygotowania i sprawdzania, nie trzeba wystawiać ocen, sprawdzać zeszytów i prac domowych. Z drugiej strony, aby lekcja przebiegała sprawnie, trzeba poświęcić wiele czasu na jej opracowanie. Często, w różnych klasach, nauczyciel musi ten sam temat realizować zupełnie innymi metodami, dostosowanymi do specyfiki danej grupy uczniów. Zdarza się także, szczególnie w pierwszych latach pracy, że nauczyciel musi pokonać własne opory przy omawianiu niektórych zagadnień.

Jak przezwyciężyć własne blokady przed mówieniem o sprawach płci? Jak reagować, kiedy według naszej oceny sytuacja na lekcji „wymyka się spod kontroli”, gdy na przykład widzimy rozbawione twarze lub słyszymy niewybredne komentarze? Rozpatrzmy to na przykładzie lekcji dotyczącej budowy układu rozrodczego.

Niezależnie od tego, według jakiego programu pracujemy, przed zajęciami, na których mówimy o dojrzewaniu, powinniśmy zapoznać uczniów z budową męskiego i żeńskiego układu rozrodczego. Lekcja, wydawałoby się, banalnie prosta. Z czym zatem można mieć problem? Chociażby z nazwami poszczególnych elementów tworzących układy rozrodcze. Słowa „pochwa” i „penis” wcale nie przechodzą tak łatwo przez gardło. Jeśli mamy tego rodzaju opory, musimy sami siebie przekonać, że zapoznanie z nimi uczniów jest konieczne. Jeśli uczymy, co to jest pierwiastek, iloczyn, orzeczenie, to tym bardziej musimy nauczyć prawidłowych nazw części ciała człowieka - przecież taką terminologię spotkają w książkach i takich terminów będą używać podczas wizyty u lekarza.

Nie tylko nauczyciele mogą czuć się niezręcznie. Zażenowani i zawstydzeni mogą być również uczniowie. To właśnie te uczucia wywołują takie reakcje jak śmiechy czy żarty. Czy można jakoś rozładować tę sytuację? Oczywiście! Na przykład przed wprowadzeniem tych pojęć można poprosić uczniów, aby podali, jak w dzieciństwie rodzice nazywali ich intymne części ciała. Ważne jest, aby nauczyciel rozumiał, skąd biorą się takie reakcje uczniów i traktował je z wyrozumiałością oraz życzliwością.

Co jeszcze może stanowić ograniczenie dla prowadzącego? Strach przed pytaniami, które może wywołać ten temat, a właściwie strach przed tym, że nie poradzi sobie z odpowiedzią. Tak naprawdę to, jak prowadzący będzie się czuł na zajęciach, będzie rzutowało na ich jakość i zależy w ogromnej mierze od samego nauczyciela.

Przystępując do lekcji, nauczyciel powinien:

- znać podstawę programową,
- być merytorycznie przygotowany,
- mieć przekonanie, że to, co będzie realizowane podczas zajęć, jest potrzebne naszym uczniom,
- wiedzieć, że pytania padające z ust uczniów na lekcji nie są złośliwością skierowaną przeciwko niemu, lecz wynikają z ciekawości, niewiedzy lub zasłyszanych stereotypów,
- nie krytykować ucznia zadającego pytanie,
- odpowiadać konkretnie na pytanie,
- nie oceniać poruszanego tematu.

Jeśli nauczyciel nie ma dostatecznej wiedzy, aby udzielić odpowiedzi, powinien powiedzieć, że udzieli jej po sprawdzeniu informacji. W dzisiejszych czasach życie płynie bardzo szybko, a uczniowie najwyraźniej przyswoili sobie to tempo. Niewielu z nich ma cierpliwość, by działać powoli i z namysłem. Większość pedagogów zauważa, że uczniowie bardziej angażują się w lekcje, jeśli nauczyciel stosunkowo szybko realizuje zajęcia, zmieniając w ich trakcie formy pracy. Proponujemy realizację programu wychowania do życia w rodzinie *Moje dorastanie* zróżnicowanymi metodami angażującymi emocjonalnie uczniów, tak aby zajęcia przebiegały płynnie, interesująco i przy dużym zaangażowaniu uczniów.

Zależnie od tego, co nauczyciel chce osiągnąć, zwykle podczas jednej lekcji trzeba stosować kilka różnych technik. Liczne metody nauczania, przedstawione w programie oraz proponowanych do programu zeszytach ucznia i Przewodniku dla nauczyciela, powinny pomóc w realizowaniu tych zaplanowanych celów.

W proponowanych materiałach *Mojego dorastania* wykorzystano metody nauczania uczestniczącego, takie jak dyskusja grup, burza mózgów, odgrywanie ról, debata, studium przypadku, praca grupowa oraz gry edukacyjne. Zalety aktywnych metod obejmują:

- poprawę umiejętności myślenia krytycznego,
- wzrost motywacji,
- lepsze zapamiętanie i wykorzystanie nowych informacji,
- poprawę umiejętności interpersonalnych.

W trakcie realizacji materiału objętego programem będą wykorzystywane także wykład, pogadanka, praca z tekstem, ankieta oraz metody audiowizualne.

### WYKŁAD

Wypowiedź ustna nauczyciela, która ma na celu przekazanie uczniom konkretnych informacji związanych z tematem. Wykład powinien być krótki, trwać 5-10 minut.



Należy prowadzić go dynamicznie, w sposób interesujący dla uczniów, z wykorzystaniem plansz, prezentacji czy slajdów.

### POGADANKA

Różni się od wykładu tym, że to nauczyciel stawia uczniom pytania, aby sprowokować ich do aktywnego słuchania i uzyskać jak najwięcej różnych odpowiedzi. Ważne jest sformułowanie każdego pytania - nauczyciel musi wiedzieć, do czego zmierza każde z pytań.

### DYSKUSJA

Klasa analizuje problem lub temat którym jest zainteresowana, w celu lepszego zrozumienia problemu, osiągając dzięki temu najlepsze rozwiązanie lub zgromadzenie nowych pomysłów. Pobudza uczniów do aktywności, uczy prowadzenia rozmowy, wymiany poglądów, szacunku dla rozmówców. Dyskusję można wprowadzić poprzez pokazanie wybranego fragmentu filmu, przeczytanie opowiadania czy listu z prasy młodzieżowej lub ułożonego przez nauczyciela lub uczniów, oraz nawiązując do aktualnych wiadomości lub sytuacji szkolnej czy klasowej. Dyskusja jest jedną z metod zapobiegania konfliktom. Pomaga rozwijać asertywność i empatię oraz umiejętność słuchania.

Diskusja może wyniknąć samoistnie z różnych powodów, niekiedy w ocenie dorosłych również tych błahych. Nie należy ich lekceważyć, należy pozwolić ją prowadzić, pamiętając jednak o przestrzeganiu zasad.

### DEBATA

Jest rodzajem dyskusji, której cel stanowi przedstawienie przeciwnych argumentacji uczestniczących w niej grup. Dzielimy klasę na 2 grupy, przydzielając każdej zadanie: grupa pierwsza ma przygotować argumenty na TAK. Druga grupa ma opracować argumenty na NIE.

Debata to dobra metoda, która ćwiczy doskonalenie skutecznej komunikacji, umiejętności przekonywania innych do naszego punktu widzenia, czy też znajdowania i posługiwania się argumentami.

### DRAMA

Jedna z sytuacyjnych metod nauczania, która umożliwia wejście w rolę, wczucie się w jakąś postać albo osobiste przeżycie określonej sytuacji. Metoda dramy pobudza działanie, rozwija wyobraźnię, odwołuje się do doświadczeń. Uczy samodzielnego myślenia i działania, aktywności i otwartości, wyrabia umiejętność współzycia i współpracy w grupie. Najważniejszym elementem dramy jest bycie w roli - nowej i nieznanej, co pomaga w zrozumieniu zachowań innych ludzi i samego siebie. Pozwala też dostrzec złe i dobre strony improwizowanej sytuacji oraz przekonać się, jakie mogą być efekty/skutki różnych zachowań i różnych rozwiązań tego samego problemu.

## ODGRYWANIE RÓL

Stosując tę metodę uczniowie będą mogli dowiedzieć się, jak inni mogą reagować na pewne zachowania i postawy, ponieważ umożliwia ona wypróbowanie nowych sposobów zachowania, aby sprawdzić, czy przynoszą one zamierzone rezultaty. Daje ona szansę podjęcia ryzyka określonych zachowań bez strachu przed porażką lub ujemnymi konsekwencjami. Zwiększa empatię w stosunku do innych i ich punktu widzenia oraz skłania do wglądu we własne czucia.

## STUDIUM PRZYPADKU (ang. CASE STUDY)

Metoda, która polega na analizowaniu i omawianiu prawdziwych sytuacji. Nauczyciel (lub uczniowie) podaje do analizy przypadek z życia, filmu lub czasopisma młodzieżowego. Zadaniem uczniów jest rozwiązanie problemu, podjęcie decyzji bądź ocena sytuacji. Studium przypadku rozwija umiejętność krytycznego i kreatywnego myślenia, uczy rozwiązywać problemy wielostronnie. Analiza sytuacji pozwala uczniom badać problemy i dylematy i bezpiecznie przetestować rozwiązania. Uczniowie mają możliwość pracować razem, dzielić się pomysłami, co umożliwia im odkrywanie, że ludzie mają inne poglądy i „widzą rzeczy różnie”.

## „BURZA MÓZGÓW”

Metoda, która pozwala na wybranie w krótkim czasie jak najwięcej propozycji/sposobów rozwiązania danego problemu. Jest to doskonały sposób na otwarcie tematu. Uczniowie aktywnie generują szeroką gamę pomysłów dotyczących konkretnego tematu w krótkim okresie czasu. Metoda ta pomaga uczniom na korzystanie z ich wyobraźni. Podczas burzy mózgów nikt nie powinien oceniać ani krytykować czyichś odpowiedzi. Istotne jest, aby ocenić plusy i minusy każdego pomysłu i zapisać je np. na tablicy.

## OPOWIADANIE

Nauczyciel lub uczeń opowiada lub czyta pewną historię, którą mogą uzupełniać zdjęcia, komiksy, slajdy i fragmenty filmu. Uczniowie są zachęceni do zastanowienia się i omówienia ważnych z punktu widzenia tematu lekcji zagadnień. Metoda ta rozwija umiejętności krytycznego myślenia i może pomóc uczniom rozważać ich problemy oraz poszukiwać dobre rozwiązania.

## PRACA W GRUPACH

Praca w małych grupach jest jedną ze skuteczniejszych metod prowadzenia zajęć, ponieważ uczniowie mogą bezpiecznie, w małych grupach, porozmawiać na omawiany temat i przedstawić swoje zdanie kolegom. W takich warunkach uczniowie mają szansę uczyć się budowania relacji koleżeńskich, komunikowania, argumentowania swoich poglądów oraz przedstawiania ich. Prezentacja

wypracowanych rozwiązań przez poszczególne grupy daje szansę wszystkim uczniom na porównanie swoich stanowisk. Uczniowie mogą się przekonać, że istnieje wiele różnych propozycji rozwiązań nawet dotyczących tego samego problemu.

Metoda ta zwiększa także prawdopodobieństwo, że uczestnicy będą rozważać punkt widzenia innych osób. Pomaga uczniom wzajemnie się słuchać i uczyć się od siebie.

### ANKIETA

Badanie zawierające pytania zamknięte, półotwarte lub otwarte, dotyczące omawianego zagadnienia. Zadaniem uczniów jest wybór odpowiedzi zgodny z własnymi przekonaniem. Ankieta na zajęciach wychowania do życia w rodzinie może także pełnić rolę ewaluacyjną - sprawdzać stopień osiągnięcia celów zamierzonych przez nauczyciela. Wszelkie testy, ankiety i quizy oceniane są tylko merytorycznie.

### GRY EDUKACYJNE

Uczniowie mogą grać w gry oraz uczestniczyć w aktywnych działaniach, które mogą być użyte dla realizacji treści nauczania poprzez to, że uczą krytycznego myślenia, rozwiązywania problemu, podejmowania decyzji. Gry i symulacje promują aktywne uczenie się poprzez zabawę, a więc spełniają swoją rolę szczególnie w nauczaniu podstawowym. Wymagają one połączenia zastosowania wiedzy, postaw i umiejętności oraz umożliwiają uczestnikom przetestowanie założeń i umiejętności w stosunkowo bezpiecznym otoczeniu. W przypadku gier, należy przypomnieć uczniom, że najważniejsze jest, aby było przyjemnie i że nie najważniejsze jest kto wygra.

Wydaje się, że brak tradycyjnych ocen podsumowujących pracę na zajęciach może działać na uczniów demobilizująco, zatem, wobec specyfiki przedmiotu (określona tematyka zajęć, emocjonalny stosunek uczniów do pewnych zagadnień, brak tradycyjnych podręczników), przechylenie szali na korzyść metod aktywnych jest konieczne. Na zakończenie niektórych zajęć warto opracować krótkie ankiety lub testy sprawdzające stopień osiągnięcia celów zamierzonych przez nauczyciela. Może to być również opis sytuacji problemowej, na bazie której uczeń będzie musiał podjąć odpowiednią decyzję, zająć określone stanowisko, dokonać wyboru. Ważne jest bieżące motywowanie aktywności na zajęciach przez ocenianie kształtujące, to znaczy podczas nauczania. Takie ocenianie nie służy wartościowaniu pracy ucznia, ale decydowaniu o tym, jak ma przebiegać proces dydaktyczny.

## OPINIA O PROGRAMIE

Wychowanie do życia w rodzinie

II etap edukacyjny

Autorka programu: Bożena Strzemieczna

Wydawca: Taurus Edukacja i Kultura

Nauczyciel wydający opinię: Katarzyna Dmowska, nauczyciel wychowania do życia w rodzinie

Opiniowany program nauczania dla klas IV-VIII szkoły podstawowej jest zgodny z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r.* (Dz.U. z 2017 r. poz. 356) 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 dla kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej.

Treści nauczania oraz wymagania szczegółowe są zgodne z nową podstawą programową. Program określa kolejność realizacji treści w poszczególnych klasach, dopasowując je do wieku i zainteresowań uczniów. Autorka sygnalizuje przy każdym zagadnieniu metody i formy pracy, którymi można posłużyć się na zajęciach. Większość metod to metody ćwiczące umiejętność wymiany poglądów, aktywizujące do twórczego myślenia, precyzowania stanowiska.

Cele i treści kształcenia są zgodne z nową podstawą programową, ukazują wartości rodziny w życiu osobistym człowieka oraz pomagają w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

Program zawiera opis przewidywanych osiągnięć ucznia, których zrealizowanie ułatwi prowadzenie zajęć zgodnie z proponowanym programem. Zakres materiału dostosowany do liczby godzin przeznaczonych na realizację przedmiotu umiejętnie rozkłada treści nauczania dostosowując je do możliwości percepcji uczniów.

Zgodnie z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej*, wychowanie do życia w rodzinie nie jest przedmiotem podlegającym ocenianiu, dlatego autorka wprowadza różne propozycje metod sprawdzania osiągnięć uczniów, co przyczyniać się będzie do utrwalania poruszanych na lekcjach treści.

Analiza programu potwierdza, że jest on poprawny pod względem merytorycznym i dydaktycznym, a jego konstrukcja zapewni skuteczność wdrażania w szkole podstawowej.

*Program opiniuję pozytywnie*

*mgr Katarzyna Dmowska*

