WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

PLAN DYDAKTYCZNY

KLASA 7

Opracowany na podstawie materiału nauczania ,, Wędrując ku dorosłości” T. Król

Uczący: mgr Anna Koza

**Lekcja 1 Rozwój człowieka**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • zwerbalizować swoje oczekiwania  wobec zajęć WDŻ,  • formułować reguły pracy na zajęciach  WDŻ,  • przedstawić fazy rozwoju człowieka  od narodzin do późnej starości,  • omówić charakterystyczne zmiany  rozwojowe w kolejnych okresach  życia człowieka,  • opisać czynniki wspomagające  i zaburzające rozwój fizyczny,  psychiczny, duchowy i społeczny  człowieka,  • wskazać na mocne i słabsze strony  różnych okresów życia człowieka.  **Uczeń uświadomi sobie:**  • istotną rolę rodziny w kształtowaniu  postaw, tworzeniu hierarchii  wartości oraz przyswajaniu norm  i zgodnych z nimi zachowań. | 1. Przygotowanie do  podjęcia życiowych ról:  męża, żony, ojca, matki.  Udział rodziny i szkoły  w tym przygotowaniu.  2. Zasady pracy na lekcjach  WDŻ.  3. Rozwój człowieka od  poczęcia do późnej  starości.  4. Czynniki wspomagające  i zaburzające rozwój  człowieka w aspektach:  fizycznym, psychicznym,  duchowym i społecznym.  5. Mocne i słabe strony  każdego okresu życia.  6. Wspierająca rola rodziny  w rozwoju i formacji  jej członków. | • Informacja nauczyciela  nt. proponowanych sposobów  gratyfikacji pracy  uczniów na lekcjach WDŻ.  • Rozmowa kierowana  nt. zasad pracy na lekcjach  WDŻ.  • Wykład z prezentacją multimedialną  nt. rozwoju  człowieka.  • Rozmowa kierowana  nt. charakterystycznych  cech, jakie posiada człowiek  i potrzebie wszechstronnego  rozwoju.  • Burza mózgów: czynniki  wspierające i zaburzające  rozwój człowieka.  • Praca w grupach: mapa  mentalna „Mocne i słabe  strony człowieka w różnych  okresach życia” (każda  grupa analizuje wybrany  etap życia). |

**Lekcja 2 Dojrzałość, to znaczy...**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • wymienić kryteria dojrzałości  człowieka,  • uzasadnić konieczność  samowychowania.  **Uczeń uświadomi sobie:**  • potrzebę przygotowania  się do podjęcia w przyszłości  ról małżeńskich  i rodzinnych,  • że samowychowanie i samosterowanie  może być  satysfakcjonujące. | 1. Czas adolescencji okresem  burzliwych przemian zachodzących  w organizmie  młodego człowieka.  2. Celowość tych przemian  a perspektywa życia człowieka  dojrzałego.  3. Kryteria dojrzałości człowieka:  fizyczne, psychiczne  (intelektualne, moralne,  duchowe), społeczne,  prawne.  4. Samowychowanie; samokształcenie,  samosterowanie,  samorealizacja. | • Emisja filmu „Okres  dojrzewania – trudny, ale  fascynujący”.  • Rozmowa kierowana po  filmie.  • Wykład z prezentacją multimedialną:  kryteria dojrzałości.  • Debata: co to znaczy samowychowanie?  • Mapa myśli: „Rzeźbienie  charakteru”. |

**Lekcja 3 Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**  • przedstawić hormonalną regulację  procesów rozrodczych  kobiety i mężczyzny,  • opisać charakterystyczne zmiany  zachodzące w organizmie dziewczyny  w okresie adolescencji,  • uzasadnić celowość zmian zachodzących  w jej organizmie,  • opisać charakterystyczne zmiany  zachodzące w organizmie dojrzewającego  chłopca,  • uzasadnić potrzebę przestrzegania  higienicznego trybu życia  w okresie dojrzewania.  **Uczennica uświadomi sobie:**  • potrzebę akceptacji zmian  zachodzących w okresie dojrzewania,  • celowość przemian zachodzących  w jej organizmie w perspektywie  przyszłych ról życiowych. | 1. Hormonalna regulacja  procesów rozrodczych.  2. Charakterystyczne  zmiany zachodzące w organizmie  dziewczyny  w okresie pokwitania.  3. Krótka prezentacja  zmian zachodzących  w organizmie dojrzewającego  chłopca.  4. Indywidualne tempo  rozwoju.  5. Podstawowe zasady  higieny w okresie dojrzewania:  • właściwe odżywianie,  • odpowiednia ilość  snu,  • aktywność fizyczna,  • unikanie używek. | • Pogadanka wprowadzająca  nt. okresu pokwitania.  • Wykład nauczyciela  (z prezentacją multimedialną)  nt. dojrzewania  dziewcząt.  • Pogadanka: zasady higieny  i zdrowego żywienia  w okresie adolescencji.  • Ćwiczenia: praca indywidualna. |

**Lekcja 4 Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • przedstawić hormonalną regulację  procesów rozrodczych mężczyzny  i kobiety,  • opisać charakterystyczne zmiany  zachodzące w organizmie chłopca  w okresie adolescencji,  • uzasadnić celowość zmian zachodzących  w jego organizmie,  • opisać charakterystyczne zmiany  zachodzące w organizmie dojrzewającej  dziewczyny,  • uzasadnić potrzebę przestrzegania  higienicznego trybu życia w okresie  dojrzewania.  **Uczeń uświadomi sobie:**  • potrzebę akceptacji zmian zachodzących  w okresie dojrzewania,  • celowość przemian zachodzących  w jego organizmie w perspektywie  przyszłych ról życiowych. | 1. Hormonalna regulacja  procesów rozrodczych.  2. Charakterystyczne  zmiany zachodzące  w organizmie chłopca  w okresie adolescencji,  ich funkcje w perspektywie  ojcostwa.  3. Krótka prezentacja  zmian zachodzących  w organizmie dojrzewającej  dziewczyny i ich  celowość.  4. Indywidualne tempo  rozwoju.  5. Podstawowe zasady higieny  w okresie dojrzewania:  • właściwe odżywianie,  • odpowiednia ilość  snu,  • aktywność fizyczna,  • unikanie używek. | • Pogadanka wprowadzająca  nt. okresu  pokwitania.  • Wykład nauczyciela  (z prezentacją multimedialną)  nt. dojrzewania  chłopców.  • Pogadanka: zasady  higieny i zdrowego  żywienia w okresie  adolescencji.  • Ćwiczenia: praca indywidualna. |

**Lekcja 5 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania**

**(dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**  • rozpoznać i opisać typowe problemy  i trudności występujące u dziewcząt  w okresie dojrzewania,  • znaleźć sposoby radzenia sobie  z trudnościami występującymi  w okresie adolescencji,  • rozeznać sytuacje wymagające porady  lekarza lub innych specjalistów,  • podać niezbędne adresy, także internetowe  oraz telefony w celu uzyskania  porady i ewentualnej pomocy  specjalistów.  **Uczennica uświadomi sobie, że:**  • w sytuacji napotkanych trudności  powinna zaufać rodzicom lub  innym osobom i zwrócić się do nich  z prośbą o pomoc,  • istnieją specjalistyczne poradnie  oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie. | 1. Problemy dziewcząt związane  z psychiką:  • labilność emocjonalna,  • pragnienie akceptacji,  czułości i miłości,  • niezgoda na zmiany  fizyczne i wygląd (anoreksja  i bulimia),  • eksperymentowanie  z samą sobą, np. samookaleczenia,  ryzykowne  zachowania.  2. Ambiwalencja uczuć  i postaw.  3. Krytycyzm wobec dorosłych.  4. Poszukiwanie własnej tożsamości.  5. Możliwości wsparcia i pomocy:  poradnie, stowarzyszenia  itp. | • Rozmowa kierowana  nt. cytowanych listów  i postów młodzieży  (internet, prasa) dot.  problemów nastolatków.  • Praca z filmem.  • Rozmowa kierowana:  labilność emocjonalna  dziewcząt.  • Praca w parach: sporządzenie  listy podmiotów  oferujących  pomoc z zasobów  internetowych |

**Lekcja 6 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania**

**(dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiągania  celów |
| **Uczeń potrafi:**  • rozpoznać i opisać typowe problemy  i trudności występujące u chłopców  w okresie dojrzewania,  • znaleźć sposoby radzenia sobie  z trudnościami występującymi  w okresie adolescencji,  • rozeznać sytuacje wymagające porady  lekarza lub innych specjalistów,  • podać niezbędne adresy, także internetowe  oraz telefony w celu uzyskania  porady i ewentualnej pomocy  specjalistów.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • w sytuacji napotkanych trudności  powinien zaufać rodzicom lub  innym osobom i zwrócić się do nich  z prośbą o pomoc,  • istnieją specjalistyczne poradnie  oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia,  w których może uzyskać  poradę i wsparcie. | 1. Problemy chłopców związane z psychiką:  • zwiększona agresja, nadpobudliwość  i drażliwość,  • skłonność do kłótni, bójek,  • chęć imponowania i dominacji  w grupie rówieśników.  2. Wzrost wulgarności języka i zachowań.  3. Wzmożone zainteresowanie sferą  erotyczną (pornografia).  4. Ukierunkowanie energii: sport,  realizacja pasji i zainteresowań.  5. Różne wzorce męskości (autorytety).  6. Odpowiedzialność za własny rozwój;  samosterowanie i samowychowanie.  7. Poradnie, instytucje, które oferują  pomoc w rozwiązywaniu problemów. | • Rozmowa kierowana  nt. problemów  nastolatków.  • Debata lub dyskusja.  • Metoda sytuacyjna:  praca  z tekstem.  • Praca z filmem.  • Praca w parach:  sporządzenie  listy podmiotów  oferujących  pomoc z zasobów  internetowych. |

**Lekcja 7 Pierwsze uczucia**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • opisać emocje towarzyszące młodzieńczym  zauroczeniom,  • określić rolę empatii w poznawaniu  siebie nawzajem,  • przedstawić komunikaty niewerbalne  i werbalne i ich rolę w budowaniu  bliższych relacji,  • wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacje  umawiania się na randki.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • rozstania bywają bolesne, ale powinny  być kulturalne. | 1. Charakterystyka pierwszych  uczuć, fascynacji,  zauroczeń i emocji,  które im towarzyszą.  2. Empatia i dokonywane  wybory młodzieńczych  związków.  3. Realistyczne i nierealistyczne  oczekiwania  wobec randek.  4. Nieudane randki i decyzje  o rozstaniu.  5. Zakochanie a miłość. | • Emisja filmu; dyskusja  po filmie.  • Rozmowa kierowana  nt. młodzieńczych  fascynacji.  • Metoda sytuacyjna:  analiza różnych historii  młodzieńczych miłości  na podstawie listów  i wypowiedzi dziewcząt  /chłopców.  • Praca w grupach: ćwiczenie  5 z 25 (wybór  kandydatów na randki). |

**Lekcja 8 Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiągania  celów |
| **Uczennica potrafi:**  • określić funkcje współżycia seksualnego,  • przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego  rodzicielstwa,  • uzasadnić, dlaczego powołanie do  życia nowego człowieka powinno  być decyzją świadomą i odpowiedzialną,  • wymienić warunki, które powinny  być stworzone dla mającego się  narodzić dziecka,  • opisać działanie gruczołów płciowych  i wytwarzanych przez nie  hormonów.  **Uczennica uświadomi sobie, że:**  • podejmowanie decyzji o współżyciu  seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością  nie tylko za siebie i drugą  osobę, ale także za ewentualne  poczęcie dziecka,  • seksualność i intymność wymaga  poważnego traktowania. | 1. Dwie funkcje (cele) współżycia  seksualnego.  2. Odpowiedzialne rodzicielstwo  – zagadnienie, które wymaga wiedzy  i świadomego wyboru rodziców.  3. Powołanie do życia nowego człowieka  aktem wybranym w najdogodniejszym  dla niego czasie.  4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów  (gamet) żeńskich i męskich  w procesie zapłodnienia.  5. Rola i działanie hormonów płciowych.  6. Charakterystyka płodności kobiety  (cykliczna) i mężczyzny (stała). | • Rozmowa kierowana  nt. funkcji  współżycia seksualnego.  • Praca w grupach.  Mapa mentalna:  „Świadoma decyzja  o prokreacji  to...”.  • Wykład z prezentacją  multimedialną  o roli gruczołów  płciowych  i działaniu  hormonów.  • Rozmowa dydaktyczna  nt. cech  płodności mężczyzny  i płodności  kobiety oraz  uwarunkowań  zdrowia prokreacyjnego. |

**Lekcja 9 Przekazywanie życia (dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiągania  celów |
| **Uczeń potrafi:**  • określić funkcje współżycia seksualnego,  • przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego  rodzicielstwa,  • uzasadnić, dlaczego powołanie do  życia nowego człowieka powinno być  decyzją świadomą i odpowiedzialną,  • wymienić warunki, które powinny  być stworzone dla mającego się narodzić  dziecka,  • opisać działanie gruczołów płciowych  i wytwarzanych przez nie hormonów.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • podejmowanie decyzji o współżyciu  seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością  nie tylko za siebie i drugą osobę,  ale także za ewentualne poczęcie  dziecka.  • męskość to także zdolność przewidywania  skutków działań również  w sferze seksualnej. | 1. Dwie funkcje (cele) współżycia  seksualnego.  2. Odpowiedzialne rodzicielstwo  – zagadnienie, które wymaga  wiedzy i świadomego wyboru  rodziców.  3. Powołanie do życia nowego  człowieka aktem wybranym  w czasie dla niego najdogodniejszym.  4. Fizjologia prokreacji; działania  gruczołów (gamet) żeńskich  i męskich w procesie zapłodnienia.  5. Rola i działanie hormonów  płciowych.  6. Charakterystyka płodności  kobiety (cykliczna) i mężczyzny  (stała). | • Rozmowa kierowana  nt. funkcji  współżycia seksualnego.  • Praca w grupach.  Mapa mentalna:  „Świadoma decyzja  o prokreacji  to...”.  • Wykład z prezentacją  multimedialną  o roli gruczołów  płciowych i działaniu  hormonów.  • Rozmowa dydaktyczna  nt. cech  płodności mężczyzny  i płodności kobiety  oraz uwarunkowań  zdrowia  prokreacyjnego |

**Lekcja 10 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy (dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiągania  celów |
| **Uczennica potrafi:**  • opisać przemiany w organizmie kobiety  i mężczyzny, od których zależy  ich płodność,  • rozpoznać dwie fazy cyklu owulacyjnego  kobiety,  • wskazać w cyklu kobiety najważniejszy  moment – owulację oraz wyróżnić  fazę przed- i poowulacyjną,  • skorelować wiedzę biologiczną dotyczącą  fizjologii i endokrynologii  z zaobserwowanymi zmianami w jej  cyklu.  **Uczennica uświadomi sobie, że:**  • poznanie zmian, które zachodzą  w jej organizmie, daje szansę na  ekologiczny styl życia w małżeństwie,  • współczesny człowiek może świadomie  wybierać: czas na poczęcie  dziecka lub czas na współżycie seksualne,  kiedy do poczęcia dziecka  nie dojdzie. | 1. Budowa i działanie żeńskiego  układu płciowego:  • owulacja,  • zmiany hormonalne w cyklu  kobiety,  • działanie estrogenów,  • śluz szyjkowy,  • odbudowa błony śluzowej,  • fazy podstawowej temperatury  ciała (PTC).  2. Dwie fazy cyklu kobiecego.  3. Budowa i działanie męskiego  układu płciowego:  • działanie hormonów,  • wytwarzanie plemników. | • Wykład z prezentacją  multimedialną.  • Rozmowa kierowana  nt. możliwości  dokonywania  świadomych  wyborów dot.  prokreacji; współczesna  wiedza  daje możliwość  rozpoznawania  okresu płodnego  i niepłodnego  w cyklu kobiecym.  • Debata: TAK czy  NIE dla ekologii  płodności. |

**Lekcja 11 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy (dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • opisać przemiany w organizmie  mężczyzny i kobiety, od których  zależy ich płodność,  • przedstawić funkcjonowanie męskiego  układu rozrodczego,  • omówić budowę i funkcjonowanie  żeńskiego układu rozrodczego,  • dokonać charakterystyki płodności  mężczyzny i kobiety.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • poznanie zmian, które zachodzą  w organizmie kobiety daje szansę  na ekologiczny styl życia w małżeństwie,  • współczesny człowiek może świadomie  wybierać: czas na poczęcie  dziecka lub czas na współżycie seksualne,  kiedy do poczęcia dziecka  nie dojdzie. | 1. Budowa i działanie  męskiego układu płciowego:  • działanie hormonów,  • wytwarzanie plemników.  2. Budowa i działanie  żeńskiego układu płciowego. | • Wykład z prezentacją  multimedialną.  • Rozmowa kierowana  nt. możliwości dokonywania  świadomych  wyborów dot. prokreacji;  współczesna  wiedza daje możliwość  rozpoznawania okresu  płodnego i niepłodnego  w cyklu kobiecym.  • Debata: TAK czy NIE  dla ekologii płodności. |

**Lekcja 12 Czas oczekiwania**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • opisać budowę komórki jajowej  i plemnika oraz proces zapłodnienia,  • przedstawić zmiany fizjologiczne  w organizmie kobiety w czasie ciąży,  • uzasadnić konieczność przestrzegania  higienicznego trybu życia matki  oczekującej dziecka,  • omówić etapy rozwoju prenatalnego  dziecka (zygota zarodek płód).  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • rodzice powinni od samego początku  zapewnić dziecku jak najlepsze  warunki życia i rozwoju. | 1. Budowa komórki jajowej  i plemnika; zapłodnienie.  2. Higiena ciąży: odżywianie,  sen i ćwiczenia  fizyczne matki.  3. Profilaktyka prekoncepcyjna;  opieka lekarska;  kwas foliowy.  4. Ciąża a używki:  • Alkoholowy Zespół  Płodowy (FAS),  • nikotyna, narkotyki  a zdrowie dziecka.  5. Opieka ojca nad matką  w ciąży i ich dzieckiem.  6. Pierwsze dziewięć  miesięcy, czyli rozwój  dziecka w łonie matki. | • Wykład z prezentacją  multimedialną.  • Zajęcia w grupach  z materiałami źródłowymi:  higiena ciąży.  • Ćwiczenie: „mówiąca  ściana” ciąża a używki.  • Praca z filmem: rozwój  prenatalny człowieka.  • Rozmowa kierowana  nt. opieki ojca nad  matką w ciąży i ich  dzieckiem. |

**Lekcja 13 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo**

**(dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**  • uzasadnić, dlaczego ważny jest  w okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem,  • podać argumenty za uczestnictwem  młodych rodziców w szkole rodzenia,  • określić, czym jest naturalny poród  i wskazać jego znaczenie dla dziecka,  • wymienić korzyści karmienia naturalnego  zarówno dla dziecka, jak i dla  matki,  • wskazać na znaczenie miłości rodziców  do dziecka od pierwszych chwil  jego życia,  • opisać rolę członków rodziny w przyjęciu  noworodka, również chorego,  niepełnosprawnego.  **Uczennica uświadomi sobie, że:**  • macierzyństwo i ojcostwo jest darem  i życiowym zadaniem,  • miłość do dziecka jest bezwarunkowa. | 1. Znaczenie więzi matki  z dzieckiem we wczesnym  okresie życia.  2. Szkoła rodzenia formą  przygotowania do podjęcia  ról matki i ojca.  3. Naturalny poród startem  dziecka w życie  „bez przemocy”.  4. Korzyści karmienia  naturalnego.  5. Przyjęcie dziecka, również  niepełnosprawnego,  do rodziny. | • Praca z tekstem źródłowym.  • Rozmowa kierowana  nt. więzi matki z dzieckiem  od najwcześniejszych  chwil życia.  • Analiza informacji  nt. szkół rodzenia (internet,  ulotki).  • Wyszukiwanie  w cyfrowych źródłach  informacji o porodzie  naturalnym.  • Praca z filmem edukacyjnym  o karmieniu  piersią.  • Analiza wypowiedzi  rodziców wychowujących  dzieci niepełnosprawne. |

**Lekcja 14 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo**

**(dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • przedstawić argumenty, dlaczego  dla rozwijającego się  w pierwszych 9 miesiącach  życia dziecka ważna jest miłość  i troska ojca, zarówno  o dziecko, jak i o jego matkę,  • podać argumenty za uczestnictwem  młodych rodziców  w szkole rodzenia,  • określić rolę mężczyzny przy  porodzie,  • opisać rolę członków rodziny  w przyjęciu noworodka,  również chorego, niepełnosprawnego,  • wskazać na znaczenie miłości  rodziców do dziecka od  pierwszych chwil jego życia.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • ojcostwo jest szczęściem, ale  i trudem, czyli poważnym  życiowym zadaniem. | 1. Znaczenie roli męża/ojca  w opiece i trosce o rozwijające  się dziecko i jego  matkę.  2. Szkoła rodzenia formą  przygotowania do podjęcia  ról ojca i matki.  3. Naturalny poród startem  dziecka w życie „bez przemocy”.  4. Razem czy osobno, czyli  TAK czy NIE dla wspólnie  przeżywanego porodu.  5. Przyjęcie dziecka, również  niepełnosprawnego do  rodziny.  6. Znaczenie więzi matki  i ojca z dzieckiem we  wczesnym okresie życia.  7. Miłość do dziecka oraz  opieka nad nim wyrazem  męskiej dojrzałości. | • Burza mózgów  nt. roli mężczyzny jako  męża i ojca w sytuacji  oczekiwania na dziecko.  • Praca z materiałem  źródłowym o roli szkół  rodzenia dla przyszłych  rodziców.  • Rozmowa kierowana  nt. naturalnego porodu.  • Praca w grupach: metoda  drzewa decyzyjnego – rola  mężczyzny przy porodzie.  • Pogadanka: rodzi się chore  dziecko i...  • Mapa mentalna:  „Tato i szczęśliwe dziecko”. |

**Lekcja 15 Komunikacja w rodzinie**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • przedstawić zasady otwartego i jednoznacznego  komunikowania się,  • omówić najważniejsze czynniki  kontaktu międzyludzkiego,  • określić rolę emocji i uczuć w życiu  człowieka,  • wymienić rodzaje uczuć,  • nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać  je poprzez komunikat JA,  • hierarchicznie usystematyzować  swoje uczucia,  • rozpoznawać uczucia w przekazie  werbalnym i mowy ciała.  **Uczeń uświadomi sobie:**  • potrzebę pielęgnowania więzi  rodzinnych i budowania bliskich  relacji międzyludzkich,  • potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania  postawy otwartości i zaufania  do osób najbliższych. | 1. Kontakt werbalny i niewerbalny  w relacjach  międzyludzkich.  2. Zasady otwartego i jednoznacznego  komunikowania  się z innymi.  3. Znaczenie rodzinnych  rozmów.  4. Uczucia i ich rodzaje.  5. Komunikaty, które  budują i które ranią  (komunikat JA i komunikat  TY).  • Rozmowa kierowana  nt. kontaktów werbalnych  i niewerbalnych  w relacjach z najbliższymi. | • Wykład z prezentacją:  zasady komunikowania  się.  • Burza mózgów: dlaczego  emocje i uczucia są  potrzebne?  • Scenki dramowe z komunikatem  JA i TY.  • Emisja filmu „Uczucia  i konflikty”; rozmowa  po filmie. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • zdefiniować pojęcie  *savoir–vivre’u*,  • wymienić sytuacje, w których  stosowanie form grzecznościowych  ułatwia kontakty społeczne  i uwalnia od negatywnych  emocji i konfliktów,  • przedstawić różne postacie  etykiety,  • przedstawić zasady *savoir-*  *-vivre’u* w konkretnych sytuacjach  rodzinnych, towarzyskich  i społecznych,  • wymienić pięć zasad asertywności  (sztuka dobrej odmowy),  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • kompromitujące zachowania są  nietaktowne i utrudniają kontakty  społeczne,  • przestrzeganie dobrych manier  to także troska o innych,  aby czuli się dobrze w naszej  obecności. | 1. Krótka historia *savoir-*  *-vivre’u* w polskiej literaturze  i kulturze.  2. Normy grzecznościowe,  które ułatwiają życie rodzinne  i społeczne.  3. Etykieta towarzyska,  biznesu i protokół dyplomatyczny,  czyli wymagane  procedury zachowań  w określonych sytuacjach.  4. Sytuacje życiowe, które  wymagają konkretnych  zachowań, np. w szkole,  teatrze, kinie, podczas  przyjęć rodzinnych itp.  5. Kultura a korzystanie ze  środków przekazu.  6. Asertywność – sztuka  dobrej odmowy.  7. Lista kompromitujących  zachowań.  *8. Savoir-vivre* filozofią  miłości do drugiego człowieka. | • Emisja filmu „W dobrym  tonie!”.  • Rozmowa kierowana nt. potrzeby  norm grzecznościowych  w życiu rodzinnym  i społecznym.  • Odczytanie i interpretacja  wybranego utworu lub  jego fragmentu z literatury  polskiej nt. zasad dobrego  wychowania.  • Praca indywidualna: rozwiązanie  testu „Dobre  maniery w praktyce”.  • Pogadanka: kulturalna  odmowa, czyli pięć zasad  asertywności.  • Mówiąca ściana: „Wpadki”  towarzyskie, czyli kompromitujące  zachowania.  • Rozmowa kierowana:  *savoir-vivre* filozofią miłości  do drugiego człowieka. |

**Lekcja 17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • wymienić rodzaje uzależnień,  • przedstawić czynniki ryzyka, które  sprzyjają uzależnieniom,  • omówić skutki palenia papierosów,  picia alkoholu, zażywania narkotyków  i dopalaczy,  • uzasadnić, że wartość życia jest  najistotniejsza,  • odmówić uczestnictwa w sytuacji,  która prowadzi do uzależnienia.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • jego zdrowie i przyszłość zależą od  obecnych wyborów,  • bez wypracowania postawy asertywnej  łatwo może ulec naciskom grupy  i wejść na drogę uzależnień. | 1. Rodzaje uzależnień:  chemiczne i behawioralne.  2. Czynniki ryzyka, które  sprzyjają uzależnieniom.  3. Uzależnienie od substancji  psychoaktywnych  (tytoń, alkohol,  narkotyki, dopalacze).  4. Wartość życia a używki.  5. Wypracowanie postawy  asertywnej. | • Rozmowa kierowana  nt. rodzajów uzależnień.  • Burza mózgów: czynniki  ryzyka, które sprzyjają  uzależnieniom.  • Prezentacja wybranego  filmu z serii „Mówię  wam, nie warto”.  • Dyskusja po filmie.  • Mapa mentalna: „Wartość  życia a używki”.  • Ćwiczenie: jak odmawiać? |

**Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • wymienić rodzaje uzależnień  behawioralnych,  • opisać objawy uzależnienia od  komputera i internetu,  • wymienić sygnały ostrzegawcze  uzależniania od smartfona,  • opisać, na czym polega wewnętrzny  przymus robienia  zakupów,  • przedstawić problem samookaleczeń,  • opisać niszczący wpływ pornografii.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • oprócz czynników ryzyka,  istnieją także czynniki chroniące  przed uzależnieniami. | 1. Uzależniania behawioralne:  internet, smartfon, zakupy,  autoagresja, pornografia.  2. Sygnały wskazujące na uzależnienia  od komputera i internetu  i ich skutki.  3. Fonoholizm sygnały ostrzegawcze.  4. Zjawisko zakupoholizmu;  przyczyny; skutki.  5. Problem autoagresji.  6. Nieprawdziwy obraz ludzkiej  seksualności w pornografii;  jej uzależniający wpływ na  psychikę młodego człowieka.  7. Czynniki chroniące, które  osłabiają skłonność do popadania  w nałogi. | • Burza mózgów  nt. skłonności młodych  ludzi do popadania  w nałogi.  • Rozmowa kierowana:  sygnały wskazujące  na uzależnienia od  komputera, internetu,  smartfona, pornografii.  • Emisja filmu „Zagrożeni  pornografią”.  • Dyskusja po filmie.  • Burza mózgów: jak  wykorzystać i wzmocnić  czynniki chroniące  przed popadaniem  w nałogi. |

**Lekcja 19 Ludzie drogowskazy**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształcenia  i wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury  osiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**  • zdefiniować pojęcie autorytetu,  • określić znaczenie autorytetu w życiu  człowieka,  • wymienić cechy osobowości, które  budują autorytet,  • odróżnić prawdziwe autorytety od  pseudoautorytetów,  • dokonać wyboru właściwego autorytetu,  • przedstawić problem upadku autorytetu.  **Uczeń uświadomi sobie, że:**  • wybór autorytetu to samodzielna  i ważna decyzja,  • istnieją różnice między autorytetem  a idolem. | 1. Definicja pojęcia „autorytet”.  2. Rola autorytetów w życiu  człowieka.  3. Wartości, zachowania,  postawy, cechy osobowości,  które budują  autorytet.  4. Autorytet a idol.  5. Problem upadku niektórych  autorytetów. | • Rozmowa kierowana:  próba zdefiniowania  pojęcia „autorytet”.  • Mapa mentalna: autorytet  – cechy osobowości  i postaw.  • Debata oksfordzka:  autorytet a idol.  • Rozmowa kierowana:  dlaczego czasem autorytety  upadają. |