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 kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• zwerbalizować swoje oczekiwaniawobec zajęć WDŻ,• formułować reguły pracy na zajęciachWDŻ,• przedstawić fazy rozwoju człowiekaod narodzin do późnej starości,• omówić charakterystyczne zmianyrozwojowe w kolejnych okresachżycia człowieka,• opisać czynniki wspomagającei zaburzające rozwój fizyczny,psychiczny, duchowy i społecznyczłowieka,• wskazać na mocne i słabsze stronyróżnych okresów życia człowieka.**Uczeń uświadomi sobie:**• istotną rolę rodziny w kształtowaniupostaw, tworzeniu hierarchiiwartości oraz przyswajaniu normi zgodnych z nimi zachowań. | 1. Przygotowanie dopodjęcia życiowych ról:męża, żony, ojca, matki.Udział rodziny i szkoływ tym przygotowaniu.2. Zasady pracy na lekcjachWDŻ.3. Rozwój człowieka odpoczęcia do późnejstarości.4. Czynniki wspomagającei zaburzające rozwójczłowieka w aspektach:fizycznym, psychicznym,duchowym i społecznym.5. Mocne i słabe stronykażdego okresu życia.6. Wspierająca rola rodzinyw rozwoju i formacjijej członków. | • Informacja nauczycielant. proponowanych sposobówgratyfikacji pracyuczniów na lekcjach WDŻ.• Rozmowa kierowanant. zasad pracy na lekcjachWDŻ.• Wykład z prezentacją multimedialnąnt. rozwojuczłowieka.• Rozmowa kierowanant. charakterystycznychcech, jakie posiada człowieki potrzebie wszechstronnegorozwoju.• Burza mózgów: czynnikiwspierające i zaburzającerozwój człowieka.• Praca w grupach: mapamentalna „Mocne i słabestrony człowieka w różnychokresach życia” (każdagrupa analizuje wybranyetap życia). |

**Lekcja 2 Dojrzałość, to znaczy...**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• wymienić kryteria dojrzałościczłowieka,• uzasadnić koniecznośćsamowychowania.**Uczeń uświadomi sobie:**• potrzebę przygotowaniasię do podjęcia w przyszłościról małżeńskichi rodzinnych,• że samowychowanie i samosterowaniemoże byćsatysfakcjonujące. | 1. Czas adolescencji okresemburzliwych przemian zachodzącychw organizmiemłodego człowieka.2. Celowość tych przemiana perspektywa życia człowiekadojrzałego.3. Kryteria dojrzałości człowieka:fizyczne, psychiczne(intelektualne, moralne,duchowe), społeczne,prawne.4. Samowychowanie; samokształcenie,samosterowanie,samorealizacja. | • Emisja filmu „Okresdojrzewania – trudny, alefascynujący”.• Rozmowa kierowana pofilmie.• Wykład z prezentacją multimedialną:kryteria dojrzałości.• Debata: co to znaczy samowychowanie?• Mapa myśli: „Rzeźbieniecharakteru”. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**• przedstawić hormonalną regulacjęprocesów rozrodczychkobiety i mężczyzny,• opisać charakterystyczne zmianyzachodzące w organizmie dziewczynyw okresie adolescencji,• uzasadnić celowość zmian zachodzącychw jej organizmie,• opisać charakterystyczne zmianyzachodzące w organizmie dojrzewającegochłopca,• uzasadnić potrzebę przestrzeganiahigienicznego trybu życiaw okresie dojrzewania.**Uczennica uświadomi sobie:**• potrzebę akceptacji zmianzachodzących w okresie dojrzewania,• celowość przemian zachodzącychw jej organizmie w perspektywieprzyszłych ról życiowych. | 1. Hormonalna regulacjaprocesów rozrodczych.2. Charakterystycznezmiany zachodzące w organizmiedziewczynyw okresie pokwitania.3. Krótka prezentacjazmian zachodzącychw organizmie dojrzewającegochłopca.4. Indywidualne temporozwoju.5. Podstawowe zasadyhigieny w okresie dojrzewania:• właściwe odżywianie,• odpowiednia ilośćsnu,• aktywność fizyczna,• unikanie używek. | • Pogadanka wprowadzającant. okresu pokwitania.• Wykład nauczyciela(z prezentacją multimedialną)nt. dojrzewaniadziewcząt.• Pogadanka: zasady higienyi zdrowego żywieniaw okresie adolescencji.• Ćwiczenia: praca indywidualna. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• przedstawić hormonalną regulacjęprocesów rozrodczych mężczyznyi kobiety,• opisać charakterystyczne zmianyzachodzące w organizmie chłopcaw okresie adolescencji,• uzasadnić celowość zmian zachodzącychw jego organizmie,• opisać charakterystyczne zmianyzachodzące w organizmie dojrzewającejdziewczyny,• uzasadnić potrzebę przestrzeganiahigienicznego trybu życia w okresiedojrzewania.**Uczeń uświadomi sobie:**• potrzebę akceptacji zmian zachodzącychw okresie dojrzewania,• celowość przemian zachodzącychw jego organizmie w perspektywieprzyszłych ról życiowych. | 1. Hormonalna regulacjaprocesów rozrodczych.2. Charakterystycznezmiany zachodzącew organizmie chłopcaw okresie adolescencji,ich funkcje w perspektywieojcostwa.3. Krótka prezentacjazmian zachodzącychw organizmie dojrzewającejdziewczyny i ichcelowość.4. Indywidualne temporozwoju.5. Podstawowe zasady higienyw okresie dojrzewania:• właściwe odżywianie,• odpowiednia ilośćsnu,• aktywność fizyczna,• unikanie używek. | • Pogadanka wprowadzającant. okresupokwitania.• Wykład nauczyciela(z prezentacją multimedialną)nt. dojrzewaniachłopców.• Pogadanka: zasadyhigieny i zdrowegożywienia w okresieadolescencji.• Ćwiczenia: praca indywidualna. |

**Lekcja 5 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania**

**(dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**• rozpoznać i opisać typowe problemyi trudności występujące u dziewczątw okresie dojrzewania,• znaleźć sposoby radzenia sobiez trudnościami występującymiw okresie adolescencji,• rozeznać sytuacje wymagające poradylekarza lub innych specjalistów,• podać niezbędne adresy, także internetoweoraz telefony w celu uzyskaniaporady i ewentualnej pomocyspecjalistów.**Uczennica uświadomi sobie, że:**• w sytuacji napotkanych trudnościpowinna zaufać rodzicom lubinnym osobom i zwrócić się do nichz prośbą o pomoc,• istnieją specjalistyczne poradnieoraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie. | 1. Problemy dziewcząt związanez psychiką:• labilność emocjonalna,• pragnienie akceptacji,czułości i miłości,• niezgoda na zmianyfizyczne i wygląd (anoreksjai bulimia),• eksperymentowaniez samą sobą, np. samookaleczenia,ryzykownezachowania.2. Ambiwalencja uczući postaw.3. Krytycyzm wobec dorosłych.4. Poszukiwanie własnej tożsamości.5. Możliwości wsparcia i pomocy:poradnie, stowarzyszeniaitp. | • Rozmowa kierowanant. cytowanych listówi postów młodzieży(internet, prasa) dot.problemów nastolatków.• Praca z filmem.• Rozmowa kierowana:labilność emocjonalnadziewcząt.• Praca w parach: sporządzenielisty podmiotówoferującychpomoc z zasobówinternetowych |

**Lekcja 6 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania**

**(dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiąganiacelów |
| **Uczeń potrafi:**• rozpoznać i opisać typowe problemyi trudności występujące u chłopcóww okresie dojrzewania,• znaleźć sposoby radzenia sobiez trudnościami występującymiw okresie adolescencji,• rozeznać sytuacje wymagające poradylekarza lub innych specjalistów,• podać niezbędne adresy, także internetoweoraz telefony w celu uzyskaniaporady i ewentualnej pomocyspecjalistów.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• w sytuacji napotkanych trudnościpowinien zaufać rodzicom lubinnym osobom i zwrócić się do nichz prośbą o pomoc,• istnieją specjalistyczne poradnieoraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia,w których może uzyskaćporadę i wsparcie. | 1. Problemy chłopców związane z psychiką:• zwiększona agresja, nadpobudliwośći drażliwość,• skłonność do kłótni, bójek,• chęć imponowania i dominacjiw grupie rówieśników.2. Wzrost wulgarności języka i zachowań.3. Wzmożone zainteresowanie sferąerotyczną (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 oferująpomoc w rozwiązywaniu problemów. | • Rozmowa kierowanant. problemównastolatków.• Debata lub dyskusja.• Metoda sytuacyjna:pracaz tekstem.• Praca z filmem.• Praca w parach:sporządzenielisty podmiotówoferującychpomoc z zasobówinternetowych. |

**Lekcja 7 Pierwsze uczucia**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• opisać emocje towarzyszące młodzieńczymzauroczeniom,• określić rolę empatii w poznawaniusiebie nawzajem,• przedstawić komunikaty niewerbalnei werbalne i ich rolę w budowaniubliższych relacji,• wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacjeumawiania się na randki.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• rozstania bywają bolesne, ale powinnybyć kulturalne. | 1. Charakterystyka pierwszychuczuć, fascynacji,zauroczeń i emocji,które im towarzyszą.2. Empatia i dokonywanewybory młodzieńczychzwiązków.3. Realistyczne i nierealistyczneoczekiwaniawobec randek.4. Nieudane randki i decyzjeo rozstaniu.5. Zakochanie a miłość. | • Emisja filmu; dyskusjapo filmie.• Rozmowa kierowanant. młodzieńczychfascynacji.• Metoda sytuacyjna:analiza różnych historiimłodzieńczych miłościna podstawie listówi wypowiedzi dziewcząt/chłopców.• Praca w grupach: ćwiczenie5 z 25 (wybórkandydatów na randki). |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiąganiacelów |
| **Uczennica potrafi:**• określić funkcje współżycia seksualnego,• przedstawić zagadnienie odpowiedzialnegorodzicielstwa,• uzasadnić, dlaczego powołanie dożycia nowego człowieka powinnobyć decyzją świadomą i odpowiedzialną,• wymienić warunki, które powinnybyć stworzone dla mającego sięnarodzić dziecka,• opisać działanie gruczołów płciowychi wytwarzanych przez niehormonów.**Uczennica uświadomi sobie, że:**• podejmowanie decyzji o współżyciuseksualnym wiąże się z odpowiedzialnościąnie tylko za siebie i drugąosobę, ale także za ewentualnepoczęcie dziecka,• seksualność i intymność wymagapoważnego traktowania. | 1. Dwie funkcje (cele) współżyciaseksualnego.2. Odpowiedzialne rodzicielstwo– zagadnienie, które wymaga wiedzyi świadomego wyboru rodziców.3. Powołanie do życia nowego człowiekaaktem wybranym w najdogodniejszymdla niego czasie.4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów(gamet) żeńskich i męskichw procesie zapłodnienia.5. Rola i działanie hormonów płciowych.6. Charakterystyka płodności kobiety(cykliczna) i mężczyzny (stała). | • Rozmowa kierowanant. funkcjiwspółżycia seksualnego.• Praca w grupach.Mapa mentalna:„Świadoma decyzjao prokreacjito...”.• Wykład z prezentacjąmultimedialnąo roli gruczołówpłciowychi działaniuhormonów.• Rozmowa dydaktycznant. cechpłodności mężczyznyi płodnościkobiety orazuwarunkowańzdrowia prokreacyjnego. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiąganiacelów |
| **Uczeń potrafi:**• określić funkcje współżycia seksualnego,• przedstawić zagadnienie odpowiedzialnegorodzicielstwa,• uzasadnić, dlaczego powołanie dożycia nowego człowieka powinno byćdecyzją świadomą i odpowiedzialną,• wymienić warunki, które powinnybyć stworzone dla mającego się narodzićdziecka,• opisać działanie gruczołów płciowychi wytwarzanych przez nie hormonów.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• podejmowanie decyzji o współżyciuseksualnym wiąże się z odpowiedzialnościąnie tylko za siebie i drugą osobę,ale także za ewentualne poczęciedziecka.• męskość to także zdolność przewidywaniaskutków działań równieżw sferze seksualnej. | 1. Dwie funkcje (cele) współżyciaseksualnego.2. Odpowiedzialne rodzicielstwo– zagadnienie, które wymagawiedzy i świadomego wyborurodziców.3. Powołanie do życia nowegoczłowieka aktem wybranymw czasie dla niego najdogodniejszym.4. Fizjologia prokreacji; działaniagruczołów (gamet) żeńskichi męskich w procesie zapłodnienia.5. Rola i działanie hormonówpłciowych.6. Charakterystyka płodnościkobiety (cykliczna) i mężczyzny(stała). | • Rozmowa kierowanant. funkcjiwspółżycia seksualnego.• Praca w grupach.Mapa mentalna:„Świadoma decyzjao prokreacjito...”.• Wykład z prezentacjąmultimedialnąo roli gruczołówpłciowych i działaniuhormonów.• Rozmowa dydaktycznant. cechpłodności mężczyznyi płodności kobietyoraz uwarunkowańzdrowiaprokreacyjnego |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane procedury osiąganiacelów |
| **Uczennica potrafi:**• opisać przemiany w organizmie kobietyi mężczyzny, od których zależyich płodność,• rozpoznać dwie fazy cyklu owulacyjnegokobiety,• wskazać w cyklu kobiety najważniejszymoment – owulację oraz wyróżnićfazę przed- i poowulacyjną,• skorelować wiedzę biologiczną dotyczącąfizjologii i endokrynologiiz zaobserwowanymi zmianami w jejcyklu.**Uczennica uświadomi sobie, że:**• poznanie zmian, które zachodząw jej organizmie, daje szansę naekologiczny styl życia w małżeństwie,• współczesny człowiek może świadomiewybierać: czas na poczęciedziecka lub czas na współżycie seksualne,kiedy do poczęcia dzieckanie dojdzie. | 1. Budowa i działanie żeńskiegoukładu płciowego:• owulacja,• zmiany hormonalne w cyklukobiety,• działanie estrogenów,• śluz szyjkowy,• odbudowa błony śluzowej,• fazy podstawowej temperaturyciała (PTC).2. Dwie fazy cyklu kobiecego.3. Budowa i działanie męskiegoukładu płciowego:• działanie hormonów,• wytwarzanie plemników. | • Wykład z prezentacjąmultimedialną.• Rozmowa kierowanant. możliwościdokonywaniaświadomychwyborów dot.prokreacji; współczesnawiedzadaje możliwośćrozpoznawaniaokresu płodnegoi niepłodnegow cyklu kobiecym.• Debata: TAK czyNIE dla ekologiipłodności. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• opisać przemiany w organizmiemężczyzny i kobiety, od którychzależy ich płodność,• przedstawić funkcjonowanie męskiegoukładu rozrodczego,• omówić budowę i funkcjonowanieżeńskiego układu rozrodczego,• dokonać charakterystyki płodnościmężczyzny i kobiety.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• poznanie zmian, które zachodząw organizmie kobiety daje szansęna ekologiczny styl życia w małżeństwie,• współczesny człowiek może świadomiewybierać: czas na poczęciedziecka lub czas na współżycie seksualne,kiedy do poczęcia dzieckanie dojdzie. | 1. Budowa i działaniemęskiego układu płciowego:• działanie hormonów,• wytwarzanie plemników.2. Budowa i działanieżeńskiego układu płciowego. | • Wykład z prezentacjąmultimedialną.• Rozmowa kierowanant. możliwości dokonywaniaświadomychwyborów dot. prokreacji;współczesnawiedza daje możliwośćrozpoznawania okresupłodnego i niepłodnegow cyklu kobiecym.• Debata: TAK czy NIEdla ekologii płodności. |

**Lekcja 12 Czas oczekiwania**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• opisać budowę komórki jajoweji plemnika oraz proces zapłodnienia,• przedstawić zmiany fizjologicznew organizmie kobiety w czasie ciąży,• uzasadnić konieczność przestrzeganiahigienicznego trybu życia matkioczekującej dziecka,• omówić etapy rozwoju prenatalnegodziecka (zygota zarodek płód).**Uczeń uświadomi sobie, że:**• rodzice powinni od samego początkuzapewnić dziecku jak najlepszewarunki życia i rozwoju. | 1. Budowa komórki jajoweji plemnika; zapłodnienie.2. Higiena ciąży: odżywianie,sen i ćwiczeniafizyczne matki.3. Profilaktyka prekoncepcyjna;opieka lekarska;kwas foliowy.4. Ciąża a używki:• Alkoholowy ZespółPłodowy (FAS),• nikotyna, narkotykia zdrowie dziecka.5. Opieka ojca nad matkąw ciąży i ich dzieckiem.6. Pierwsze dziewięćmiesięcy, czyli rozwójdziecka w łonie matki. | • Wykład z prezentacjąmultimedialną.• Zajęcia w grupachz materiałami źródłowymi:higiena ciąży.• Ćwiczenie: „mówiącaściana” ciąża a używki.• Praca z filmem: rozwójprenatalny człowieka.• Rozmowa kierowanant. opieki ojca nadmatką w ciąży i ichdzieckiem. |

**Lekcja 13 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo**

**(dla grupy dziewcząt)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczennica potrafi:**• uzasadnić, dlaczego ważny jestw okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem,• podać argumenty za uczestnictwemmłodych rodziców w szkole rodzenia,• określić, czym jest naturalny poródi wskazać jego znaczenie dla dziecka,• wymienić korzyści karmienia naturalnegozarówno dla dziecka, jak i dlamatki,• wskazać na znaczenie miłości rodzicówdo dziecka od pierwszych chwiljego życia,• opisać rolę członków rodziny w przyjęciunoworodka, również chorego,niepełnosprawnego.**Uczennica uświadomi sobie, że:**• macierzyństwo i ojcostwo jest daremi życiowym zadaniem,• miłość do dziecka jest bezwarunkowa. | 1. Znaczenie więzi matkiz dzieckiem we wczesnymokresie życia.2. Szkoła rodzenia formąprzygotowania do podjęciaról matki i ojca.3. Naturalny poród startemdziecka w życie„bez przemocy”.4. Korzyści karmienianaturalnego.5. Przyjęcie dziecka, równieżniepełnosprawnego,do rodziny. | • Praca z tekstem źródłowym.• Rozmowa kierowanant. więzi matki z dzieckiemod najwcześniejszychchwil życia.• Analiza informacjint. szkół rodzenia (internet,ulotki).• Wyszukiwaniew cyfrowych źródłachinformacji o porodzienaturalnym.• Praca z filmem edukacyjnymo karmieniupiersią.• Analiza wypowiedzirodziców wychowującychdzieci niepełnosprawne. |

**Lekcja 14 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo**

**(dla grupy chłopców)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• przedstawić argumenty, dlaczegodla rozwijającego sięw pierwszych 9 miesiącachżycia dziecka ważna jest miłośći troska ojca, zarównoo dziecko, jak i o jego matkę,• podać argumenty za uczestnictwemmłodych rodzicóww szkole rodzenia,• określić rolę mężczyzny przyporodzie,• opisać rolę członków rodzinyw przyjęciu noworodka,również chorego, niepełnosprawnego,• wskazać na znaczenie miłościrodziców do dziecka odpierwszych chwil jego życia.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• ojcostwo jest szczęściem, alei trudem, czyli poważnymżyciowym zadaniem. | 1. Znaczenie roli męża/ojcaw opiece i trosce o rozwijającesię dziecko i jegomatkę.2. Szkoła rodzenia formąprzygotowania do podjęciaról ojca i matki.3. Naturalny poród startemdziecka w życie „bez przemocy”.4. Razem czy osobno, czyliTAK czy NIE dla wspólnieprzeżywanego porodu.5. Przyjęcie dziecka, równieżniepełnosprawnego dorodziny.6. Znaczenie więzi matkii ojca z dzieckiem wewczesnym okresie życia.7. Miłość do dziecka orazopieka nad nim wyrazemmęskiej dojrzałości. | • Burza mózgównt. roli mężczyzny jakomęża i ojca w sytuacjioczekiwania na dziecko.• Praca z materiałemźródłowym o roli szkółrodzenia dla przyszłychrodziców.• Rozmowa kierowanant. naturalnego porodu.• Praca w grupach: metodadrzewa decyzyjnego – rolamężczyzny przy porodzie.• Pogadanka: rodzi się choredziecko i...• Mapa mentalna:„Tato i szczęśliwe dziecko”. |

**Lekcja 15 Komunikacja w rodzinie**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• przedstawić zasady otwartego i jednoznacznegokomunikowania się,• omówić najważniejsze czynnikikontaktu międzyludzkiego,• określić rolę emocji i uczuć w życiuczłowieka,• wymienić rodzaje uczuć,• nazywać swoje uczucia oraz wypowiadaćje poprzez komunikat JA,• hierarchicznie usystematyzowaćswoje uczucia,• rozpoznawać uczucia w przekaziewerbalnym i mowy ciała.**Uczeń uświadomi sobie:**• potrzebę pielęgnowania więzirodzinnych i budowania bliskichrelacji międzyludzkich,• potrzebę wyrażania uczuć oraz formowaniapostawy otwartości i zaufaniado osób najbliższych. | 1. Kontakt werbalny i niewerbalnyw relacjachmiędzyludzkich.2. Zasady otwartego i jednoznacznegokomunikowaniasię z innymi.3. Znaczenie rodzinnychrozmów.4. Uczucia i ich rodzaje.5. Komunikaty, którebudują i które ranią(komunikat JA i komunikatTY).• Rozmowa kierowanant. kontaktów werbalnychi niewerbalnychw relacjach z najbliższymi. | • Wykład z prezentacją:zasady komunikowaniasię.• Burza mózgów: dlaczegoemocje i uczucia sąpotrzebne?• Scenki dramowe z komunikatemJA i TY.• Emisja filmu „Uczuciai konflikty”; rozmowapo filmie. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• zdefiniować pojęcie*savoir–vivre’u*,• wymienić sytuacje, w którychstosowanie form grzecznościowychułatwia kontakty społecznei uwalnia od negatywnychemocji i konfliktów,• przedstawić różne postacieetykiety,• przedstawić zasady *savoir-**-vivre’u* w konkretnych sytuacjachrodzinnych, towarzyskichi społecznych,• wymienić pięć zasad asertywności(sztuka dobrej odmowy),**Uczeń uświadomi sobie, że:**• kompromitujące zachowania sąnietaktowne i utrudniają kontaktyspołeczne,• przestrzeganie dobrych manierto także troska o innych,aby czuli się dobrze w naszejobecności. | 1. Krótka historia *savoir-**-vivre’u* w polskiej literaturzei kulturze.2. Normy grzecznościowe,które ułatwiają życie rodzinnei społeczne.3. Etykieta towarzyska,biznesu i protokół dyplomatyczny,czyli wymaganeprocedury zachowańw określonych sytuacjach.4. Sytuacje życiowe, którewymagają konkretnychzachowań, np. w szkole,teatrze, kinie, podczasprzyjęć rodzinnych itp.5. Kultura a korzystanie ześrodków przekazu.6. Asertywność – sztukadobrej odmowy.7. Lista kompromitującychzachowań.*8. Savoir-vivre* filozofiąmiłości do drugiego człowieka. | • Emisja filmu „W dobrymtonie!”.• Rozmowa kierowana nt. potrzebynorm grzecznościowychw życiu rodzinnymi społecznym.• Odczytanie i interpretacjawybranego utworu lubjego fragmentu z literaturypolskiej nt. zasad dobregowychowania.• Praca indywidualna: rozwiązanietestu „Dobremaniery w praktyce”.• Pogadanka: kulturalnaodmowa, czyli pięć zasadasertywności.• Mówiąca ściana: „Wpadki”towarzyskie, czyli kompromitującezachowania.• Rozmowa kierowana:*savoir-vivre* filozofią miłoścido drugiego człowieka. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• wymienić rodzaje uzależnień,• przedstawić czynniki ryzyka, któresprzyjają uzależnieniom,• omówić skutki palenia papierosów,picia alkoholu, zażywania narkotykówi dopalaczy,• uzasadnić, że wartość życia jestnajistotniejsza,• odmówić uczestnictwa w sytuacji,która prowadzi do uzależnienia.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• jego zdrowie i przyszłość zależą odobecnych wyborów,• bez wypracowania postawy asertywnejłatwo może ulec naciskom grupyi wejść na drogę uzależnień. | 1. Rodzaje uzależnień:chemiczne i behawioralne.2. Czynniki ryzyka, któresprzyjają uzależnieniom.3. Uzależnienie od substancjipsychoaktywnych(tytoń, alkohol,narkotyki, dopalacze).4. Wartość życia a używki.5. Wypracowanie postawyasertywnej. | • Rozmowa kierowanant. rodzajów uzależnień.• Burza mózgów: czynnikiryzyka, które sprzyjająuzależnieniom.• Prezentacja wybranegofilmu z serii „Mówięwam, nie warto”.• Dyskusja po filmie.• Mapa mentalna: „Wartośćżycia a używki”.• Ćwiczenie: jak odmawiać? |

**Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• wymienić rodzaje uzależnieńbehawioralnych,• opisać objawy uzależnienia odkomputera i internetu,• wymienić sygnały ostrzegawczeuzależniania od smartfona,• opisać, na czym polega wewnętrznyprzymus robieniazakupów,• przedstawić problem samookaleczeń,• opisać niszczący wpływ pornografii.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• oprócz czynników ryzyka,istnieją także czynniki chroniąceprzed uzależnieniami. | 1. Uzależniania behawioralne:internet, smartfon, zakupy,autoagresja, pornografia.2. Sygnały wskazujące na uzależnieniaod komputera i internetui ich skutki.3. Fonoholizm sygnały ostrzegawcze.4. Zjawisko zakupoholizmu;przyczyny; skutki.5. Problem autoagresji.6. Nieprawdziwy obraz ludzkiejseksualności w pornografii;jej uzależniający wpływ napsychikę młodego człowieka.7. Czynniki chroniące, któreosłabiają skłonność do popadaniaw nałogi. | • Burza mózgównt. skłonności młodychludzi do popadaniaw nałogi.• Rozmowa kierowana:sygnały wskazującena uzależnienia odkomputera, internetu,smartfona, pornografii.• Emisja filmu „Zagrożenipornografią”.• Dyskusja po filmie.• Burza mózgów: jakwykorzystać i wzmocnićczynniki chroniąceprzed popadaniemw nałogi. |

**Lekcja 19 Ludzie drogowskazy**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cele szczegółowe kształceniai wychowania | Materiał nauczania | Proponowane proceduryosiągania celów |
| **Uczeń potrafi:**• zdefiniować pojęcie autorytetu,• określić znaczenie autorytetu w życiuczłowieka,• wymienić cechy osobowości, którebudują autorytet,• odróżnić prawdziwe autorytety odpseudoautorytetów,• dokonać wyboru właściwego autorytetu,• przedstawić problem upadku autorytetu.**Uczeń uświadomi sobie, że:**• wybór autorytetu to samodzielnai ważna decyzja,• istnieją różnice między autorytetema idolem. | 1. Definicja pojęcia „autorytet”.2. Rola autorytetów w życiuczłowieka.3. Wartości, zachowania,postawy, cechy osobowości,które budująautorytet.4. Autorytet a idol.5. Problem upadku niektórychautorytetów. | • Rozmowa kierowana:próba zdefiniowaniapojęcia „autorytet”.• Mapa mentalna: autorytet– cechy osobowościi postaw.• Debata oksfordzka:autorytet a idol.• Rozmowa kierowana:dlaczego czasem autorytetyupadają. |