Program nauczania z wychowania do życia w rodzinie

W oparciu o podręcznik:

„Wędrując ku dorosłości"

Teresa Król

KLASA VI

Rok szkolny 2021/2022

Aleksandra Mytko

Treść nauczania klasa VI

Temat zajęć	Materiał nauczania	Osiągnięcia uczniów
1. Z rodziny się nie wyrasta	1. WDŻ w klasie VI – tematy i zagadnienia 2. Kontrakt klasowy. 3. Rodzina – najmniejszą grupą społeczną. 4. Rola rodziny w zapewnieniu pomyślnego rozwoju dziecka. 5. Typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana. 6. Rodzina zastępcza. 7. Rodzina adopcyjna. 8. Miłość i czas fundamentem życia rodzinnego.	Uczeń potrafi: • wymienić najważniejsze treści i cele zajęć WDŻ w klasie VI, • przedstawić rodzinę jako najmniejszą grupę (komórkę) społeczną i najważniejsze środowisko rozwoju człowieka, • scharakteryzować różne typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana), • ukazać specyfikę i rolę rodzin zastępczych, • wyjaśnić na czym polega adopcja.
2. Rodzinne wychowanie	1. Znaczenie określenia, że ktoś jest dobrze wychowany (istota wychowania). 2. Wychowanie do dobra, prawdy i piękna. 3. Znaczenie zasad i norm moralnych w rozwoju człowieka. 4. Zaangażowanie poznawcze i emocjonalne rodziny w wychowaniu patriotycznym. 5. Formacyjna rola rodziny w tworzeniu hierarchii wartości: • wartości fundamentem rodzinnej wspólnoty, • urzeczywistnianie wartości w podejmowaniu decyzji życiowych, • świadomy i odpowiedzialny wybór stylu życia.	Uczeń potrafi: • wyjaśnić, w czym tkwi istota wychowania w rodzinie, • przedstawić sposoby okazywania miłości, czułości i bliskości w rodzinie, • wskazać znaczenie zasad i norm moralnych w życiu człowieka; dla ludzi wierzących – nrom religijnych, • wskazać wagę prawdy i uczciwości oraz postawy uczynności w życiu rodzinnym.
3. Rozwój ku dojrzałości i odpowiedzialności	1. Dojrzałość – celem, procesem i kierunkiem rozwoju. 2. Troska rodziców o harmonijny rozwój dzieci i osiąganie przez nie samodzielności. 3. Aktywność własna i samowychowanie. 4. Odpowiedzialność za siebie i za innych. 5. Dorosłość a dojrzałość	Uczeń potrafi: • określić cele życiowe związane z rozwojem i odpowiedzialnością, • zrozumieć troskę rodziców o rozwój samodzielności ich dzieci, • wskazać na rolę aktywności własnej w rozwijaniu swoich predyspozycji i pasji, • określić, na czym polega samowychowanie.

4. Sztuka rozmowy	1. Przebieg procesu komunikacji społecznej. 2. Znaczenie sztuki porozumiewania się. 3. Komunikacja werbalna i niewerbalna. 4. Reguły dobrego słuchania. 5. Zasady efektywnej komunikacji. 6. Odpowiedzialność za manifestowane reakcje oraz za wypowiadane i pisane słowa	Uczeń potrafi: • przedstawić proces komunikacji społecznej, • ukazać wartość sztuki porozumiewania się w życiu rodzinnym i społecznym, • wyjaśnić znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej, • określić, na czym polega umiejętność słuchania, • omówić zasady udanej komunikacji.
5. Gdy trudno się porozumieć	1. Powszechność zjawiska rodzinnych sporów i nieporozumień; przyczyny. 2. Czym są spory i konflikty. 3. Skutki nierozwiązanych konfliktów w życiu rodzinnym i społecznym. 4. Zalety sytuacji konfliktowych i sporów. 5. Techniki rozwiązania spornych kwestii (np. metoda pięciu kroków). 6. Przepraszanie i przebaczanie. 7. Rodzice, dzieci i nieporozumienia.	Uczeń potrafi: • wymienić źródła powstawania sporów i nieporozumień w rodzinie, • odróżnić nieporozumienia od konfliktów, • omówić skutki nierozwiązanych sporów i konfliktów w rodzinie, bliższym i dalszym otoczeniu, • wskazać na atuty komunikacji otwartości i inne czynniki ułatwiające rozwiązywanie spornych kwestii, • przedstawić sposoby rozwiązywania sporów, • wyjaśnić, dlaczego przepraszanie i przebaczanie są bardzo ważne w relacjach międzyludzkich.
6. O presji rówieśniczej	1. Grupy rówieśnicze i ich atrakcyjność. 2. Presja rówieśnicza – przymusem wywieranym w konkretnym celu. 3. Asertywność sztuką mówienia NIE. 4. Odwaga i dzielność tych, którzy nie ulegają presji. 5. Sposoby odmawiania, by nie ranić drugiej osoby. 6. Trudne sytuacje życiowe przeżywane przez nastolatków. 7. Czym jest stres; objawy.	Uczeń potrafi: • określić, na czym polega atrakcyjność grup rówieśniczych, • wyjaśnić, czym jest presja grupy i dlaczego trzeba się jej przeciwstawiać, • podać definicję asertywności, • uzasadnić, dlaczego stanowcze mówienie NIE wymaga dzielności i odwagi, • wymienić sposoby asertywnego odmawiania, • określić, czym jest stres i jakie są objawy jego przeżywania.

7. Zarządzanie sobą **(dla grupy dziewcząt)**	1. Planowanie zajęć i efektywne wykorzystywanie czasu. 2. Higieniczny tryb życia: • regularny sen, • higiena osobista, • stosowny ubiór. 3. Zasady zdrowego odżywiania. 4. Aktywność fizyczna i wypoczynek. 5. Własna odpowiedzialność za zdrowie i jakość życia.	Uczennica potrafi: • określić, na czym polega zarządzanie sobą i efektywne wykorzystywanie czasu, • ocenić rozkład swojego dnia, • uzasadnić, dlaczego ważny jest higieniczny tryb życia, • przedstawić znaczenie stosownego ubioru do różnych okoliczności, • omówić zasady zdrowego żywienia, • uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania.
8. Zarządzanie sobą **(dla grupy chłopców)**	1. Planowanie zajęć i efektywne wykorzystywanie czasu. 2. Higieniczny tryb życia: • regularny sen, • higiena osobista, • stosowny ubiór . 3. Zasady zdrowego odżywiania. 4. Aktywność fizyczna i wypoczynek. 5. Własna odpowiedzialność za zdrowie i jakość życia	Uczeń potrafi: • określić, na czym polega zarządzanie sobą i efektywne wykorzystywanie czasu, • ocenić rozkład swojego dnia, • uzasadnić, dlaczego ważny jest higieniczny tryb życia, • przedstawić znaczenie stosownego ubioru do różnych okoliczności, • omówić zasady zdrowego żywienia, • uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania.
9. Mój styl to zdrowie **(dla grupy dziewcząt)**	1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia). 2. Zdrowie prokreacyjne, czyli zdolność przekazywania życia. 3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne. 4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń. 5. Pierwsza wizyta u ginekologa.	Uczennica potrafi: • określić trzy wymiary zdrowia (wg definicji WHO), • wskazać czynniki, od których zależy zdrowie prokreacyjne, • uzasadnić potrzebę konsultacji lekarskiej w sytuacji zaburzeń zdrowotnych układu rozrodczego.
10. Mój styl i zdrowie **(dla grupy chłopców)**	1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia). 2. Zdrowie prokreacyjne, czyli	Uczeń potrafi: • określić trzy wymiary zdrowia (wg definicji WHO), • wskazać czynniki, od których zależy zdrowie prokreacyjne, • uzasadnić potrzebę konsultacji

	zdolność przekazywania życia. 3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne: właściwe odżywianie, aktywność fizyczna, abstynencja od alkoholu i papierosów. 4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń. 5. Leczenie u lekarza specjalisty.	lekarskiej w sytuacji zaburzeń zdrowotnych układu rozrodczego.
11. Dojrzewam do kobiecości **(dla grupy dziewcząt)**	1. Być kobietą, być mężczyzną. 2. Dojrzewanie dziewcząt w perspektywie macierzyństwa. 3. Niewłaściwe odżywianie zaburzeniem funkcjonowania organizmu: • anoreksja, • bulimia. 4. Akceptacja siebie i swojej kobiecości.	Uczennica potrafi: • podać istotne cechy kobiecości i męskości, • wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm dziewcząt do roli macierzyństwa, • uzasadnić, że niewłaściwe odżywianie zaburza rozwój (anoreksja, bulimia), • wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej płci.
12. Dojrzewam do męskości **(dla grupy chłopców)**	1. Być mężczyzną, być kobietą. 2. Dojrzewanie chłopców w perspektywie pełnienia przyszłych życiowych ról. 3. Niewłaściwe odżywianie, używki, niewłaściwy tryb życia zagrożeniem dla zdrowia i kondycji nastolatka. 4. Akceptacja siebie i swojej męskości.	Uczeń potrafi: • podać istotne cechy męskości i kobiecości, • wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm chłopca do pełnienia przyszłych życiowych ról, • uzasadnić, że właściwe odżywianie i prowadzony tryb życia decydują o zdrowiu i kondycji nastolatka, • wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej płci.
13. Mam swoją godność **(dla grupy dziewcząt)**	1. Człowiek istotą wielowymiarową. 2. Szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka. 3. Naturalna potrzeba intymności. 4. Zachowania, które łamią prawo do intymności. 5. Sytuacje, które naruszają intymność. 6. Asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej (odmowa, jednoznaczne i bezsłowne komunikaty). 7. Strony pornograficzne: • pornografia przedmiotowym traktowaniem człowieka,	Uczennica potrafi: • określić czym jest wielowymiarowość człowieka, • wyjaśnić, na czym polega poczucie własnej godności, • określić, czym jest szacunek dla ciała w kontekście godności, • przedstawić naturalną potrzebę człowieka do zachowania intymności, • określić zachowania, które łamią prawo do intymności, • uzasadnić konieczność kształtowania postawy szacunku wobec siebie i innych, • wymienić sposoby odmowy

	• możliwość szybkiego uzależnienia od pornografii • przepisy prawa (art. 200 par. 3 KK). 8. Wypracowanie postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.	wobec próby naruszenia intymności, • podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań. • uzasadnić, dlaczego NIE dla pornografii.
14. Mam swoją godność **(dla grupy chłopców)**	1. Człowiek istotą wielowymiarową. 2. Szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka. 3. Naturalna potrzeba intymności. 4. Zachowania, które łamią prawo do intymności. 5. Sytuacje, które naruszają intymność. 6. Asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej (odmowa, jednoznaczne i bezsłowne komunikaty). 7. Strony pornograficzne: • pornografia przedmiotowym traktowaniem człowieka, • możliwość szybkiego uzależnienia od pornografii, • przepisy prawa (art. 200 par. 3 KK). 8. Konieczność wypracowania postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.	Uczeń potrafi: • określić czym jest wielowymiarowość człowieka i na czym polega poczucie własnej godności, • określić, czym jest szacunek dla ciała w kontekście godności, • przedstawić naturalną potrzebę człowieka do zachowania intymności, • określić zachowania, które łamią prawo do intymności, • uzasadnić potrzebę szacunku wobec siebie i innych, • wymienić sposoby odmowy wobec próby naruszenia intymności, • podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań. • uzasadnić, dlaczego NIE dla pornografii, • Podać przepisy prawa (KK), które udostępnianie pornografii nieletnim kwalifikuje jako przestępstwo.
15. Media – wybieram świadomie, korzystam bezpiecznie	1. Zalety środków masowej komunikacji. 2. Mechanizmy manipulacji w reklamie. 3. Kontakty wirtualne a fizyczna obecność: • kreowanie siebie zgodnie z aktualnymi trendami, • „lajki” i lęk przed utratą polubień, • „sieciowi” znajomi, • Fake newsy. 4. Bierne korzystanie z mediów: • brak refleksji i analizy treści, • przyzwyczajenie i uzależnienie.	Uczeń potrafi: • omówić zalety środków masowej komunikacji, • dostrzec mechanizmy manipulacji w reklamie, • ocenić wagę kontaktów wirtualnych i porównać z kontaktami społecznymi (koledzy, przyjaciele) w realu, • krytycznie ocenić sieciowe informacje, • omówić zagadnienie odpowiedzialnego korzystania z mediów elektronicznych.

16. Stalking, hejting, cyberprzemoc **(dla grupy dziewcząt)**	1. Ryzyko uzależnienia: • silna potrzeba korzystania z Internetu, • osłabienie samokontroli, • spędzanie coraz większej ilości czasu on-line, • rozdrażnienie przy próbach ograniczenia korzystania. 2. Zasady roztropnego korzystania z mediów. 3. Cyberprzemoc i stalking. 4. Nękanie, wyśmiewanie i hejt w przestrzeni wirtualnej. 5. Zasady etyczne w mediach.	Uczennica potrafi: • przedstawić ryzyko uzależnienia od Internetu, • omówić zasady roztropnego korzystania z mediów, • krytycznie ocenić sieciowy ekshibicjonizm, • scharakteryzować zjawisko cyberprzemocy i stalkingu, • podać listę argumentów, dlaczego NIE dla hejtu w mediach społecznościowych.
17. Stalking, hejting, cyberprzemoc **(dla grupy chłopców)**	1. Ryzyko uzależnienia: • silna potrzeba korzystania z Internetu, • osłabienie samokontroli, • spędzanie coraz większej ilości czasu on-line, • rozdrażnienie przy próbach ograniczenia korzystania. 2. Zasady roztropnego korzystania z mediów. 3. Cyberprzemoc i stalking. 4. Nękanie, wyśmiewanie i hejt w przestrzeni wirtualnej. 5. Zasady etyczne w mediach.	Uczeń potrafi: • przedstawić ryzyko uzależnienia od Internetu, • omówić zasady roztropnego korzystania z mediów, • krytycznie ocenić sieciowy ekshibicjonizm, • scharakteryzować zjawisko cyberprzemocy i stalkingu, • podać listę argumentów, dlaczego NIE dla hejtu w mediach społecznościowych.
18. Jak mogę Ci pomóc?	1. Osoby z niepełnosprawnościami, chore, samotne – w rodzinie oraz bliższym i dalszym otoczeniu. 2. Potrzeba stworzenia chorym i niepełnosprawnym dobrych warunków do życia i rozwoju. 3. Problem nudy. 4. Mobilizacja do aktywności indywidualnej, zaangażowanie się w stowarzyszeniach udzielających pomocy osobom potrzebującym. 5. Sposoby wsparcia osób potrzebujących w ramach wolontariatu. 6. Sposoby wyrażania prośby.	Uczeń potrafi: • przedstawić trudne sytuacje z życia rodzinnego, które wymagają wsparcia najbliższych, udzielenia pomocy, okazania miłości, • wskazać osoby z bliższego i dalszego otoczenia wymagające opieki, zainteresowania się nimi, psychicznego wsparcia, • przedstawić sposoby radzenia sobie z doświadczeniem nudy, • zaproponować formy zaangażowania się w działalność wolontariatu i organizacji, które z założenia pomagają i wspierają potrzebujących.
19. Czasami pod górkę. Trudności w okresie dojrzewania.	1. Przełamanie nieufności i pokonanie wstydu, aby zwrócić się o pomoc. 2. Instytucjonalna i społeczna pomoc w trudnych sytuacjach życiowych:	Uczeń potrafi: • uzasadnić, dlaczego trzeba przełamać nieufność przy prośbie o pomoc, • zwerbalizować problemy, które często nurtują młodych ludzi,

	• problemy związane z nauką, • problemy związane z dojrzewaniem, • niska samoocena, • problemy ze zdrowiem, • cyberprzemoc, hejt, • tchoroby, ubóstwo, bezrobocie.	• przekazać swoje wątpliwości najbliższym, by dowiedzieć się, co sądzą o przedstawionych problemach,