

Plan nauczania wychowania do życia w rodzinie w klasie VI

opracowany według programu: Program nauczania dla klas VI szkoły podstawowej

„Wędrując ku dorosłości”, Teresa Król

Opracowała: Agnieszka Arendarczyk

Lp.	Temat	Liczba godzin	Osiągnięcia Uczeń:
1.	Lekcja organizacyjna. Z rodziny się nie wyrasta.	1	Uczeń potrafi: <ul style="list-style-type: none">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. Uczeń uświadomi sobie, że: <ul style="list-style-type: none">najważniejsza w rodzinie jest miłość i poświęcony czas
2.	Rodzinne wychowanie.	1	Uczeń potrafi: <ul style="list-style-type: none">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 – norm religijnych,wskazać wagę prawdy i uczciwości oraz postawy uczynności w życiu rodzinnym. Uczeń uświadomi sobie, że: <ul style="list-style-type: none">wychowanie to zachęta do szukania w życiu prawdy, dobra i piękna,rodzina pomaga budować hierarchię wartości, które wspierają młodego człowieka w podejmowaniu życiowych decyzji.
3.	Rozwój ku dojrzałości i odpowiedzialności.	1	Uczeń potrafi: <ul style="list-style-type: none">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 i odpowiedzialność za własne lub czyjeś czyny. Uczeń uświadomi sobie, że: <ul style="list-style-type: none">dorosłość i dojrzałość – to nie to samo
4.	Sztuka rozmowy.	1	Uczeń potrafi: <ul style="list-style-type: none">przedstawić proces komunikacji społecznej,

			<ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • każdy z nas winien być odpowiedzialny za wypowiedane i pisane słowa oraz za manifestowane reakcje.
5.	Gdy trudno się porozumieć.	1	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 przeproszenie i przebaczenie są bardzo ważne w relacjach międzyludzkich. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nieporozumienia z rodzicami bywają bolesne i trudne, ale najważniejsza jest miłość.
6.	O presji rówieśniczej.	1	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić, na czym polega atrakcyjność grup rówieśniczych, • wyjaśnić, czym jest presja grupy i dlaczego trzeba się jej przeciwstawić, • 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, • wskazać sytuacje stresowe, • wymienić sposoby radzenia sobie ze stresem. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • radzenie sobie z presją grupy i stresem pomoże uzyskać wewnętrzną równowagę i uodpornić na czynniki zagrażające zdrowiu psychicznemu.
7.	Zarządzanie sobą (zajęcia dla grupy dziewcząt)	1	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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

			<p>aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania.</p> <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.
8.	Zarządzanie sobą (zajęcia dla grupy chłopców)	1	<p>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.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie, że: • właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.</p>
9.	Mój styl to zdrowie zajęcia dla grupy dziewcząt	1	<p>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.</p> <p>Uczennica uświadomi sobie, że: • konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba, konsultacja i leczenie u lekarza specjalisty</p>
10.	Mój styl to zdrowie zajęcia dla grupy chłopców	1	<p>Uczeń 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.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie, że: • konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba, konsultacja i leczenie u lekarza specjalisty.</p>
11.	Dojrzewam do kobiecości – dla grupy dziewcząt	1	<p>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.</p> <p>Uczennica uświadomi sobie, że: • w okresie dojrzewania uwydatniają się i kształtują cechy specyficzne dla kobiet.</p>
12.	Dojrzewam do męskości – dla chłopców	1	<p>Uczeń potrafi: • podać istotne cechy męskości i kobiecości, • wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm chłopca do pełnienia</p>

			<p>przyszłych życiowych ról, • uzasadnić, że właściwe odżywianie i prowadzony tryb życia decydują o zdrowiu i kondycji nastolatka, • wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej pęci.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie, że: • jego przyszłość istotnie zależy od przyjętego stylu życia wolnego od używek.</p>
13.	Mam swoją godność – dla grupy dziewcząt	1	<p>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 wobec próby naruszenia intymności, • podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań. • uzasadnić, dlaczego NIE dla pornografii.</p> <p>Uczennica uświadomi sobie, że: • przewidywanie niebezpiecznych sytuacji i asertywna postawa może ją uchronić przed zachowaniami, które mogą okazać się niebezpieczne.</p>
14.	Mam swoją godność – dla grupy dziewcząt	1	<p>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.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie: • asertywna postawa może uchronić przed zachowaniami, które mogą go narazić na niebezpieczeństwo.</p>
15	Media – wybieram świadomie, bezpiecznie. korzystam	1	<p>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.</p>

			Uczeń uświadomi sobie, że: • refleksyjne podejście do mediów i analiza proponowanych treści może uchronić przed poddaniem się manipulacji i uzależnieniu.
16	Stalking, hejting, cyberprzemoc (lekcja dla grupy dziewcząt)	1	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. Uczennica uświadomi sobie, że: • kultura bycia i zasady etyczne powinny obowiązywać również w sieci.
17	Stalking, hejting, cyberprzemoc (lekcja dla grupy chłopców)	1	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. Uczeń uświadomi sobie, że: • kultura bycia i zasady etyczne powinny obowiązywać również w sieci.
18	Jak mogę Ci pomóc?	1	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. Uczeń uświadomi sobie, że: • zdarzają się nieraz ludziom z naszego otoczenia trudne sytuacje życiowe, a wtedy osobiste zaangażowanie i pomoc mogą przynieść im ulgę, wyzwolić dobro, które daje również pomagającym radość i satysfakcję.
19	Czasami jest pod górkę – problemy okresu dojrzewania.	1	Uczeń potrafi: • uzasadnić, dlaczego trzeba przełamać nieufność przy prośbie o pomoc, • zwerbalizować problemy, które często nurtują młodych ludzi, • przekazać swoje wątpliwości najbliższemu, by dowiedzieć się, co sądzą o przedstawionych problemach, • wskazać specjalistów, do których można udać się po pomoc, • odnaleźć w Internecie adresy poradni i instytucji udzielających pomocy w trudnych sytuacjach życiowych.

			Uczeń uświadomi sobie: • osoba przeżywająca trudności i kryzysy może liczyć na życzliwość i wsparcie kompetentnych osób i instytucji.
--	--	--	---