

**Rozkład materiału „Wychowanie do życia w rodzinie „
w klasie I gimnazjum**

L.p.	Nr Lek	Temat	Treści programowe	Cele	Osiągnięcia	Środki i metody
1.	1.	Ja, czyli kto?	Starożytne wezwanie „Poznaj samego siebie” i zawsze aktualne pytanie będące wynikiem pierwszego „kim jestem”, „skąd przychodzę”, „dokąd idę”. Samoakceptacja. Postawa wobec życia, wartości życia.	<ul style="list-style-type: none"> - świadomość własnej tożsamości, - wyrażanie osobistych uczuć - wyrażanie szacunku dla siebie i innych, - lepsze zrozumienie siebie i drugiego człowieka 	<p><u>Uczeń rozumie:</u> akceptuje siebie, swoje słabe i mocne strony;</p> <p><u>Uczeń potrafi:</u> dokonać autoprezentacji; lepsze zrozumienie siebie powoduje lepsze zrozumienie innych</p>	Rozmowa pod kierunkiem, karta ćwiczeń
2	2	Jak mnie widzą inni?	Koleżeństwo, przyjaźń, relacje interpersonalne i ich znaczenie.	<ul style="list-style-type: none"> - ocenia własny rozwój fizjologiczny i społeczny - rozumie siebie i drugiego człowieka - tworzy poprawne relacje w grupie - umiejętność wydawania opinii w oparciu o określone kryteria 	<p><u>Uczeń umie:</u> dokonać oceny innych osób w sposób obiektywny,</p> <p><u>Uczeń rozumie:</u> potrzebę tworzenia poprawnych relacji koleżeńskich,</p> <p><u>Uczeń potrafi:</u> Wykorzystać nabytą wiedzę do swojego rozwoju fizjologicznego i społecznego</p>	Rozmowa pod kierunkiem, papierowe losy, ćwic. „Inni o mnie”
3	3	Tajemnice ludzkiego ciała- podstawowe przemiany okresu dojrzewania	Dojrzewanie psychofizyczne, Różnice dojrzewania psychoseksualnego dziewcząt i chłopców, Hormony, Popęd seksualny	Pogłębienie wiadomości o podstawowych przemianach psychofizycznych zachodzących w organizmach nastolatków. Kształtowanie postaw akceptacji zmian, jakim	<p><u>Uczeń rozumie:</u> Hormonalny proces dojrzewania,</p> <p><u>Uczeń potrafi:</u> Różnicować dojrzałość płciową dziewcząt i chłopców</p>	Temat realizowany na lekcji biologii

				podlega ciało nastolatków.		
4	4 i 5	U progu dojrzałości: - dziewczęta - chłopcy	Lekcja prowadzona na bazie wiedzy zdobytej na lekcji biologii. Określenie pojęcia tożsamość i odniesienie go do pojęcia tożsamość płciowa. Lekcja przeprowadzona w grupach.	Określenie i akceptacja własnej płciowości; Umiejętność określenia różnic między płciami.	<u>Uczeń rozumie:</u> Akceptuje własną płciowość. <u>Uczeń umie:</u> Określić różnice między płciami.	Pogadanka, Film z serii „Ludzkie ciało-okres dojrzewania”, „Wędrując ku dorosłości”, „Dziewczęta-chłopcy - przemiany okresu dojrzewania” (wykaz literatury)
5	6	Co to znaczy być sobą?	Kompleksy, źródła kompleksów, walka z nimi. Tolerancja, afirmacja. Kształtowanie postaw międzyludzkich.	Zapoznanie uczniów z podstawowymi metodami asertywnymi i przydatności tych metod w życiu codziennym młodego człowieka. Kształtowanie pewności siebie i umiejętności obrony własnego zdania. Przygotowanie do świadomego i dojrzałego podejmowania decyzji. Pogłębienie wiedzy uczniów, co jest źródłem kompleksów i jak je przezwyciężać. Kultura zachowań.	<u>Uczeń potrafi:</u> określić podstawowe źródło ludzkich kompleksów i podjąć próbę określenia źródła własnych kompleksów. Podejmuje próbę przeciwstawienia się wszelkim manipulacjom – niebezpieczeństwom ze strony otoczenia. <u>Uczeń rozumie:</u> prawa asertywności i zna podstawowe metody asertywne.	Plansza „Prawa asertywności”, kartki papieru, Ćwicz. 1 - indywidualna charakterystyka problemów; Ćwicz. 2 – indywidualna charakterystyka potrzeb

6	7	Rodzina w życiu człowieka	Rodzina jako instytucja wychowawcza; Funkcje rodziny; Charakterystyka członków rodziny.	Uświadomienia uczniom podstawowych funkcji rodziny; Budzenie szacunku dla członków rodziny; Więzi rodzinne; Utrzymywanie tradycji rodzinnych.	<u>Uczeń umie:</u> Docenić rolę rodziny w życiu człowieka; <u>Uczeń rozumie:</u> Wpływ swojego zachowania na stosunki rodzinne	Rozmowy pod kierunkiem; Ankieta „W rodzinie”, „Wędrując ku dojrzałości”
7	8	Być w rodzinie. Co to znaczy rodzina partnerska?	Postawy rodzicielskie; Rola rodziców i dzieci w rodzinie; Przyczyny konfliktów – jak je rozwiązywać?	Zrozumienie roli autorytetu w rodzinie; Budzenie prawidłowych relacji w rodzinie; Prezentacja podstawowych praw rodzicielskich; Rola więzi emocjonalnych w rodzinie; Źródła konfliktów; Ukazanie, że kompromis jest sposobem na partnerskie stosunki w rodzinie.	Uczeń potrafi: Ocenić prawidłowe i nieprawidłowe zachowania rodziców; Uczeń umie: Wskazać podstawowe źródła konfliktów między rodzicami i dziećmi. Uczeń rozumie: Potrzebę dialogu z rodzicami i rodzeństwem jako drogę do prawidłowego funkcjonowania rodziny.	Dyskusja, ankieta „W rodzinie”, „Wędrując ku dojrzałości”, T. Gordon „Wychowanie bez porażek” wyd. PAX

**Rozkład materiału „Wychowanie do życia w rodzinie „
w klasie II gimnazjum**

L.p.	Nr Lek .	Temat	Treści programowe	Cele	Osiągnięcia	Środki i metody
1.	1.	Młodość, jakiej chcą dorośli, czyli jak rozwiązywać konflikty w rodzinie	Konflikty pokoleń, – jakie są ich przyczyny i jak je rozwiązywać; Kształtowanie prawidłowych relacji między rodzicami i dziećmi; Wykorzystanie wiedzy na ten temat z klasy I; Przygotowanie pytań dla psychologa na temat wieku dojrzewania.	Określenie sytuacji konfliktowych między nastolatkami i rodzicami; Szukanie odpowiedzi na temat,co to jest konflikt pokoleń; Przewidywanie konsekwencji swoich zachowań; Rola negocjacji, kompromisu i prawidłowej komunikacji w rozwiązywaniu problemów.	<u>Uczeń rozumie:</u> Swoją rolę w prawidłowo funkcjonującej rodzinie <u>Uczeń potrafi:</u> Zastosować w życiu rodzinnym – w relacji z rodzicem- kompromis, negocjacje; kontrolować swoje zachowania; <u>Uczeń umie:</u> Należycie określić sytuację, która może doprowadzić do konfliktu i znaleźć optymalne rozwiązanie.	Dyskusja, drama.
2.	2 / 3	Ja w wieku 14 lat	Obraz własnej osoby w okresie dojrzewania; Samotność; Postrzeganie świata i jego wartości; Odkrywanie i kreowanie siebie jako sposoby poszukiwania własnej osobowości.	Kryteria dojrzałości biologicznej, psychicznej, społecznej; Dostrzeganie zmian zachodzących w okresie dojrzewania; Akceptacja trudu dojrzewania; Konieczność refleksyjnego podejście do siebie.	<u>Uczeń rozumie:</u> Zmiany, jakie zachodzą w jego organizmie i psychice psychice okresie dojrzewania; <u>Uczeń potrafi:</u> Wykorzystać zdobyta wiedzę dla zaakceptowania zmian w nimi wokół niego; <u>Uczeń umie:</u> Prawidłowo wykorzystać	Lekcja przeprowadz ona z udziałem psychologa. Uczniowie podzieleni zostają na grupy: dziewczęta i chłopcy.

					dostępne źródła dla pogłębienia swej wiedzy.	
3	4	Chodzić ze sobą - wymarzona dziewczyna, wymarzony chłopak.	<p>Psychofizyczny portret partnera – idealizacja go; Czynniki kulturowe i rodzinne wpływające na charakter oczekiwań wobec partnera; Pierwsze fascynacje; Poczucie potrzeby „bycia z kimś” Etapy rozwoju miłości; Przygotowanie pytań dla seksuologa na temat tożsamości seksualnej.</p>	<p>Rozróżnianie, analizowanie i wyrażanie uczuć; Uświadomienie sobie różnic w przeżywaniu pierwszych uczuć między dziewczyną i chłopcem. Rozumienie aforyzmu „miłości trzeba się uczyć”; Kształtowanie umiejętności precyzowania oczekiwań wobec płci przeciwnej; Kształtowanie akceptacji i tolerancji.</p>	<p>Uczeń potrafi: Formułować i mówić o swoich oczekiwaniach wobec płci przeciwnej w sposób kulturalny. Uczeń umie: Nakreślić portret psychologiczny partnera</p>	Ćwiczenia, dyskusja.
4	5 / 6	Dowód miłości – pierwsza miłość.	<p>Inicjacja seksualna i jej uwarunkowania – następstwa przedwczesnej inicjacji; Funkcja hormonów płciowych i ich wpływ na psychikę i budowę fizyczną; Różnice w rozwoju psychofizycznym i seksualnym dziewcząt i chłopców; Homoseksualizm i heteroseksualizm.</p>	<p>Poznanie rozwoju seksualnego młodego człowieka; Kształtowanie akceptacji tożsamości wynikającej z płci człowieka; Kształtowanie prawidłowych relacji interpersonalnych, oczekiwań, uczuć w stosunku do osoby o odmiennej płci.</p>	<p><u>Uczeń rozumie:</u> Pojęcie przedwczesnej inicjacji seksualnej, konsekwencje życia seksualnego, konieczność odłożenia decyzji o inicjacji seksualnej; związek między aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością. <u>Uczeń umie:</u> Dokonywać wyboru i prezentować świadomą postawę; obronić własną intymność i nietykalność seksualną</p>	Lekcja z udziałem seksuologa. Lekcja z podziałem na grupy.
5	7	Przygoda bez	Istota pierwszej miłości;	Funkcjonowanie w grupie	<u>Uczeń rozumie:</u>	Dyskusja,

		miłości, – po co te czułości?	<p>Miłość a przyjaźń; Miłość jako wartość; Etapy miłości; Sposób wyrażania różnych rodzajów miłości.</p>	<p>rówieśniczej; Podkreślenie wyjątkowości pierwszego uczucia; Kształtowanie postawy odpowiedzialności za własne postępowanie.</p>	<p>Różnice i podobieństwa między przyjaźnią, zakochaniem, miłością; Znaczenie miłości w życiu człowieka; znaczenie okazywania uczuć: znaczenie pierwszych związków. <u>Uczeń potrafi:</u> Rozróżnić miłość braterską, do dziecka, do rodziców, rodzicielską, partnerską, małżeńską.</p>	<p>praca w grupach, analiza przypadków, karteczki z ćwiczeniami.</p>
6	8	Mowa ciała	<p>Język niewerbalny; Czynniki kulturowe, które mają wpływ na komunikację werbalną i niewerbalną; Wulgarnie słownictwo.</p>	<p>Uświadomienie uczniom różnorodności form i sposobów wyrażania uczuć; Kształtowanie odpowiedzialności za własne słowa i gesty; Ćwiczenia w rozpoznawaniu i nazywaniu uczuć; Ukazywanie związku między sposobem wyrażania uczuć a kulturą człowieka.</p>	<p>Uczeń umie: Posługiwać się różnymi formami komunikowania się; Odczytywać i interpretować komunikaty. Uczeń rozumie: Znaczenie mowy ciała w kontaktach interpersonalnych; Potrzebę szacunku dla stanów emocjonalnych innych ludzi.</p>	<p>Drama, dyskusja, karteczki z poleceniami.</p>

**Rozkład materiału „Wychowanie do życia w rodzinie „
w klasie III gimnazjum**

L.p.	Nr Lek	Temat	Treści programowe	Cele. Osiągnięcia	Środki i metody
1.	1/2	Istota odpowiedzialnego rodzicielstwa. Zanim zostanę matką, zanim zostanę ojcem	Dlaczego nie tylko powinno się być świadomym macierzyństwo, ale i ojcostwo?. Ukazanie znaczenia macierzyństwa i ojcostwa. Podstawowa rola działań rodzicielskich w życiu dziecka, ich wpływ na dalsze życie. Potrzeba szacunku, akceptacji, miłości w postawie rodziców wobec dzieci. Postawa odpowiedzialnego macierzyństwa jako integralny element dojrzałości seksualnej.	<u>Uczeń rozumie:</u> Znaczenie macierzyństwa i ojcostwa; <u>Uczeń potrafi:</u> Wczuć się w rolę matki lub ojca, chcących umożliwić dziecku pełny rozwój; odpowiedzieć na pytanie: dlaczego ludzie mają dzieci <u>Ma świadomość:</u> Roli autentyczności rodziców w życiu dzieci; <u>Dostrzega różnice:</u> Między miłością matki i ojca; <u>Uczeń wie:</u> na czy polega odpowiedzialne macierzyństwo; <u>Uczeń umie:</u> Wczuć się w rolę rodzica	Zabawa edukacyjna: co by było gdyby świat był ojców lub matek? Cech dobrej matki i ojca- wykres słoneczny; Praca w grupach- rodzina bez ojca, matki i z obojgiem rodziców. Podsumowanie i wyciągnięcie wniosków. Praca w grupach: dlaczego ludzie mają lub nie mają dzieci? Wyjaśnienie słowa odpowiedzialność i odpowiedzialność rodzicielska.
2	3	Antykoncepcja	Metody i środki antykoncepcyjne – różnice w działaniu, ich wpływ na zdrowie i psychikę kobiety. Środki mechaniczne i chemiczne, hormonalne –ich skuteczność,	<u>Uczeń :</u> staje się odpowiedzialny za swoje działania seksualne, żywi szacunek dla życia; <u>Uczeń rozumie:</u>	Praca w grupach. Materiały medyczne dotyczące wybranych leków antykoncepcyjnych.

			działanie, konsekwencje	Działanie środków antykoncepcyjnych i skutki uboczne ich stosowania.	
3	4	Rozwój wewnątrz łożonowy człowieka	Czy miłość od poczęcia to slogan, czy żywotna potrzeba człowieka? Kiedy zaczyna się życie ludzkie?. Jak przebiega rozwój wewnątrz łożonowy w poszczególnych miesiącach ciąży.	<u>Uczeń wie:</u> Kiedy zaczyna się życie ludzkie. <u>Uczeń zna:</u> Poszczególne etapy rozwoju dziecka w łożonie matki	Film z cyklu „ Tajemnice ludzkiego ciała”. Wykład.
4	5/6	Wpadka-przypadkowa ciąża nastolatki. Dramat przerywania ciąży.	Przedwczesne rodzicielstwo. Dlaczego młodzież rozpoczyna współżycie seksualne. Możliwość wyboru, samodzielne macierzyństwo, przyspieszone małżeństwo, adopcja, aborcja. Aborcja – zagrożenie zdrowia fizycznego i psychicznego. Medyczne, psychiczne, społeczne i moralne skutki usuwania ciąży.	<u>Uczeń rozumie:</u> Różne motywy podejmowania współżycia seksualnego przez młodzież, Zdaje sobie sprawę z konsekwencji podjęcia decyzji o rozpoczęciu współżycia. <u>Uczeń wie:</u> Kto i w jaki sposób może pomóc nastolatce e w ciąży. <u>Uczeń potrafi:</u> Wczuć się w sytuację koleżanki w ciąży. <u>Uczeń rozumie:</u> Przyczyny i konsekwencje aborcji. <u>Uczeń ma:</u> Pragnienie poszanowanie życia ludzkiego.	Praca w małych grupach: odgrywanie ról sytuacyjnych: rolę rodziców, nauczycieli, dyrektora szkoły, lekarzy. Podział na grupy- pytanie: dlaczego kobiety decydują się na aborcję? Co przez to zyskują? Co tracą? Czym ryzykują? Odgrywanie scenki: partnerzy decydują a lub nie o aborcji.
5	7	Dojrzałość do zawarcia i założenia rodziny:	Uzmysłowanie uczniom, że do zawarcia małżeństwa konieczna jest dojrzałość, uwrażliwienie na potrzebę poznania siebie i	<u>Uczeń ma świadomość:</u> Że do zawarcia małżeństwa konieczna jest dojrzałość.	Budowanie hierarchii własnych potrzeb. Dyskusja, wnioski.

		prawidłowe zaspokaja nie potrzeb. Kształtowanie właściwego obrazu siebie.	kształtowania prawidłowego obrazu swojej osoby.	<u>Uczeń rozumie:</u> Potrzebę poznania siebie i kształtowania obrazu własnej osoby; potrzebę poznania swojego partnera.	
6	8	Przemoc seksualna	Kiedy mówimy o przemoc seksualnej? Co robić w sytuacji presji seksualnej? Jak ustrzec się gwałtu, perwersji? Różne nieprawidłowości seksualne.	<u>Uczeń wie:</u> Kiedy mówi się o przemoc seksualnej; wie, jakie instytucje pomagają w takich sytuacjach? <u>Uczeń rozumie:</u> Wpływ rodziny na nieprawidłowości sfery seksualnej człowieka	Dyskusja. Internet, WWW.survivors.webpark.pl lub WWW.prv.pl
7	9	Pornografia. Prostyucja	W jaki sposób pornografia zagraża rozwojowi mojej osobowości. Masmedia – umiejętne korzystanie z nich. Zasady i kryteria wyboru czasopism.	<u>Uczeń potrafi:</u> Być krytycznym wobec treści szkodliwych dla młodzieży <u>Uczeń umie:</u> Być odpowiedzialny za własny rozwój emocjonalny <u>Uczeń wie:</u> Jakie uboczne skutki wywierają filmy pornograficzne na psychice młodego człowieka? <u>Uczeń rozumie:</u> Motywy, jakim kierują się wydawcy czasopism pornograficznych	Wykorzystanie popularnych czasopism młodzieżowych, literatura przyniesiona przez młodzież Dyskusja swobodne wypowiedzi. Prostyucja jako skrajny przejaw demoralizacji, skutki.
8	10	Seks a AIDS	Przypomnienie wiadomości o HIV i AIDS. Pozytywna postawa wobec wierności i czystości. Wzajemna tolerancja. Przenoszenie chorób drogą płciową.	<u>Uczeń rozumie:</u> Sens wierności, czystości, tolerancji. <u>Uczeń wie:</u> Że wiele chorób przenoszonych jest drogą płciową, <u>Uczeń umie:</u>	Obrazki: bezpieczne – niebezpieczne. Układanka "Zachowania bardziej i mniej ryzykowne"; plansz „Seks a AIDS”

				<p>Podjmować decyzje i jest świadom konieczności ponoszenia za nie konsekwencji</p>	
9	11	<p>Adopcja i rodziny zastępcze</p>	<p>Problem małżeństw bezdzietnych. Adopcja –wspólna decyzja wychowywania dzieci nie swoich. Kiedy powiedzieć dziecku, że jest adoptowanym? A może rodzina zastępcza? Różnice między rodziną zastępczą a adopcją.</p>	<p><u>Uczeń rozumie:</u> Że taka sytuacja może dotyczyć i jego; <u>Uczeń umie:</u> Podjmować wspólnie trudne decyzje; wczuć się w sytuację dziecka adoptowanego.</p>	<p>Praca w grupach: wczuwanie się w role rodziców, którzy chcą adoptować dziecko i dziecka, które ma być adoptowane.</p>