

PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE W KLASIE 4

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KAWALERÓW ORDERU UŚMIECHU W DĄBRÓWCE

(Na podstawie programu nauczania „Wędrując ku dorosłości” Teresa Król)

ROK SZKOLNY 2024/2025

Temat zajęć	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania
1) Czy znam funkcje rodziny? Wspólnota domu, serca i myśli	<p>Uczeń potrafi: • przedstawić treści, które będą przedmiotem zajęć wychowania do życia w rodzinie, • wzbudzić refleksję nt. przedstawionych celów zajęć WDŻ, • wspólnie tworzyć kontrakt dotyczący zasad pracy na lekcjach WDŻ, • nazwać podstawowe funkcje rodziny.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie: • potrzebę zajęć prorodzinnych w nauczaniu szkolnym, • konieczność dostosowania się do wspólnie ustalonych zasad pracy na lekcjach WDŻ</p>
2) Kiedy nasza rodzina się powiększy - Witaj w domu (funkcje prokreacyjna i opiekuńcza)	<p>Uczeń potrafi: • wyjaśnić istotę funkcji prokreacyjnej rodziny, • nazwać stopnie pokrewieństwa i wyjaśnić wielopokoleniowość rodziny, • wskazać znaczenie funkcji opiekuńczej rodziny ze szczególnym uwzględnieniem jej roli w opiece nad najszabszymi: dziećmi i ludźmi w podeszłym wieku, • przedstawić najważniejsze potrzeby w rodzinie: miłości i akceptacji najbliższych. Uczeń uświadomi sobie: • potrzebę okazywania wdzięczności rodzicom za ich trud związany z opieką nad dziećmi, • rolę empatii i altruizmu wobec innych.</p>
3) Zasady i normy (funkcje wychowawcza i socjalizacyjna)	<p>Uczeń potrafi: • wzbudzić refleksję nad swoim zachowaniem w rodzinie, i poza nią, • uzasadnić, dlaczego należy zachowywać się uprzejmie, taktownie wobec innych, • rozróżnić zachowania naganne od nienaganych. Uczeń uświadomi sobie: • potrzebę podjęcia samowychowania i samorozwoju, • satysfakcję, jakiej doznajemy podczas podejmowania właściwych decyzji i odpowiedzialnych wyborów.</p>
4) Miłość, która scala (funkcje psychiczno-uczuciowa i kontrolna)	<p>Uczeń potrafi: • nazwać i przedstawić istotę pojęć: wrażliwość, miłość, empatia, altruizm, • opisać przejawy troski rodzicielskiej o dzieci w realizacji funkcji kontrolnej. Uczeń uświadomi sobie: • istotę samowychowania i rozwoju społecznego, • troskę rodziców o dzieci i stawianie im wymagań.</p>
5) Jesteśmy razem (funkcje rekreacyjno-towarzyska, ekonomiczna i kulturowa)	<p>Uczeń potrafi: • uzasadnić potrzebę podtrzymywania więzi z bliższą i dalszą rodziną oraz znajomymi, • opisać sposoby spędzania czasu wolnego w rodzinie, • wymienić akcje charytatywne i sposoby działania wolontariatu. Uczeń uświadomi sobie: • wysiłek rodziców w zapewnieniu potrzeb bytowych rodziny, • walory czynnego odpoczynku, • potrzebę rezygnacji z postawy roszczeniowej i niektórych zachcianek.</p>
6) Człowiek istota płciowa	<p>Uczeń potrafi: • określić odrębność płci biologicznej, psychicznej i społecznej, • dostrzec i omówić zagadnienie równości płci, • przedstawić istotę uzupełniania się płci (komplementarność). Uczeń uświadomi sobie: • celowość płciowości człowieka – rodzicielstwo, • różne role mężczyzn i kobiet i ich uzupełnianie się.</p>
7) Skąd się wzięłam (dla grupy dziewcząt)	<p>Uczennica potrafi: • określić, czym jest macierzyństwo i ojcostwo, • wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z macierzyństwem. • opisać budowę układu rozrodczego kobiety i mężczyzny, • omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającej dziewczyny i dojrzewającego chłopca. Uczennica uświadomi sobie: • potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych.</p>
8) Skąd się wzięłam (dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • określić, czym jest ojcostwo i macierzyństwo, • wskazać perspektywę swojego psychofizycznego rozwoju w celu podjęcia przyszłych ról związanych z ojcostwem. • opisać budowę układu rozrodczego mężczyzny i kobiety, • omówić funkcjonowanie układu rozrodczego dojrzewającego chłopca i dojrzewającej dziewczyny. Uczeń uświadomi</p>

	<p>sobie: • potrzebę przygotowania się do podjęcia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych.</p>
9) Zaczynam dojrzewać (dla grupy dziewcząt)	<p>Uczenica potrafi: • opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie dziewczynki w okresie dojrzewania, • scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u chłopców, • podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania, • przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescentki, • zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania, • scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny. Uczenica uświadomi sobie, że: • niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, wielkość biustu, kobiece kształty) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, • organizm każdej dziewczynki ma swój własny rytm dojrzewania, • powinna zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju.</p>
10) Zaczynam dojrzewać (dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • opisać charakterystyczne przemiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie dojrzewania, • scharakteryzować zmiany zachodzące w okresie dojrzewania u dziewczynki, • podać charakterystyczne cechy zmian psychicznych w okresie pokwitania, • przyjąć i zaakceptować procesy fizyczne zachodzące u adolescenta, • zrozumieć, że każdy organizm ma swój indywidualny rytm dojrzewania, • scharakteryzować właściwy sposób odżywiania i trybu życia według zasad higieny. Uczeń uświadomi sobie, że: • niektóre cechy osobnicze (np. wzrost, męska sylwetka) są dziedziczne, nie mamy wpływu na ich wygląd i proporcje, • organizm każdego chłopca ma swój własny rytm dojrzewania, • powinien zapewnić swemu organizmowi odpowiednie warunki do harmonijnego rozwoju.</p>
11) Rodzi się dziecko (dla grupy dziewcząt)	<p>Uczenica potrafi: • krótko scharakteryzować okres ciąży, • opisać kolejne etapy rozwoju dziecka od poczęcia do narodzin, • wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka, • uzasadnić, dlaczego miłość matki i ojca do noworodka jest tak ważna. Uczenica uświadomi sobie: • wartość życia ludzkiego od poczęcia, • potrzebę otaczania troską i miłością matki oczekującej dziecka, • gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcie brata lub siostry do rodziny</p>
12) Nowy członek rodziny - rodzi się dziecko (dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • krótko scharakteryzować okres ciąży, • opisać kolejne etapy rozwoju dziecka od poczęcia do narodzin, • wymienić zasady higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka, • uzasadnić, dlaczego miłość matki i ojca do noworodka jest tak ważna. Uczeń uświadomi sobie: • wartość życia ludzkiego od poczęcia, • potrzebę otaczania troską i miłością matki oczekującej dziecka, • gotowość pomocy rodzicom w sytuacji powrotu mamy ze szpitala i przyjęcie brata lub siostry do rodziny.</p>
13) Intymność (dla grupy dziewcząt)	<p>Uczenica potrafi: • określić, czym jest intymność, • rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej, • uzasadnić potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi, • wskazać na potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej. Uczenica uświadomi sobie: • wartość zachowania intymności, • prawo każdego człowieka do szacunku jego ciała i godności osobistej.</p>
14) Intymność (dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • określić, czym jest intymność, • rozróżnić kontakty społeczne, które wymagają różnych stopni bliskości fizycznej, • uzasadnić potrzebę nieufności i dystansu wobec obcych ludzi, • wskazać na potrzebę zachowania intymności i nietykalności osobistej. Uczeń uświadomi sobie: • wartość zachowania intymności, • prawo każdego człowieka do szacunku jego ciała i godności osobistej.</p>
15) Obrona własnej intymności (dla grupy dziewcząt)	<p>Uczenica potrafi: • wymienić sytuacje, które mogą być krępujące i które zawstydzają, • określić sposoby właściwej reakcji, gdy ktoś próbuje naruszyć sferę intymności. Uczenica uświadomi sobie, że: • należy</p>

	natychmiast zgłaszać sytuacje, w których grozi skrzywdzenie, • należy zachować czujność w kontaktach z osobami nieznanymi.
16) Obrona własnej intymności (dla grupy chłopców)	Uczeń potrafi: • wymienić sytuacje, które mogą być krępujące i które zawstydzają, • określić sposoby właściwej reakcji, gdy ktoś próbuje naruszyć sferę intymności. Uczeń uświadomi sobie, że: • należy natychmiast zgłaszać sytuacje, w których grozi skrzywdzenie, • zachować czujność w kontaktach z osobami nieznanymi.
17) Koleżeństwo, przyjaźń i współpraca	Uczeń potrafi: • określić, co to znaczy „być dobrym kolegą”, „dobrą koleżanką”, • uzasadnić, że koleżeństwo przygotowuje do dojrzałej przyjaźni i miłości, • rozróżnić cechy charakteryzujące różnych liderów (tych, których warto uznać za przywódców i tych, których należy unikać). Uczeń uświadomi sobie, że: • obawy rodziców związane z wyborem kolegów i koleżanek mają swoje uzasadnienie, • w pewnych sytuacjach należy być asertywnym.
18) Zasady dobrego wychowania	Uczeń potrafi: • uzasadnić, dlaczego zwroty grzecznościowe (np. proszę, dziękuję, przepraszam) ułatwiają życie, • przedstawić dobre maniery w praktyce: w relacjach z najbliższymi, w domu, szkole i miejscach publicznych, • określić dobór stosownego ubioru w różnych miejscach i sytuacjach. Uczeń uświadomi sobie, że: • znajomość zasad dobrego wychowania jest przydatna w życiu każdego, również młodego człowieka.
19) Świat wirtualny - prawdziwy czy nieprawdziwy?	Uczeń potrafi: • wymienić korzyści, które daje korzystanie z Internetu, • określić różne możliwości spędzenia czasu wolnego – w świecie wirtualnym i również w rzeczywistym, • omówić zasady dobrego wychowania w Internecie, • przedstawić zjawisko uzależnienia od Internetu. Uczeń uświadomi sobie: • wartości, ale i zagrożenia, które niesie ze sobą korzystanie z Internetu, • potrzeba świadomego i odpowiedzialnego korzystania ze środków społecznego przekazu.

PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE W KLASIE 5

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KAWALERÓW ORDERU UŚMIECHU W DĄBRÓWCE

(Na podstawie programu nauczania „Wędrując ku dorosłości” Teresa Król)

ROK SZKOLNY 2024/2025

Temat zajęć	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania
1) Mój dom. Moje miejsce na ziemi	Uczeń potrafi: • przedstawić – w zarysie – zagadnienia, które będą omawiane na lekcjach WDŻ w klasie V, • omówić zasady pracy na lekcjach WDŻ, • wymienić komponenty szczęścia rodzinnego, jak: okazywanie sobie szacunku, życzliwości, uprzejmości, wdzięczności, uczynności, itp. • uzasadnić potrzebę włączenia się wszystkich członków rodziny w budowanie prawidłowych relacji rodzinnych. Uczeń uświadomi sobie, że: • jego odpowiedzialność i działania także przyczyniają się do tworzenia dobrej atmosfery w rodzinie.
2) Rodzina – moje okno na świat	Uczeń potrafi: • opisać rolę rodziny w zdobywaniu i poszerzaniu wiedzy o bliższym i dalszym otoczeniu, o świecie, o człowieku i o życiu, • opisać, na czym polega pomoc rodziców i dziadków w przyswajaniu norm moralnych oraz w rozwijaniu talentów i zdolności, • wskazać na oddziaływanie rodziców, dziadków, rodzeństwa w kształtowaniu pozytywnych postaw, np. empatii, miłości, szczerości, prawdomówności, itp. Uczeń uświadomi sobie: • rolę rodziców, dziadków, rodzeństwa w przyswajaniu norm moralnych i zgodnych z nimi zachowań.
3) O emocjach i uczuciach	Uczeń potrafi: • dostrzec bogactwo stanów emocjonalnych i uczuciowych towarzyszących życiu człowieka, • określić różnice między emocjami a uczuciami, • nazwać różne sposoby wyrażania emocji i uczuć, • opisać biegunowość i stopień natężenia procesów emocjonalno-uczuciowych, •

	wymenić rodzaje uczuć, • określić rolę uczuć w życiu człowieka. Uczeń uświadomi sobie: • potrzebę wypracowania samokontroli i formułowania komunikatów społecznie akceptowalnych, m
4) Sztuka rozmowy	Uczeń potrafi: • określić, czym jest komunikacja międzypersonalna, • zdefiniować komunikację werbalną i niewerbalną, • dostrzec atuty sztuki porozumiewania się w rodzinie, • wskazać wagę miłości, szacunku i posłuszeństwa dzieci w rodzinie, • określić, czym jest konflikt w rodzinie, • przedstawić potrzebę rozwiązywania konfliktów oraz przepraszania i przebaczenia. Uczeń uświadomi sobie, że: • za dobrą atmosferę w rodzinie odpowiadają wszyscy jej członkowie.
5) Świątujemy!	Uczeń potrafi: • przedstawić wydarzenia rodzinne i rocznice, które najczęściej świątujemy i o których trzeba pamiętać, • wymienić święta religijne, narodowe, regionalne, • opisać sposoby przygotowania się i obchodzenia świąt, • scharakteryzować atmosferę świąt, • wskazać wartości, które daje nam świątowanie. Uczeń uświadomi sobie: • swoją rolę w tworzeniu atmosfery świątowania, w przygotowaniu świąt i rozwijaniu inwencji twórczej z tej okazji.
6) Zasłużony odpoczynek	Uczeń potrafi: • zaplanować czas na zajęcia domowe, szkolne i rekreację, • wskazać sposoby spędzania wolnego czasu, • dostrzec atuty dobrze zorganizowanego odpoczynku, • opisać korzyści z aktywnego odpoczynku, • określić wagę kontaktów człowieka z naturą i światem kultury, • uzasadnić potrzebę rozwijania swoich pasji, zainteresowań i hobby. Uczeń uświadomi sobie, że: • umiejętność zorganizowania czasu wolnego przywraca siły, wzmacnia kontakty międzypersonalne i jest okazją do samorozwoju.
7) Jak poruszać się w świecie gier?	Uczeń potrafi: • scharakteryzować zjawisko gier komputerowych jako popularny sposób spędzania wolnego czasu, • wskazać na atrakcyjność gier komputerowych dostarczających silnych emocji, • określić rodzaje gier komputerowych, • wymienić pozytywne skutki gier komputerowych, • omówić zagrożenia i wskazać negatywne oddziaływania gier komputerowych. Uczeń uświadomi sobie, że: • powinien ustalić racjonalne zasady korzystania z gier komputerowych.
8) Uprzejmość i uczynność w stosunkach międzypersonalnych	Uczeń potrafi: • wskazać, na czym polega istota uprzejmości i uczynności, • uzasadnić, dlaczego uczynność, dobroć oraz uprzejmość sprzyjają pogłębieniu relacji międzypersonalnych, • przedstawić, dlaczego uczynność, dobroć i uprzejmość są istotne w kontaktach z osobami z niepełnosprawnością, • dostrzec w osobach z niepełnosprawnościami wartościowych partnerów w koleżeństwie i przyjaźni. Uczeń uświadomi sobie, że: • uczynność, uprzejmość i dobroć sprzyjają tworzeniu i pogłębieniu relacji międzypersonalnych.
9) Mój przyjaciel i ja	Uczeń potrafi: • zdefiniować pojęcie przyjaźni, • wskazać istotę i znaczenie przyjaźni w życiu człowieka, • omówić warunki przyjaźni, • wymienić cechy dobrego przyjaciela, • uzasadnić, dlaczego przyjaźń sprzyja rozwijaniu zainteresowań i pasji, • wskazać sposoby rozwijania przyjaźni. Uczeń uświadomi sobie, że: • przyjaźń daje szansę na rozwijanie empatii, życzliwości, zaufania, szczerości – czyli może stać się szkołą charakteru.
10) Moje ciało -Poznaję swoją budowę (lekcja dla grupy dziewcząt)	Uczennica potrafi: • wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku, • uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości, • wymienić i omówić funkcje płciowości, • uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci, • zaprezentować sposoby obrony własnej nietykliwości, intymności i godności. Uczennica uświadomi sobie, że: • nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.
11) Moje ciało - Poznaję swoją budowę (lekcja dla grupy chłopców)	Uczeń potrafi: • wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku, • uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości, • wymienić i omówić funkcje płciowości, • uzasadnić

	<p>potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci, • zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności. Uczeń uświadomi sobie, że: • nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany</p>
12) Dojrzewam (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p>Uczennica potrafi: • podać definicję pokwitania i wiek dziewcząt, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach, • omówić zmiany fizyczne zachodzące w organizmie dziewczynki w tym okresie, • scharakteryzować proces rozwojowy cykli miesięczkowych w okresie pokwitania. Uczennica uświadomi sobie, że: • każda dziewczynka ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.</p>
13) Dojrzewam (lekcja dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • podać definicję pokwitania i wiek chłopców, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach, • omówić zmiany fizyczne chłopców charakterystyczne dla okresu pokwitania. Uczeń uświadomi sobie, że: • każdy chłopiec ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.</p>
14) Dbam o higienę (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p>Uczennica potrafi: • przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatek, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w celu ochrony zdrowia, • przedstawić typowe problemy związane z higieną i dorastaniem, • wymienić podstawowe zasady higieny osobistej. Uczennica uświadomi sobie: • potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.</p>
15) Dbam o higienę (lekcja dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatków, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia, • przedstawić typowe problemy nurtujące chłopców w okresie dojrzewania, • wymienić podstawowe zasady higieny osobistej nastolatków. Uczeń uświadomi sobie: • potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.</p>
16) Żyję zdrowo (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p>Uczennica potrafi: • uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jej rozwój, • przedstawić zasady zdrowego odżywiania, • omówić dobre nawyki żywieniowe, • uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej. Uczennica uświadomi sobie, że: • tryb życia nastolatki decyduje o jej zdrowiu i kondycji fizycznej.</p>
17) Żyję zdrowo (lekcja dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jego rozwój, • przedstawić zasady zdrowego odżywiania, • omówić dobre nawyki żywieniowe, • uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej. Uczeń uświadomi sobie, że: • tryb życia nastolatka decyduje o jego zdrowiu i kondycji fizycznej</p>
18) Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy dziewcząt)	<p>Uczennica potrafi: • scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatek, • wyartykułować niepokoje związane z okresem dojrzewania, • przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich, • wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno. Uczennica uświadomi sobie: • konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.</p>
19) Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy chłopców)	<p>Uczeń potrafi: • scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatków, • wskazać niepokoje, których doświadcza nastolatek, • przedstawić skłonność chłopców do zachowań agresywnych i walki o niezależność, • przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich, • wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno. Uczeń uświadomi sobie: • konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów</p>

PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE W KLASIE 6

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KAWALERÓW ORDERU UŚMIECHU W DĄBRÓWCE

(Na podstawie programu nauczania „Wędrując ku dorosłości” Teresa Król)

ROK SZKOLNY 2024/2025

Temat zajęć	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania
1 Z rodziny się nie wyrasta	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. Uczeń uświadomi sobie, że: • najważniejsza w rodzinie jest miłość i poświęcony czas
2 Rodzinne wychowanie	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 – norm religijnych, • wskazać wagę prawdy i uczciwości oraz postawy uczynności w życiu rodzinnym. Uczeń uświadomi sobie, że: • 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	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 i odpowiedzialność za własne lub czyjeś czyny. Uczeń uświadomi sobie, że: • dorosłość i dojrzałość – to nie to samo.
4 Sztuka rozmowy	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. Uczeń uświadomi sobie, że: • każdy z nas winien być odpowiedzialny za wypowiedzane i pisane słowa oraz za manifestowane reakcje.
5 Gdy trudno się porozumieć	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 przeproszenie i przebaczenie są bardzo ważne w relacjach międzyludzkich. Uczeń uświadomi sobie, że: • nieporozumienia z rodzicami bywają bolesne i trudne, ale najważniejsza jest miłość.
6 O presji rówieśniczej	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, • wskazać sytuacje stresowe, • wymienić sposoby radzenia sobie ze stresem. Uczeń uświadomi sobie, że: • radzenie sobie z presją grupy i stresem pomoże uzyskać wewnętrzną równowagę i uodpornić na czynniki zagrażające zdrowiu psychicznemu.
7 Zarządzanie sobą (lekcja dla grupy dziewcząt)	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

	<p>stosownego ubioru do różnych okoliczności, • omówić zasady zdrowego żywienia, • uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania. Uczennica uświadomi sobie, że: • właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.</p>
8 Zarządzanie sobą (lekcja dla grupy chłopców)	<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. Uczeń uświadomi sobie, że: • właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.</p>
9 Mój styl to zdrowie (lekcja dla grupy dziewcząt)	<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. 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 (lekcja dla grupy chłopców)	<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. 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 (lekcja dla grupy dziewcząt)	<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. Uczennica uświadomi sobie, że: • W okresie dojrzewania uwytłaczają się i kształtują cechy specyficzne dla kobiet.</p>
12 Dojrzewam do męskości (lekcja dla grupy chłopców)	<p>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. Uczeń uświadomi sobie, że: • jego przyszłość istotnie zależy od przyjętego stylu życia wolnego od używek.</p>
13 Mam swoją godność (lekcja dla grupy dziewcząt)	<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. 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 (lekcja dla grupy chłopców)	<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. Uczeń</p>

	uświadomi sobie: • asertywna postawa może uchronić przed zachowaniami, które mogą go narazić na niebezpieczeństwo.
15 Media – wybieram Świadomie, korzystam bezpiecznie	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. 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)	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)	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?	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 pod górkę.	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.

PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE W KLASIE 7

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KAWALERÓW ORDERU UŚMIECHU W DĄBRÓWCE

(Na podstawie programu nauczania „Wędrując ku dorosłości” Teresa Król)

ROK SZKOLNY 2024/2025

Temat zajęć	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania
1 Rozwój człowieka	Uczeń potrafi: • zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,

	<ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań.
2 Dojrzałość, to znaczy....	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wymienić kryteria dojrzałości człowieka, • uzasadnić konieczność samowychowania. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych, • że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące.
3 Dojrzwianie – rozwój fizyczny [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania, • celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.
4 Dojrzwianie – rozwój fizyczny [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania, • celowość przemian zachodzących w jego organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.
5 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt w okresie dojrzewania, • znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji, • rozemnać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów, • podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • w sytuacji napotkanych trudności powinna zaufać rodzicom lub innym

	<p>osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc,</p> <ul style="list-style-type: none"> • istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie.
6 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u chłopców w okresie dojrzewania, • znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji, • rozpoznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów, • podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
7 Pierwsze uczucia	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne.
8 Przekazywanie Życia [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
9 Przekazywanie Życia [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
10 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy [grupa]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać przemiany w organizmie kobiety i mężczyzny, od których zależy

dziewczynek]	<p>ich płodność,</p> <ul style="list-style-type: none"> 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. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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.
11 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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.
12 Czas oczekiwania	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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). <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju.
13 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem, miłość do dziecka jest bezwarunkowa.
14 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> 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, opisać rolę męskiej rodziny przy porodzie, opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego, wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil

	<p>jego życia.</p> <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ojcostwo jest szczęściem, ale i trudem, czyli poważnym życiowym zadaniem.
15 Komunikacja w rodzinie	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich, • potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych.
16 Savoir-vivre, czyli zasady dobrego wychowania	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zdefiniować pojęcie <i>savoir-vivre'u</i>, • wymienić sytuacje, w których stosowanie form grzecznościowych ułatwia kontakty społeczne i uwalnia od negatywnych emocji i konfliktów, • przedstawić różne postacie etykiety, • przedstawić zasady <i>savoir-vivre'u</i> w konkretnych sytuacjach rodzinnych, towarzyskich i społecznych, • wymienić pięć zasad asertywności (sztuka dobrej odmowy), <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kompromitujące zachowania są nietaktowne i utrudniają kontakty społeczne, • przestrzeganie dobrych manier to także troska o innych, aby czuli się dobrze w naszej obecności.
17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne.	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów, • bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień.
18 Uzależnienia behawioralne	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami.
19 Ludzie drogowaskazy	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zdefiniować pojęcie autorytetu, • określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka, • wymienić cechy osobowości, które budują autorytet,

	<ul style="list-style-type: none"> • odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów, • dokonać wyboru właściwego autorytetu, • przedstawić problem upadku autorytetu. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja, • istnieją różnice między autorytetem a idolem.
--	---

**PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTU WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE W KLASIE 8
SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KAWALERÓW ORDERU UŚMIECHU W DĄBRÓWCE**
(Na podstawie programu nauczania „Wędrując ku dorosłości” Teresa Król)

ROK SZKOLNY 2024/2025

Temat zajęć	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania
1 Budowanie relacji międzyosobowych	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podać zasady pracy na zajęciach WDŻ, • przyjąć postawę refleksji wobec samego siebie, • dokonać samooceny, • określić, czym jest samowychowanie, • wskazać znaczenie budowania więzi między ludźmi, • wskazać na atuty Życia wspólnotowego w organizacjach, stowarzyszeniach, wolontariacie, sporcie, itp. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wyzwania autorefleksji niezbędnej do samowychowania, • celowość otwierania się na relacje z innymi ludźmi.
2 Na początek: zakochanie	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • scharakteryzować miłość jako postawę życzliwości i odpowiedzialności, • określić cechy osoby zakochanej, • nazwać emocje towarzyszące zakochaniu, • opisać miłość platoniczną, • uzasadnić, że możliwa jest droga do miłości od przyjaźni, • wskazać na różnice oczekiwań chłopców i dziewcząt w młodzieńczych związkach. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wypracowania postawy empatii i życzliwości wobec innych.
3 O etapach i rodzajach miłości	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić etapy rozwoju miłości, • dokonać charakterystyki: • miłości warunkowej „jeżeli”, • ze względu na... „ponieważ”, • bezwarunkowej, czyli osobowej, • zaprezentować rodzaje miłości, • opisać postawę osoby kochającej miłością dojrzałą. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • miłości można się uczyć i kształtować postawę dawcy.
4 Rozwój psychoseksualny człowieka [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić biologiczną determinację płci, • omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią, • określić, czym jest kobiecość/męskość, • określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji własnej płciowości,

	<ul style="list-style-type: none"> • znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.
5 Rozwój psychoseksualny człowieka [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przedstawić biologiczną determinację płci, • omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią, • określić, czym jest kobiecość/męskość, • określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę akceptacji własnej płciowości, • znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.
6 Seksualność człowieka [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka, • przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominaty podkorowej do korowej, • określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.
7 Seksualność człowieka [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka, • przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominaty podkorowej do korowej, • określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.
8 Przedwczesna inicjacja seksualna człowieka [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna, • scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością, • przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej, • wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie, • wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.
9 Przedwczesna inicjacja seksualna człowieka [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna, • scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością, • przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej, • wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie, • wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.
10 Choroby przenoszone drogą płciową	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podać główne przyczyny szerzenia się chorób przenoszonych drogą płciową, • określić czynniki zwiększające ryzyko zakażenia, • wymienić czynniki chorobotwórcze,

	<ul style="list-style-type: none"> dokonać charakterystyki jednostek chorobowych (rozwój, objawy), wymienić sposoby prewencji chorób przenoszonych drogą płciową. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> potrzebę abstynencji seksualnej do małżeństwa jako skutecznej ochrony przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.
11 AIDS	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> dokonać charakterystyki zakażenia HIV i choroby AIDS, przedstawić historię epidemii AIDS w Polsce i na świecie, wymienić sytuacje i zachowania, podczas których można zakazić się wirusem HIV, omówić przebieg choroby AIDS, opisać takie zachowania, które nie grożą zakażeniem się HIV. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> swoboda seksualna jest zagrożeniem dla zdrowia a nawet życia człowieka.
12 Metody rozpoznawania płodności [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> określić, na czym polega planowanie dzietności rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych, wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację, przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn, zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń. <p>Uczennica uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa, respektowania praw natury, ekologii rodziny.
13 Metody rozpoznawania płodności [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> określić na czym polega planowanie dzietności rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych, wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację, przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn, zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa, respektowania praw natury, ekologii rodziny.
14 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne [grupa dziewczynek]	<p>Uczennica potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych, wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych, opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych, dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym, odróżnić działanie środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego. <p>Uczennica uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.
15 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne [grupa chłopców]	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych, wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych, opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych, dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym,

	<ul style="list-style-type: none"> • odróżnić działanie Środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • że płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.
16 Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • omówić główne funkcje płciowości, • określić, czym jest zdrowie prokreacyjne, • wskazać sposoby zapobiegania niepłodności, • omówić rodzaje technik sztucznego zapłodnienia i ich skuteczność, • przedstawić naprotechnologię jako sposób leczenia niepłodności, • scharakteryzować techniki sztucznego zapłodnienia, przedstawić ich konsekwencje medyczne i dokonać ich moralnej oceny. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • że rodzicielstwo zastępcze lub adopcja może być źródłem satysfakcji i spełnienia w rodzicielstwie.
17 Inicjacja seksualna. Czy warto poczekać?	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność w sferze seksualnej, • przedstawić argumenty natury psychologicznej, zdrowotnej, społecznej i moralnej za inicjacją w małżeństwie, • rozwiązać obiegowe mity dot. Inicjacji seksualnej: „trzeba się sprawdzić”, argument „kota w worku”, „wszyscy tak robią”, „wystarczy tylko się zabezpieczyć” itp. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • budowanie więzi między mężczyzną i kobietą wymaga wiedzy oraz przyjęcia i respektowania norm etycznych.
18 Dojrzałość do małżeństwa	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uzasadnić, dlaczego okres narzeczeństwa jest istotny w przygotowaniu do małżeństwa, • wymienić i scharakteryzować rodzaje dojrzałości do małżeństwa, • omówić kryteria wyboru współmałżonka i podać motywy zawierania małżeństwa, • dokonać charakterystyki czynników warunkujących trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej, • przedstawić wewnętrzne i zewnętrzne zagrożenia rodziny, • wymienić akty prawne chroniące życie małżeńskie i rodzinne. <p>Uczeń uświadomi sobie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • potrzebę stwarzania w małżeństwie i rodzinie klimatu miłości, szacunku, troski i bezpieczeństwa.
19 Wobec choroby, cierpienia i śmierci.	<p>Uczeń potrafi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • opisać sytuację rodziny, która troszczy się o osoby chore i niepełnosprawne, • zaproponować sposoby pomocy (wolontariat) rodzinie z potrzebami, • przedstawić sytuację rodziny, w której zmarło dziecko po lub przed urodzeniem, • opisać postawę członków rodziny wobec osoby umierającej, • przedstawić etapy przeżywania żałoby. <p>Uczeń uświadomi sobie, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jest ogniwem w łańcuchu pokoleń i powinien zachować pamięć o przodkach.