

WDŻ klasa VII

Programy nauczania do wychowania do życia w rodzinie dla szkoły podstawowej W stronę dojrzałości oraz Moje dorastanie są programami edukacyjnymi opartymi na kształceniu umiejętności życiowych młodzieży poprzez: promowanie zasad leżących u podstaw osobistego i społecznego rozwoju; sprzyjaniu rozwojowi wiedzy, umiejętności i postaw wspierających życie rodzinne; zapewnianiu możliwości zdobycia wiedzy, postaw i umiejętności dotyczących zdrowia; kształcenia umiejętności podejmowania odpowiedzialnych decyzji dotyczących życia rodzinnego, społecznego i seksualnego.

Oba programy są spójne, jednak każdy poszczególne tematy podejmuje nieco inaczej. Dlatego korzystam z nich, wybierając i dostosowując treści do wymagań i możliwości percepcyjnych moich uczennic i uczniów. Poniżej zamieszczam propozycje tematyki zajęć.

Tematyka zajęć klasa VII

LEKCJA 1 O CZYM BĘDZIEMY ROZMAWIAĆ, CZY JA JUŻ WSZYSTKO WIEM ? Przedstawienie uczniom programu nauczania. Poznanie zasad obowiązujących na zajęciach dotyczących kultury dyskusji, aktywności i otwartości wobec poruszanych problemów. Stworzenie uczniom warunków do bliższego poznania się i dobrej współpracy w grupie. Poznanie tematyki zajęć, bank oczekiwań uczniów.

LEKCJA 2 POZNAJ SIEBIE Wybór i urzeczywistnianie wartości służących rozwojowi osobowemu. Przyjęcie integralnej wizji osoby. Kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami. Pomoc w budowaniu poczucia własnej wartości. Rozwiązywanie problemów. Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie. Nabranie umiejętności refleksyjnego spojrzenia na siebie. Uświadomienie sobie, że jest się odpowiedzialnym za własny rozwój. Rozwijanie umiejętności życiowych, pozytywnych motywacji oraz doceniania samego siebie. Zrozumienie potrzeby omawiania i rozwiązywania problemów wieku młodzieńczego i sposobów radzenia sobie z nimi.

LEKCJA 3-4 WAŻNE DECYZJE Pomoc młodzieży w rozwijaniu poczucia własnej wartości, umiejętności życiowych i pozytywnych motywacji. Wyposażenie w umiejętności, które mogą pomóc w osiągnięciu swoich celów. Okazywanie szacunku innym ludziom, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie. Wybór i urzeczywistnianie wartości służących osobowemu rozwojowi. Kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami. Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie, odpowiedzialność, szacunek; Rola autorytetów w życiu człowieka. Osoby uznane za autorytety. Formacyjna rola rodziny w zakresie wartości, norm, postaw i zachowań. Zrozumienie wagi wpływu dokonywanych wyborów w życiu człowieka. Uznanie autorytetów w domu, szkole i społeczności. Prezentowanie postaw szacunku i odpowiedzialności wobec siebie i innych ludzi. Zrozumienie, że każdy powinien kształtować cechy swojej osobowości. Przystawanie wartości i tradycji ważnych w rodzinie. Zrozumienie, dlaczego życie jest wartością fundamentalną.

LEKCJA 5 ASERTYWNOŚĆ NA CO DZIEŃ Poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć. Pomoc w rozwijaniu umiejętności asertywnej odmowy i umiejętności radzenia sobie ze stresem. Kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji. Ochrona nastolatków, które są narażone na ryzyko negatywnych wpływów. Kształtowanie i wyrażanie postaw asertywnych. Zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej. Odpowiedzialność za swoje reakcje. Uświadomienie sobie wagi dokonywanych czynów

i wypowiedzianych słów. Umiejętność radzenia sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu. Uzmysłowanie sobie, że komunikowanie się to mówienie i słuchanie. Umiejętność otwartego i bezpośredniego wyrażania swoich myśli, uczuć, przekonań (reakcji asertywnych). Kształtuje i wyraża postawy asertywne, gdy nie może lub nie powinien czegoś wykonać stara się odmawiać tak, by nie ranić drugiego.

LEKCJA 6 JAK BYĆ DOBRYM PRZYJACIELEM? Uświadomienie cech dobrego kolegi i przyjaciela. Pomoc w podejmowaniu wysiłku samowychowawczego. Relacje międzysobowe, ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym. Istota koleżeństwa i przyjaźni.

LEKCJA 7 SAVOIR- VIVRE DLA KAŻDEGO Poznanie podstawowych zasad savoir-vivre'u w domu rodzinnym i różnych sytuacjach. Umiejętność stosowania właściwych zachowań w różnych sytuacjach życiowych. Dobre manery i savoir-vivre. Przyjęte normy zachowania w różnych miejscach i sytuacjach.

LEKCJA 8, 9, ETAPY DOJRZAŁOŚCI Dylematy adolescencyjne. Pomoc w zrozumieniu i akceptacji kryteriów dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej. Etapy dojrzałości. Emocje. Zrozumienie, że każdy człowiek osiąga kolejne etapy dojrzałości w stosownym dla siebie czasie i tempie. Poznanie kryteriów dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej. Zdobywanie wiedzy o czynnikach, które wpływają na osiągnięcie danego etapu dojrzałości. Jak sobie radzić, u kogo szukać pomocy. Czy wirtualny świat rozwieje moje wszystkie dylematy? Mój indywidualny rozwój.

LEKCJA 10 W CYFROWYM ŚWIECIE Świadome i odpowiedzialne korzystanie ze środków masowego przekazu, w tym Internetu, w sposób selektywny. Uświadomienie sobie istnienia niekorzystnych oddziaływań Internetu. Pomoc w rozwijaniu umiejętności krytycznego myślenia. Środki masowego przekazu. Świat rzeczywisty i świat wirtualny: gry komputerowe, Internet, portale społecznościowe. Bezpieczeństwo w Internecie. Fake newsy.

LEKCJA 11 MIŁOŚĆ NIEJEDNO MA IMIĘ Pomoc w ukazywaniu różnic między zakochaniem a dojrzałą miłością. Uświadomienie sobie, na czym polega dobry i zły związek. Zapoznanie uczniów z różnicami pomiędzy wyobrażeniem o romantycznej miłości a rzeczywistością. Zakochanie i miłość. Zrozumienie, jak budowane są relacje: sympatie, zakochanie, miłość. Dostrzeganie różnic między zakochaniem a dojrzałą miłością. Uświadomienie sobie, że dojrzewanie do miłości jest procesem. Zrozumienie istnienia związku pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością.

LEKCJA 12-13 KROK OD DOROSŁOŚCI Znajomość funkcji poszczególnych narządów układów rozrodczych. Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania. Rola poszczególnych narządów układu rozrodczego. Zapłodnienie. Rozpoznawanie zmian fizycznych i psychicznych okresu dojrzewania. Zrozumienie, że każdy dojrzewa w swoim, indywidualnym tempie. Znajomość hormonów warunkujących płodność kobiet i mężczyzn. Znajomość metod rozpoznawania płodności. Poznanie objawów płodności i możliwości wykorzystania ich w planowaniu rodziny. Fizjologia płodności. Hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn. Umiejętność rozpoznawania objawów płodności.

LEKCJA 14 MOJE NIEPOKOJE Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania. Pokonywanie trudności okresu dojrzewania. Rozwiązywanie problemów. Problemy związane z dojrzewaniem. Popęd płciowy w okresie dojrzewania. Zmiany psychiczne towarzyszące

pokwitaniu. Zrozumienie, że rozchwianie emocjonalne jest nieodłącznym elementem dojrzewania. Poznanie problemów związanych z pojawiającym się w okresie dojrzewania popędem płciowym. Umiejętność omawiania i pokonywania trudności wieku młodzieńczego. Poznanie sposobów radzenia sobie z trudnościami okresu dojrzewania. Próba zrozumienia, że dojrzewanie dziecka jest również trudnym czasem dla jego rodziców.