

WDŹ klasa VI

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 VI

LEKCJA 1 POZNAJMY SIĘ LEPIEJ Lekcja organizacyjna Przedstawienie uczniom programu nauczania. Uświadomienie uczniom wpływu różnorodnych wydarzeń na życie. Tworzymy grupę. Samopoznanie i samoświadomość. Program nauczania wdźwzr. Umiejętność dokonywania oceny wydarzeń z własnego życia.

LEKCJA 2 MOJA RODZINA Wzmocnienie poczucia więzi z rodziną. Przeświadczenie o potrzebie tworzenia atmosfery domowej przez wszystkich członków rodziny. Ukazywanie możliwości rozwiązywania konfliktów. Relacje w rodzinie. Obowiązki i odpowiedzialność członków rodziny. Konflikty i ich rozwiązywanie. Osoby starsze w rodzinie. Zrozumienie, że konflikty w relacjach międzyludzkich są nieuniknione. Podejmowanie prób rozwiązywania konfliktów zaistniałych w domu. Zrozumienie zasad komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenia w relacjach interpersonalnych. Przyjmowanie odpowiedzialności za manifestowane reakcje, wypowiedzane i pisane słowa.

LEKCJA 3 MÓJ WOLNY CZAS Uświadomienie, jak ważne dla naszego zdrowia fizycznego i psychicznego są różne formy spędzania wolnego czasu. Identyfikacja zagrożeń dostępnych w Internecie. Formy spędzania wolnego czasu. Hobby w życiu człowieka. Bezpieczeństwo w Internecie. Kierowanie własnym rozwojem. Okazywanie szacunku dla ludzkiego ciała; znajomość podstaw higieny; troska o zdrowie: odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną. Umiejętność organizacji różnych form wypoczynku. Umiejętność dzielenia czasu na pracę i rekreację. Zrozumienie, na czym polega bezpieczne korzystanie z Internetu.

LEKCJA 4 MOJE PROBLEMY Zrozumienie konieczności identyfikowania swoich problemów. Uświadomienie sobie, że należy podejmować próby radzenia sobie ze stresem i problemami pojawiającymi się w okresie dojrzewania. Problemy nastolatków i ich rozwiązywanie. Współpraca. Empatia. Umiejętność identyfikacji problemów. Rozpoznawanie objawów zastraszania przez inne osoby (rówieśników i dorosłych). Podejmowanie prób rozwiązywania problemów. Umiejętność skutecznej interwencji.

LEKCJA 5 MOJE DECYZJE Poznanie podstawowych zasad właściwego podejmowania decyzji. Zrozumienie konieczności dokonywania dobrych wyborów w obliczu presji grupy. Wybory i decyzje nastolatków. Wartości w życiu człowieka. Umiejętność określania celów osobistych. Umiejętność rozpoznawania sytuacji wymagających podjęcia decyzji. Umiejętność podejmowania odpowiedzialnych decyzji i dokonywania dobrych wyborów. Umiejętność oceny korzyści i skutków alternatywnych rozwiązań.

LEKCJA 6 MOJE DOJRZEWANIE Lekcja z podziałem na grupy Uświadomienie istnienia zmian, które pojawiają się w okresie dojrzewania u dziewcząt i chłopców. Zrozumienie konieczności radzenia sobie ze zmianami fizycznymi i emocjonalnymi. Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania

słownictwa związanego z płciowością człowieka i rozrodznością. Uświadomienie sobie konieczności pokonywania trudności okresu dorastania (fizycznych i psychicznych). Dojrzewanie. Płeć - różnice w budowie fizycznej i psychicznej kobiety i mężczyzny. Problemy nastolatków związane z dojrzewaniem. Zrozumienie, że zmiany są nieodzownym elementem dojrzewania. Umiejętność identyfikacji problemów fizycznych dotyczących okresu pokwitania. Rozumienie pojęć: cielesność, płciowość, seksualność.

LEKCJA 7 MOJE CIAŁO Lekcja z podziałem na grupy Znajomość budowy układu rozrodczego. Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania słownictwa związanego z płciowością i rozrodznością człowieka. Budowa układu rozrodczego człowieka. Zapłodnienie. Poznanie budowy układów rozrodczych człowieka. Zrozumienie, jak dochodzi do zapłodnienia. Zrozumienie istnienia związku między zmianami, które występują w okresie dojrzewania a rozwojem zdolności do reprodukcji.

LEKCJA 8 MOJA INTYMNOŚĆ Lekcja z podziałem na grupy Rozwijanie świadomości nastolatków związanej z prawem do intymności seksualnej. Pomoc w rozróżnianiu sytuacji przemocy seksualnej. Zrozumienie konieczności szukania pomocy w sytuacjach presji seksualnej. Podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami. Intymność seksualna. Presja i przemoc seksualna. Rozpoznawanie sytuacji zagrażających zdrowiu, bezpieczeństwu a nawet życiu. Umiejętność ochrony i obrony własnej intymności i nieetykalności seksualnej. Prezentowanie postawy szacunku do innych osób. Zrozumienie wpływu mediów i Internetu na zdrowie i psychikę nastolatka. Rozwijanie umiejętności odmowy w zachowaniach, które postrzegane są jako złe dla nich samych.

LEKCJA 9 MOJA HISTORIA Lekcja z podziałem na grupy Znajomość funkcjonowania układu rozrodczego. Kształtowanie umiejętności kulturalnego stosowania słownictwa związanego z rozrodznością człowieka. Rola układów rozrodczych człowieka. Komórki rozrodcze. Zapłodnienie. Poznanie funkcjonowania układów rozrodczych człowieka. Zdobywanie wiedzy na temat, jak dochodzi i na czym polega zapłodnienie.

LEKCJA 10-11 MOJE PIERWSZE DNI ŻYCIA Pozyskanie wiedzy na temat organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian rozwojowych w okresie ciąży. Uświadomienie zakresu obowiązków rodzicielskich. Rozwój płodu. Poród. Przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny.

LEKCJA 12 MOJA HIGIENA Lekcja z podziałem na grupy Utrwalenie właściwych nawyków higieny osobistej. Nabranie przekonania, że przestrzeganie zasad higieny to element zdrowego stylu życia. Podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania. Środki higieny osobistej. Zrozumienie, że higiena osobista jest nieodzownym elementem życia codziennego zapewniającym zdrowie. Umiejętność odpowiedniego wyboru oraz właściwego stosowania środków higienicznych i pielęgnacyjnych.

LEKCJA 13 MÓJ STYL ŻYCIA Utrwalenie wiadomości i umiejętności dotyczących zdrowego stylu życia. Kształtowanie prozdrowotnych nawyków. Zdrowy styl życia. Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu. Umiejętność dokonywania odpowiednich wyborów. Okazywanie szacunku dla ludzkiego ciała; znajomość podstaw higieny; troska o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną.

LEKCJA 14 RADZENIE SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH Choroba przewlekła, stres własny i innych, wpływ na nasze samopoczucie. Samotność, odrzucenie, gdzie szukać wsparcia.