

Małgorzata Sitarska, Bożena Strzemieczna

Wychowanie do życia w rodzinie

**Program nauczania
dla klas V–VI szkoły podstawowej**

zatwierdzony przez MEN pod nr DKW- 4014 – 173/00

Warszawa 2000

SPIS TREŚCI

- I. Wstęp**
- II. Zadania szkoły i nauczycieli**
- III. Cele kształcenia i wychowania**
- IV. Program nauczania**
 - Klasa V
 - Treści nauczania
 - Przewidywane osiągnięcia uczniów
 - Procedury osiągania celów
 - Klasa VI
 - Treści nauczania
 - Przewidywane osiągnięcia uczniów
 - Procedury osiągania celów
- VI. Metody i techniki pracy**

I. WSTĘP

Wychowanie do życia w rodzinie należy postrzegać jako integralną część wychowania ogólnego. Jest to świadome i ciągle oddziaływanie na młodych ludzi w celu przygotowania ich do podejmowania ważnych decyzji życiowych.

Jest oczywiste, że proces wychowania rozpoczyna się w rodzinie i że środowisko rodzinne stanowi najważniejsze ogniwo w procesie wychowawczym. To rodzina wpływa na zdrowie fizyczne i psychiczne swojego dziecka, kształtuje osobowość, uczy dokonywania moralnie właściwych wyborów, wpływa na rozwój intelektualny.

Nie da się jednak pominąć znaczenia innych podmiotów wychowawczych, jakimi są nauczyciele, grupy rówieśnicze, instytucje wychowawcze. Spójność w działaniu wszystkich tych podmiotów jest w procesie wychowywania bardzo ważna.

Lata szkoły podstawowej to czas nadchodzących zmian fizycznych i psychicznych, związanych z pokwitaniem. Konieczne jest więc przygotowanie dzieci do zmian, które wkrótce nastąpią, i wyrobienie w nich pozytywnego nastawienia do tego okresu.

Zadaniem dorosłych jest także kształcenie u dzieci odpowiedzialności za siebie, umiejętności samokontroli i samooceny.

Dorastanie wiąże się z nasileniem krytycyzmu i buntu, zwłaszcza wobec dorosłych, z rozchwianiem emocjonalnym, a jednocześnie z ogromną ciekawością świata. I tak, z jednej strony – różnorodność informacji i wzorców lansowanych w środkach masowego przekazu, a co za tym idzie i w życiu codziennym, z drugiej zaś strony – brak umiejętności dokonywania właściwych wyborów, mogą powodować trudności w odnalezieniu się dziecka we współczesnym świecie. Rolą dorosłych jest pomoc w poszukiwaniu właściwych dróg.

Potrzeba wprowadzenia edukacji prorodzinnej wynika także z ogromnego przyspieszenia przemian zachodzących w naszym kraju, które niosą ze sobą realne zagrożenia.

Ścieżka edukacyjna „Wychowanie do życia w rodzinie” ma pełnić funkcję wspierającą rodzinę w wychowywaniu dzieci. Rozumiejąc konieczność wszechstronnego przygotowania dzieci do życia we współczesnym świecie, nauczyciele powinni w sposób przemyślany i zorganizowany przekazywać rzetelną wiedzę, wpływać na kształtowanie osobowości, promować zdrowy styl życia, pobudzać do przemyśleń i podejmowania odpowiedzialnych wyborów.

Proponowany program do wychowania do życia w rodzinie opracowany został z myślą o młodzieży, rodzicach i nauczycielach. Oparto go na treściach zawartych

w rozporządzeniu MEN z dnia 15 lutego 1999 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego. W programie przedstawiono cele kształcenia i wychowania, treści nauczania, przewidywane osiągnięcia uczniów wraz z procedurami osiągania celów, a także metody, techniki i formy pracy.

Układ treści programowych odpowiadający poszczególnym klasom związany jest z poziomem rozwojowym ucznia. Ze względu na konieczność podziału klas na grupy dziewcząt i chłopców w czasie realizacji niektórych tematów, wskazane byłoby ujęcie zajęć w ramowym planie pracy szkoły na pierwszej lub ostatniej godzinie lekcyjnej.

Przed przystąpieniem do zajęć należy zorganizować spotkanie z rodzicami w celu przedstawienia pełnej informacji o celach i treściach programu, literaturze oraz pomocach dydaktycznych wykorzystywanych na lekcjach. Rodzice powinni wyrazić pisemną zgodę na uczestnictwo dziecka w zajęciach.

Ze względu na specyfikę przedmiotu, nauczyciel powinien stworzyć w czasie lekcji atmosferę otwartości, szczerości, zaufania i dyskrecji.

Nadrzędnym celem przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie jest stworzenie uczniom warunków sprzyjających poznaniu siebie, wzmocnieniu poczucia własnej wartości oraz zdobyciu rzetelnej wiedzy. Przemyślenia i wnioski płynące z zajęć powinny pomóc uczniom lepiej zrozumieć siebie i innych, a przede wszystkim pomóc w podejmowaniu właściwych decyzji obecnie i w przyszłości.

II. ZADANIA SZKOŁY I NAUCZYCIELI

Fragmety rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z 12 sierpnia 1999 r.

w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego.

Na podstawie art. 4 ust. 3 ustawy z dnia 7 stycznia 1993 r. o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (Dz. U. Nr 17, poz. 78, z 1995 r. Nr 66, poz. 334, z 1996 r. Nr 139, poz. 646, z 1997 r. Nr 141, poz. 943 i Nr 157, poz. 1040 oraz z 1999 r. Nr 5, poz. 32) zarządza się, co następuje:

§ 1

1. Treści dotyczące wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowiedzialnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawarte w podstawie programowej kształcenia ogólnego są realizowane w ramach zajęć edukacyjnych „Wychowanie do życia w rodzinie”, zwanych dalej „zajęciami”.
2. Zajęcia realizowane są w klasach V i VI sześcioletnich szkół podstawowych, w VIII klasach dotychczasowych ośmioletnich szkół podstawowych, gimnazjach i dotychczasowych szkołach ponadpodstawowych, w tym specjalnych, publicznych i niepublicznych posiadających uprawnienia szkół publicznych.

§ 2

Realizacja treści programowych zajęć powinna stanowić spójną całość z pozostałymi działaniami wychowawczymi szkoły, a w szczególności:

- 1) wspierać wychowawczą rolę rodziny,
- 2) promować integralne ujęcie ludzkiej seksualności,
- 3) kształtować postawy prorodzinne, prozdrowotne i prospołeczne.

§ 3

1. Na realizację zajęć przeznaczają się w szkolnym planie nauczania następującą liczbę godzin w roku szkolnym:
 - 1) w klasach V i VI sześciolletniej szkoły podstawowej, w przypadku realizacji ramowego planu nauczania, określonego w załącznikach nr 1 oraz 7–9 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 15 lutego 1999 r. w sprawie ramowych planów nauczania w szkołach publicznych (Dz. U. Nr 14, poz. 128 i Nr 41, poz. 415), z godzin do dyspozycji dyrektora po 14 godzin, w tym po 5 godzin z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców,
 - 2) w klasach V i VI sześciolletniej szkoły podstawowej, w przypadku realizacji ramowego planu nauczania, określonego w załącznikach nr 2, 11–13, 16–21, 24 i 25 do rozporządzenia, o którym mowa w pkt. 1, oraz w klasie VIII dotychczasowej ośmioletniej szkoły podstawowej, jako zajęcia dodatkowe po 14 godzin, w tym po 5 godzin z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców,

§ 4

1. Udział ucznia w zajęciach nie jest obowiązkowy.
2. Na udział w zajęciach uczniów niepełnoletnich zgodę w formie pisemnej wyrażają rodzice lub prawni opiekunowie, po spełnieniu przez szkołę warunków określonych w § 5 ust.1. Po osiągnięciu pełnoletności o udziale w zajęciach decydują sami uczniowie, deklarując swój udział na piśmie. W przypadku uczniów pełnoletnich z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim, o udziale w zajęciach decydują rodzice lub prawni opiekunowie.
3. Zajęcia nie podlegają ocenie i nie wpływają na promocję ucznia do klasy programowo wyższej, ani na ukończenie szkoły przez ucznia.
4. W przypadku udziału ucznia w zajęciach fakt ten odnotowuje się na świadectwie szkolnym w części przeznaczonej na dodatkowe zajęcia edukacyjne wpisem „uczestniczył(a)”.

§ 5

1. W każdym roku szkolnym przed przystąpieniem do realizacji zajęć nauczyciel prowadzący zajęcia wraz z wychowawcą klasy przeprowadza co najmniej jedno spotkanie informacyjne z rodzicami uczniów niepełnoletnich oraz z uczniami pełnoletnimi. Nauczyciel jest obowiązany przedstawić pełną informację o celach i treściach realizowanego programu nauczania, podręcznikach szkolnych oraz środkach dydaktycznych.
2. Za przeprowadzenie spotkań, o których mowa w ust. 1, odpowiedzialny jest dyrektor szkoły.

§ 6

Zajęcia mogą być prowadzone przez osoby posiadające kwalifikacje do nauczania w danym typie szkoły oraz ukończone studia wyższe w zakresie nauk o rodzinie albo studia podyplomowe lub kursy kwalifikacyjne zgodne z treściami programowymi zajęć.

Fragment załącznika Nr 1 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 15 lutego 1999 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego.

II ETAP EDUKACYJNY

KLASY V-VI

WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

Cele edukacyjne

Celem wychowania do życia w rodzinie jest ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka oraz pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

Zadania szkoły

1. Integrowanie wychowawczych działań szkoły i rodziny.
2. Wzmacnianie prawidłowych relacji dziecka z rodziną.
3. Współpraca z rodzicami w przygotowaniu uczniów do okresu dojrzewania i pozytywnego przyjęcia jego przejawów fizycznych i psychicznych.
4. Pomoc w kształtowaniu pozytywnego stosunku do płciowości.
5. Wspieranie prawidłowego rozwoju emocjonalnego i społecznego, w tym koleżeństwa i przyjaźni.

Treści

1. Podstawowe funkcje rodziny z podkreśleniem miejsca dziecka w rodzinie.
2. Przekaz wartości i tradycji w rodzinie, wspólne świętowanie, spędzanie wolnego czasu.
3. Więzy rodzinna, związki uczuciowe i inne relacje w rodzinie; konflikty i ich rozwiązywanie.

4. Macierzyństwo i ojcostwo. Podstawowa wiedza dotycząca budowy i funkcjonowania układu rozrodczego człowieka.
5. Ciąża, rozwój dziecka przed urodzeniem, poród, przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny.
6. Różnice i podobieństwa między chłopcami i dziewczętami. Identyfikacja z własną płcią. Akceptacja i szacunek dla ciała.
7. Zmiany fizyczne i psychiczne okresu dojrzewania. Zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju.
8. Higiena okresu dojrzewania.
9. Prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa; postawy asertywne.
10. Istota koleżeństwa i przyjaźni, wzajemny szacunek, udzielanie sobie pomocy, współpraca, empatia.
11. Massmedia: zasady i kryteria wyboru czasopism, książek, filmów i programów tv.
12. Odpowiedzialność za własny rozwój – samowychowanie.

Osiągnięcia

1. Prawidłowe komunikowanie się, rozwiązywanie konfliktów; empatia.
2. Dostrzeganie potrzeb własnych i innych ludzi; wyrażanie uczuć, asertywność.
3. Rozpoznawanie i rozumienie psychofizycznych przejawów dojrzewania.
4. Akceptowanie i poszanowanie własnego ciała oraz ochrona swojej intymności.
5. Aktywny udział w życiu rodziny.
6. Umiejętne korzystanie z massmediów.

* Sposób nauczania szkolnego i zakres treści zajęć edukacyjnych „Wychowanie do życia w rodzinie” określa rozporządzenie ministra właściwego do spraw oświaty i wychowania, wydane na podstawie art. 4 ust. 3 **Ustawy z dnia 7 stycznia 1993 r. o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży** (Dz. U. Nr 17, poz. 78, z 1995 r. Nr 66, poz. 334, z 1996 r. Nr 139, poz. 646, z 1997 r. Nr 141, poz. 943 i Nr 157, poz. 1040, z 1999 r. Nr 5, poz. 32).

III. CELE KSZTAŁCENIA I WYCHOWANIA

Celem ogólnym wychowania jest wszechstronny rozwój osobowy uczniów. Nauczyciele przekazując stosowną do wieku dziecka wiedzę oraz kształtując umiejętności i właściwe postawy uczniów, wspomagają działania wychowawcze domu rodzinnego. Określone cele wychowania do życia w rodzinie winny być realizowane metodami skutecznie kształtującymi osiągnięcia ucznia w aspekcie umiejętności, zachowań, postaw. Programy nauczania mają zapewnić nauczycielom taką efektywność działań, by uczniowie odnaleźli w sobie motywację do realizowania określonych zadań wychowawczych.

Nadrzędne cele wychowania do życia w rodzinie to:

- Kształtowanie poczucia odpowiedzialności za swoje postępowanie
- Rozwijanie umiejętności otwartego i szczerego komunikowania się
- Rozbudzanie szacunku dla wartości kulturowych, obyczajowych i religijnych
- Eliminowanie stereotypów i uprzedzeń
- Rozwój cech osobistych pożądaných w życiu społecznym
- Kształcenie szacunku wobec ludzkiej płciowości
- Promowanie zasad zdrowego stylu życia
- Wzmacnianie właściwych zachowań i nawyków
- Ukazanie wartości więzi rodzinnych w życiu

W wyniku realizacji programu „Wychowanie do życia w rodzinie” uczeń powinien

ZDOBYĆ WIADOMOŚCI W ZAKRESIE :

- Roli rodziny w życiu człowieka
- Różnych sposobów okazywania miłości w rodzinie
- Budowy i funkcjonowania układów rozrodczych
- Rozwoju płodowego człowieka
- Zasad higieny osobistej
- Zmian zachodzących w okresie dojrzewania
- Podstawowych praw przysługujących dziecku
- Wpływu stereotypów na kształtowanie osobowości
- Zagrożeń płynących z bezkrytycznego przyjmowania wzorów obecnych w środkach masowego przekazu
- Podstawowych mechanizmów rządzących relacjami w kontaktach międzyludzkich.

OPANOWAĆ UMIEJĘTNOŚCI W ZAKRESIE:

- Komunikowania się rozumianego jako słuchanie i wypowiedanie się
- Współpracy w grupie
- Budowania relacji koleżeńskich
- Konstruktywnego rozwiązywania konfliktów oraz radzenia sobie ze stresem
- Wyrażania wrażliwości społecznej, moralnej i estetycznej w działaniach
- Rozwijania własnych zdolności i zainteresowań
- Podejmowania działań samowychowawczych

- Zachowań asertywnych w różnych sytuacjach życiowych
- Stosowania zasad higieny w życiu codziennym
- Wybierania właściwych dla siebie form wypoczynku
- Podejmowania działań pozytywnie kształtujących atmosferę życzliwości w domu rodzinnym
- Aktywnego współuczestniczenia w życiu rodziny
- Podejmowania odpowiednich dla dziecka obowiązków i wywiązywania się z nich
- Okazywania swoim najbliższym uczuć miłości, serdeczności, życzliwości oraz udzielania pomocy w różnych sytuacjach życiowych
- Rozpoznawania sytuacji niosących zagrożenie dla zdrowia i życia
- Przeciwwstawiania się negatywnym wpływom otoczenia
- Podejmowania prób poszukiwania pomocy w sytuacjach zagrożenia
- Wybierania zdrowego stylu życia.

PREZENTOWAĆ POSTAWY:

- Empatii i zrozumienia
- Aktywnego współuczestniczenia w życiu rodziny, klasy, grupy rówieśniczej
- Szacunku dla rodziców i innych członków rodziny
- Dobrego kolegi, przyjaciela
- Poczucia własnej wartości
- Odpowiedzialności za swoje postępowanie
- Akceptacji i szacunku wobec odmienności fizycznej i psychicznej związanej z płcią
- Godności własnej i poszanowania godności innych
- Dbłości i odpowiedzialności za własne zdrowie
- Tolerancji
- Rozsądnego korzystania ze środków masowego przekazu

IV. Program nauczania

- Treści nauczania
- Przewidywane osiągnięcia uczniów
- Procedury osiągania celów

Lp	Treści nauczania	Osiągnięcia uczniów Po przeprowadzonej lekcji uczeń powinien:	Procedury osiągania celów
Klasa V			
1.	Podstawowe funkcje rodziny.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Umieć określić funkcje rodziny; 2. Rozumieć, jakie funkcje w rodzinie pełnią poszczególni jej członkowie; 3. Z życzliwością i zrozumieniem odnosić się do ponoszących trud wychowawczy rodziców; 4. Dostrzegać wspierającą rolę rodziny; 5. Postrzegać siebie jako element całości, jaką jest rodzina; 6. Uświadomić sobie niezbędność uczestnictwa wszystkich domowników w życiu rodzinnym; 7. Wiedzieć, jakie obowiązki powinno wypełniać dziecko; 8. Podejmować odpowiednie dla swego wieku formy uczestniczenia w życiu rodzinnym i wywiązywać się z nich; 9. Mieć świadomość wagi dawania i przyjmowania uczuć; 10. Umieć okazywać w różnych formach miłość, serdeczność, czułość rodzicom, rodzeństwu, dziadkom. 	„Burza mózgów”, drama, zdania niedokończone, rozmowa kierowana, dyskusja, rozsypanka, praca indywidualna i grupowa.
2.	Tradycje rodzinne.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktywnie współuczestniczyć w uroczystościach rodzinnych; 2. Uświadomić sobie wpływ wspólnego świętowania na umacnianie więzi rodzinnych; 3. Nabrać przekonania, że pielęgnowanie tradycji rodzinnych kształtuje poczucie wspólnoty; 4. Odnosić pojęcie „członkowie rodziny” do dalszych krewnych. 	Wywiad, krzyżówka, łańcuch skojarzeń, praca indywidualna.
3.	Więzi rodzinne.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znać historię swojej rodziny; 2. Wiedzieć, skąd można czerpać wiedzę o swojej rodzinie; 3. Zdobywać informacje o historii rodziny; 4. Zdawać sobie sprawę, że wzajemne okazywanie miłości umacnia więzi rodzinne; 5. Doceniać nieprzemijającą wartość więzi rodzinnych; 6. Dostrzegać rangę więzi rodzinnych i wynikających z nich wzajemnych zobowiązań; 7. Wypełniać własne zobowiązania wobec pozostałych członków rodziny; 8. Okazywać szacunek i życzliwość najbliższym; 9. Dostrzegać sytuacje, w których nie tylko więzy krwi decydują o powstaniu więzi rodzinnych między ludźmi (adopcja, rodzina zastępcza, dom dziecka). 	Drzewo genealogiczne, praca indywidualna, rozmowa kierowana.

4.	Atmosfera życia rodzinnego	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dostrzegać i doceniać zachowania członków rodziny wpływające pozytywnie na tworzenie atmosfery życzliwości; 2. Współtworzyć przyjazną, opartą na miłości atmosferę domową; 3. Rozróżniać sytuacje rodzinne, na które dzieci nie mają wpływu; 4. Rozpoznawać, jakie zachowania własne mają negatywny a jakie pozytywny wpływ na atmosferę panującą w domu; 5. Wypełniać określone obowiązki domowe z przeświadczeniem, że przyczynia się to do tworzenia właściwej atmosfery; 6. Umocnić się w przekonaniu, że konflikty powinny być rozwiązywane; 7. Uczestniczyć w rozwiązywaniu takich konfliktów domowych, na które postawa dziecka ma wpływ. 	Drama, metoda sytuacyjna, zdania niedokończone, zabawa w pytania i odpowiedzi.
5.	Koleżeństwo i przyjaźń – związki międzyludzkie. Moja klasa.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znać cechy dobrego kolegi, przyjaciela; 2. Starać się być dobrym kolegą i przyjacielem; 3. Rozumieć istnienie sprzężenia zwrotnego między własnymi zachowaniami a reakcjami na nie innych ludzi; 4. Kształcić umiejętność rozwijania różnorodnych kontaktów z rówieśnikami; 5. Określać wpływ różnych emocji na zachowania rówieśników; 6. Rozumieć sens i cel przestrzegania ogólnie przyjętych norm zachowań w rodzinie, klasie, szkole; 7. Znać konsekwencje zachowań społecznie nieaprobowanych; 8. Postępować w życiu zgodnie z zasadami akceptowanymi społecznie. 	Rozmowa kierowana, „burza mózgów”, łańcuch skojarzeń, ankieta, praca w grupach, praca indywidualna.
6.	Dziewczeta i chłopcy – różnice i podobieństwa.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nabrać przekonania o istnieniu różnic psychicznych między płciami; 2. Rozumieć, że znajomość różnic jest przydatna w kształtowaniu pozytywnych relacji międzyludzkich. 3. Prezentować swoim zachowaniem szacunek i akceptację wobec płciowości człowieka. 	Grupa ekspertów – pytania i odpowiedzi, ankieta, dyskusja.
7.	Identyfikacja z własną płcią.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Akceptować przynależność do własnej płci; 2. Rozumieć biologiczne, psychiczne i społeczne konsekwencje wynikające z własnej płciowości; 3. Wiedzieć, że każdy ma prawo do intymności; 4. Rozróżniać sytuacje naruszające granice godności osobistej; 5. Wiedzieć, gdzie można szukać pomocy i wsparcia w sytuacjach zagrożenia godności osobistej; 6. Stosować zasadę akceptacji i poszanowania zarówno wobec siebie jak i wobec innych ludzi. 	Burza mózgów, rozmowa kierowana, praca indywidualna i w grupach, zdania niedokończone.
8.	Zmiany w okresie dojrzewania.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znać objawy dojrzewania; 2. Znać kolejność zmian w okresie adolescencji; 3. Wiedzieć, że każdy dojrzewa według własnego zegara biologicznego; 4. Nabrać pozytywnego nastawienia do zmian towarzyszących dojrzewaniu. 	Tablice poglądowe, film, pogadanka.
9.	Mój zwykły dzień. Jak spędzać wolny czas ?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Umieć poprawnie, z korzyścią dla zdrowia i własnego rozwoju, zorganizować sobie dzień; 2. Określać warunki wpływające pozytywnie i negatywnie na proces uczenia się; 3. Stwarzać warunki sprzyjające do nauki; 4. Dostrzegać pozytywny wpływ różnych form wypoczynku na 	Praca indywidualna ankieta, rozsypanka, układanie planu dnia, rozmowa kierowana, dyskusja.

	Zasady higieny i zachowania zdrowia.	własny rozwój; 5. Korzystać z różnorodnych form wypoczynku; 6. Doceniać wpływ aktywności fizycznej na zdrowie; 7. Przeznaczać część czasu wolnego na aktywny wypoczynek; 8. Znać i przestrzegać zasady higieny osobistej. 9. Stosować zasady racjonalnego odżywiania się.	
Klasa VI			
1.	Rola rodziny w życiu człowieka.	1. Rozumieć, że wartości wpływające na prawidłowy rozwój człowieka kształtowane są w rodzinie; 2. Brać czynny udział we współorganizowaniu życia domowego; 3. Dostrzegać komplementarność ról wszystkich członków rodziny; 4. Wiedzieć, jaką rolę w prawidłowym rozwoju dziecka odgrywają rodzice; 5. Znać podstawowe przepisy dotyczące praw dziecka (Konwencja Praw Dziecka).	Praca w grupach, zdania niedokończone, rozsypanka, odgrywanie ról.
2.	Życie w grupie: koleżeństwo i przyjaźń.	1. Rozumieć, że pomoc, współpraca i zrozumienie umacniają więzi koleżeńskie; 2. Pokonywać przeszkody pojawiające się w kontaktach z rówieśnikami; 3. Mieć świadomość, że pracując nad sobą można się zmienić na lepsze; 4. Kształtować w sobie cechy dobrego kolegi, przyjaciela; 5. Rozwijać w sobie zdolność empatii; 6. Wiedzieć, że nie należy przekraczać granic wyznaczanych przez normy moralne w imię zachowania dobrych stosunków koleżeńskich..	Praca z tekstem (fragmenty listów), ankieta, praca w grupach, metoda sytuacyjna, zdania niedokończone.
3.	Konflikty i ich rozwiązywanie. Zachowania asertywne. Sposoby wyrażania uczuć.	1. Rozumieć, że konflikty są nieodłącznym elementem relacji międzyludzkich; 2. W sytuacjach konfliktowych szukać konstruktywnych rozwiązań; 3. Odróżniać działania prowadzące do rozwiązania konfliktu od działań pogłębiających konflikt; 4. Dostrzegać znaczenie sprawnego komunikowania się na relacje między ludźmi; 5. Rozumieć znaczenie mowy ciała w porozumiewaniu się; 6. Stosować w różnych sytuacjach zasady aktywnego słuchania; 7. Mieć przekonanie o konieczności poszanowania godności innych oraz o ochronie godności własnej w trakcie rozwiązywania konfliktów; 8. Wiedzieć, że kontrolowanie wyrażania emocji negatywnych wpływa pozytywnie na rozwiązywanie konfliktów; 9. Wyrażać uczucia negatywne w sposób akceptowany społecznie; 10. Rozumieć, że okazywanie emocji pozytywnych wpływa budująco na relacje między ludźmi; 11. Dostrzegać, że ma wpływ na tworzenie norm grupowych, które obowiązują w klasie, na podwórku, w grupie rówieśników.	Drama, analiza listów, zabawa w głuchy telefon, fragmenty filmów, zdania niedokończone.

4.	<p>Co jest dla mnie dobre, a co złe ?</p> <p>Organizacja czasu wolnego.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Znać czynniki wpływające korzystnie i niekorzystnie na rozwój człowieka; 2. Rozumieć, że podjęcie decyzji i dokonanie wyboru niesie za sobą określone skutki; 3. Wybierać spośród stylów życia proponowanych przez środki masowego przekazu takie, które korzystnie wpływają na rozwój osobowości; 4. Okazywać wsparcie starszym, słabszym, młodszym; 5. Mieć przeświadczenie, że warto rozwijać swoje zalety; 6. Docenić rolę samowychowania w rozwoju własnym; 7. Doskonalić umiejętność organizacji czasu pracy i wypoczynku; 8. Korzystać z różnych form wypoczynku. 	<p>Rozsypanka, „burza mózgów”, odgrywanie scenek, analiza tekstów, praca w grupach, metoda projektu, zdania niedokończone, dyskusja.</p>
5.	<p>Wpływ używek na życie i rozwój człowieka.</p> <p>Ochrona własnej prywatności i poszanowania godności osobistej.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mieć przekonanie o szkodliwym wpływie alkoholu, nikotyny, narkotyków na zdrowie człowieka oraz życie rodzinne; 2. Odróżniać sytuacje sprzyjające zachowaniu zdrowia od ryzykownych i niebezpiecznych; 3. Podejmować próby radzenia sobie w sytuacjach wymagających przeciwstawienia się negatywnym wpływom otoczenia; 4. Rozumieć mechanizmy rządzące światem reklamy; 5. Rozwijać umiejętność ustalania granic w relacjach z innymi ludźmi; 6. Rozróżniać sytuacje naruszające intymność i godność własną i innych; 7. Przeciwstawiać się w sytuacjach naruszających intymność i godność własną; 8. Szukać pomocy w sytuacjach przekraczania granic intymności przez innych. 	<p>Metoda sytuacyjna, pisma młodzieżowe, dyskusja, drzewko decyzyjne.</p>
6.	<p>Budowa i funkcjonowanie układów rozrodczych.</p> <p>Zmiany fizyczne i psychiczne okresu dojrzewania.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rozpoznawać elementy tworzące układy rozrodcze; 2. Znać funkcje poszczególnych narządów układu rozrodczego męskiego i żeńskiego; 3. Wiedzieć o zmianach fizycznych towarzyszących dojrzewaniu; 4. Rozumieć, że dojrzewanie niesie ze sobą zmiany w postrzeganiu innych ludzi; 5. Znać potrzeby organizmu w okresie dojrzewania; 6. Wiedzieć, że u każdego człowieka rozwój fizyczny przebiega w indywidualnym tempie. 	<p>Film, plansze, pogadanka, praca indywidualna, zdania niedokończone.</p>
7.	<p>Zasady higieny okresu dojrzewania.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Przestrzegać zasady higieny osobistej; 2. Dostrzegać związek między dbałością o higienę osobistą a odbiorem swojej osoby przez innych ludzi; 3. Nabrać przekonania, że przestrzeganie zasad higieny to element zdrowego stylu życia; 4. Wiedzieć, jakie powinien stosować środki higieniczne i pielęgnacyjne. 	<p>Ankieta, rozmowa kierowana, krzyżówka, praca w grupach.</p>
8.	<p>Rozwój prenatalny.</p> <p>Noworodek – nowy członek rodziny.</p> <p>Macierzyństwo i ojcostwo.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Charakteryzować fazy rozwoju płodowego człowieka; 2. Wiedzieć, jakie czynniki wpływają niekorzystnie na rozwój płodu; 3. Mieć przekonanie o konieczności okazywania wsparcia kobiecie w okresie ciąży przez osoby bliskie i otoczenie; 4. Określać podstawowe potrzeby niemowlęcia; 5. Dostrzegać rolę obojga rodziców w opiece nad niemowlęciem; 6. Wiedzieć, że pojawienie się dziecka w rodzinie nakłada na wszystkich jej członków nowe zobowiązania. 	<p>Tablice poglądowe, zdjęcia z okresu dzieciństwa, pogadanka, praca w grupach.</p>

	7. Rozumieć, że macierzyństwo i ojcostwo wiąże się z odpowiedzialnością za proces wychowawczy.	
--	--	--

VI. METODY, TECHNIKI I FORMY PRACY

Przedmiot wychowanie do życia w rodzinie powinien być prowadzony metodami aktywizującymi poznawczo, rozbudzającymi zainteresowanie uczniów i angażującymi ich emocjonalnie. Stosowanie takich metod stwarza możliwość prezentacji własnych poglądów, poszukiwania i porządkowania informacji, uczy konstruktywnego rozwiązywania problemów oraz efektywnej współpracy w grupie. Sprzyja także rozwijaniu umiejętności komunikowania się, motywuje do działań w czasie lekcji, przez co wpływa na kształtowanie się odpowiednich postaw u ucznia oraz ułatwia przyswajanie wiedzy.

Nie da się, oczywiście, wykluczyć metod tradycyjnych takich jak wykład, pogadanka czy praca z tekstem, jednak by zajęcia motywowały uczniów do aktywności, powinny być prowadzone w taki sposób, aby uczniowie czuli się współtwórcami lekcji. Niektóre zajęcia aktywne powinny być poprzedzone miniwykładem lub fragmentem filmu dostarczającym informacji niezbędnych do podjęcia przez uczniów aktywności.

WYKŁAD wymaga od nauczyciela bardzo starannego przygotowania. Powinien być prowadzony dynamicznie i interesująco, z wykorzystaniem odpowiednich środków dydaktycznych, takich jak plansze, slajdy itp. Wykład może poprzedzać pogadankę lub dyskusję. Należy pamiętać, że nie powinien trwać dłużej niż 10–15 minut.

Zaletą tej metody jest możliwość przekazania dużej grupie słuchaczy, np. całej klasie, usystematyzowanej wiedzy. Tą metodą można realizować tematy dotyczące budowy układów rozrodczych czy też rozwoju prenatalnego.

POGADANKA jest metodą przekazywania wiedzy w sposób popularny, mającą na celu uwypuklenie słuchaczom omawianego problemu. Nauczyciel powinien dbać o poprawne formułowanie pytań logicznie wiążących się ze sobą. Pytania powinny mieć charakter problemowy, gdyż sprzyja to rozwijaniu u uczniów samodzielności w myśleniu. Tą metodą mogą być wprowadzane tematy dotyczące zmian okresu dojrzewania czy praw człowieka do intymności. Pogadanka może też mieć charakter podsumowujący, np. w trakcie zajęć dotyczących higieny okresu dojrzewania.

ROZMOWA KIEROWANA daje uczniom szansę wypowiedzenia się w czasie wykładu prowadzonego przez nauczyciela. Może też być formą wprowadzenia w temat, poprzedzać

film lub ćwiczenia indywidualne lub grupowe. Nauczyciel powinien przed lekcją przygotować pytania, które wykorzysta w czasie prowadzenia rozmowy z uczniami. Metoda ta zwiększa zaangażowanie uczniów w czasie lekcji. Można ją wykorzystać np. przy realizowaniu tematu dotyczącego wartości i tradycji w rodzinie, sposobów spędzania czasu wolnego, macierzyństwa i ojcostwa.

DYSKUSJA to metoda aktywizująca uczniów do twórczego myślenia, kształtująca umiejętność wymiany poglądów (argumentów). Uczy precyzowania wspólnego stanowiska grupy, a także wyrabia umiejętność aktywnego słuchania. Warunkiem poprawnie prowadzonej dyskusji jest jasne sformułowanie problemu przez nauczyciela oraz stworzenie uczniom możliwości przygotowania się do dyskusji.

Rolą nauczyciela jest zadbanie o to, by dyskusja prowadzona była w atmosferze wzajemnego szacunku oraz by uczestnicy nie przerywali sobie wypowiedzi. Nauczyciel powinien także zwracać uwagę na czas wypowiedzi pilnując, by wszyscy uczestnicy zdążyli zabrać głos. Dyskusja może mieć charakter podsumowujący, np. w przypadku realizacji tematu dotyczącego różnic i podobieństw między chłopcami i dziewczętami. Oprócz dyskusji zaplanowanych przez nauczyciela może dochodzić do dyskusji spontanicznych, co świadczy o zaangażowaniu emocjonalnym uczniów.

„BURZA MÓZGÓW” to metoda, która umożliwia szybkie zgromadzenie różnych pomysłów. Sprzyja też kompleksowemu spojrzeniu na dany problem (temat), pozwala na wybór i opracowanie najlepszego rozwiązania, a także aktywizuje działania uczniów. Nauczyciel powinien zwrócić uwagę na to, by żaden z pomysłów nie był krytykowany, wyśmiewany czy oceniany przez innych.

Tą metodą można rozpocząć lekcję dotyczącą roli rodziny w życiu człowieka, relacji w rodzinie, koleżeństwa i przyjaźni.

ŁAŃCUCH SKOJARZEŃ jest metodą wyzwalającą szybkie, spontaniczne myślenie.

Daje możliwość wyboru różnorodnych pojęć, rozwiązań, pomysłów kojarzących się z hasłem podanym przez nauczyciela. Pozwala wykorzystać doświadczenie lub zdobytą wiedzę, stymuluje aktywność uczniów. Może być jednym ze sposobów wprowadzenia w temat np. koleżeństwa i przyjaźni, form wypoczynku.

ZDANIA NIEDOKOŃCZONE to jeden ze sposobów pracy indywidualnej w czasie lekcji. Uczniowie mogą otrzymać takie same lub różne zestawy zdań niedokończonych.

Zaprezentowanie klasie swojej wypowiedzi powinno być dobrowolne, szczególnie w przypadku treści osobistych. Metoda ta może być formą sprawdzenia wiadomości, np. dotyczących budowy i roli układów rozrodczych. Ułatwia także uczniom wyciąganie wniosków oraz zmusza do refleksji np. przy realizacji tematów związanych z samooceną, relacjami w rodzinie, higieną osobistą.

METODY SYTUACYJNE pozwalają uczyć się przez analizę przykładowych sytuacji zaczerpniętych np. z listu, filmu, „historii z życia”. Zadaniem uczniów jest rozwiązanie problemu, podjęcie decyzji lub ocena sytuacji. Jest to metoda ściśle związana z praktyką. Stanowi dobry trening w podejmowaniu decyzji przez zastosowanie wiedzy, doświadczenia i logicznego myślenia w odniesieniu do konkretnej sytuacji. Uczy diagnozowania i oceny sytuacji, umożliwia wypracowanie nowych koncepcji a także współpracy i komunikowania się. Metody sytuacyjne można wykorzystać w czasie lekcji dotyczących sposobów rozwiązywania konfliktów, płciowości, prawa człowieka do intymności.

ODGRYWANIE RÓL umożliwia uczenie się przez udział w sytuacjach wyobrażonych. Aktywizuje uczniów w czasie lekcji, ćwiczy umiejętność negocjowania, rozwija zdolność empatii, umożliwia odbiór wrażeń i emocji zarówno uczestnikom jak i obserwatorom. Metodę tę można zastosować w treningu zachowań asertywnych. Odgrywanie ról jest doskonałym ćwiczeniem sytuacji życiowych „na niby”, a więc w warunkach bezpiecznych dla dziecka. „Wchodzenie w role” pozwala zbliżyć się do świata drugiego człowieka, zrozumieć jego przeżycia, intencje, uczucia. Może pomóc w uświadomieniu sobie, że są sytuacje, w których warto zmienić swoje zachowanie.

ANKIETY, KRZYŻÓWKI, ĆWICZENIA, SCHEMATY, RYSUNKI, WYKRESY wymagają starannego opracowania przez nauczyciela; mogą stanowić formę pracy indywidualnej lub grupowej. Stosowanie ich umożliwia nauczycielowi sprawdzanie wiadomości w sposób niekonwencjonalny, zaś uczniom – uporządkowanie lub podsumowanie zdobytych informacji. Ponadto rozwijają umiejętność analizy, logicznego myślenia i wnioskowania, a także wzbogacają myślenie abstrakcyjne.

Podczas zajęć wychowania do życia w rodzinie często można stosować

FORMĘ PRACY W GRUPACH. Podzielenie klasy na mniejsze zespoły ułatwia grupie sprecyzowanie stanowiska w danej sprawie. Podczas lekcji uczniowie mogą tworzyć różne typy grup:

- dobierając się dobrowolnie, lub
- na zasadzie losowego przypadku.

Praca w grupie daje szansę na stworzenie dobrej atmosfery, ponieważ uczy umiejętności komunikowania się, motywuje do większego wysiłku, daje poczucie bezpieczeństwa oraz możliwość wykazania się także uczniom nieśmiałym. Taka forma pracy pozwala uczyć się od siebie nawzajem przez obserwację działań kolegów oraz wymianę poglądów.

Po wypracowaniu wspólnego stanowiska liderzy grup przedstawiają wnioski na forum klasy. Praca w grupach lub indywidualna może poprzedzać dyskusję i powinna być często stosowaną formą w czasie zajęć.

Wydaje się, że niestosowanie tradycyjnych ocen podsumowujących pracę na lekcjach może działać na uczniów demobilizująco. Zatem – wobec specyfiki przedmiotu (określona tematyka zajęć, emocjonalny stosunek uczniów do pewnych zagadnień, brak tradycyjnych podręczników) – przechylenie szali na korzyść metod aktywnych jest konieczne.

Na zakończenie niektórych zajęć warto opracować krótkie testy sprawdzające stopień osiągnięcia celów zamierzonych przez nauczyciela. Można w tym celu przygotować krzyżówkę lub wykorzystać metodę zdań niedokończonych. Może to być również opis sytuacji problemowej, na podstawie której uczeń będzie musiał podjąć odpowiednią decyzję, zając określone stanowisko, dokonać wyboru.

Ważne jest bieżące motywowanie do aktywności na zajęciach przez ocenianie kształtujące, tzn. podczas nauczania. Takie ocenianie nie służy wartościowaniu pracy ucznia, lecz decydowaniu o tym, jak ma przebiegać proces dydaktyczny.