

Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej

Teresa Król

Wydawnictwo Rubikon 2019

Wychowanie do życia w rodzinie – przedmiot dla uczniów polskiej szkoły podstawowej, którego celem jest przygotowanie młodzieży do życia w rodzinie. Ma status przedmiotu nadobowiązkowego i obejmuje uczniów od klasy czwartej szkoły podstawowej.

Program obejmuje 14 lekcji: 9 tematów realizowanych jest z udziałem całej klasy i 5 z podziałem na grupy (dziewczynki / chłopcy).

Na mocy dokonanej w 2009 nowelizacji rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 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 (Dz.U. z 2014 r. poz. 395) **na zajęcia wychowania do życia w rodzinie nie będą uczęszczać tylko ci uczniowie niepełnoletni, których rodzice zgłoszą dyrektorowi szkoły sprzeciw w formie pisemnej co do udziału dzieci w zajęciach** oraz ci uczniowie pełnoletni, którzy sami zgłoszą dyrektorowi w formie pisemnej sprzeciw wobec udziału w zajęciach.

Rezygnacja może nastąpić w dowolnym momencie roku szkolnego.

ROZKŁAD MATERIAŁU – KLASA 6

TEMAT 1: Z rodziny się nie wyrasta.

1. WDŻ w klasie VI – tematy i zagadnienia
2. Kontrakt klasowy.
3. Rodzina – najmniejszą grupą społeczną.
4. Rola rodziny w zapewnieniu pomyślnego rozwoju dziecka.
5. Typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana.
6. Rodzina zastępcza.
7. Rodzina adopcyjna.
8. Miłość i czas fundamentem życia rodzinnego.

TEMAT 2: Rodzinne wychowanie.

1. Znaczenie określenia, że ktoś jest dobrze wychowany (istota wychowania).
2. Wychowanie do dobra, prawdy i piękna.
3. Znaczenie zasad i norm moralnych w rozwoju człowieka.

4. Zaangażowanie poznawcze i emocjonalne rodziny w wychowaniu patriotycznym.
5. Formacyjna rola rodziny w tworzeniu hierarchii wartości: • wartości fundamentem rodzinnej wspólnoty, • urzeczywistnianie wartości w podejmowaniu decyzji życiowych, • świadomy i odpowiedzialny wybór stylu życia.

TEMAT 3: Rozwój ku dojrzałości i odpowiedzialności.

1. Dojrzałość – celem, procesem i kierunkiem rozwoju.
2. Troska rodziców o harmonijny rozwój dzieci i osiąganie przez nie samodzielności.
3. Aktywność własna i samowychowanie.
4. Odpowiedzialność za siebie i za innych.
5. Dorosłość a dojrzałość; świadomość potrzeby kierowania własnym rozwojem.

TEMAT 4: Sztuka rozmowy.

1. Przebieg procesu komunikacji społecznej.
2. Znaczenie sztuki porozumiewania się.
. Komunikacja werbalna i niewerbalna.
4. Reguły dobrego słuchania.
5. Zasady efektywnej komunikacji.
6. Odpowiedzialność za manifestowane reakcje oraz za wypowiedane i pisane słowa.

TEMAT 5: Gdy trudno się porozumieć.

1. Powszechność zjawiska rodzinnych sporów i nieporozumień; przyczyny.
2. Czym są spory i konflikty.
3. Skutki nierozwiązanych konfliktów w życiu rodzinnym i społecznym.
4. Zalety sytuacji konfliktowych i sporów.
5. Techniki rozwiązania spornych kwestii (np. metoda pięciu kroków).
6. Przepraszanie i przebaczenie.
7. Rodzice, dzieci i nieporozumienia.

TEMAT 6: O presji rówieśniczej.

1. Grupy rówieśnicze i ich atrakcyjność.
2. Presja rówieśnicza – przymusem wywieranym w konkretnym celu.

3. Asertywność sztuką mówienia NIE.
4. Odwaga i dzielność tych, którzy nie ulegają presji.
5. Sposoby odmawiania, by nie ranić drugiej osoby.
6. Trudne sytuacje życiowe przeżywane przez nastolatków.
7. Czym jest stres; objawy.
8. Sposoby radzenia sobie ze stresem.

TEMAT 7: Media – wybieram świadomie, korzystam bezpiecznie.

1. Zalety środków masowej komunikacji.
2. Mechanizmy manipulacji w reklamie.
3. Kontakty wirtualne a fizyczna obecność: • kreowanie siebie zgodnie z aktualnymi trendami, • „lajki” i lęk przed utratą polubień, • „sieciowi” znajomi, • Fake newsy.
4. Bierne korzystanie z mediów: • brak refleksji i analizy treści, • przyzwyczajenie i uzależnienie.

TEMAT 8: Jak mogę ci pomóc?.

1. Osoby z niepełnosprawnościami, chore, samotne – w rodzinie oraz bliższym i dalszym otoczeniu.
2. Potrzeba stworzenia chorym i niepełnosprawnym dobrych warunków do życia i rozwoju.
3. Problem nudy.
4. Mobilizacja do aktywności indywidualnej, zaangażowanie się w stowarzyszeniach udzielających pomocy osobom potrzebującym.
5. Sposoby wsparcia osób potrzebujących w ramach wolontariatu.
6. Sposoby wyrażania prośby

TEMAT 9: Czasami pod górkę. Trudności w okresie dojrzewania.

1. Przełamanie nieufności i pokonanie wstydu, aby zwrócić się o pomoc.
2. Instytucjonalna i społeczna pomoc w trudnych sytuacjach życiowych: • problemy związane z nauką, • problemy związane z dojrzewaniem, • niska samoocena, • problemy ze zdrowiem, • cyberprzemoc, hejt, • trudne sytuacje rodzinne: choroby, ubóstwo, bezrobocie.
3. Adresy poradni i instytucji niosących pomoc w trudnych sytuacjach życiowych.

TEMAT 10 (realizacja w grupach): Zarządzanie sobą.

1. Planowanie zajęć i efektywne wykorzystywanie czasu.
2. Higieniczny tryb życia: • regularny sen, • higiena osobista, • stosowny ubiór.

3. Zasady zdrowego odżywiania.
4. Aktywność fizyczna i wypoczynek.
5. Własna odpowiedzialność za zdrowie i jakość życia.

TEMAT 11 (realizacja w grupach): Mój styl to zdrowie.

<p>Dziewczynki:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia). 2. Zdrowie prokreacyjne, czyli zdolność przekazywania życia. 3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne. 4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń. 5. Pierwsza wizyta u ginekologa. 	<p>Chłopcy:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zdrowie – stanem dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego (definicja WHO – Światowej Organizacji Zdrowia). 2. Zdrowie prokreacyjne, czyli zdolność przekazywania życia. 3. Czynniki wpływające na zdrowie prokreacyjne: właściwe odżywianie, aktywność fizyczna, abstynencja od alkoholu i papierosów. 4. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom zdrowotnych zaburzeń. 5. Leczenie u lekarza specjalisty
---	---

TEMAT 12 (realizacja w grupach): Dojrzeвам do kobiecości/męskości.

<p>Dziewczynki:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Być kobietą, być mężczyzną. 2. Dojrzewanie dziewcząt w perspektywie macierzyństwa. 3. Niewłaściwe odżywianie zaburzeniem funkcjonowania organizmu: • anoreksja, • bulimia. 4. Akceptacja siebie i swojej kobiecości. 	<p>Chłopcy:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Być mężczyzną, być kobietą. 2. Dojrzewanie chłopców w perspektywie pełnienia przyszłych życiowych ról. 3. Niewłaściwe odżywianie, używki, niewłaściwy tryb życia zagrożeniem dla zdrowia i kondycji nastolatka. 4. Akceptacja siebie i swojej męskości.
--	---

TEMAT 13 (realizacja w grupach): Mam swoją godność.

1. Człowiek istotą wielowymiarową.
2. Szacunek dla ciała w kontekście godności człowieka.
3. Naturalna potrzeba intymności.
4. Zachowania, które łamią prawo do intymności.
5. Sytuacje, które naruszają intymność.
6. Asertywność wobec próby naruszenia sfery intymnej (odmowa, jednoznaczne i bezsłowne komunikaty).
7. Strony pornograficzne: • pornografia przedmiotowym traktowaniem człowieka, • możliwość szybkiego uzależnienia od pornografii, • przepisy prawa (art. 200 par. 3 KK).
8. Konieczność wypracowania postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań innych osób.

TEMAT 14 (realizacja w grupach): Stalking, hejting, cyberprzemoc.

1. Ryzyko uzależnienia: • silna potrzeba korzystania z Internetu, • osłabienie samokontroli, • spędzanie coraz większej ilości czasu on-line, • rozdrażnienie przy próbach ograniczenia korzystania.
2. Zasady roztropnego korzystania z mediów.
3. Cyberprzemoc i stalking.
4. Nękanie, wyśmiewanie i hejt w przestrzeni wirtualnej.
5. Zasady etyczne w mediach.