Lekcja 1 Rozwój człowieka

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: I, II, IVWymagania szczegółowe: I.4,6,8,11, II.2,8,9, III.1,2, IV.4,5, V.9 | **Uczeń potrafi:*** zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,
* 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.

**Uczeń uświadomi sobie:**istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań.  | 1. Przygotowanie do podjęcia życiowych ról: męża, żony, ojca, matki. Udział rodziny i szkoły w tym przygotowaniu.
2. Zasady pracy na lekcjach WDŻ.
3. Rozwój człowieka od poczęcia do późnej starości.
4. Czynniki wspomagające i zaburzające rozwój człowieka w aspektach: fizycznym, psychicznym, duchowym i społecznym.
5. Mocne i słabe strony każdego okresu życia.

Wspierająca rola rodziny w rozwoju i formacji jej członków.  | * Informacja nauczyciela nt. proponowanych sposobów gratyfikacji pracy uczniów na lekcjach WDŻ.
* Rozmowa kierowana

nt. zasad pracy na lekcjach WDŻ. * Wykład z prezentacją multimedialną nt. rozwoju człowieka.
* Rozmowa kierowana

nt. charakterystycznych cech, jakie posiada człowiek i potrzebie wszechstronnego rozwoju. * Burza mózgów: czynniki wspierające i zaburzające rozwój człowieka.

Praca w grupach: mapa mentalna „Mocne i słabe strony człowieka w różnych okresach życia” (każda grupa analizuje wybrany etap życia).  | * Materiały źródłowe nt. rozwoju człowieka.
* Prezentacja multimedialna „Życie człowieka”.
* Materiały do mapy mentalnej.
* Cyfrowe zasoby internetowe.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.
* Podręcznik „Wędru-

jąc ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 2 Dojrzałość, to znaczy...

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: I, IV, VIWymagania szczegółowe: I.1, I.11, II.2, VI.9 | **Uczeń potrafi:*** wymienić kryteria dojrzałości człowieka,
* uzasadnić konieczność samowychowania.

**Uczeń uświadomi sobie:*** potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych,

że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące. | 1. Czas adolescencji okresem burzliwych przemian zachodzących w organizmie młodego człowieka.
2. Celowość tych przemian a perspektywa życia człowieka dojrzałego.
3. Kryteria dojrzałości człowieka: fizyczne, psychiczne (intelektualne, moralne, duchowe), społeczne, prawne.

Samowychowanie; samokształcenie, samosterowanie, samorealizacja.  | * Emisja filmu „Okres dojrzewania – trudny, ale fascynujący”.
* Rozmowa kierowana po filmie.
* Wykład z prezentacją multimedialną: kryteria dojrzałości.
* Debata: co to znaczy samowychowanie?

Mapa myśli: „Rzeźbienie charakteru”. | * Film „Okres dojrzewania – trudny, ale fascynujący” z serii „Rodzinne przeboje”.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Prezentacja multimedialna: kryteria dojrzałości; samowychowanie.  |

Lekcja 3 Dojrzewanie – rozwój fizyczny (dla grupy dziewcząt)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IIIWymagania szczegó-łowe: II.1, II.3, II.4, IV.4, IV.7 | **Uczennica potrafi:*** 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.

**Uczennica uświadomi sobie:*** potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,

celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.  | 1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych.
2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie pokwitania.
3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającego chłopca.
4. Indywidualne tempo rozwoju.
5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania:
	* właściwe odżywianie,
	* odpowiednia ilość snu,
	* aktywność fizyczna,

unikanie używek.  | * Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.
* Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania dziewcząt.
* Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji.

Ćwiczenia: praca indywidualna.  | * Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”.
* Materiały dot. zdrowego żywienia.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 4 Dojrzewanie – rozwój fizyczny(dla grupy chłopców)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IIIWymagania szczegółowe: II.1, II.3, II.4, IV.4, IV.7 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie:*** potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,

celowość przemian zachodzących w jego organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.  | 1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych.
2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie chłopca w okresie adolescencji, ich funkcje w perspektywie ojcostwa.
3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającej dziewczyny i ich celowość.
4. Indywidualne tempo rozwoju.
5. Podstawowe zasady higieny w okresie dojrzewania:
	* właściwe odżywianie,
	* odpowiednia ilość snu,
	* aktywność fizyczna,

unikanie używek.  | * Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.
* Wykład nauczyciela (z prezentacją multimedialną) nt. dojrzewania chłopców.
* Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji.

Ćwiczenia: praca indywidualna. | * Prezentacja multimedialna lub plansze dydaktyczne „Płodność człowieka”.
* Materiały dot. zdrowego żywienia.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.
* Podręcznik „Wędru-

jąc ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 5 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania(dla grupy dziewcząt)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IIIWymagania szczegółowe: I.13, II.1, II.3, II.4, V.5, V.8, V.9 | **Uczennica potrafi:*** rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt w okresie dojrzewania,
* znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,
* rozeznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów,
* podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

**Uczennica uświadomi sobie, że:*** w sytuacji napotkanych trudności powinna 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. | 1. Problemy dziewcząt związane z psychiką:
	* labilność emocjonalna,
	* pragnienie akceptacji, czułości i miłości,
	* niezgoda na zmiany fizyczne i wygląd (anoreksja i bulimia),
	* eksperymentowanie z samą sobą, np. samookaleczenia, ryzykowne zachowania.
2. Ambiwalencja uczuć i postaw.
3. Krytycyzm wobec dorosłych.
4. Poszukiwanie własnej tożsamości.

Możliwości wsparcia i pomocy: poradnie, stowarzyszenia itp.  | * Rozmowa kierowana

nt. cytowanych listów i postów młodzieży (internet, prasa) dot. problemów nastolatków. * Praca z filmem.
* Rozmowa kierowana:

labilność emocjonalna dziewcząt. Praca w parach: sporządzenie listy podmiotów oferujących pomoc z zasobów internetowych.  | * Listy nastolatek do czasopism lub wpisy na forach internetowych i blogach nt. ich problemów.
* Film „Anoreksja i bulimia”.
* Materiały prasowe nt. ryzykownych zachowań młodzieży.
* Cyfrowe zasoby internetowe.

Prezentacja multimedialna. |

Lekcja 6 Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania
(dla grupy chłopców)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IIIWymagania szczegółowe: I.13, II.1, II.3, II.4, V.5, V.8, V.9 | **Uczeń potrafi:*** rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u chłopców w okresie dojrzewania,
* znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,
* rozeznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów,
* podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** 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. | 1. Problemy chłopców związane z psychiką:
	* zwiększona agresja, nadpobudliwość i drażliwość,
	* skłonność do kłótni, bójek,
	* chęć imponowania i dominacji w grupie rówieśników.
2. Wzrost wulgarności języka i zachowań.
3. Wzmożone zainteresowanie sferą erotyczną (pornografia).
4. Ukierunkowanie energii: sport, realizacja pasji i zainteresowań.
5. Różne wzorce męskości (autorytety).
6. Odpowiedzialność za własny rozwój; samosterowanie i samowychowanie.

Poradnie, instytucje, które oferują pomoc w rozwiązywaniu problemów.  | * Rozmowa kierowana nt. problemów nastolatków.
* Debata lub dyskusja.
* Metoda sytuacyjna: praca z tekstem.
* Praca z filmem.

Praca w parach: sporządzenie listy podmiotów oferujących pomoc z zasobów internetowych.  | * Film pt. „Przemoc” z serii

„Mówię wam, nie warto”. * Materiały źródłowe dotyczące zagrożeń behawioralnych młodzieży.
* Materiały prasowe nt. ryzykownych zachowań młodzieży.
* Literatura popularnonaukowa.
* Cyfrowe zasoby internetowe.

Prezentacja multimedialna. |

Lekcja 7 Pierwsze uczucia

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: III, IVWymagania szczegółowe: II.1,4,8, III.1,3, VI.5,6,9 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne. | 1. Charakterystyka pierwszych uczuć, fascynacji, zauroczeń i emocji, które im towarzyszą.
2. Empatia i dokonywane wybory młodzieńczych związków.
3. Realistyczne i nierealistyczne oczekiwania wobec randek.
4. Nieudane randki i decyzje o rozstaniu.

Zakochanie a miłość. | * Emisja filmu; dyskusja po filmie.
* Rozmowa kierowana nt. młodzieńczych fascynacji.
* Metoda sytuacyjna: analiza różnych historii młodzieńczych miłości na podstawie listów i wypowiedzi dziewcząt /chłopców.

Praca w grupach: ćwiczenie 5 z 25 (wybór kandydatów na randki).  | * Film „Zakochane nastolatki” z serii „Rodzinne przeboje”.
* Karty pracy do ćwiczenia 5 z 25 (dla każdego ucznia).
* Listy młodzieży do redakcji czasopism lub portali internetowych nt. młodzieńczych uczuć i fascynacji.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 8 Przekazywanie życia (dla grupy dziewcząt)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: V, VI Wymagania szczegółowe: I.1, III.7, IV.3, V.1,2 | **Uczennica potrafi:*** 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.

**Uczennica uświadomi sobie, że:*** 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. | 1. Dwie funkcje (cele) współżycia seksualnego.
2. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru rodziców.
3. Powołanie do życia nowego człowieka aktem wybranym w najdogodniejszym dla niego czasie.
4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów (gamet) żeńskich i męskich w procesie zapłodnienia.
5. Rola i działanie hormonów płciowych.

Charakterystyka płodności kobiety (cykliczna) i mężczyzny (stała). | * Rozmowa kierowana nt. funkcji współżycia seksualnego.
* Praca w grupach. Mapa mentalna: „Świadoma decyzja o prokreacji to...”.
* Wykład z prezentacją multimedialną o roli gruczołów płciowych i działaniu hormonów.

Rozmowa dydaktyczna nt. cech płodności mężczyzny i płodności kobiety oraz uwarunkowań zdrowia prokreacyjnego.  | * Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.
* Atlas anatomiczny.
* Materiały do mapy mentalnej.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 9 Przekazywanie życia (dla grupy chłopców)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: V, VI Wymagania szczegółowe: I.1, III.7, IV.3, V.1,2 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** 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.  | 1. Dwie funkcje (cele) współżycia seksualnego.
2. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru rodziców.
3. Powołanie do życia nowego człowieka aktem wybranym w czasie dla niego najdogodniejszym.
4. Fizjologia prokreacji; działania gruczołów (gamet) żeńskich i męskich w procesie zapłodnienia.
5. Rola i działanie hormonów płciowych.

Charakterystyka płodności kobiety (cykliczna) i mężczyzny (stała). | * Rozmowa kierowana nt. funkcji współżycia seksualnego.
* Praca w grupach. Mapa mentalna: „Świadoma decyzja o prokreacji to...”.
* Wykład z prezentacją multimedialną o roli gruczołów płciowych i działaniu hormonów.

Rozmowa dydaktyczna nt. cech płodności mężczyzny i płodności kobiety oraz uwarunkowań zdrowia prokreacyjnego.  | * Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.
* Atlas anatomiczny.
* Materiały do mapy mentalnej.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 10 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy
(dla grupy dziewcząt)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: III, V, VIWymagania szczegółowe: II.3, III.1, V.2 | **Uczennica potrafi:*** opisać przemiany w organizmie kobiety i mężczyzny, od których zależy ich płodność,
* 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.

**Uczennica uświadomi sobie, że:*** 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.  | 1. Budowa i działanie żeńskiego układu płciowego:
	* owulacja,
	* zmiany hormonalne w cyklu kobiety,
	* działanie estrogenów,
	* śluz szyjkowy,
	* odbudowa błony śluzowej,
	* fazy podstawowej temperatury ciała (PTC).
2. Dwie fazy cyklu kobiecego.
3. Budowa i działanie męskiego układu płciowego:
	* działanie hormonów,

wytwarzanie plemników.  | * Wykład z prezentacją multimedialną.

Rozmowa kierowana nt. możliwości dokonywania świadomych wyborów dot. prokreacji; współczesna wiedza daje możliwość rozpoznawania okresu płodnego i niepłodnego w cyklu kobiecym. • Debata: TAK czy NIE dla ekologii płodności.  | * Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.
* Materiały źródłowe nt. ekologii płodności.
* Cyfrowe zasoby internetowe:

www.oplodnosci.pl.* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 11 Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy
(dla grupy chłopców)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: III, V, VIWymagania szczegółowe: II.3, III.1, V.2 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** 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.  | 1. Budowa i działanie męskiego układu płciowego:* działanie hormonów,
* wytwarzanie plemników.

2. Budowa i działanie żeńskiego układu płciowego. | * Wykład z prezentacją multimedialną.
* Rozmowa kierowana nt. możliwości dokonywania świadomych wyborów dot. prokreacji; współczesna wiedza daje możliwość rozpoznawania okresu płodnego i niepłodnego w cyklu kobiecym.

Debata: TAK czy NIE dla ekologii płodności.  | * Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.
* Materiały źródłowe nt. ekologii płodności.
* Cyfrowe zasoby internetowe:

www.oplodnosci.pl.* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 12 Czas oczekiwania

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: V, VIWymagania szczegóło-we: III.1,2, IV.1,4,5,6, V.1,2,7,8,9, VI.1 | **Uczeń potrafi:*** 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).

**Uczeń uświadomi sobie, że:**rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju. | 1. Budowa komórki jajowej i plemnika; zapłodnienie.
2. Higiena ciąży: odżywianie, sen i ćwiczenia fizyczne matki.
3. Profilaktyka prekoncepcyjna; opieka lekarska; kwas foliowy.
4. Ciąża a używki:
	* Alkoholowy Zespół Płodowy (FAS),
	* nikotyna, narkotyki a zdrowie dziecka.
5. Opieka ojca nad matką w ciąży i ich dzieckiem.

Pierwsze dziewięć miesięcy, czyli rozwój dziecka w łonie matki.  | * Wykład z prezentacją multimedialną.
* Zajęcia w grupach z materiałami źródłowymi: higiena ciąży.
* Ćwiczenie: „mówiąca ściana” ciąża a używki.
* Praca z filmem: rozwój prenatalny człowieka.

Rozmowa kierowana nt. opieki ojca nad matką w ciąży i ich dzieckiem. | * Prezentacja multimedialna lub plansze „Płodność człowieka”.
* Encyklopedia zdrowia, materiały oświatowe.
* Film: „Człowiek od poczęcia” lub „Cud miłości”.
* Cyfrowe zasoby internetowe.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 13 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo
 (dla grupy dziewcząt)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: I, II, VIWymagania szczegółowe: I.4, 5, 8, 9, 13, III.2, 3, 5, IV.1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, V.1, 7, 8, 9 | **Uczennica potrafi:*** 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.

**Uczennica uświadomi sobie, że:*** macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem,

miłość do dziecka jest bezwarunkowa.  | 1. Znaczenie więzi matki z dzieckiem we wczesnym okresie życia.
2. Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról matki i ojca.
3. Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”.
4. Korzyści karmienia naturalnego.

Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego, do rodziny.  | * Praca z tekstem źródłowym.
* Rozmowa kierowana

nt. więzi matki z dzieckiem od najwcześniejszych chwil życia. * Analiza informacji nt. szkół rodzenia (internet, ulotki).
* Wyszukiwanie w cyfrowych źródłach informacji o porodzie naturalnym.
* Praca z filmem edukacyjnym o karmieniu piersią.

Analiza wypowiedzi rodziców wychowujących dzieci niepełnosprawne.  | * Wypowiedzi (listy) matek oczekujących dziecka.
* Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia i porodzie naturalnym.
* Film: „Wszystko o karmieniu piersią i pielęgnacji noworodka”.
* Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.
* Podręcznik „Wędru-

jąc ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 14 Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo
(dla grupy chłopców)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: I, II, VIWymagania szczegółowe: I.4, 5, 8, 9, 13, III.2, 3, 5, IV.1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, V.1, 7, 8, 9 | **Uczeń potrafi:*** 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,
* podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,
* określić rolę mężczyzny przy porodzie,
* opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego,
* wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**ojcostwo jest szczęściem, ale i trudem, czyli poważnym życiowym zadaniem. | 1. Znaczenie roli męża/ojca w opiece i trosce o rozwijające się dziecko i jego matkę.
2. Szkoła rodzenia formą przygotowania do podjęcia ról ojca i matki.
3. Naturalny poród startem dziecka w życie „bez przemocy”.
4. Razem czy osobno, czyli TAK czy NIE dla wspólnie przeżywanego porodu.
5. Przyjęcie dziecka, również niepełnosprawnego do rodziny.
6. Znaczenie więzi matki i ojca z dzieckiem we wczesnym okresie życia.

Miłość do dziecka oraz opieka nad nim wyrazem męskiej dojrzałości.  | * Burza mózgów

nt. roli mężczyzny jako męża i ojca w sytuacji oczekiwania na dziecko. * Praca z materiałem źródłowym o roli szkół rodzenia dla przyszłych rodziców.
* Rozmowa kierowana

nt. naturalnego porodu. * Praca w grupach: metoda drzewa decyzyjnego – rola mężczyzny przy porodzie.
* Pogadanka: rodzi się chore dziecko i...
* Mapa mentalna:

„Tato i szczęśliwe dziecko”.  | * Materiały oświatowe nt. psychologii prenatalnej.
* Ulotki lub informacje z internetu nt. szkół rodzenia.
* Listy ojców, którzy rodzili RAZEM.
* Wypowiedzi rodziców dzieci niepełnosprawnych (prasa, internet).
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 15 Komunikacja w rodzinie

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: I, II, IVWymagania szczegółowe: I.5,6,7,11,12, II.8, IV.8, VI.3,5 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie:*** potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich,

potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych. | 1. Kontakt werbalny i niewerbalny w relacjach międzyludzkich.
2. Zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się z innymi.
3. Znaczenie rodzinnych rozmów.
4. Uczucia i ich rodzaje.
5. Komunikaty, które budują i które ranią

(komunikat JA i komunikat TY).  | * Rozmowa kierowana nt. kontaktów werbalnych i niewerbalnych w relacjach z najbliższymi.
* Wykład z prezentacją: zasady komunikowania się.
* Burza mózgów: dlaczego emocje i uczucia są potrzebne?
* Scenki dramowe z komunikatem JA i TY.

Emisja filmu „Uczucia i konflikty”; rozmowa po filmie. | * Materiały źródłowe nt. komunikacji interpersonalnej.
* Prezentacja multimedialna: zasady komunikowania się.
* Polecenia do scenek dramowych.

Film „Uczucia i konflikty” z serii „Rodzinne przeboje”. |

Lekcja 16 Savoir-vivre, czyli zasady dobrego wychowania

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: II, IVWymagania szczegółowe: I.7,12, IV.4 | **Uczeń potrafi:*** zdefiniować pojęcie *savoir–vivre’u*,
* wymienić sytuacje, w których stosowanie form grzecznościowych ułatwia kontakty społeczne i uwalnia od negatywnych emocji i konfliktów,
* przedstawić różne postacie etykiety,
* przedstawić zasady *savoir- -vivre’u* w konkretnych sytuacjach rodzinnych, towarzyskich i społecznych,
* wymienić pięć zasad asertywności (sztuka dobrej odmowy),

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** kompromitujące zachowania są nietaktowne i utrudniają kontakty społeczne,

przestrzeganie dobrych manier to także troska o innych, aby czuli się dobrze w naszej obecności.  | 1. Krótka historia *savoir- -vivre’u* w polskiej literaturze i kulturze.
2. Normy grzecznościowe, które ułatwiają życie rodzinne i społeczne.
3. Etykieta towarzyska, biznesu i protokół dyplomatyczny, czyli wymagane procedury zachowań w określonych sytuacjach.
4. Sytuacje życiowe, które wymagają konkretnych zachowań, np. w szkole, teatrze, kinie, podczas przyjęć rodzinnych itp.
5. Kultura a korzystanie ze środków przekazu.
6. Asertywność – sztuka dobrej odmowy.
7. Lista kompromitujących zachowań.

*Savoir-vivre* filozofią miłości do drugiego człowieka.  | * Emisja filmu „W dobrym tonie!”.
* Rozmowa kierowana nt. potrzeby norm grzecznościowych w życiu rodzinnym i społecznym.
* Odczytanie i interpretacja wybranego utworu lub jego fragmentu z literatury polskiej nt. zasad dobrego wychowania.
* Praca indywidualna: rozwiązanie testu „Dobre maniery w praktyce”.
* Pogadanka: kulturalna odmowa, czyli pięć zasad asertywności.
* Mówiąca ściana: „Wpadki” towarzyskie, czyli kompromitujące zachowania.
* Rozmowa kierowana:

*savoir-vivre* filozofią miłości do drugiego człowieka.  | * Film „W dobrym to-

nie!” z serii „Rodzinne przeboje”.* Wiersz P. Słoty „O zachowaniu się przy stole” z XIV/XV w., fragmenty „Pana Tadeusza”

A. Mickiewicza, * Teksty źródłowe nt. etykiety w różnych sytuacjach,
* Test „Dobre maniery w praktyce” (ksero dla każdego ucznia),
* Fragmenty książki St.

Krajskiego „*Savoir- -vivre* jako sztuka życia. Filozofia *savoir- -vivre*”, Warszawa 2009. Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 17 Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IV, VIIWymagania szczegółowe: I.11, 13, II.6,7, IV.1,7, VI.6,8 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów,

bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień. | 1. Rodzaje uzależnień: chemiczne i behawioralne.
2. Czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom.
3. Uzależnienie od substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol, narkotyki, dopalacze).
4. Wartość życia a używki.

Wypracowanie postawy asertywnej.  | * Rozmowa kierowana nt. rodzajów uzależnień.
* Burza mózgów: czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom.
* Prezentacja wybranego filmu z serii „Mówię wam, nie warto”.
* Dyskusja po filmie.
* Mapa mentalna: „Wartość życia a używki”.

Ćwiczenie: jak odmawiać? | * Filmy z serii „Mówię wam, nie warto”: „Alkoholizm”, „Nikotynizm”, „Narkomania”.
* Cyfrowe zasoby internetowe nt. uzależnień.
* Literatura popularnonaukowa.

Prezentacja multimedialna. |

Lekcja 18 Uzależnienia behawioralne

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: IV, VIIWymagania szczegółowe: I.11, 13, II.6,7, IV.1,7, VI.6,8 | **Uczeń potrafi:*** 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.

**Uczeń uświadomi sobie, że:**oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami. | 1. Uzależniania behawioralne: internet, smartfon, zakupy, autoagresja, pornografia.
2. Sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera i internetu i ich skutki.
3. Fonoholizm sygnały ostrzegawcze.
4. Zjawisko zakupoholizmu; przyczyny; skutki.
5. Problem autoagresji.
6. Nieprawdziwy obraz ludzkiej seksualności w pornografii; jej uzależniający wpływ na psychikę młodego człowieka.

Czynniki chroniące, które osłabiają skłonność do popadania w nałogi.  | * Burza mózgów nt. skłonności młodych ludzi do popadania w nałogi.
* Rozmowa kierowana: sygnały wskazujące na uzależnienia od komputera, internetu, smartfona, pornografii.
* Emisja filmu „Zagrożeni pornografią”.
* Dyskusja po filmie.

Burza mózgów: jak wykorzystać i wzmocnić czynniki chroniące przed popadaniem w nałogi. | * Film „Zagrożeni pornografią”.
* Cyfrowe zasoby internetowe.
* Literatura popularnonaukowa.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |

Lekcja 19 Ludzie drogowskazy

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nowa podstawa programowa** | **Cele szczegółowe kształcenia i wychowania** | **Materiał nauczania** | **Proponowane procedury osiągania celów** | **Propozycja środków dydaktycznych** |
| Wymagania ogólne: III, IVWymagania szczegółowe: II.10, IV.7,9 | **Uczeń potrafi:*** zdefiniować pojęcie autorytetu,
* określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka,
* wymienić cechy osobowości, które budują autorytet,
* odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów,
* dokonać wyboru właściwego autorytetu,
* przedstawić problem upadku autorytetu.

**Uczeń uświadomi sobie, że:*** wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja,

istnieją różnice między autorytetem a idolem.  | 1. Definicja pojęcia „autorytet”.
2. Rola autorytetów w życiu człowieka.
3. Wartości, zachowania, postawy, cechy osobowości, które budują autorytet.
4. Autorytet a idol.

Problem upadku niektórych autorytetów. | * Rozmowa kierowana: próba zdefiniowania pojęcia „autorytet”.
* Mapa mentalna: autorytet – cechy osobowości i postaw.
* Debata oksfordzka: autorytet a idol.
* Rozmowa kierowana:

dlaczego czasem autorytety upadają.  | * Słowniki i encyklopedie.
* Cyfrowe zasoby internetowe.
* Literatura popularnonaukowa.
* Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII.

Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VII. |