

Teresa Król

Wędrując ku dorosłości

PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów liceum ogólnokształcącego, technikum oraz szkoły branżowej.

Zakres podstawowy

Cele kształcenia – wymagania ogólne

- I. Pogłębianie wiedzy związanej z funkcjami rodziny, miłością, przyjaźnią, pełnieniem ról małżeńskich i rodzicielskich, seksualnością człowieka i prokreacją; umiejętność podejmowania odpowiedzialnych decyzji dotyczących wyboru drogi życiowej, małżeństwa i rodziny.
- II. Rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów związanych z okresem dojrzewania, dorastania i wyborem drogi życiowej; umiejętność świadomego kreowania własnej osobowości.
- III. Uzyskanie lepszego rozumienia siebie i najbliższego otoczenia; umiejętność poszukiwania i udzielania odpowiedzi na pytania o istotę człowieczeństwa, sens, cele i zadania życiowe.
- IV. Przyjęcie pozytywnej postawy wobec życia ludzkiego, osób niepełnosprawnych i chorych; przygotowanie, na podstawie wiedzy i wykształconych umiejętności do poszanowania godności życia ludzkiego i dojrzałego funkcjonowania w rodzinie.
- V. Znajomość podstawowych zasad postępowania w sferze ludzkiej płciowości i płodności; kształtowanie postaw prozdrowotnych, prospołecznych i prorodzinnych.

Treści nauczania – wymagania szczegółowe.

I. Rodzina. Uczeń:

- 1) zna i rozumie konstytucyjnie chronione wartości związane z funkcjonowaniem jednostki w społeczeństwie: małżeństwo, rodzina, macierzyństwo, rodzicielstwo;
- 2) rozumie, jakie znaczenie ma zawarcie małżeństwa i jego trwałość dla rozwoju społeczeństwa;
- 3) wyjaśnia, na czym polega dojrzałość do małżeństwa (fizyczna, prawna, psychiczna, umysłowa, uczuciowa, społeczna, socjalna), omawia przyczyny niedojrzałości wyboru małżonka (np. chęć ucieczki z domu, nieplanowana ciąża, kwestie materialne);
- 4) opisuje fundamenty, na których powinno opierać się dobre małżeństwo;
- 5) przedstawia wizję swojego małżeństwa, opisuje fundamenty, na których powinno się ono opierać;
- 6) określa znaczenie zobowiązania podejmowanego podczas aktu zaślubin;
- 7) odróżnia separację od rozwodu;

- 8) rozpoznaje typy struktury rodziny: rodzina wielopokoleniowa, rodzina pełna, rodzina niepełna, rodzina zrekonstruowana;
- 9) zna i rozumie funkcje rodziny: prokreacyjna, opiekuńcza, wychowawcza, ekonomiczna i profilaktyczna oraz ich znaczenie na poszczególnych etapach rozwoju człowieka;
- 10) przyswaja wartości i tradycje ważne w rodzinie, w tym wspólne świętowanie, organizacja i przeżywanie wolnego czasu;
- 11) rozumie, na czym polega wierność, zaufanie i dialog w rodzinie; omawia relacje osobowe w rodzinie, wskazuje czynniki je osłabiające;
- 12) wyjaśnia miejsce dziecka w rodzinie;
- 13) wskazuje źródło konfliktów i określa ich przyczyny; zna sposoby rozwiązywania konfliktów;
- 14) zna prawodawstwo dotyczące rodziny;
- 15) omawia prawa i obowiązki małżonków i rodziców; prawa dziecka oraz obowiązki państwa wobec rodziny;
- 16) wie, na czym polega instytucjonalna pomoc rodzinie w sytuacji: choroby, uzależnienia, ubóstwa, bezrobocia, zachowań ryzykownych, problemów pedagogicznych, psychologicznych, prawnych.

II. Dojrzewanie. Uczeń:

- 1) rozpoznaje zmiany fizyczne i psychiczne; zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju;
- 2) rozumie i akceptuje kryteria dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej;
- 3) zna podstawy higieny okresu dojrzewania; troszczy się o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczna;
- 4) rozumie, czym jest cielesność, płciowość, integracja seksualna;
- 5) wskazuje różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców;
- 6) wyjaśnia, na czym polega identyfikacja z własną płcią;
- 7) zna zagrożenia okresu dojrzewania: uzależnienia chemiczne behawioralne, presja seksualna, pornografia, prostytutka nieletnich, ekshibicjonizm także w internecie;
- 8) omawia problemy wieku młodzieńczego i sposoby radzenia sobie z nimi;
- 9) rozumie, jak budowane są relacje międzyosobowe, wyjaśnia ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym; w tym: istota koleżeństwa i przyjaźni, sympatie młodzieńcze; pierwsze fascynacje, zakochanie, miłość, wzajemny szacunek, udzielanie sobie pomocy, współpraca, empatia.

III. Seksualność człowieka. Uczeń:

- 1) określa pojęcia związane z seksualnością człowieka: męskość, kobiecość, miłość, małżeństwo, rodzicielstwo;
- 2) rozumie znaczenie odpowiedzialności w przeżywaniu własnej płciowości oraz budowaniu trwałych i szczęśliwych więzi;
- 3) określa główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo, wzajemna pomoc i uzupełnianie, integralna współpraca płci;
- 4) rozumie, na czym polega odpowiedzialność za sferę seksualną i prokreację;
- 5) wie, na czym polega macierzyństwo i ojcostwo, posiada podstawową wiedzę dotyczącą budowy i funkcjonowania układu rozrodczego człowieka;
- 6) rozumie związek pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością;
- 7) omawia problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka

w dziedzinie seksualnej;

8) rozumie, na czym polega prawo człowieka do intymności i ochrona tego prawa;

9) przedstawia przyczyny, skutki i profilaktykę przedwczesnej inicjacji seksualnej;

10) zna choroby przenoszone drogą płciową; rozumie ich specyfikę, rozwój i objawy; wie, jakie są drogi przenoszenia zakażenia, zna zasady profilaktyki.

IV. Życie jako fundamentalna wartość. Uczeń:

1) rozumie potrzebę planowania dzietności rodziny;

2) rozumie potrzebę przygotowania kobiety i mężczyzny na poczęcie dziecka i wie, czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo;

3) rozumie, czym jest opieka prekonceptyjna i prenatalna;

4) ma szacunek dla ludzkiego życia od poczęcia do naturalnej śmierci;

5) rozumie, na czym polega gotowość członków rodziny na przyjęcie dziecka z niepełnosprawnością – aspekt medyczny, psychologiczny, społeczny.

V. Płodność. Uczeń:

1) rozumie, że płodność jest wspólną sprawą mężczyzny i kobiety;

2) wyjaśnia fizjologię płodności i jej neurohormonalne uwarunkowania;

3) zna metody rozpoznawania płodności;

4) określa problemy niepłodności: rodzaje, przyczyny, skutki, profilaktyka i leczenie;

5) wie, czym jest ciąża i poród oraz przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny;

6) omawia antykoncepcję i wskazuje jej rodzaje i skutki w aspekcie medycznym, psychologicznym i moralnym.

VI. Postawy. Uczeń:

1) potrafi komunikować swoje uczucia i budować prawidłowe relacje w rodzinie i grupie społecznej;

2) rozumie, na czym polega odpowiedzialność wszystkich członków za atmosferę panującą w rodzinie;

3) radzi sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu; umie obronić własne poglądy;

4) zna zasady savoir-vivre'u w domu rodzinnym i różnych sytuacjach społecznych;

5) rozumie zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych; bierze udział w życiu społecznym poprzez wolontariat, stowarzyszenia, grupy nieformalne i aktywność indywidualną; wrażliwość na osoby potrzebujące pomocy i konkretne sposoby jej udzielania;

6) rozumie, że osoby z niepełnosprawnością mogą być kolegami i przyjaciółmi; świadomie korzysta ze środków społecznego przekazu;

7) jest odpowiedzialny za własny rozwój i samowychowanie.

Tematyka zajęć klasa I liceum

Lekcja 1 Relacje. Największe bogactwo

Lekcja 2 Dorastanie. Kim jestem?

Lekcja 3 Umysł. Fascynująca zagadka

Lekcja 4 Emocje i uczucia. By życie miało kolor

Lekcja 5 Komunikacja. W stronę porozumienia

Lekcja 6 Moralność. Odpowiedzialność i zasady

Lekcja 7 Płeć. Prezent do rozpakowania (lekcja dla grupy dziewcząt)

Lekcja 8 Płeć. Prezent do rozpakowania (lekcja dla grupy chłopców)

Lekcja 9 Kobiecość – męskość. Różnice i komplementarność
Lekcja 10 Zakochanie. I co dalej? (lekcja dla grupy dziewcząt)
Lekcja 11 Zakochanie. I co dalej? (lekcja dla grupy chłopców)
Lekcja 12 Integracja seksualna. Dojrzała płciowość (lekcja dla grupy dziewcząt)
Lekcja 13 Integracja seksualna. Dojrzała płciowość (lekcja dla grupy chłopców)
Lekcja 14 Inicjacja seksualna. Kiedy i z kim? (lekcja dla grupy dziewcząt)
Lekcja 15 Inicjacja seksualna. Kiedy i z kim? (lekcja dla grupy chłopców)
Lekcja 16 Miłość siebie. Nie daj się skrzywdzić (lekcja dla grupy dziewcząt)
Lekcja 17 Miłość siebie. Nie daj się skrzywdzić (lekcja dla grupy chłopców)
Lekcja 18 Cyfrowe objęcia. Internet, smartfony, gry
Lekcja 19 Kochasz życie? Nie bierz

Tematy zajęć klasa 2 Liceum

- 1.Sztuka życia. Savoir vivre
- 2.Ja i inni. Kim jesteśmy i dokąd zmierzamy?
- 3.Dojrzałość w miłości. Przygotowanie do małżeństwa i rodziny
- 4.Mogę być matką, mogę być ojcem. Świadomość własnej płodności
- 5.Pokochać od poczęcia. Opieka prekoncepcyjna i rozwój prenatalny dziecka
- 6.Nowe życie, nowa więź. Ciąża, poród i naturalne karmienie
- 7.Rytm płodności. Odczytywanie praw natury(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)
- 8.Naturalnie razem. Zalety metod rozpoznawania płodności(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)
- 9.Środki antykoncepcyjne. Podział, skuteczność, skutki uboczne(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)
- 10.Ekstremalne decyzje. Sterylizacja i środki wczesnoporonne(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)
- 11.Dziecko nie w porę. Problem aborcji(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców)
- 12.Niespełnione nadzieje. Dramat niepłodności
- 13.Wciąż aktualne i groźne. Choroby przenoszone drogą płciową
- 14.Ludzka seksualność w krzywym zwierciadle. Pornografia, cyberseks i prostytutka

Tematyka zajęć klasa III liceum

1. Komunikacja w małżeństwie, czyli powodzenie związku .
2. Aby miłość nie wygasła, czyli o sztuce rozwiązywania konfliktów .
3. Funkcje rodziny .
4. Jak być dobrym rodzicem, czyli o znaczeniu prawidłowych postaw rodzicielskich .
- 5/6. Samotne rodzicielstwo – czy zawsze musi być trudne?
(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .
7. Pragnienie dziecka. Jak rozwiązać problem niepłodności?
- 8/9. Każdy ma prawo żyć godnie – bez przemocy
(lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .

10. Poradnictwo młodzieżowe i rodzinne .
- 11/12. O pornografii, czyli komercjalizacji ludzkiej seksualności (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców).
- 13/14. Trudności życia małżeńskiego: alkoholizm, narkomania, sekty (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .
15. Rodzina i prawo .
- 16/17. Gdy małżeństwo się rozpada (lekcja z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców) .
18. Gdy nie wszyscy są zdrowi, czyli o starości i niepełnosprawności w rodzinie.
19. Zmierzch dnia, czyli zakończenie życia .

Warunki i sposób realizacji

Punktem wyjścia przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie jest założenie, że zdolność człowieka do miłości jest rezultatem szacunku i miłości do samego siebie. Zmiany psychiczne, dokonujące się w procesie dojrzewania, wyrażające się we wzroście samoświadomości, krytycyzmie, zdolności do abstrakcyjnego myślenia, stanowią podstawę dojrzałości, która umożliwi człowiekowi odpowiedzialne podejmowanie decyzji prowadzących do założenia rodziny. Zagadnienia te są związane z samookreślaniem się jednostki, tworzeniem poczucia własnej wartości, szacunku dla samego siebie, ochrony własnego „ja” i stanowią podstawę refleksji na temat odpowiedzialności za własne życie.

Kolejny blok zagadnień związany jest ze zrozumieniem istoty procesu dojrzewania. Świadome przeżywanie i akceptacja zmian biologicznych związanych z dojrzewaniem płciowym, spostrzeganie ich w perspektywie całości ludzkiego życia, umożliwi przeciwstawianie się szkodliwym stereotypom dotyczącym ciała, zdrowia, rozumienia seksualności, dorosłości, wolności i miłości. Poznanie i zrozumienie ważności zmian w funkcjonowaniu własnego ciała, budzącej się seksualności i zdolności do prokreacji (w sensie biologicznym) oraz mechanizmów nią rządzących, powinny stać się w przyszłości podstawą świadomego macierzyństwa i ojcostwa.

Podstawa programowa obejmuje ponadto zagadnienia związane z tworzeniem pozytywnych relacji z innymi ludźmi. Treści są skoncentrowane wokół pozytywnych aspektów płciowości, seksualności, życia w grupie rówieśniczej i w rodzinie oraz mają budować poczucie odpowiedzialności za siebie i innych. Poznanie podstawowych zasad komunikacji i

przełożenie

ich na konkretne zachowania w relacjach koleżeńskich i rodzinnych powinny
uwiadomić

uczniom bogactwo form wyrażania pozytywnych uczuć i umożliwić w przyszłości
budowanie

wartościowych, intymnych więzi z płcią przeciwną w fazie tworzenia związku i
zakładania

rodziny.